



Sommerprogramm 2026

Touren und Kurse von
Mai – November 2026

Sektion Universitätsportclub München
des Deutschen Alpenvereins



www.dav-usc-muenchen.de

Geschäftsstelle

Helene-Mayer-Ring 31, 80809 München
 U3 Olympiazentrum oder Oberwiesenfeld
 Öffnungszeiten: Donnerstags 18:00 Uhr bis 20:00 Uhr,
 Geschlossen: an Feiertagen
 Telefon: (089) 357 899 40
 Fax: (089) 357 899 42
 E-Mail: sektion@dav-usc-muenchen.de
 Internet: www.dav-usc-muenchen.de
 Bankverbindung: Stadtparkasse München
 IBAN: DE 48 7015 0000 1006 2393 78
 BIC: SSKMDEMXXX
 Gläubiger-ID Nr. DE03ZZZ00000537877

Mitgliedsbeiträge

A-Mitglieder (ab 25. Lebensjahr)	72,- €
B-Mitglieder (Ehe-/Lebenspartner eines A-Mitglieds)	38,- €
C-Mitglieder (Zweitmitgliedschaft)	32,- €
D-Mitglieder (vom 18. bis 24. Lebensjahr)	38,- €
E-Mitglieder (vom 14. bis 17. Lebensjahr)	19,- €
F-Mitglieder (bis zum 13. Lebensjahr)	13,- €
Familienbeitrag (A+B-Mitglied und deren Kinder bis zum 17. Lebensjahr)	110,- €
Aufnahmegebühr (Kinder, Jugendliche und Studenten bis 27 Jahre zahlen keine Aufnahmegebühr)	10,- €
Verwaltungsgebühr für Überweiser und Bareinzahler	3,- €

Achtung Barzahler und Überweiser: Bitte jeweils bis Ende Februar bezahlen (inkl. Verwaltungsgebühr!). Ohne Bezahlung des Mitgliedsbeitrages besteht kein Versicherungsschutz!

Impressum

Mitteilungen der Sektion
 Universitäts-Sportclub München des DAV e.V.
 Helene-Mayer-Ring 31, 80809 München
 Redaktion (V.i.S.d.P): Jan Rehm
 Tourenprogramm: Georg Wocher
 Druck: Druckerei Altermann GmbH
 85667 Oberpfraframmern

Liebe USC-Ierinnen und USC-Ier, liebe Freundinnen und Freunde unserer Sektion,

Wir starten in die Sommersaison! Einige Monate größerer Umwälzungen liegen hinter uns – und nein, ich meine nicht das Weltgeschehen. Im DAV gab es einige wichtige Weichenstellungen zu organisieren und Mehrheiten für notwendige Veränderungen in der Organisation und zentralen, und damit auch naturgemäß nicht günstigen, Projekten mussten gefunden werden.

Die Diskussionen waren intensiver als gewohnt, die Interessen großer und kleinerer Sektionen müssen in Einklang gebracht werden. Gefunden werden musste eine Struktur, die Ehrenamt und berufsmäßige Tätigkeit, Führung und Aufgabendelegation in einem der größten Vereine Deutschlands sinnvoll vereint.

Ein uns weiter begleitendes Projekt bleibt die IT-Infrastruktur, der Umbau auf ein zeitgemäßes System, das den vielfältigen Anforderungen der Sektionen im Großen wie im Kleinen genügt, wir noch Jahre in Anspruch nehmen und Budget binden und brauchen. Soweit der kurze Bericht aus dem Maschinenraum.

In unserem sichtbaren Sektionsalltag zeigt sich das kaum, hinter den Kulissen haben auch wir an weiter stabilen Strukturen gearbeitet, die Grundlage unseres Sektionsleben sind. Unser Klettersport, insbesondere im Leistungsbereich, entwickelt sich dank motivierter Trainerinnen und Trainer erfolgreich weiter, unterstützt auch durch engagierte Eltern.

Das alpine Programm ist vielfältig wie nie, sorgt für Ausbildung wie Anwendung, reicht vom Kletterklassiker bis zur Gravelldurchquerungen, von der leichten Bergtour zum schweren Sportklettern. Kurz erinnert: über die E-Mail-Newsletter bleibt Ihr auch über Neutouren und kurzfristig frei werdende Plätze informiert.

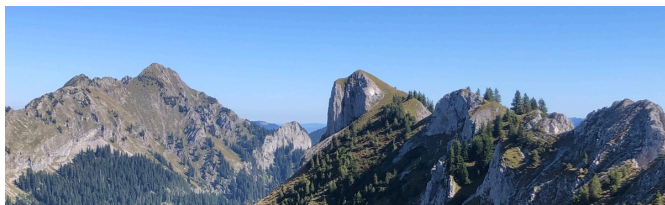
Jetzt aber rasch ran ans Programm. Blättern, suchen, anmelden. Euch und unsere Tourenführerschaft, Trainerinnen und Trainer und unseren Tourenwart Georg für all die Mühen belohnen.

Euer

Florian Hensel (1.Vorsitzender)

Mitgliederversammlung am Montag, 16.11.2026, 19:00 Uhr

Alter Wirt Thalkirchen, Fraunbergstraße 8. Einladung mit Versammlungsort und Tagesordnung erfolgt rechtzeitig per Newsletter und Internetseite der Sektion.





Polly Kühnel



Sommerprogramm

Wir haben ein weiteres spannendes Halbjahr voller Action, Spaß und neuer Herausforderungen vor uns.

In den kommenden Monaten warten wieder jede Menge an Angeboten auf euch. Es ist Zeit gemeinsam an die Wand zu gehen und jede Menge Freude am Hallenklettern zu haben, oder vielleicht auch auf eine Freizeit zu gehen.

Viel Vergnügen in der kommenden Saison.
Wir freuen uns schon auf euch!





Trainer*innen gesucht

Wir suchen aktuell Trainer*innen für Kinder- und Jugendkurse in den DAV-Verbundhallen Thalkirchen und Freimann. Sollten eines oder mehrere der folgenden Kriterien, auf dich zu treffen freuen wir uns dich kennenzulernen:



Du bist bereits **Jugendleiter*in** oder **Trainer*in C Sportklettern** oder hast Interesse, eine der beiden Ausbildungen zu absolvieren



Du bist zwischen 16 und 26 Jahren alt oder junggeblieben und fühlst dich in der JDAV genau richtig aufgehoben



Du hast Erfahrung bei der Arbeit mit Kindern und Jugendlichen



Du bist motiviert und kletterst souverän im oberen 6. Schwierigkeitsgrad



Besonders suchen wir gerade eine*n Trainer*in für unseren Erwachsenen-Kader (18-23 Jahre). Vorzugsweise mit Ausbildung/Erfahrung im Leistungssport oder der Bereitschaft zur Weiterbildung.

Bei Interesse melde dich gerne unter:

kletterteam-jugend@dav-usc-muenchen.de

Du liebst das Klettern und hast noch kein Training? Dann schau doch mal auf unserer Jugend-Webseite vorbei ;) Dort findest du Informationen zu unseren regelmäßigen Trainings und eine Warteliste auf der du dich für diese Eintragen kannst.



Christmas Cup 2025



Der Christmas Cup der USC Jugend am 13.12.2025 in Freimann – schon der dritte Christmas Cup! – war wieder richtig cool. Es gab viele spannende Boulder- und Kletterrouten, aber auch ein paar neue Sachen, die letztes Jahr noch nicht da waren. Weil es ein Teamwettbewerb ist, musste man fast alles zu zweit machen – das war manchmal ganz schön schwierig, aber auch lustig.

Zum Beispiel gab es einen Boulder mit einem Pümpel (also so einer Toilettensauglocke), mit dem man sich an nassen Glasscheiben festhalten musste, um nach oben zu kommen. Das ging nur, wenn man sich gegenseitig geholfen hat. Bei einem anderen Boulder musste man ein Kissen weitergeben, während man gemeinsam klettert. Und dann gab es noch einen „Blind“-Boulder: Einer durfte nichts sehen und musste sich auf die Anweisungen des Partners verlassen.



Mikhail Mishan



Mikhail Mishan

Das Besondere am Christmas Cup ist die tolle Stimmung. Alle feuern sich an und haben Spaß. Es gab auch „weihnachtliche“ Aufgaben, zum Beispiel musste man sich an der Wand schnell als Engel und Weihnachtsmann verkleiden und die Kostüme tauschen.

Draußen vor der Halle wurden an einem Stand Waffeln, Kinderpunsch und Glühwein angeboten – auch dies gehört irgendwie dazu. Und das Beste ist: Das Geld aus den Startgebühren wurde gespendet. Die besten drei Teams der Erwachsenen und der Kinder/Jugendlichen durften entscheiden wem: 1.100 Euro gingen an die SOS-Kinderdörfer.

Auch wenn ich und meine Teampartnerin diesmal Vierte geworden sind und keinen Preis bekommen haben, war es ein richtig schöner Tag und hat super viel Spaß gemacht.

Louis Lochbihler



Kletterfreizeit Slowenien



Früh am Morgen um 8:00 Uhr in Thalkirchen ging es für uns los. Wir fuhren diesmal mit einer etwas jüngeren Truppe wieder nach Slowenien. Die Vorfreude war riesig und schon auf dem Weg zur Unterkunft standen wir vor Bouldern am Fels, bereit für neue Herausforderungen.

Gleich an unserem ersten Tag wurde es spannend - Yevgeniy baute selbst einen Klettersteig. Ganz oben am Fels gab es eine Schaukel, von der wir weit übers Land schauen konnten. Es war mega - ein echtes Highlight. Aber auch abseits vom Fels wurde es nie langweilig. An unserem Pausentag haben wir Umbauen geübt und spielten auf einem riesigen Gelände im Wald „Räuber und Gendarm“. Aber besonders cool war das „Mörderspiel“. Jeder konnte lügen, jeder konnte verdächtigt werden. Unsere Unterkunft war der perfekte Ort, um die Abende mit viel Singen und Gitarrespielen ausklingen zu lassen.

Zwischen Klettern, Spielen und unzähligen Momenten lag eins in der Luft: unfassbar viel Spaß. Es wurde viel gelacht und einfach die Zeit genossen.

Es war eine Woche voller Abenteuer, die uns noch lange in Erinnerung bleiben wird.

Louise



Polly Kühnel

Trainings

Donnerstags
18³⁰-20⁰⁰ Uhr

**Bergsportspezifisches Krafttraining
(Zirkeltraining)**
ZHS, Gesundheitsraum 2

Dienstags
19⁰⁰-20³⁰ Uhr

Allgemeines Konditionstraining
Grundschule am Dom-Pedro-Platz
(Am Eingang klingeln - eigene Klingel
für Sportvereine)

Für die Teilnahme an dem Training in der ZHS ist eine Zugangsbe-
rechtigung sowie eine Anmeldung über die Website des ZHS erfor-
derlich.

Familienklettern am Samstag in Kooperation mit unserer Partnersektion Garching

Das Familienklettern richtet sich an Jugendliche ab 14 Jahren sowie
Familien.

Die Familienklettergruppe trifft sich jeden Samstag um 10 Uhr in der
Kletterhalle Freimann. Geklettert wird während der Schulzeit und in
der Regel bis 13 Uhr. Von Frühjahr bis in den Herbst wird so oft das
Wetter es zulässt, die Halle gegen Fels getauscht. Das Ziel für Sams-
tag wird am Mittwoch per Email bekanntgegeben. Für die Ausfah-
ren muss ein ganzer Tag eingeplant werden. Die nötige Ausrüstung
kann für die ersten Male kostenlos ausgeliehen werden. In diesem
Fall wird dringend um vorherige Bekanntgabe gebeten.

Anmeldung jeweils bis Freitagabend an familienklettern@dav-garching.de
(Auch für die Eintragung auf die Mailingliste)

Materialausleihe

Die wichtigsten Ausrüstungsgegenstände wie VS-Geräte, Schaufel,
Sonde, Pickel, Steigeisen, Klettersteigset, Schneeschuhe etc. können
in der Sprechstunde gegen (geringe) Gebühren und (höhere) Kautio-
n ausgeliehen werden. Eine genaue Liste mit den detaillierten Preis-
angaben findet sich auf unserer Homepage und in der Geschäftsstelle.

USC Klettertreff

Wir, eine Gruppe von 6-10 USClern, treffen uns regelmäßig am Sams-
tag um 10 Uhr zum freien Klettern. Kurzfristig wird jeweils entschie-
den, ob in der Kletterhalle Thalkirchen oder Freimann. Wer Interesse
hat ist herzlich willkommen, und meldet sich im Vorfeld bitte bei
Kathrin Jungnickel unter klettertreff@dav-usc-muenchen.de. Achtung:
Dies ist kein Kletterkurs! Sicheres Sichern muss beherrscht werden!

Touren- und Kursprogramm Sommer 2026

Das Sommerprogramm bietet wieder eine große Auswahl an Touren und Kursen. Alle Kurse haben wir ab Seite 10 aufgelistet.

Bitte beachtet auch die **Teilnahmebedingungen** und die bei jeder Tour angegebenen **Schwierigkeitseinstufungen**! Die Teilnahmebedingungen sowie die Bedeutung der Einstufungen können auf der Webseite der Sektion nachgelesen werden.

Bei allen Veranstaltungen ist explizit der **Anmeldeschluss** angegeben. Dieser ist auch für die Festlegung der **Stornogebühren (s. Kasten)** maßgeblich. Touren und Kurse können nur stattfinden, wenn bis zum Anmeldeschluss die Mindestteilnehmerzahl erreicht ist. Spätere Anmeldungen können bei Mehrtagestouren wegen der nach dem Anmeldeschluss erfolgenden Quartierreservierungen nicht immer berücksichtigt werden! Nach Anmeldeschluss ist eine Anmeldung nur noch über die Geschäftsstelle möglich, nicht aber online!

Stornokosten (Auszug aus den Teilnahmebedingungen)

- Bei Rücktritt vor dem Anmeldeschluss **10 € Bearbeitungsgebühr**
- Bei Rücktritt nach dem Anmeldeschluss, Nichtantreten, vorzeitiger Abreise oder verspäteter Anreise müssen **100 % des Veranstaltungspreises**, sowie mögliche Stornokosten bei Quartier u.ä. getragen werden.
- Ist eine Veranstaltung voll belegt und kann der Platz, der durch den Rücktritt frei wird, an eine Person von der Warteliste vergeben werden, behalten wir dennoch **10 € Bearbeitungsgebühr** ein.

Wir empfehlen den Abschluss einer Reiserücktritts- und Reiseabbruch-Versicherung, s. z.B. www.alpenverein.de unter Services/Versicherungen.

USC Kursprogramm Sommer 2026

Fahrtechnik Mountainbike

Fahrtechniktraining *Text im Programmteil*

Termine: 09.05., 28.06.

Sommer alpin

Grundkurs Gletscher Die Stichworte für diesen Kurs sind Erlernen der Steigeisentechniken, Seiltechnik, Sicherung in Eis und Firn, Spaltenbergung, Selbstrettung und Orientierung. Also alles, um eigenständig Touren im vergletscherten Gelände durchzuführen.

Termine: 04.06.-08.06., 12.06.-16.06., 26.06.-30.06.

Aufbaukurs Hochtouren Dieser Kurs vermittelt alle Kenntnisse und Fähigkeiten, die eine selbstständige Durchführung von anspruchsvollen, kombinierten Hochtouren in Fels (bis III. Grad), Firn und Eis (kurze Steileispassagen bis 50 Grad) ermöglichen. Voraussetzung: Grundkurs Gletscher oder profunde, eigene Erfahrung. Spaltenbergung wird nur noch wiederholt! Kondition für 8 bis 10 Std. am Berg, 1000 Hm Aufstieg

Termin: 16.07.-20.07.

Klettersteigkurs *Text im Programmteil*

Termin: 27.05.

Hochtourentraining Hochtourentraining für Teilnehmer mit HT-Kursabschluss oder Erfahrung auf eigenen, kleineren Hochtouren. Über Kletterei bis SG III, Firnrinnen, Gletscherflanken, spaltige Gletscher aber auch Gras- und Geröllflanken führen uns die Routen auf unsere Gipfel. Die Teilnehmer planen ihre Touren selbst und führen sie durch, der Veranstaltungsleiter achtet auf die Sicherheit. Sichere Seiltechnik, Kletterei mit Hochtourenstiefel, Gehen mit Steigeisen und gute Kondition sind dafür die Voraussetzungen.

Termine: 15.07.-20.07., 28.07.-02.08.

Orientierungskurs *Text im Programmteil*

Termin: 07.06.

Sportklettern/Alpinklettern

Topropekurs Der Einsteigerkurs für alle, die sich gerne mal an der Kletterwand in der Halle ausprobieren wollen. In diesem Kurs lernst du die Grundlagen des Sicherns und des Sportkletterns. Wie mache ich einen Anseilknoten? Wie bediene ich das Sicherungsgerät? Worauf muss ich beim Klettern achten? Diese und einige mehr Fragen beantwortet dir der 2x3-stündige Topropekurs. Alles nötige Material wird von uns gestellt, nur um Schuhe musst du dich selber kümmern. Als Voraussetzung reicht grundsätzliche Fitness und ein wenig Motivation. Bitte beachte: die Kursgebühren enthalten nicht den Eintritt in die Halle.

Termine: 05./07.08., 17./24.08., 23./25.09., 07./09.10., 09./10.10.

Vorstiegskurs Dieser 3x3-stündige Kurs knüpft direkt am Topropekurs an und lehrt dich alles notwendige zum Vorstiegklettern in der Halle. Erweiterte Knotenkunde, Bedienung des Sicherungsgerätes im Vorstieg, Stürze halten, grundlegende Technik für ein effizientes Klettern. Auf Wunsch kann nach erfolgreicher Teilnahme am Kurs der DAV Vorstiegsschein ausgestellt werden (dieser ist Voraussetzung für das Klettern in der ZHS). Voraussetzung für die Teilnahme an diesem Kurs ist ein absolvierter Topropekurs. Bitte beachte: die Kursgebühren enthalten nicht den Eintritt in die Halle.

Termine: 12./14./15.08., 30.09./02./03.10., 14./16./17.10., 22./23./24.10.

Kombi Vorstiegs-/Toperpekurs Der Einsteigerkurs für alle, die mit dem Klettern durchstarten möchten. Details im Programmteil.

Termine: 22.6./29.6./01.07./06.07./13.07.

Kletterkurs von der Halle an den Fels Du willst endlich mal richtigen Fels spüren und vom Plastik wegkommen? Dann ist dieser zweitägige Outdoorkurs genau das Richtige für Dich! Anreise am Freitag Abend, Kurseln am Samstag & Sonntag. Voraussetzung: Vorstiegskurs Halle oder entsprechende Vorkenntnisse. Kursinhalte: Erlernen der Seil und Sicherungstechnik für das Klettern im Klettergarten, Bewegungstechnik, Umgang mit mobilen Zwischensicherungen, Gefahrenkunde, Abseilen. Kursziel: Bewältigung von Kletterrouten bis zum 4. Schwierigkeitsgrad am Fels.

Termine: 01.05.-03.05., 24.07.-26.07.

Sturztraining & Sicherungsupdate Klettern ohne Furcht und Tadel, mit mehr Vertrauen zum Partner. Uptodate sein bezüglich allen aktuellen Sicherungsgeräten, Sichern nach den neuen DAV Empfehlungen. Außerdem kann ein schöner Abflug an der Wand, richtig ausgeübt und gesichert, ganz schön viel Spaß machen! Kursinhalte: Sicherungsgeräte ausprobieren, vergleichen. Steigerung der Sturzintensität nach den individuellen Bedürfnissen, weiches und hartes Halten von Stürzen. Voraussetzung: Erfahrung im Vorstiegsklettern und -sichern.

Termine: 06./08.05., 16./18.11.

Grundkurs Klettern Alpin Kursziel: Vermittlung von Kenntnissen und Fähigkeiten, die eine selbstständige Durchführung einfacher alpiner Klettertouren im II.-III. Schwierigkeitsgrad (UIAA) ermöglichen. Kursinhalt: Standplatzbau, Sicherungsmethodik und Knotentechnik, Klettern in Vor- und Nachstieg, Abseilen, Umgang mit mobilen Sicherungsmitteln, Klettertechniken, Orientierung, Tourenplanung, Materialkunde, Wetterkunde, Erste Hilfe, Umwelt- und Naturschutz. Voraussetzung: Grundkurs Bergsteigen oder entsprechende selbst erworbene Kenntnisse und Fähigkeiten, Schwindelfreiheit. Beherrschen des V. Schwierigkeitsgrads (UIAA) im Vorstieg in der Halle. Kondition für 4-6 Stunden Zu-, Auf- und Abstiege

Termine: 11.06.-15.06., 25.06.-29.06.

Aufbaukurs Klettern Alpin Kursziel: Vermittlung von Kenntnissen und Fähigkeiten, die eine selbstständige Durchführung mittelschwerer alpiner Klettertouren im IV. Schwierigkeitsgrad (nach UIAA) ermöglichen. Kursinhalt: U. a. Vertiefung der Inhalte des Grundkurses, Klettern im Vorstieg, Verbesserung der Sicherungs- und Klettertechnik, Klettertaktik, Umgang mit mobilen Sicherungsmitteln, Rückzugsmethoden und behelfsmäßige Bergrettung; Orientierung, Tourenplanung, Materialkunde, Wetterkunde, Erste Hilfe, Umwelt- und Naturschutz. Voraussetzung: Grundkurs Klettern Alpin oder Aufbaukurs Sportklettern oder Kletterkurs „von der Halle an den Fels“ und zusätzlich selbst erworbene Kenntnisse und Fähigkeiten, Schwindelfreiheit, Kondition für 4-6 Stunden Zu-, Auf- und Abstiege.

Termine: 06.08.-10.08., 17.09.-21.09.

Training Mehrseillängenrouten Das Klettern mehrerer Seillängen in Seilschaft erfordert fundierte Ausbildung und Erfahrung nicht nur im Klettern, sondern vor allem auch im Sichern, im selbstständigen Bau von Standplätzen und Legen mobiler Zwischensicherungen und im Zweifel auch in der behelfsmäßigen Bergrettung. Kursziel: Verbesserung und Festigung der Inhalte aus Grundkurs Alpin Teil 1. Kursinhalt: Sicherungstechnik am Standplatz mit HMS und ATC-Guide, Standplatzbau an eing Bohrten Standplätzen, Seilschaft in Aktion, Abseilen und Rückzug, Tourenplanung, Gebrauch von Topoführer, Orientierung in der Kletterroute Voraussetzung: Grundkurs Alpin. Die Teilnehmer beherrschen die alpine Sicherungstechnik, Rückzug, Abseilen und Grundlagen der behelfsmäßigen Bergrettung. Der eine oder andere Keil hat auch schon seinen Platz gefunden. Unbedingt Vorstiegserfahrung im III.-IV. Schwierigkeitsgrad (UIAA) im Fels, Beherrschung der Sicherungstechnik in Einseillängenrouten bzw. aus der Halle.

Termine: 07.05.-11.05., 28.05.-01.06., 21.08.-23.08., 17.09.-20.09.



Hochtourentraining bei idealem Wetter !

Touren mit Bus & Bahn Das ÖPNV-Tourenkonzept des DAV USC München

Zielsetzung: Mit unserem ÖPNV Tourenkonzept wollen wir mehr Veranstaltungen mit öffentlicher An- und Abreise anbieten.

Wichtig ist uns, dass Tourenführer und Teilnehmer auch tatsächlich mit Bus & Bahn zum Zielpunkt an- und abreisen. Wobei ein Zustieg unterwegs zu diesen Verkehrsmitteln immer möglich ist.

Um die Teilnehmer von den Reisekosten etwas zu entlasten, **werden diese Veranstaltungen zu halben Standardgebühren angeboten.**

Da unsere Tagestouren für die Teilnehmer kostenfrei sind, übernimmt **für diesen Veranstaltungstyp die Sektion die Fahrkosten.** Nur bei Tagestouren kauft der Leiter die Fahrkarten für alle Teilnehmer und rechnet sie mit der Sektion ab.

Natürlich ist es dem Vorstand bewusst, dass die erreichten CO₂-Einsparungen gering sind, aber wir sehen es auch als unsere Aufgabe, mit kleinen Schritten zur Nachhaltigkeit beizutragen.



After Work Gravelbike am Dienstag

Jeden Dienstag von Mai bis Oktober bieten wir eine Gravelbike-Ausfahrt an:

After Work Runde mit Gravelbike auf ruhigen Nebenstraßen, Fahrradwegen, Forstwegen und leichten Trails rund um München. Dauer ca. 3h, ca. 60 km. Start 17 Uhr (im Juni und Juli 18 Uhr).

Die Treffpunkte wechseln und werden jeweils ca. 1 Woche vorher in der Kurs- und Tourenübersicht auf der Website bekannt gegeben und den angemeldeten Teilnehmer:innen mitgeteilt. Die Leitung übernehmen abwechselnd Felix Breithaupt, Franz Frauhofer, Hendrik Börger und Jan Rehm.

Anmeldeschluss ist jeweils bis Montag 18 Uhr. Bitte unbedingt anmelden damit Ihr erfahrt ob die Tour stattfindet, bei schlechtem Wetter und/oder mangelnden Teilnehmern fallen die Touren aus!

Wir freuen uns auf rege Teilnahme!

Felix, Franz, Hendrik & Jan

Alle Veranstaltungen Mai – November 2026

Kontakt zu den Veranstaltungsleitern

Ein Hinweis zu unserem Online-Tourenportal: Angemeldete Teilnehmer können über die Funktion *Meine gebuchten Touren* die einzelnen Veranstaltungen aufrufen und finden dort einen Link über den der jeweilige Veranstaltungsleiter kontaktiert werden kann!

Die Online-Anmeldung zu allen Veranstaltungen des Sommerprogramms ist ab Donnerstag 23.04., 18 Uhr über die Website der Sektion möglich. Anmeldungen per Email werden auch erst ab diesem Zeitpunkt bearbeitet!

Mai 2026

01.05.-03.05.

Freitag-Sonntag

**Gebühr: 100 + 5€
max. 6 TN**

**Anmeldung
bis 24.04.**

Kletterkurs von der Halle an den Fels (B-26-3712)

Kursinhalte/Voraussetzungen s. S. 12. Anreise am Freitag Abend, Kurs am Samstag & Sonntag. Veranstaltungsort: im Umkreis von 150 km um München, wird an die Wetterverhältnisse angepasst. Anreise in Fahrgemeinschaften, Übernachtung auf dem Zeltplatz oder im Ferienhaus. Leitung: Wolfgang Klotzky

05.05.

Dienstag

max. 8 TN

**Anmeldung
bis 04.05.**

After Work Gravelbike (A-26-3832)

mittel

Beschreibung s. S. 14.

Führung: Felix Breithaupt/Hendrik Börger

06.05.

Mittwoch

**Gebühr: 55€
max. 6 TN**

**Anmeldung
bis 29.04.**

Sturztraining & Sicherungsupdate (B-26-3711)

Kursinhalte/Voraussetzungen s. S. 12. Der Kurs findet an zwei Abenden statt: Mittwoch und Freitag von jeweils 19⁰⁰ bis 22⁰⁰ Uhr. Veranstaltungsort: DAV Kletterzentrum München-Süd (Thalkirchen). Bitte beachte: Die Kursgebühren enthalten nicht den Eintritt in die Halle!

Leitung: Lutz Hankewitz

07.05.-11.05.

Donnerstag-Montag

**Gebühr: 175 + 14€
max. 5 TN**

**Anmeldung
bis 01.04.**

Training Mehrseillängenrouten (B-26-3600) 4

Kursinhalte/Voraussetzungen s. S. 13. Standort: Voraussichtlich Arco in Ferienwohnung
Anreise am 07.05.2026, 07⁰⁰ Uhr!

Leitung: Christian Merz

08.05.-11.05.

*Freitag-Montag***Gebühr: 40 + 5€**
max. 7 TN**Anmeldung
bis 08.03.****Tour mit
Bus&Bahn
s. Seite 14****Mountainbike (B-26-3679)****mittel/schwer**

Mountainbiken in der Fränkischen Schweiz ... Knackige Anstiege, schmale Trails und beeindruckende Natur - Die Oberschenkel brennen, das Herz pocht- Die Belohnung sind traumhafte Ausblicke und nicht zuletzt eine herzliche Bewirtung. Unterwegs auf den Touren erwartet uns eine lokale Küche und an jeder Ecke schöne Aussichten. Die Tour ist als Standorttour geplant und die Übernachtung findet immer in der gleichen Unterkunft statt. Gute Fahrtechnik (bis S2) und gute Kondition sollten mitgebracht werden, sonst bleibt der Spaß auf der Strecke! Abhängig von der Gruppe und den Verhältnissen werden wir die Tagesetappen variieren lassen. Diese können dann zwischen 40km und 80km und zwischen 1000Hm - 1500 Hm betragen, kleinerer Schiebepassagen sind möglich.

Anreise am 08.05.2026, 07⁰⁰ Uhr!

Führung: Wolfgang Brandl

09.05.

*Samstag***Gebühr: 15 + 2€**
max. 4 TN**Anmeldung
bis 07.05.****Klettern (B-26-3706)****Grad 4**

Wir fahren nach Ettal, klettern aufs Ettaler Weibl über die Weiblkante (3 SL: 4+, 3+, 2), gehen rüber zum bekannten Ettaler Mandl und steigen über den Normalweg (Klettersteig A/B) ab. Teilnahmevoraussetzung: Sicheres Klettern einer alpinen 4+ und Sichern. Es wäre schön, wenn zwei TeilnehmerInnen eine eigene Seilschaft mit eigenem Material bilden können (ist keine Teilnahmevoraussetzung).

Anreise am 09.05.2026, 09⁰⁰ Uhr!

Führung: Michael Hock

09.05.

*Samstag***(Klimabeitrag 1€,
ohne Berechnung)**
max. 8 TN**Anmeldung
bis 07.05.****Fahrtechniktraining (A-26-3761)**

Mountainbike Fahrtechniktraining im Münchner Norden. Dieser Kurs ist optimal zur Saisonvorbereitung und zum Erlernen oder Auffrischen der Fahrtechnik. Es wird auf die Wünsche und das Können der einzelnen Teilnehmer eingegangen und eignet sich dadurch sowohl für Anfänger als auch für Fortgeschrittene die an Ihrer Technik feilen möchten. Mögliche Themen: Körperposition, Gleichgewicht, richtig Bremsen, Bremsen auf losem Untergrund, Überfahren von Hindernissen, verschiedene Kurventechniken. Dauer in der Regel 3 Std. Normalerweise findet es von 10-13 Uhr statt, kann aber auf Grund Wetterverhältnisse auch etwas früher oder später geschoben werden. Leitung: Marion Reijerkerk

10.05.

*Sonntag**(Klimabeitrag 2€, ohne Berechnung)***max. 6 TN****Anmeldung
bis 07.05.****Bergtour (A-26-3640)****T4**

Heubergrunde: 4 Kleine Gipfel, der höchste, der Kitzstein ist nur knapp 1400m, den Heuberg kennt jeder, bei der Kindlwand gibt 's eine kurze leichte Kletterei und auf die Wasserwand führt ein Miniklettersteig. Eine abwechslungsreiche Rundtour auf meist kleinen Pfaden, bei der im Abstieg eventuell herrliche Krokuswiesen zu bewundern sind. Insgesamt ca. 1200 Hm, ca. 6-7Std

Anreise am 10.05.2026, 08⁰⁰ Uhr!

Führung: Georg Wocher

12.05.

*Dienstag**(Klimabeitrag 1€, ohne Berechnung)***max. 6 TN****Anmeldung
bis 08.05.****Tour mit
Bus&Bahn
s. Seite 14****(A-26-3792)****T3**

Trailrunning Tuesday - Feierabendrunde in den Bayrischen Voralpen: Bei guten Wetter starten wir nach (zeitigem) Feierabend gegen 16 Uhr am München Hbf mit dem Zug Richtung Süden um noch schnell gemeinsam einen Gipfel zu erreichen. Die Runden werden jeweils ca. 1000hm und 15km lang und führen uns überwiegend über mittelschwere (rote) Bergwanderwege. Steilere Abschnitte wollen wir bergauf zügig gehen (ca. 700-800hm/h), sobald es flacher wird wollen wir laufen. Unbedingt entsprechende Kondition, Koordination, Trittsicherheit und passende Ausrüstung mitbringen (Trailrunningschuhe, Jacke, Trinken und kleine Verpflegung). Konkrete Tour und genauere Infos werden jeweils kurzfristig bekannt gegeben.

Anreise am 12.05.2026, 16⁰⁰ Uhr!

Führung: Zeno Göschl

12.05.

*Dienstag***max. 8 TN****Anmeldung
bis 11.05.****After Work Gravelbike (A-26-3834)****mittel**

Beschreibung s. S. 14.

Führung: Felix Breithaupt/Hendrik Börger

14.05.

*Donnerstag**(Christi Himmelfahrt)
(Klimabeitrag 1€, ohne Berechnung)***max. 6 TN****Anmeldung
bis 10.05.****Bergtour (A-26-3628)****T4**

Aiplspitz und Heißenplatte. Wir fahren mit der Bahn nach Fischbachau und steigen über das Au-rachtal und den Nordgrat auf den Aipls-pitz. Im Abstieg machen wir einen Abstecher zur Heißenplatte und steigen über die Geitauer Alm zum Bahnhof Geitau ab. Trittsicherheit und Schwindelfreiheit, sicheres Kraxeln im I. Grat sowie Kondition für ca. 1100 hm und ca. 14 km sind erforder-

**Tour mit
Bus&Bahn
s. Seite 14**

17.05.

Sonntag

*(Klimabeitrag 1€,
ohne Berechnung)*

max. 6 TN

**Anmeldung
bis 13.05.**

**Tour mit
Bus&Bahn
s. Seite 14**

19.05./20.05.

Dienstag/Mittwoch

Gebühr: 30 + 2€

max. 5 TN

**Anmeldung
bis 10.05.**

**Tour mit
Bus&Bahn
s. Seite 14**

lich. Anm.: Je nach Schneelage kann das Tourenziel kurzfristig angepasst werden. Je nach Wetter kann die Tour auch aufs Wochenende verlegt werden.

Führung: Annalena Brunner

Bergtour (A-26-3716)

T4

Öffi-Bergtour ins Blaue je nach Verhältnissen. Mittelschwere Tour (bis T4, bis zu 1300 hm Auf-/Abstieg, bis zu 7h Gehzeit)

Anreise am 17.05.2026, 07⁰⁰ Uhr!

Führung: Ulli Brennenstuhl

Werktags-Bergtour (B-26-3778)

T2

Überschreitung der Benediktenwand und am Folgetag über 4 Almen auf einsamen unmarkierten Pfaden. Tag 1: Mit der Brauneckbahn sparen wir uns 800 Hm Aufstieg und überschreiten von der Bergstation aus einige kleinere Gipfel im Kamm zum Rotöhrensattel, von dort zum Ostaufstieg auf den langgezogenen Gipfel der Benediktenwand, die wir von Ost nach West überschreiten und anschließend zur Tutzinger Hütte (1352 Hm) absteigen. Aufstieg ca. 550 - 600 Hm, Abstieg 450 Hm, 5-6 Std. Gehzeit. Im Ostaufstieg zur Benediktenwand eine drahtseilversicherte Stelle (T 3), sonst T2. Tag 2: Wir steigen ca. 220 Hm wieder Richtung Benediktenwand auf und queren auf ca. 1550 Hm nach Südwest hinab in die Glaswandscharte und von da weiter abwärts bis knapp 1100 Hm, wo wir auf unsere 1. Alm, die Peterer Alm, treffen. Von da ab wird es einsam: Anfangs weglos, später auf schmalem unmarkierten Waldpfad 300 Hm aufwärts, oberhalb der Erbhoferalm geht es ca 90 Hm auf einer Wiese steil hinauf in den Sattel zwischen Gamseck und Latschenkopf, Letzteren erreichen wir als Gipfel des 2. Tages (1489 Hm) mit großartiger Aussicht auf die Karwendelkette. Es folgt ein stellenweise steiler Abstieg zur Laichhansenalm und weiter auf schmalen unmarkierten Pfaden zur Gropperalm (1300 Hm), wo wir am Brunnen Wasser nachfüllen können. Weiter ab-

wärts auf unmarkiertem Pfad zum Kienstein (1100 Hm), wo ein Forstweg endet, den wir Richtung Jachenau absteigen, ab dem Große-Laine-Bach markierte Wege bis Jachenau. Von dort mit Bus und Bahn nach München. Aufstieg ca. 650 Hm, Abstieg ca. 1100 Hm, Schwierigkeit T2 bis auf eine T3-Stelle, Gehzeit 6h30-7h. Alle Gehzeiten sind ausreichend berechnet, um auch die Landschaft genießen zu können. Treffpunkt: Bahnsteig der Bayr. Oberlandbahn an der Donnersbergerbrücke um 7h50. Sollte die Schneelage die Überschreitung der Benediktenwand noch nicht zulassen, findet die Tour als Tag 2 statt, dann von der Jachenau aus. Bei Rücktritt nach Anmeldeschluss können Stornogebühren anfallen.

Anreise am 19.05.2026, 07⁵⁰ Uhr!

Führung: Hans-Jürgen Müller von Pilchau

19.05.

Dienstag
max. 8 TN

**Anmeldung
bis 18.05.**

After Work Gravelbike (A-26-3835)

mittel

Beschreibung s. S. 14.

Führung: Felix Breithaupt/Hendrik Börger

23.05.

Samstag
(Klimabeitrag 1€,
ohne Berechnung)
max. 7 TN

**Anmeldung
bis 06.05.**

**Tour mit
Bus&Bahn
s. Seite 14**

Mountainbike (A-26-3680)

mittel

Mittelschwere Mountainbike-Tour in den Münchner Hausbergen. Gute Grundkondition erforderlich. Technische Grundkenntnisse genügen. Der Startpunkt der Tour ist mit öffentlichen Verkehrsmitteln erreichbar. Tour in den Münchner Hausbergen (50km, 850Hm). Nach einem erfrischenden Anstieg werden wir auf einer Alm die Möglichkeit haben einzukehren. Nach der Rast sind wir dann gestärkt und es geht weiter auf der Runde bis zur rasanten Abfahrt.

Anreise am 23.05.2026, 07⁰⁰ Uhr!

Führung: Wolfgang Brandl

26.05.

Dienstag
(Klimabeitrag 1€,
ohne Berechnung)
max. 6 TN

**Anmeldung
bis 21.05.**

(A-26-3793)

T3

Trailrunning Tuesday - Feierabendrunde in den Bayerischen Voralpen: Bei guten Wetter starten wir nach (zeitigem) Feierabend gegen 16 Uhr am München Hbf mit dem Zug Richtung Süden um noch schnell gemeinsam einen Gipfel zu erreichen. Die Runden werden jeweils ca. 1000hm und 15km lang und führen uns überwiegend über mittelschwere (rote) Bergwanderwege. Steilere Ab-

**Tour mit
Bus&Bahn
s. Seite 14**

schnitte wollen wir bergauf zügig gehen (ca. 700-800hm/h), sobald es flacher wird wollen wir laufen. Unbedingt entsprechende Kondition, Koordination, Trittsicherheit und passende Ausrüstung mitbringen (Trailrunningschuhe, Jacke, Trinken und kleine Verpflegung). Konkrete Tour und genauere Infos werden jeweils kurzfristig bekannt gegeben.

Anreise am 26.05.2026, 16⁰⁰ Uhr!

Führung: Zeno Göschl

26.05.
Dienstag
max. 8 TN

After Work Gravelbike (A-26-3836)

mittel

Beschreibung s. S. 14.

Führung: Felix Breithaupt/Hendrik Börger

**Anmeldung
bis 25.05.**

27.05.
Mittwoch
max. 6 TN

Klettersteigkurs (A-26-3718)

Es ist nicht ganz das Italien wie z.B. in der Brenta, aber immerhin gibts Espresso, Kuchen und die für uns kürzestmögliche Anreise für ein paar Höhenmeter am Stahlseil mit Ausrüstungscheck und Sicherheitsupdate. Wir treffen uns in der Bar Alpina auf einen Kaffee, drehen ein paar Runden im Indoor-Klettersteig vom Sporthaus Schuster und gehen danach weiter in einen Biergarten. Juhu!

Leitung: Franz Fraunhofer

**Anmeldung
bis 21.05.**

28.05.-01.06.
Donnerstag-Montag
Gebühr: 175 + 14€
max. 5 TN

Training Mehrseillängenrouten (B-26-3601) 4-5

Kursinhalte/Voraussetzungen s. S. 13. Ort: Voraussichtlich Arco in Ferienwohnung

Anreise am 28.05.2026, 07⁰⁰ Uhr!

Leitung: Christian Merz

**Anmeldung
bis 21.04.**

29.05.
Freitag
(Klimabeitrag 1€,
ohne Berechnung)
max. 6 TN

Klettersteig (A-26-3631)

Grad KS2

Mittenwalder Höhenweg am Frühaufsteher-Freitag. Wir nehmen die erste Bahn vom HBF München nach Mittenwald und begeben uns in Höhen, in denen noch an manchen Stellen Schnee liegen kann. Mit viel Auf und Ab am Kamm ist Kondition für fast 2000 Höhenmeter gefragt. Ausrüstungsliste B, zusätzlich Grödel/Steigeisen und Pickel.

Führung: Franz Fraunhofer

**Anmeldung
bis 20.05.**

**Tour mit
Bus&Bahn
s. Seite 14**

29.05.-31.05.

*Freitag-Sonntag***Gebühr: 28 + 3€
max. 10 TN****Anmeldung
bis 08.05.****Tour mit
Bus&Bahn
s. Seite 14****Bergtour (B-26-3759)****T3**

Trailrunning-/Speedhiking-Wochenende - oder auch: Gschwind um den Wilden Kaiser! In zwei Tagen und zwei Runden krönen wir uns zu Durchquerer:innen und Umrunder:innen des Kaiser-Massivs. Beide Etappen sind Teil des Kaiserkrone-Trails. Die Etappen umfassen jeweils etwas mehr als 30 km und 2.200 bzw. 2.600 HM. Bei den Etappen sind steile Passagen z. T. am Stahlseil zu bewältigen – Trittsicherheit ist daher erforderlich. Die An- und Abreise erfolgt öffentlich zur Gaudeamushütte, unserer Unterkunft für das Wochenende mit Mehrbettzimmern bei Halbpension. Freitag ist Anreisetag und wir stimmen uns nach kurzem Zustieg abends mit einem gemeinsamen Essen auf die Strapazen ein. Je nach Wunsch der Teilnehmenden oder unserem Trainingsfortschritt ;) darf sich eine etwas schnellere und eine etwas gemütlichere (gedanklich in Anführungszeichen :P) Gruppe finden. Obwohl die Tour schon einen Trainingscharakter haben sollte, steht grundsätzlich immer das Gruppen- sowie das Berg- und Panoramaerlebnis im Vordergrund - zurückgelassen wird niemand ;). Wir freuen uns auf 20 flinke Beine, die uns begleiten! Nach Anmeldeschluss können bei Rücktritt Stornokosten anfallen.

Anreise am 29.05.2026, 14⁰⁰ Uhr!

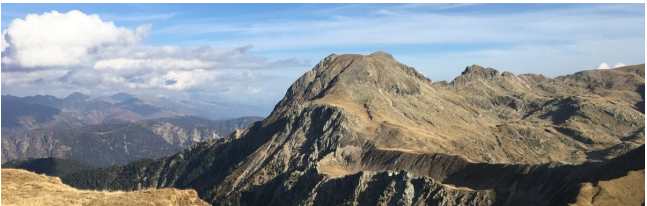
Führung: Georg Stockinger/Melissa Forster

30.05.

*Samstag**(Klimabeitrag 1€,
ohne Berechnung)***max. 6 TN****Anmeldung
bis 26.05.****Tour mit
Bus&Bahn
s. Seite 14****Bergtour (A-26-3629)****T3**

Daniel und Upsspitze: Wir fahren mit dem Zug von München nach Lermoos. Von dort wandern wir über die Tuftl Alm auf Daniel und Upsspitze. Trittsicherheit und Schwindelfreiheit erforderlich sowie Kondition für ca. 11 km und knapp 1400 hm.

Führung: Annalena Brunner



30.05.-07.06.

*Samstag-Sonntag***Gebühr: 150 + 23€**
max. 12 TN**Anmeldung**
bis 02.04.**Kletterfreizeit (F-26-3725)****14 Jahre**

Kletterfreizeit. In den Pfingstferien geht mal es wieder zum Klettern nach Kroatien. Wir fahren mit zwei Neunsitzern, übernachten in einer Ferienwohnung und gehen eine Woche lang gemeinsam Seilklettern. Für Teilnehmende der Klettergruppen zwischen 14 und 20 Jahren. Die Kosten setzen sich zusammen aus 165 € Teilnahmegebühr und 350 € für die Kosten vor Ort.

Führung: Yevgeniy Cherkashyn/Pia Sendele

Juni 2026

02.06.

*Dienstag***max. 8 TN****Anmeldung**
bis 01.06.**After Work Gravelbike (A-26-3837)****mittel**

Beschreibung s. S. 14.

Führung: Felix Breithaupt/Hendrik Börger

03.06.

*Mittwoch***Gebühr: 80€**
max. 8 TN**Anmeldung**
bis 27.05.**Klettern (B-26-3814)****Grad 6**

Klettertraining für Erwachsene: Du willst besser klettern? Du willst mit anderen Leuten gemeinsam Zeit in der Kletterhalle verbringen? Dann komm zu unserem Kompakt-Workshop Klettertechnik und Taktik! Gemeinsam mit einem Klettertrainer erarbeiten wir uns verschiedene Aspekte des Klettern, welche sich nachhaltig auf dein Klettererlebnis und Leistung auswirken sollen. Und natürlich auf deine Freude am Klettern. Klettertechnik, effiziente Bewegungen, Taktik, Onsight-Klettern, sowie Sicherungstraining und Sturzübungen – in jeder Einheit wird ein anderer Schwerpunkt gesetzt. Voraussetzung: Vorstiegserfahrung im ungefähr 6. Grad (UIAA) in der Halle. Vorstiegsziel ca. 7. Grad (UIAA), aber auch wer einmal in den 8. Grad (UIAA) reinschnuppern möchte, kommt auf seine Kosten! Das Training findet jeweils Mittwochs von 18⁰⁰ - 21⁰⁰ Uhr an insgesamt 6 Terminen vom 3. Juni bis inkl. 8 Juli (3./10./7./24. Juni und 1./8. Juli) in der DAV Kletterhalle in Thalkirchen statt. Bitte eigene Kletterschuhe sowie angemessenes Schuhwerk zum Sichern (z.B. Turnschuhe, keine Flipflops) mitbringen. Der Eintritt in die Halle muss selber gezahlt werden, für Seile und bei Bedarf sonstiges Material (Gurte, Sicherungsgeräte, Reibungserhöher, etc.) ist gesorgt.

Führung: Lukas Knorr/Felix Pfluger

04.06.-08.06.

Donnerstag-Montag

**Gebühr: 80 + 5€
max. 10 TN****Anmeldung
bis 21.05.****Tour mit
Bus&Bahn
s. Seite 14****Grundkurs Gletscher (B-26-3805)**

Kursinhalte/Voraussetzungen s. S. 10. Der DAV-Ausbildungsstützpunkt Taschachhaus im Pitztal bietet ideale Voraussetzungen für die hochalpine Ausbildung, dank der guten Erreichbarkeit, der Nähe zum Gletscher und natürlich der guten Küche.

Anreise am 04.06.2026, 07⁰⁰ Uhr!

Leitung: Severin Daiß/Josef Kinseher

06.06.

Samstag

**Gebühr: 12 + 1€
max. 5 TN****Anmeldung
bis 04.06.****Tour mit
Bus&Bahn
s. Seite 14****Klettern (B-26-3829)****Grad III**

Der Soldatenweg ist eine leichte, gut abgesicherte, aber mit 10 Seillängen doch längere alpine Kletterroute auf den Predigtstuhl (1920m) im Karwendel. Geklettert wird in eigenständigen Zweierseilschaften; alle müssen bereits erfahren sein mit Klettern in alpinen Mehrseillängenrouten (Standplatzbau, Zwischensicherungen, Seilkommandos, Kameradensicherung)! Abfahrt Zug von München Hbf: 6:28 Uhr

Anreise am 06.06.2026, 06²⁸ Uhr!

Führung: Josef Scheichenzuber

07.06.

Sonntag

**(Klimabeitrag 1€,
ohne Berechnung)****max. 8 TN****Anmeldung
bis 04.06.****Tour mit
Bus&Bahn
s. Seite 14****Bike & Hike (A-26-3795)****T2**

Bike & Hike Lechtaler Alpen Mittelschwere Bike und Hike-Tour auf den Daniel 2340m in den Lechtaler Alpen. Gute Kondition erforderlich. Fahrtechnik S0-S1. Bergtour T2. Den Gipfel erreichen wird dabei über den Normalweg. Unterwegs haben wir die Möglichkeit auf einen Einkehrschwung. Der Startpunkt der Tour ist mit öffentlichen Verkehrsmitteln erreichbar. Kondition für Bike (30km, 700Hm) und Hike (1000Hm)

Anreise am 07.06.2026, 07⁰⁰ Uhr!

Führung: Wolfgang Brandl



07.06.

Sonntag

(Klimabeitrag 1€,
ohne Berechnung)

max. 8 TN

Anmeldung
bis 04.06.Tour mit
Bus&Bahn
s. Seite 14**Orientierungskurs (A-26-3828)**

An diesem Tag wollen wir auf kleinen Steigen und teils auch weglos in der Nähe des Sylvensteinsees wandern und dabei Grundkenntnisse der Orientierung mit Karte (Papier und digital), Kompass, Höhenmesser und GPS (auch Handy) erwerben bzw. einüben. Im Zug wird die Theorie dazu behandelt. Da geplant ist, bei der Unternehmung auch noch einen selten erreichten Gipfel mitzunehmen und im weglosen Teil auch hin und wieder die Hände mit eingesetzt werden müssen, ist eine gute Kondition, Trittsicherheit und auch Kletterkönnen bis Schwierigkeit I erforderlich! Höhenmeter rauf ca. 800 Hm und auch wieder runter. Abfahrt von München Hbf: 7:02 Uhr; Ankunft abends ca. 19 oder 20 Uhr.

Anreise am 07.06.2026, 07⁰² Uhr!

Leitung: Josef Scheichenzuber

09.06.

Dienstag

(Klimabeitrag 1€,
ohne Berechnung)

max. 6 TN

Anmeldung
bis 04.06.Tour mit
Bus&Bahn
s. Seite 14**(A-26-3794)****T3**

Trailrunning Tuesday - Feierabendrunde in den Bayrischen Voralpen: Bei guten Wetter starten wir nach (zeitigem) Feierabend gegen 16 Uhr am München Hbf mit dem Zug Richtung Süden um noch schnell gemeinsam einen Gipfel zu erreichen. Die Runden werden jeweils ca. 1000hm und 15km lang und führen uns überwiegend über mittelschwere (rote) Bergwanderwege. Steilere Abschnitte wollen wir bergauf zügig gehen (ca. 700-800hm/h), sobald es flacher wird wollen wir laufen. Unbedingt entsprechende Kondition, Koordination, Trittsicherheit und passende Ausrüstung mitbringen (Trailrunningschuhe, Jacke, Trinken und kleine Verpflegung). Konkrete Tour und genauere Infos werden jeweils kurzfristig bekannt gegeben.

Anreise am 09.06.2026, 16⁰⁰ Uhr!

Führung: Zeno Göschl

09.06.

Dienstag

max. 8 TN

Anmeldung
bis 08.06.**After Work Gravelbike (A-26-3838)****mittel**

Beschreibung s. S. 14.

Führung: Felix Breithaupt/Hendrik Börger

11.06.-15.06.

*Donnerstag-Montag***Gebühr: 160 + 6€****max. 5 TN****Anmeldung
bis 01.06.****Grundkurs Klettern Alpin (B-26-3728)**

Kursinhalte/Voraussetzungen s. S. 12. Kursort: Gimpelhaus, Tannheimer Berge. Übernachtung im Mehrbettzimmer mit HP ca.78€ / Nacht.

Anreise am 11.06.2026, 09⁰⁰ Uhr!

Leitung: Wolfram Hetzenauer

12.06.-16.06.

*Freitag-Dienstag***Gebühr: 130 + 7€****max. 7 TN****Anmeldung
bis 28.05.****Grundkurs Gletscher (B-26-3733)**

Kursinhalte/Voraussetzungen s. S. 10. Das Tashachhaus ist ein sehr gut geführter Ausbildungsstützpunkt in den Öztaler Alpen und bietet in der Umgebung eine Fülle von Trainingsmöglichkeiten. Ausrüstung: DAV USC Ausrüstungsliste F. Seile bringt der Führer mit. Aufstieg zum Tashachhaus 2,5 Std.

Anreise am 12.06.2026, 07⁰⁰ Uhr!

Leitung: Manfred Dosch

16.06.

*Dienstag***max. 8 TN****Anmeldung
bis 15.06.****After Work Gravelbike (A-26-3839)****mittel**

Beschreibung s. S. 14.

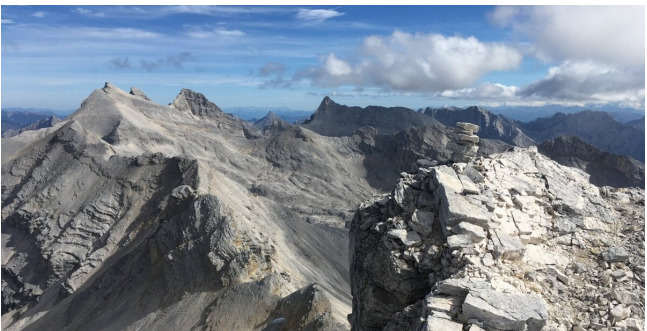
Führung: Felix Breithaupt/Hendrik Börger

19.06.

*Freitag**(Klimabeitrag 2€,
ohne Berechnung)***max. 6 TN****Anmeldung
bis 17.06.****Bike & Hike (A-26-3763)****T3**

Vorkarwendel: Schreckenspitze (2020m)- Nach gut 1 Std. Auffahrt durchs Unteraulal bleiben die Bikes an der Gröbenalm stehen. Es geht zuerst zur Sonntagsspitze (kurz seilversichert) und dann über den teils grasigen, teils felsigen Grat zur ausichtsreichen Schreckenspitze, im Juni gibt es noch herrliche Blumenwiesen- 1100 Hm, 5-6 Std. Der Führer geht eher gemütlich. Kombinationsmöglichkeit mit der Tour vom Samstag.

Führung: Georg Woche



20.06.

*Samstag**(Klimabeitrag 2€, ohne Berechnung)***max. 6 TN****Anmeldung
bis 17.06.****Bergtour (A-26-3764)****T4**

Karwendel: Überschreitung: Von Pertisau auf die Seebergspitze (2026m) und über den zum Teil etwas ausgesetzten Grad mit herrlichen Tiefblicken zum Achensee und bis zum Hauptkamm hinüber zur Seekarspitze (2053m) und über die Seekaralm hinunter nach Achenkirch, ca 1300 Hm, 7 Std- um uns den langen Weg zurück am See entlang zu sparen, fährt der Führer mit dem Rad zum Ausgangspunkt zurück, für ein erfrischendes Bad im See die nötigen Dinge mitnehmen! Wer die Tour mit der Bike und Hike Tour vom Freitag verbinden möchte, kann am Campingplatz am See übernachten.

Führung: Georg Wocher

22.06.

*Montag**(Klimabeitrag 2€, ohne Berechnung)***max. 6 TN****Anmeldung
bis 17.06.****Werktags-Bergtour (A-26-3779)****T2**

Vorderskopf im Rifstal (1858m). Einfache zugleich einsame Wanderung auf einen wenig bestiegenen Berg mit überraschend großem Gipfelplateau (fast so groß wie ein Fußballfeld, schöne 360°-Rundumsicht, ideal für eine gemütliche Gipfelrast). Zügiger Aufstieg auf schmalen Pfaden aus dem Rifstal (960 Hm – ca. 3 Std.), Abstieg über Alm-/Forstwege zur Vordersbachau-Alm und zurück ins Rifstal. (T 1-2, Gesamtzeit 5 ½ -6 Std.) Treffpunkt: Steinkirchner Straße beim U-Bahnhof Fürstenried-West.

Anreise am 22.06.2026, 08⁰⁰ Uhr!

Führung: Hans-Jürgen Müller von Pilchau

22.06.

*Montag***Gebühr: 130€****max. 8 TN****Anmeldung
bis 15.06.****Kletterkurs (B-26-3815)**

Kombi-Kletterkurs Toprope und Vorstieg: Der Einsteigerkurs für alle, die mit dem Klettern durchstarten möchten. In diesem Kurs lernst Du die sowohl Grundlagen des Sicherns und des Sportkletterns im Toprope als auch alles notwendige zum Vorstiegsklettern. Wie mache ich einen Anseilknoten? Wie bediene ich das Sicherungsgerät? Worauf muss ich beim Klettern achten? Diese und einige mehr Fragen beantwortet Dir der 5x3-stündige Kombikurs, der Toprope- und Vorstiegskurs vereint. Alles nötige Material wird von uns gestellt, nur um Kletterschuhe musst Du Dich selber kümmern. Bitte auch geeignete Schuhe zum Sichern mitnehmen (z.B. Turnschuhe, keine Flipflops). Der Kurs findet an fünf Abenden von jeweils 18³⁰ bis 21³⁰ Uhr statt. Die Termine sind: 22.6., 29.6., 01.07., 06.07., 13.07. Veranstaltungsort: DAV Kletterzentrum München-Süd (Thalkirchen). Bitte beachte: Die Kursgebühren enthalten nicht den Eintritt in die Halle.

Leitung: Birgit Foersch

23.06.
Dienstag
max. 8 TN

After Work Gravelbike (A-26-3840)

mittel

Beschreibung s. S. 14.
Führung: Felix Breithaupt/Hendrik Börger

Anmeldung
bis 22.06.

23.06.
Dienstag
(Klimabeitrag 2€,
ohne Berechnung)
max. 7 TN

Werktags-Bergtour (A-26-3744)

T3

Johannifeuer in Grainau. Traditionell werden in Grainau am Vorabend des Johannistag Bergfeuer auf der Waxensteinkette, in den Karen des Waxensteins aber auch auf dem Hohen Ziegspitz entzündet. Gemeinsam wollen wir uns diese vom Hohen Ziegspitz aus anschauen. Dazu steigen wir so auf, dass wir kurz vor Sonnenuntergang am Gipfel sind und steigen dann später mit Stirnlampe wieder ab.

Start gegen 15³⁰ in München, Rückkehr gegen ca. 2 - 3 Uhr früh. Die Tour findet nur bei entsprechenden Wetterverhältnissen statt. Kondition für ca. 1200 hm flotten Auf- und Abstieg und Trittsicherheit werden benötigt.

Führung: Ulli Brennenstuhl

Anmeldung
bis 19.06.

25.06.-29.06.
Donnerstag-Montag
Gebühr: 160 + 6€
max. 5 TN

Grundkurs Klettern Alpin (B-26-3729)

Kursinhalte/Voraussetzungen s. S. 12. Kursort: Gimpelhaus, Tannheimer Berge. Übernachtung im Mehrbettzimmer mit HP ca.78€ / Nacht.

Anreise am 25.06.2026, 09⁰⁰ Uhr!

Leitung: Wolfram Hetzenauer

Anmeldung
bis 15.06.

26.06.-30.06.
Freitag-Dienstag
Gebühr: 130 + 7€
max. 7 TN

Grundkurs Gletscher (B-26-3734)

Kursinhalte/Voraussetzungen s. S. 10. Das Taschachhaus ist ein sehr gut geführter Ausbildungsstützpunkt in den Ötztaler Alpen und bietet in der Umgebung eine Fülle von Trainingsmöglichkeiten. Ausrüstung: DAV USC Ausrüstungsliste F. Seile bringt der Führer mit. Aufstieg zum Taschachhaus 2,5 Std.

Anreise am 26.06.2026, 07⁰⁰ Uhr!

Leitung: Manfred Dosch

Anmeldung
bis 11.06.



27.06.

Samstag

(Klimabeitrag 1€,
ohne Berechnung)

max. 8 TN

Anmeldung
bis 24.06.Tour mit
Bus&Bahn
s. Seite 14**Mountainbike (A-26-3796)**

mittel/schwer

Römerweg und Fernpass-Trails, Start in Ehrwald. Gute Grundkondition erforderlich. Fortgeschrittene Fahrtechnik notwendig. Der Startpunkt der Tour ist mit öffentlichen Verkehrsmitteln erreichbar. Tour im Mieminger-Gebirge und den Lechtaler Alpen (50km, 1500Hm) / Tour ist abhängig von der Schneelage in den Bergen. Abwechslungsreiche MTB-Tour mit Höhenmetern zum warm werden, der Möglichkeit eines Einkehrschwungs und rasanten Abfahrten und nicht zu vergessen unser berauschende Berglandschaft für die kleine Auszeit.

Anreise am 27.06.2026, 07⁰⁰ Uhr!

Führung: Wolfgang Brandl

28.06.

Sonntag

(Klimabeitrag 1€,
ohne Berechnung)

max. 8 TN

Anmeldung
bis 25.06.Tour mit
Bus&Bahn
s. Seite 14**Fahrtechniktraining (A-26-3762)**

Aufbau Fahrtechniktraining im Gelände. Erlebe ein intensives Mountainbike-Fahrtechniktraining auf den Trails in München-Allach, speziell gerichtet an erfahrene Anfänger und Fortgeschrittene. Typische Kursinhalte umfassen das Verfeinern von Kurventechnik, das sichere Meistern von Hindernissen, effizientes Bremsen und die richtige Position im Gelände. Gemeinsam optimieren wir deine Fahrtechnik, damit du anspruchsvolle Strecken souverän und mit Spaß meisterst. Dieses Training verbindet Technisches Know-how mit praxisorientierten Übungen, um dein Können auf das nächste Level zu heben. Dauer in der Regel 3 Std. Normalerweise findet es von 10-13 Uhr statt, kann aber auf Grund Wetterverhältnisse auch etwas früher oder später geschoben werden.

Leitung: Marion Reijerkerk

30.06.

Dienstag

max. 8 TN

Anmeldung
bis 29.06.**After Work Gravelbike (A-26-3841)**

mittel

Beschreibung s. S. 14.

Führung: Felix Breithaupt/Hendrik Börger

30.06.-02.07.

Dienstag-Donnerstag

Gebühr: 40 + 3€

max. 5 TN

Anmeldung
bis 18.06.**Werktags-Bergtour (B-26-3780)**

T3

3tägige Durchquerung des Ammergebirges von West nach Ost. Wir wollen in 3 Wandertagen das wilde Ammergebirge von Schwangau bis Unterammergau durchqueren. 1.Tag: Wir starten an der Talstation der Tegelbergbahn (Kosten Bergfahrt ca. 21 €) und sparen uns 900 Hm Aufstieg und 3 Std. Zeit, die wir am Anreisetag nicht ha-



Reifenpanne im Fernpassgebiet (s. 27.06.)

**Tour mit
Bus&Bahn
s. Seite 14**

ben. Wir wandern auf z.T. alpinen, stellenweise ausgesetzten Pfaden über Ahornsattel, Niederstraußbergsattel, Gabelschrofensattel (hier Abstecher zum Gipfel der Krähe (2010 Hm) mit super Aussicht möglich (+ ca. 1 Std) und Kenzensattel (auch hier Besteigung des Kenzenkopf -1750 Hm - möglich) zur gemütlichen Kenzenhütte (ohne Gipfel 4-5 Std Gehzeit, Aufstieg 560 Hm, Abstieg 970 Hm, T2). 2. Tag: Aufstieg auf den Bäckenalmsattel und weiter über eine lange Gratwanderung nach Osten über Hirschwang, Feigenkopf (1886Hm), 130 Hm abwärts zum Gamsanger und weiter über den Klammspitzgrat (stellenweise T3) 170 Hm aufwärts zur großen Klammspitze (1923Hm), danach Abstieg nach Osten zu den aussichtsreich gelegenen Brunnenkopfhäusern (1602 Hm), 5 – 5,5 Std.Gehzeit. 3. Tag: Wir verfolgen den Gratverlauf weiter nach Osten mit Überschreitung von Hennenkopf und Laubeneck zur Pürschling-Hütte und Abstieg nach Oberammergau (alternativ vom Laubeneck über Teufelstättkopf nach Unterammergau) zur Bahn nach München (ca. 6 Std. Gehzeit). Gesamtschwierigkeit T2-T3, auch bei dieser Tour sind die Gehzeiten eher großzügig berechnet. Tour mit ÖPNV, Deutschlandticket empfohlen Treffpunkt: Pasinger Bahnhof 07h30 zum Regionalzug RB 74 nach Buchloe, ab Pasing 7h38, ab FFB 7h53. Bei Rücktritt nach Anmeldeabschluss können Stornogebühren anfallen
Anreise am 30.06.2026, 07³⁰ Uhr!
Führung: Hans-Jürgen Müller von Pilchau

Juli 2026

02.07.-06.07.

*Donnerstag-Montag***Gebühr: 125 + 10€****max. 5 TN****Anmeldung
bis 29.05.****Klettersteigwoche (B-26-3809)****Grad KS3**

Marmolata Überschreitung von Moena bis an den Fedajastausee. Wir starten Donnerstag früh und kommen erst Sonntag spätabends wieder nach Hause. 1600hm/Tag, ÜN auf Italienischen Alpenvereinshütten (HP ca. 80€) Die angedachten Klettersteige sind Via Ferrata Bruno Federspiel, Bepi Zac, Le Cirele und auf die Marmolata der Westgrat mit dem Hans-Seyffert-Weg. Es liegt um die Jahreszeit auf der Höhe in der Regel noch einiges an Schnee und an der Marmolata gibts noch einen Gletscher, daher werden wir auch Pickel und Steigeisen einpacken.

Führung: Franz Fraunhofer

03.07.-06.07.

*Freitag-Montag***Gebühr: 50 + 5€****max. 6 TN****Anmeldung
bis 04.05.****Tour mit
Bus&Bahn
s. Seite 14****Gravelbike (B-26-3750)****mittel/schwer**

5 Länder Alpencross in 4 Tage - Dieser bildgewaltige Gravel-Alpencross führt von Lindau am Bodensee ein kurzes Stück durch Österreich, einmal quer durch Liechtenstein, über die malerischen Landschaften der Schweiz und schließlich begrüßt Südtirol und damit Italien. Von Bozen, dem Ziel unserer Reise, können wir mit dem Zug entspannt nach Hause zurückfahren. Die Strecke bietet eine abwechslungsreiche Mischung aus gut ausgebauten Radwegen, Schotterpassagen und eindrucksvollen Alpenpässen, auf denen auch mit Verkehr zu rechnen ist. Übernachtet wird auf Campingplätzen – das Zelt ist also dein treuer Begleiter. Mit Tagesetappen von bis zu 100 Kilometern und rund 2000 Höhenmetern ist die Tour sportlich, aber absolut machbar. Der Gravelanteil variiert je nach Etappe zwischen 5 und 60 % und sorgt so für jede Menge Abwechslung und Fahrspaß.

Anreise am 03.07.2026, 06³⁰ Uhr!

Führung: Riccardo Scandroglio

03.07.

*Freitag***Gebühr: 6 + 1€****max. 6 TN****Anmeldung
bis 22.06.****Werktags-Bergtour (B-26-3768)****T5**

Wir gehen zusammen über die Nordwand- Ferrata auf die Alpspitze- mit Alpsitzbahn Unterstützung. Dafür muss der Klettersteig Schwierigkeitsgrad B sicher mit Klettersteigset beherrscht werden. Außerdem ist Trittsicherheit und Schwindelfreiheit, sowie Kondition für 700 anstrengende Klettersteig Höhenmeter notwendig. Wir steigen über den etwas ausgesetzten Ostgrat und

**Tour mit
Bus&Bahn
s. Seite 14**

07.07.
Dienstag
max. 8 TN

**Anmeldung
bis 06.07.**

den Nordwandsteig zur Bahnstation am Osterfelderfelderkopf ab. Wir fahren mit dem Zug zur Kreuzeckbahn. Dafür treffen wir uns um 6:25 am Hauptbahnhof Starnberger Flügelbhf, (Gleis 29-31) vor dem BRB Ticketautomat.

Führung: Christian Bormann

After Work Gravelbike (A-26-3842) mittel

Beschreibung s. S. 14.

Führung: Felix Breithaupt/Hendrik Börger

10.07.

Freitag

Gebühr: 15 + 3€
max. 4 TN

**Anmeldung
bis 01.07.**

Klettern (B-26-3766) Grad 4

Wir gehen zusammen über die Eisenzeit auf die Zugspitze. Dafür muss im vierten Schwierigkeitsgrad geklettert werden und der zweite Grad sowie Klettersteige bis B/C sicher seilfrei beherrscht werden. Außerdem ist eine gute Kondition notwendig- für ca. 2000 hm im Auf- und Abstieg, runter laufen wir über den Stospelzieher Klettersteig. Wir fahren mit dem Auto an den Eibsee. Dafür treffen wir uns um 4:30 in Fürstenried West.

Führung: Christian Bormann



Notkarspitze (s. 11.07.)

11.07.

Samstag

(Klimabeitrag 1€,
ohne Berechnung)

max. 6 TN

Anmeldung
bis 08.07.Tour mit
Bus&Bahn
s. Seite 14**Bergtour (A-26-3765)****T3**

Ammergauer Alpen: Mit Zug und Bus erreichen wir Ettal, von dort über Zieglsitz zur Notkarspitze (1988m), dann hinunter zum Hasenjochl (1600m) und hinauf zum Brünstlkopf (1814m) und hinunter nach Farchant wo wir in 10 Minuten am Bahnhof sind, ca 8 Std Gehzeit. Wir machen an den Gipfeln ausführlich Pause und genießen auch auf den beiden Gratrücken die herrliche Aussicht, die Tage sind lang, sodass wir genügend Zeit haben und auch die Züge fahren noch spät. Bei unsicherem Wetter muss die Tour gekürzt werden.
Führung: Georg Woher

12.07.

Sonntag

(Klimabeitrag 1€,
ohne Berechnung)

max. 8 TN

Anmeldung
bis 09.07.Tour mit
Bus&Bahn
s. Seite 14**Bike & Hike (A-26-3797)****T3**

Mittelschwere/Schwere Bike und Hike-Tour auf die Birkkarspitze (2749m) im Karwendel. Gute Kondition erforderlich. Fahrtechnik S0-S1. Bergtour T3. Den Gipfel erreichen wird dabei über den Normalweg (Klettersteigset und entsprechend Bergausrüstung ist notwendig). Unterwegs haben wir die Möglichkeit auf dem Karwendelhaus (1765m) einzukehren. Der Startpunkt der Tour ist mit öffentlichen Verkehrsmitteln erreichbar. Kondition für Bike (65km, 1000Hm) und Hike (1000Hm)

Anreise am 12.07.2026, 07⁰⁰ Uhr!

Führung: Wolfgang Brandl

12.07.

Sonntag

(Klimabeitrag 1€,
ohne Berechnung)

max. 5 TN

Anmeldung
bis 09.07.Tour mit
Bus&Bahn
s. Seite 14**Klettersteig (A-26-3831)****Grad C**

Ziel ist der Tegelberg (1881m) bei Füssen mit Aufstieg über den Tegelberg-Klettersteig (Schwierigkeit C) und Abstieg wahlweise über den über den Klettersteig-Lehrpfad Gelbe Wand oder sogar über den schönen, aussichtsreichen, aber auch ausgesetzten Gratweg in Richtung Marienbrücke zum Schloss Neuschwanstein. Voraussetzungen: gute Kondition für ca. 1000 Hm rauf und auch wieder runter, Erfahrung mit Klettersteigen, trittsicher, schwindelfrei. Abfahrt Zug von München Hbf.: 7:29 Uhr

Anreise am 12.07.2026, 07²⁹ Uhr!

Führung: Josef Scheichenzuber

14.07.

Dienstag

max. 8 TN

Anmeldung
bis 13.07.**After Work Gravelbike (A-26-3843)****mittel**

Beschreibung s. S. 14.

Führung: Felix Breithaupt/Hendrik Börger

15.07.-20.07.

*Mittwoch-Montag***Gebühr: 145 + 6€**
max. 4 TN**Anmeldung
bis 24.04.****Tour mit
Bus&Bahn
s. Seite 14****Hochtouretraining (B-26-3745) mittel/schwer**

Kursinhalte/Voraussetzungen s. S. 11. Hochtourentraining Bernina - im „Festsaal der Alpen“. Die letzten Kilometer unserer Anreise legen wir mit der Rhätischen Eisenbahn zurück und werden uns bestimmt schon gut auf die Bernina eingestimmt haben, wenn wir in Pontresina aus dem Zug steigen. Die Tourenmöglichkeiten sind sehr vielfältig. Nach Möglichkeit machen wir eine Durchquerung und steigen am Berninapass nach 6 tollen Tagen wieder in den Zug ein. Übernachtung auf der Chamanna Coaz (SAC, 3 Nächte), auf der Maco e Rosa Hütte (CAI, 1 Nacht) und auf der Diavolezza (1 Nacht). Mögliche Touren: Piz Corvatsch, Piz Glüschaint, , Piz Roseg, Piz Zupo, Piz Argient, Piz Bernina, Piz Palü, Munt Pers. **WICHTIG:** Teilnehmer*innen, die den Tourenleitern nicht bekannt sind, halten dort bitte vor der Anmeldung Rücksprache. Die Vorberechung findet online statt.

Anreise am 15.07.2026, 06⁴⁸ Uhr!**Vorbereitung am 26.04.2026, 20³⁰ Uhr!**

Leitung: Klaus Miebach

16.07.-20.07.

*Donnerstag-Montag***Gebühr: 160 + 7€**
max. 5 TN**Anmeldung
bis 25.06.****Aufbaukurs Hochtouren (B-26-3735)**

Kursinhalte/Voraussetzungen s. S. 11. Das Taschachhaus ist ein sehr gut geführter Ausbildungsstützpunkt in den Ötztaler Alpen und bietet in der Umgebung eine Fülle von Trainingsmöglichkeiten. Ausrüstung: DAV USC Ausrüstungsliste F. Seile bringt der Führer mit. Aufstieg zum Taschachhaus 2,5 Std.

Anreise am 16.07.2026, 07⁰⁰ Uhr!

Leitung: Manfred Dosch

*Hochtouretraining Bernina (s. 15.-20.07.)*

16.07./17.07.

*Donnerstag/Freitag***Gebühr: 50 + 2€
max. 4 TN****Anmeldung
bis 06.07.****Tour mit
Bus&Bahn
s. Seite 14****Werktags-Bergtour (B-26-3781)****T4**

2tägige Tour aus dem Isarwinkel über den langen Galgenstangenkopfglat ins Rißtal Tag 1: Aufstieg von Krün über die Fischbachalm und den Lakaiensteig zum gemütlichen Soiernhaus (1611 Hm, ca 4 Std. T2). Bei Lust und Laune noch vor dem Abendessen Besteigung der Schöttlkarspitze (2050Hm) mit großartiger Rundumsicht (ca.1,5 Std. vom Soiernhaus) Tag 2: Aufstieg über den Jägersruhsattel und von dort auf schmalem Steig hoch zur Gumpenkarsspitze (2019 m). Hier beginnt die lange, meist weglose Gratwanderung über Krapfenkarsspitze (2109 m), Dreierspitze (1962 m), Bayerkarsspitze (1909 m), Fermerskopf (1851 m) und Galgenstangenjoch (1806 m). Die Begehung des aussichtsreichen Grates ist technisch machbar und aufgrund meist deutlich sichtbarer Trittsuren auch von der Orientierung her weitgehend unproblematisch. Vom Galgenstangenkopf (1806 m) steiler Abstieg über die Grafenherberge ins Rißbachtal (ca. 7 Std. Gehzeit, ca. 550 Hm im Aufstieg, ca. 1300 Hm im Abstieg). Von dort mit Bus und Bahn nach München. Gute Kondition und Trittsicherheit sowie stabile Wetterverhältnisse erforderlich. Bei Rücktritt nach Anmeldeschluss können Stornogebühren anfallen. Bahnhof Pasing 8h25 zum Regionalzug nach Mittenwald 8h35.

Anreise am 16.07.2026, 08²⁵ Uhr!

Führung: Hans-Jürgen Müller von Pilchau

21.07.

*Dienstag***max. 8 TN****Anmeldung
bis 20.07.****After Work Gravelbike (A-26-3844)****mittel**

Beschreibung s. S. 14.

Führung: Felix Breithaupt/Hendrik Börger

24.07.

*Freitag***Gebühr: 15 + 3€
max. 4 TN****Anmeldung
bis 07.07.****Klettern (B-26-3767)****Grad 4**

Da die Tour letztes Jahr stark überbucht war, gibt es dieses Jahr zwei Termine (17.7 & 24.7) Wir gehen zusammen über die Eisenzeit auf die Zugspitze. Dafür muss im vierten Schwierigkeitsgrad geklettert werden und der zweite Grad sowie Klettersteige bis B/C sicher seilfrei beherrscht werden. Außerdem ist eine gute Kondition notwendig- für ca. 2000 hm im Auf- und Abstieg, runter laufen wir über den Stopselzieher Klettersteig. Wir fahren mit dem Auto an den Eibsee. Dafür treffen wir uns um 4:30 in Fürstenried West.

Führung: Christian Bormann

24.07.-26.07.

Freitag-Sonntag

Gebühr: 100 + 4€
max. 6 TN**Anmeldung**
bis 10.07.**Kletterkurs von der Halle an den Fels (B-26-3816)**

Kursinhalte/Voraussetzungen s. S. 12. Anreise am Freitag Abend, Kurs am Samstag & Sonntag. Veranstaltungsort: im Umkreis von 150 km um München, wird an die Wetterverhältnisse angepasst. Anreise in Fahrgemeinschaften, Übernachtung auf dem Zeltplatz oder im Ferienhaus. Leitung: Wolfgang Klotzky

25.07./26.07.

Samstag/Sonntag

Gebühr: 30 + 3€
max. 10 TN**Anmeldung**
bis 17.07.**Erlebnistour (F-26-3753)**

Begleite uns auf eine Schatzsuche in den Zillertaler Alpen. Wir starten die zweitägige Familientour mit einer gemütlichen Wanderung vom Parkplatz Breitlahner bis zur Berliner Hütte. In ruhigem Tempo sind die 800 Höhenmeter zur Hütte auch für Jüngere ideal machbar. Am Nachmittag bleibt genug Zeit, die beeindruckende Umgebung rund um die Hütte zu entdecken. Wer noch mehr Lust auf Entdeckungen hat, kann alternativ zum Schwarzsee wandern, wo sich auch Kristalle finden lassen. Am Sonntag wartet ein besonderes Abenteuer auf uns: Wir gehen auf Schatzsuche und durchstöbern die ehemalige Granatmühle gegenüber der Hütte nach Mineralien. Nach einem gemeinsamen, wohlverdienten Mittagessen auf der Waxeggalm geht es dann wieder zurück ins Tal. Dieses Wochenende richtet sich an Familien mit Kindern im Alter von 8 bis 12 Jahren, ist aber auch für Jüngere gut machbar sofern sie schon mal in den Bergen unterwegs waren. Achtung: Gebühr gilt für Erwachsene, Kinder zahlen nur 15 €

Anreise am 25.07.2026, 09⁰⁰ Uhr!

Führung: Michael Schwartzkopff

25.07.

Samstag

*(Klimabeitrag 2€, ohne Berechnung)***max. 6 TN****Anmeldung**
bis 23.07.**Bergtour (A-26-3773)****T4**

Überschreitung Seeburgspitze und Seekarspitze über Pasilsattel (Achensee). Eine der Paradetouren am Achensee, da man hier einen langen Grat, der direkt auf der Westseite des Achensees liegt, überschreitet und den See zu Füßen und im Blick hat. Start am Nordende des Sees, nahe Achenkirch. Aufstieg über Seekaralm und Pasilsattel zur Seeburgspitze. Von hier über Seeburgsspitze wieder zurück zur Seekaralm, die nun zu einer Pause einlädt. Absolute Trittsicherheit und Schwindelfreiheit und Kondition für ca. 7h Gehzeit und 1400 hm in Auf- und Abstieg notwendig.

Anreise am 25.07.2026, 06³⁰ Uhr!

Führung: Ulli Brennenstuhl



Blick von der Lenggrieser Hütte ins Karwendel (s. 25.07.)

26.07.

Sonntag

(Klimabeitrag 1€,
ohne Berechnung)

max. 7 TN

**Anmeldung
bis 19.07.**

**Tour mit
Bus&Bahn
s. Seite 14**

Bergtour (A-26-3776)

T3

Gemütliche, recht einfache, aber lange Überschreitung vom Tegernsee nach Lenggries. Von Gries am Tegernsee gehts übers Waxelmooseck hinauf zur Aueralm, wo wir schonmal die Möglichkeit hätten etwas zu trinken, bevor wir hinauf zum Fockenstein gehen. Nachdem wir das Panorama oben genossen haben überschreiten wir den Gipfel und steigen ab zum Hirschtalsattel. Von hier gehts recht flach hinüber zur Lenggrieser Hütte, bei der es richtig gutes Essen gibt und der Kaiserschmarrn schon ruft. Wenn wir alle gestärkt und ausgeruht sind gehts nochmal einige Höhenmeter hinauf zum Grasleitenkopf und hinab zur viel schöneren Aussicht des Grasleitensteins, der die noch junge Isar prachvoll überblickt. Von hier nochmal etwas steiler durch den Wald hinab und den Forststraßen folgen nach Lenggries. Die Wanderung ist in gemütlichem Tempo geplant und beinhaltet auch viele flache Stücke, mit insgesamt etwa 22km Strecke und 1100 hm. Da die Tage im Juli lang sind und die Bahn von Lenggries auch noch spät fährt, haben wir keine Eile.

Anreise am 26.07.2026, 06³⁰ Uhr!

Führung: Dominik Gelsheimer

26.07.

Sonntag

(Klimabeitrag 1€,
ohne Berechnung)

max. 8 TN

Anmeldung
bis 23.07.Tour mit
Bus&Bahn
s. Seite 14**Mountainbike (A-26-3798)**

mittel/schwer

Anspruchsvolle MTB-Tour rund um das Wettersteinmassiv (85km, 1900Hm). Fahrtechnik S0-S1. Eine MTB-Tour mit Blick auf den türkisgrünen Eibsee und einer lohnenden Abfahrt durch das Gaistal. Die Wettersteinumrundung ist nicht nur landschaftlich empfehlenswert, sondern fordert durch ihre Länge und Höhe vor allem die Kondition. Natürlich haben wir auch nach einem der vielen erfrischenden Anstiege Möglichkeit auf einer Alm einzukehren und das Panorama zu genießen. Nach der Rast sind wir dann bereit und es geht weiter auf der Runde in einer wunderschönen Berglandschaft. Der Startpunkt der Tour ist mit öffentlichen Verkehrsmitteln erreichbar.

Anreise am 26.07.2026, 07⁰⁰ Uhr!

Führung: Wolfgang Brandl

28.07.

Dienstag

max. 8 TN

Anmeldung
bis 27.07.**After Work Gravelbike (A-26-3845)**

mittel

Beschreibung s. S. 14.

Führung: Felix Breithaupt/Hendrik Börger

28.07.-02.08.

Dienstag-Sonntag

Gebühr: 125 + 9€

max. 5 TN

Anmeldung
bis 03.05.Tour mit
Bus&Bahn
s. Seite 14**Hochtourentraining (B-26-3808)**

mittel

Kursinhalte/Voraussetzungen s. S. 11. Wir fahren für eine kleine Durchschreitung als Hochtour ins wunderschöne Wallis. Wir wiederholen wichtige Inhalte aus dem Grundkurs Gletscher und festigen diese im Gelände und auf Tour. Nahegelegene mittelschwierige Hochtouren Gipfel nehmen wir dabei mit, z.B. Tête de Milon (3688m), Diablon des Dames (3538m), Bishorn (4149m), Brunegghorn (3831m) und Barrhörner (3610m). Wir übernachten einmal im Tal in Zinal und 4 mal auf SAC Hütten. Zum Abschluss unserer Tour schauen wir uns die Höhenfeuer anlässlich des Schweizer Nationalfeiertags von der Topalihütte aus an.

Anreise am 28.07.2026, 06⁵⁵ Uhr!

Leitung: Amadeus Gebauer

31.07.-03.08.

Freitag-Montag

Gebühr: 55 + 5€

max. 6 TN

Anmeldung
bis 01.06.Tour mit
Bus&Bahn
s. Seite 14**Mountainbike (B-26-3804)****mittel/schwer**

MTB-Tour: Brennergrenzkamm – Pfitschertal – Hintertux – zurück nach Gries am Brenner Mehrtagestour mit Start und Ziel in Gries am Brenner. Die Route führt über den aussichtsreichen Brennergrenzkamm ins urige Pfitschertal und weiter Richtung Hintertux. Übernachtet wird auf gemütlichen Alpenhütten. Charakter: überwiegend Forstweg bergauf, dafür lange, flowige Trail-Abfahrten bergab Kondition: anspruchsvoll, mit bis zu ca. 1600 Höhenmetern pro Tag. Highlight: hochalpines Panorama, einsame Grenzkamm-Passagen und abwechslungsreiche Trail-Etappen.

Anreise am 31.07.2026, 18⁰⁰ Uhr!**Vorbesprechung am 08.06.2026, 20⁰⁰ Uhr!**

Führung: Lisa Stoll

August 2026

02.08.

Sonntag

(Klimabeitrag 1€,
ohne Berechnung)

max. 6 TN

Anmeldung
bis 30.08.Tour mit
Bus&Bahn
s. Seite 14**Bergtour (A-26-3770)****T4**

Ammergau, Schellschlicht (2053m): Anfahrt mit dem Zug direkt zum Ausgangspunkt Griesen. Wir steigen über das Sunkeneck auf und über den hohen Brand und die Schellalpe ab. Es gibt einige drahtseilversicherte Stellen und ausgesetzte Passagen. Eine landschaftlich abwechslungsreiche Rundtour, für die wir uns genug Zeit lassen- 1360 Hm, ca. 6-7Std.

Führung: Georg Wocher

02.08./03.08.

Sonntag/Montag

Gebühr: 30 + 2€

max. 5 TN

Anmeldung
bis 06.07.Tour mit
Bus&Bahn
s. Seite 14**Bergtour (B-26-3790)****T6**

Kraxelei auf die imposante Ehrwalder Sonnenspitze Sonntagmorgens starten wir früh mit der Bahn nach Lermoos und bewundern vom Tal aus schonmal unser morgiges Ziel, die Ehrwalder Sonnenspitze. Heute steigen über die Biberwierer Scharke auf den Drachenkopf (2302m). Dabei gilt es die letzten Meter schonmal in leichter, aber etwas ausgesetzter Kletterei im ersten Schwierigkeitsgrad zu überwinden (1470/500 hm). Nach Übernachtung auf der Coburger Hütte gehts nun zur wunderschönen, aber auch anspruchsvollen Ehrwalder Sonnenspitze. Diese gilt es im Aufstieg



Im Aufstieg zur Ehrwalder Sonnenspitze (s. 02./03.08.)

in ausgesetzter Kletterei im zweiten Schwierigkeitsgrad zu besteigen, die Route ist eindrucksvoll, macht Spaß und hat superschöne Aussicht. Der Abstieg hat sogar noch besseres Panorama zu bieten, ist auch etwas leichter aber dennoch anspruchsvoll und ausgesetzt (I + bröseliges Gelände). Wer möchte kann noch im kalten Seebensee baden, bevor es hinab nach Ehrwald und zurück mit der Bahn geht. (510/1490 hm) Storno bis 15 Tage vorher werden 15€ für die laufende Saison auf der Hütte gutgeschrieben, danach werden 15€ einbehalten.

Anreise am 02.08.2026, 05⁵⁰ Uhr!

Führung: Dominik Gelsheimer

04.08.
Dienstag
max. 8 TN

Anmeldung
bis 03.08.

After Work Gravelbike (A-26-3846)

mittel

Beschreibung s. S. 14.

Führung: Felix Breithaupt/Hendrik Börger

05.08.
Mittwoch
(Klimabeitrag 2€,
ohne Berechnung)
max. 5 TN

Anmeldung
bis 28.07.

Werktags-Bergtour (A-26-3785)

T4

Über die Weitalpspitze zur Hochblase auf einsamen, z.T. weglosen Pfaden in den Ammergauern. Aufstieg zur Weitalpspitze (1870 Hm), danach felsiger Übergang zum Weitalpjoch (1778 Hm), von dort nicht aufsteigen zur stark frequentierten Hochplatte, sondern Querung unter der Südwand der Hochplatte auf wenig begangenen markiertem Pfad zum Roggentalsattel (1880 Hm), von dort auf die Hochblase 1980 (Hm). Abstieg weglos (I-II) durch eine Felsrinne hinunter zur Roggentalalpe und hinüber zu einer einsamen Hirtenhütte (1694 Hm) mit Quelle. Dort noch einmal gemütliche Rast in traumhafter Südlage mit großartiger Aussicht. Die Hirtenhütte können wir auch alternativ auf markiertem Weg im Abstieg vom Roggentalsattel über einen kurzen versteckten Zustieg erreichen. Von dort hinab ins Roggental und hinaus zur Ammerwaldalpe an der Straße Linderhof-Plansee. Kurz auf der Straße zurück zum Ausgangspunkt. Wandererfahrung in felsigem bzw. weglosen Gelände sowie gute Kondition von Vorteil (ca.1000 Hm im Auf- und Abstieg, ca. 8 Std. Gehzeit, Schwierigkeit an einer Stelle T4, sonst meist T2 mit T3-Stellen). Treffpunkt: Steinkirchner Straße beim U-Bahnhof Fürstenried West. **Anreise am 05.08.2026, 07⁰⁰ Uhr!**

Führung: Hans-Jürgen Müller von Pilchau

05.08.
Mittwoch
Gebühr: 50€
max. 6 TN

Anmeldung
bis 29.07.

Topropekurs (B-26-3817)

Kursinhalte/Voraussetzungen s. S. 11. Der Kurs findet an jeweils zwei Abenden statt: Mittwoch und Freitag von jeweils 19⁰⁰ bis 22⁰⁰ Uhr. Veranstaltungsort: DAV Kletterzentrum München-Süd (Thalkirchen). Bitte beachte: Die Kursgebühren enthalten nicht den Eintritt in die Halle!

Leitung: Lutz Hankewitz

06.08.-10.08.
Donnerstag-Montag
Gebühr: 200 + 7€
max. 4 TN

Anmeldung
bis 27.07.

Aufbaukurs Klettern Alpin (B-26-3730)

Kursinhalte/Voraussetzungen s. S. 12. Kursort: Gimpelhaus, Tannheimer Berge. Übernachtung im Mehrbettzimmer mit HP ca.78€ / Nacht.

Anreise am 06.08.2026, 09⁰⁰ Uhr!

Leitung: Wolfram Hetzenauer

08.08.-15.08.

*Samstag-Samstag***Gebühr: 210 + 14€**
max. 6 TN**Anmeldung
bis 08.07.****Klettern (B-26-3812)****Grad 5c am Fels**

Dieser Kurs richtet sich an Sportkletternde, die ihr Kletterniveau verbessern möchten. Wir werden uns in dieser Woche zu einem großen Teil mit Klettertechnik und der notwendigen Taktik für den Durchstieg von Routen an der individuellen Leistungsgrenze auseinander setzen. Ein weiteres Thema wird die Entwicklung eines Trainingsplans sein, um die Impulse aus diesem Kurs langfristig umzusetzen. Kursort: Fränkische Schweiz, Übernachtung: Hütte im Doppelzimmer in Heiligenstadt in Oberfranken

Anreise am 08.08.2026, 12⁰⁰ Uhr!

Führung: Marcel Soujon

09.08.-15.08.

*Sonntag-Samstag**(Mariä Himmelfahrt)***Gebühr: 90 + 8€**
max. 10 TN**Anmeldung
bis 16.07.****Tour mit
Bus&Bahn
s. Seite 14****Bergtour (B-26-3742)****T4**

Verwallrunde in sieben Tagen. In einer Woche wollen wir uns einen Großteil des Verwallgebirges erwandern. Mit der Bushaltestelle auf dem Arlbergpass auf schon 1793 m ersparen wir uns einen langen Zustieg und starten direkt hinein ins Abenteuer. Der Berggeistweg bringt uns, eventuell mit Besteigung des Wirt (2339 m), zur Kaltenberghütte (380 bis 880 hm). An Tag zwei gehts über den Reutlinger Weg hinauf zum Krachenjoch, optional auch zur Krachenspitze (2686 m). Auch der Kaltenberg (2896 m, T6) wäre mit etwas ungesicherter Kletterei im I bis II Schwierigkeitsgrad im Blockgelände einen Versuch wert, wie sehr der Gletscher zurückgegangen ist und ob man ohne extra Ausrüstung drüber kommt müssen wir sehen, aktuelle Berichte findet man nur wenige. Danach gehts hinab zur Konstanzer Hütte (810 bis 1210 hm). Tag 3 führt uns über den Bruckmannweg zum Wannenjochl (2663 m) und weiter zur Neuen Heilbronner Hütte (1270 hm). Bei besten Bedingungen könnte sich ein kleiner Teil von uns am Patteriol (3056 m) versuchen, dieser ist jedoch brüchige IIer Kletterei mit Steinschlaggefahr (dann 1720 hm, T6) Der Friedrichshafener Weg führt uns tags darauf übers Muttenjoch (2620 m) zur Friedrichshafener Hütte, wobei mit Gaisspitze (2778 m), Hohe Köpfe (2611 m) und Vertinespleiskopf (2708 m) drei zusätzliche Gipfel bestiegen werden können (460 bis 1100 hm). Unsere längste Etappe wartet an Tag fünf auf uns. Sowohl der einfachere Weg über Schafbicheljoch (2636 m) und Kuchenjoch (2730 m) (mit 1480 hm) als auch der etwas anspruchsvollere Ludwig-Dürr-Weg mit (1500 hm)

über Dürrscharte (2670 m), Schönpleisjoch (2870 m), Zwischengrat (2770 m), Rautenjöchle (2752 m) und Rauteköpfe (2849 m) zur Darmstädter Hütte sind lang und unausweichlich. Auch der nächste Tag fordert unsere Beine nochmal etwas, denn statt nach dem Seßladjoch (2749 m) auf der Niederelbehütte den Tag zu beenden, gehen wir nach gemütlicher Rast weiter über den Kieler Weg über die Schmalzgruben Scharte (2697 m) zur Edmund-Graf-Hütte (1370 hm). Als Krönung unserer Verwallrunde wartet am letzten Tag noch der höchste Gipfel des Verwalls, der Hohe Riffler (3168 m) auf unseren Besuch (optional), bevor es hinab ins Tal und zurück nach München geht. (30 bis 820 hm) Mit zwei Führern kann die Gruppe täglich geteilt werden und so jeden Tag erneut die Schwierigkeit und Tourenlänge mitbestimmt werden. Touren normalerweise T3 bis T4, optionale Gipfel bis T6. Stornokosten der Hütten bis 8 Tage vorher je gratis, danach 10-20€ pro Hütte.

Anreise am 09.08.2026, 06⁰⁰ Uhr!

Führung: Dominik Gelsheimer/Ulli Brennenstuhl

09.08./10.08.

*Sonntag/Montag
(Klimabeitrag 2€,
ohne Berechnung)*

max. 8 TN

**Anmeldung
bis 06.07.**

**Tour mit
Bus&Bahn
s. Seite 14**

Bike & Hike (A-26-3799)

T4

Bike & Hike im Karwendelgebiet Pfeishütte. 2-Tages Tour mit Übernachtung auf einer Alpenvereinshütte (geplant die Pfeishütte 1922m). Von dort haben wir viele schöne Möglichkeiten für unsere beiden Bergtouren. Die Tour ist wie folgt geplant, mit dem Bike gehts zunächst auf die Hütte am Anreisetag (1150hm, S0-S1) und einer Gipfelbesteigung (ca. 700hm) - Übernachtung - am Abfahrts-tag eine halbtagestour auf einen weiteren Gipfel (ca. 700hm) mit abschließender Abfahrt ins Tal. Voraussetzung - Schwindelfrei und Trittsicherheit im Alpenin Gelände werden vorausgesetzt - zusätzlich Erfahrungen für kürzere Kletterstellen I + II. Entsprechende Ausrüstung wird vorausgesetzt. Der Startpunkt der Tour ist mit öffentlichen Verkehrsmitteln erreichbar.

Anreise am 09.08.2026, 07⁰⁰ Uhr!

Führung: Wolfgang Brandl

11.08.

*Dienstag
max. 8 TN*

**Anmeldung
bis 10.08.**

After Work Gravelbike (A-26-3847)

mittel

Beschreibung s. S. 14.

Führung: Felix Breithaupt/Hendrik Börger

12.08.

*Mittwoch***Gebühr: 80€**
max. 6 TN**Anmeldung**
bis 05.08.**Vorstiegskurs (B-26-3818)**

Kursinhalte/Voraussetzungen s. S. 11. Der Kurs findet an jeweils zwei Abenden und einem Vormittag statt: Mittwoch und Freitag Abend von jeweils 19⁰⁰ bis 22⁰⁰ Uhr und Samstag Vormittag von 10⁰⁰ bis 13⁰⁰ Uhr. Veranstaltungsort: DAV Kletterzentrum München-Süd (Thalkirchen). Bitte beachte: Die Kursgebühren enthalten nicht den Eintritt in die Halle!

Leitung: Lutz Hankewitz

17.08.

*Montag***Gebühr: 50€**
max. 6 TN**Anmeldung**
bis 10.08.**Topropekurs (B-26-3819)**

Kursinhalte/Voraussetzungen s. S. 11. Der Kurs findet an jeweils zwei Montagvormittagen statt: Montag der 17.08. und 24.08. von jeweils 9:30 bis 12³⁰ Uhr. Veranstaltungsort: DAV Kletterzentrum München-Süd (Thalkirchen). Bitte beachte: Die Kursgebühren enthalten nicht den Eintritt in die Halle!

Leitung: Susanne Baur

18.08.

*Dienstag***max. 8 TN****Anmeldung**
bis 17.08.**After Work Gravelbike (A-26-3848)****mittel**

Beschreibung s. S. 14.

Führung: Felix Breithaupt/Hendrik Börger

21.08.-23.08.

*Freitag-Sonntag***Gebühr: 95 + 4€**
max. 5 TN**Anmeldung**
bis 01.06.**Training Mehrseillängenrouten (B-26-3743) 4-5**

Kursinhalte/Voraussetzungen s. S. 13. Das Halleranger Haus bietet sehr gute Möglichkeiten im nahen Karwendel sich an Mehreillängentouren zu wagen. Im Umfeld der Hütte gibt es neben einem Klettergarten zahlreiche kürzere und einfachere Touren. Ideal für ein Wochenende

Anreise am 21.08.2026, 06⁰⁰ Uhr!

Leitung: Christian Merz

21.08.-23.08.

*Freitag-Sonntag***Gebühr: 75 + 5€**
max. 5 TN**Anmeldung**
bis 06.08.**Hochtour (B-26-3758)****leicht**

Roter Grat 3099m, Aperer Feuerstein, 2968m Die Touren fordern den trainierten Hochtouristen, der mit den wechselnden Anforderungen von Firnfeldern, leichter Kletterei auf Blockgraten und manchmal auch brüchigem Gestein zu recht kommt. Seiltechnik, Gehen mit Steigeisen und gute Kondition sind weitere Voraussetzungen. Wir fahren am Freitagmittag nach Ranalt in's Stubaital und steigen zum Nürnberger Hütte in 3 Std. auf. Am Samstag stehen der Rote Grat und am Sonntag die Überschreitung des

Aperen Feuersteins auf dem Programm. Ausrüstung: DAV USC Liste F Seile bringt der Führer mit. Anreise: München-Garmisch-Zirl-Innsbruck-Schönberg-Stubautai-Ranalt ca. 2,5 Std.

Anreise am 21.08.2026, 12⁰⁰ Uhr!

Führung: Manfred Dosch

23.08.

Sonntag

(Klimabeitrag 1€,
ohne Berechnung)

max. 6 TN

**Anmeldung
bis 20.08.**

**Tour mit
Bus&Bahn
s. Seite 14**

Bergtour (A-26-3784)

T3

Ammergauer Alpen: Mit Zug und Bus erreichen wir Ettal, von dort über Zieglspitz zur Notkarspitze (1988m), dann hinunter zum Hasenjöchl (1600m) und hinauf zum Brünstlkopf (1814m) und schließlich hinunter nach Farchant wo wir in 10 Minuten am Bahnhof sind, ca 8 Std Gehzeit. Wir machen an den Gipfeln ausführlich Pause und genießen auch auf den beiden Gratrücken die herrliche Aussicht, die Tage sind lang, sodass wir genügend Zeit haben und auch die Züge fahren noch spät. Bei unsicherem Wetter muss die Tour gekürzt werden.

Führung: Georg Wocher

23.08.

Sonntag

(Klimabeitrag 1€,
ohne Berechnung)

max. 8 TN

**Anmeldung
bis 20.08.**

**Tour mit
Bus&Bahn
s. Seite 14**

Mountainbike (A-26-3800)

mittel/schwer

Die Umrundung des Karwendelgebirges (70km, 2100Hm) mit dem Mountainbike – besser bekannt als „Karwendelrunde“ – ist für ambitionierte Mountainbiker ein absolutes Muss. Mit rund 2.000 Höhenmetern und etwa 70,0 Kilometern hat es diese Tour zwar in sich, belohnt aber mit unvergesslichen Eindrücken.

Anreise am 23.08.2026, 07⁰⁰ Uhr!

Führung: Wolfgang Brandl

25.08.

Dienstag

max. 8 TN

**Anmeldung
bis 24.08.**

After Work Gravelbike (A-26-3849)

mittel

Beschreibung s. S. 14.

Führung: Felix Breithaupt/Hendrik Börger

28.08.-30.08.

Freitag-Sonntag

Gebühr: 80 + 4€

max. 5 TN

**Anmeldung
bis 13.08.**

Alpines Kletterwochenende (B-26-3760)

Leichte Alpinkletterei im Wilden Kaiser. Der Wilde Kaiser war schon immer ein bevorzugtes Ziel Münchner Kletterer. Wir stehen in dieser Tradition, wenden uns aber den nicht ganz so scharfen Touren zu. Für den Samstag steht die „Elmauer-Tour“ auf dem Programm. Das ist eine vor wenigen Jahren neu eingerichtete Klettertour im

III/IV SG, die sich vom Fuß der Steinernen Rinne in 12 Seillängen bis kurz vor das Elmauer Tor zieht. Alles Bh-gesichert, aber mit alpinen Abständen. Hier ist der alpine Genußkletterer in seinem Element, der auch Stellen im IV SG locker drauf hat. Für den Sonntag ist das Totenkirchl geplant, entweder für den Führer- (II) oder den Heroldweg (III).

Anreise am 28.08.2026, 14⁰⁰ Uhr!

Führung: Manfred Dosch

29.08./30.08.

Samstag/Sonntag

Gebühr: 25 + 2€

max. 6 TN

**Anmeldung
bis 13.08.**

**Tour mit
Bus&Bahn
s. Seite 14**

Bergtour (B-26-3783)

T4

Freiungen Höhenweg, großer und kleiner Solstein. Tag 1: Zug München Hbf bis Reith bei Seefeld, Aufstieg zur Nördlinger Hütte und spannender Übergang zwischen Nördlinger Hütte und Solsteinhaus (Übernachtung mit HP) Tag 2: Großer und kleiner Solstein und im Abstieg einige Edelweiß. Anschließend Durstlöschen auf der neuen Magdeburger Hütte. Kurz vor dem Zug noch ideale Gumpen zum Baden. Kondition für bis zu 1600 hm Aufstieg und 7 h Gehzeit notwendig. Für den Höhenweg sind absolute Trittsicherheit und Schwindelfreiheit über längere Strecken notwendig. Am 2. Tag sehr langer Abstieg - 1700 hm. Stornokosten der Hütte bei Absage nach dem Anmeldeschluss können bis zu 35€ betragen.

Anreise am 29.08.2026, 06³⁰ Uhr!

Führung: Ulli Brennenstuhl

September 2026

01.09.

Dienstag

max. 8 TN

**Anmeldung
bis 31.08.**

After Work Gravelbike (A-26-3850)

mittel

Beschreibung s. S. 14.

Führung: Felix Breithaupt/Hendrik Börger

01.09.-06.09.

Dienstag-Sonntag

Gebühr: 155 + 11€

max. 10 TN

**Anmeldung
bis 30.07.**

Klettern (A-26-3859)

Grad 6

Sportklettern in den Dolomiten - für Fortgeschrittene. Die Ecke gehört nicht zum Weltnaturerbe UND ist wunderschön und beeindruckend - für den restday bieten sich neben der klassischen Hängematte auch eine Wanderung durch den direkt angrenzenden Naturpark an! Unser Sportkletterziel ist das in 20-30min fußläufig zu erreichende Sass Dlacia. Über 300 Routen in knackig bewerteten 5a-8a, geeignet für Fortge-

schrittene und/oder Ambitionierte. Anreise: Fahrgemeinschaften; sprechen wir frühzeitig gemeinsam ab. Öffi ist ein bisschen umständlich jedoch möglich! Unterkunft: Camping Sass Dlacia, eigenes Zelt/Auto, ca. 200€.

Anreise am 01.09.2026, 14⁰⁰ Uhr!

Führung: Anna Carina Stolz/Máté Matolcsi

05.09.-08.09.

Samstag-Dienstag

Gebühr: 60 + 5€

max. 5 TN

**Anmeldung
bis 05.08.**

**Tour mit
Bus&Bahn
s. Seite 14**

Bergtour (B-26-3775)

T4

Westliche Hälfte des Lechtaler Höhenwegs. Wir starten je nach Busverbindung von Grins (oder Pians) zur 1300 hm (bzw. 1450 hm) höher gelegenen Augsburgener Hütte. Hier erwartet uns eine der besten Hütten der Alpen, wir freuen uns auf Begrüßungsschnaps, eine feuchtfröhliche Getränkekarte, Gastfreundschaft und hervorragendes Essen. Im Lager gibts vor dem Einschlafen noch eine gruselige Gute-Nacht-Geschichte! Am nächsten Tag gehts über Gatschkopf (2945 m), Patrolscharte, Parseierscharte, Wegscharte, Seescharte und Großbergspitze (2657 m) zum Württemberger Haus (1100 hm). Um von hier weiter zur Hanner Hütte zu gelangen, gibt es mehrere Möglichkeiten (ca 1000 - 1250 hm), mögliche Gipfel wären Dremelspitze (2733 m), Steinkarspitze (2650 m) oder Kogelseespitze (2647 m). Am letzten Tag wollen wir noch auf den Muttekopf (2772 m) bevor wir uns an den langen Abstieg nach Imst machen (1200 hm). Je nach Tageszeit und Lust kürzen wir den Abstieg mit der Bergbahn ab. Stornokosten der Hütten bis 22 Tage vorher gratis, danach pro Tag je nach Hütte 10-20€.

Anreise am 05.09.2026, 06⁰⁰ Uhr!

Führung: Dominik Gelsheimer



Abendstimmung mit Regenbogen an der Augsburgener Hütte (s. 05.-08.09.)

08.09.
Dienstag
max. 8 TN

After Work Gravelbike (A-26-3851)

mittel

Beschreibung s. S. 14.
Führung: Felix Breithaupt/Hendrik Börger

Anmeldung
bis 07.09.

12.09./13.09.
Samstag/Sonntag
Gebühr: 30 + 2€
max. 6 TN

Bergtour (B-26-3736)

T4

Überschreitung der Nagelfluhkette Wir fahren am Samstag früh mit der Bahn nach Oberstaufen und von dort mit dem Bus bis zur Talstation der Imbergbahn. Von dort steigen wir zum Gipfel des Hochhäderich auf und wandern über den gesicherten Grat bis zum Staufner Haus, wo wir im Matratzenlager übernachten (inkl. Halbpension). Am 2. Tag geht es den gesicherten Grat entlang im Auf und Ab über verschiedene Gipfel und eine Leiter hinab bis zur Bergstation der Mittagbahn. Von dort fahren wir mit den Lift (Kosten ca. 20 €) nach Immenstadt und von dort mit der Bahn zurück nach München. Tag 1: 1220 hm im Aufstieg und 500 hm im Abstieg; ca. 13,5 km. Tag 2: 1100 hm im Aufstieg und 1300 hm im Abstieg; ca. 14,5 km. Mitnahme eines Helmes erforderlich! Klettersteigset ist nicht notwendig. Trittsicherheit und Schwindelfreiheit am gesicherten und teilweise ausgesetzten Grat sowie entsprechende Ausdauer erforderlich. Bei Absage nach Anmeldeschluss fallen 15 € Stornokosten für die Hütte an. Führung: Annalena Brunner

Anmeldung
bis 02.09.

Tour mit
Bus&Bahn
s. Seite 14

12.09./13.09.
Samstag/Sonntag
Gebühr: 40 + 3€
max. 10 TN

Erlebnistour (F-26-3754)

Vom Parkplatz am Gasthof Schütthof am Eingang des Untersulzbachtals im Pinzgau wandern wir zum Schaubergwerk Hochfeld und lassen uns durch das historische Kupferbergwerk führen. Am Nachmittag können wir entweder zur Mineralienfundstelle Hopffeldboden im Obersulzbachtal weiterfahren oder das Mineralienmuseum in Bramberg besuchen. Am zweiten Tag geht es nach dem Frühstück direkt mit dem Smaragdexpress-Bus vom Parkplatz am Habachtal zur Alpenrose. Direkt vor der Hütte befindet sich die Fundstelle für Smaragde. Werkzeug gibt es beim Hüttenwirt. ACHTUNG: Gebühr gilt für Erwachsene- Kinder und Jugendliche zahlen

Anmeldung
bis 04.09.

die Hälfte Das Mittagessen gibt es in der Hütte. Den Abstieg von der Hütte schaffen wir zu Fuß, ohne Busunterstützung Übernachtung Campingplatz Maria im Hollersbachtal. Leider gibt es keine passende AV Hütte in der Umgebung.

Anreise am 12.09.2026, 09⁰⁰ Uhr!

Führung: Michael Schwartzkopf

13.09.-18.09.

Sonntag-Freitag

Gebühr: 150 + 12€

max. 10 TN

**Anmeldung
bis 25.06.**

Mountainbike (B-26-3830)

schwer

Mountainbiken in Friaul zwischen Alpen und Adria. Friaul ist die östlichste Region Italiens und grenzt nördlich an Österreich, östlich an Slowenien, westlich an Venetien und südlich an das adriatische Meer. Anspruchsvolle Etappentour. Gute Fahrtechnik (S2 bis S3) und gute Kondition erforderlich, sonst bleibt der Spaß auf der Strecke! Tagesetappen können bis zu 1600 Hm lang werden, längere Trage-/Schiebepassagen sind möglich. Die Tour ist eine Mischung aus Etappentour und Standorttour geplant, die letzten 3 Nächte sind am selben Ort. Gepäck muss selber im Rucksack transportiert werden. Übernachtung in Hütten oder Talquartieren wo wir die bekannt gute italienische Küche genießen wollen!

Anreise am 13.09.2026, 06⁰⁰ Uhr!

Führung: Wolfgang Brandl/Jan Rehm

15.09.

Dienstag

max. 8 TN

**Anmeldung
bis 14.09.**

After Work Gravelbike (A-26-3852)

mittel

Beschreibung s. S. 14.

Führung: Felix Breithaupt/Hendrik Börger

17.09.-21.09.

Donnerstag-Montag

Gebühr: 200 + 7€

max. 4 TN

**Anmeldung
bis 07.09.**

Aufbaukurs Klettern Alpin (B-26-3731)

Kursinhalte/Voraussetzungen s. S. 12. Kursort: Gimpelhaus, Tannheimer Berge. Übernachtung im Mehrbettzimmer mit HP ca.78€ / Nacht.

Anreise am 17.09.2026, 09⁰⁰ Uhr!

Leitung: Wolfram Hetzenauer

17.09.-20.09.

Donnerstag-Sonntag

Gebühr: 140 + 12€

max. 5 TN

**Anmeldung
bis 31.07.**

Training Mehrseillängenrouten (B-26-3741) 4-5

Kursinhalte/Voraussetzungen s. S. 13. Ort :Arco in Ferienwohnung

Anreise am 17.09.2026, 06⁰⁰ Uhr!

Leitung: Christian Merz

18.09.-20.09.

Freitag-Sonntag
(Klimabeitrag 2€,
ohne Berechnung)

Anmeldung
bis 07.09.

Sektionsfest (A-26-3806)

Sektionsfest auf der Plauener Hütte (2363m) in den Zillertaler Alpen. Zustieg von Bärenbad ca.: 3,5 Std. Es gibt anspruchsvolle Bergtouren z.B.: auf die Zillertaler Plattenspitze (3147m), auch ne kurze Tour zum Rainbachköpfl, Hochtouren auf die Reichenspitze (3303m) und den Kuchelmooskopf (Gletscherausrüstung nötig!), außerdem eine Tour mit Klettersteig auf die Richterspitze (3052m) KS Set +Helm nötig! Es gibt auch einen Klettergarten, der allerdings nicht besonders sein soll. Außerdem wird eine Gesteins- Mineralientour angeboten. Ob die Hochtouren wegen Ausaperung und Steinschlaggefahr möglich sind kann leider erst kurz vorher eruiert werden. Die verschiedenen Touren werden von Fachübungsleitern des USC betreut. Bitte die Präferenzen bei der Anmeldung angeben. Bei Rücktritt nach Anmeldeschluss fallen Stornogebühren an.

22.09.

Dienstag
max. 8 TN

Anmeldung
bis 21.09.

After Work Gravelbike (A-26-3853)

mittel

Beschreibung s. S. 14.

Führung: Felix Breithaupt/Hendrik Börger

23.09.

Mittwoch
Gebühr: 80€
max. 6 TN

Anmeldung
bis 16.09.

Topropekurs (B-26-3820)

Kursinhalte/Voraussetzungen s. S. 11. Der Kurs findet an jeweils zwei Abenden statt: Mittwoch und Freitag von jeweils 19⁰⁰ bis 22⁰⁰ Uhr. Veranstaltungsort: DAV Kletterzentrum München-Süd (Thalkirchen). Bitte beachte: Die Kursgebühren enthalten nicht den Eintritt in die Halle!

Leitung: Lutz Hankewitz



Unterwegs im Karwendel (s. 24.-28.09.)

24.09.-28.09.

Donnerstag-Montag

Gebühr: 67 + 5€

max. 5 TN

Anmeldung
bis 10.09.Tour mit
Bus&Bahn
s. Seite 14**Bergtour (B-26-3740)****T5**

Wir wollen Gipfel sammeln im nord-westlichen und zentralen Karwendel. Teilnahmevoraussetzungen: Ausdauer und Trittsicherheit im weglosen und steilen Karwendelschotter. Tag 1: Zustieg Pleisenhütte. Tag 2+3: Karwendelhaus. Tag 4: Hochlandhütte. Tag 5: Abstieg nach Mittenwald. Mögliche Gipfel: Tag 2: Breitgrieskarspitze, Seekarspitze. Tag 3: Je nach TN-Wunsch: Östl. Karwendelspitze oder Grabenkarspitze oder? Tag 4: Raffelspitze. Tag 5: Wörner. Alternative 1: Tag 4 Falkenhütte, Tag 5 möglicher Gipfel Gamsjoch und Abstieg zum großen Ahornboden. Alternative 2: Wer für Montag keinen Urlaub mehr hat oder wenn das Wetter mau ist, Tag 4 Abstieg über Johannistal. Tourende. Bis zu 9 Stunden Gehzeit und 1000 Hm. Gemütliches Tempo, Ausdauer erforderlich.

Anreise am 24.09.2026, 12²⁸ Uhr!

Führung: Michael Hock

29.09.

Dienstag

max. 8 TN

Anmeldung
bis 28.09.**After Work Gravelbike (A-26-3854)****mittel**

Beschreibung s. S. 14.

Führung: Felix Breithaupt/Hendrik Börger

29.09.

Dienstag

(Klimabeitrag 2€,
ohne Berechnung)

max. 5 TN

Anmeldung
bis 23.09.**Werktags-Bergtour (A-26-3786)****T3**

Brünstl kopfgrat – bei klarem Herbstwetter sehr schöne, lange Gratwanderung immer der Sonne entgegen. Ausgangspunkt: Pfliegersee oberhalb des Garmischer Ortsteils Burgrain (840Hm). In ca 1 ½ Std. auf kräftig ansteigenden Forstwegen in den Roßalmsattel (1294 Hm). Von hier beginnt der lange aussichtsreiche Aufstieg immer auf dem Gratrücken über das Brünstelskreuz zum Brünstelskopf (1814 Hm). Von hier aus in leichtem Auf und Ab über den Grat über Großer Zunderkopf (1895 m) zum Vorderer Feldernkopf (höchster Punkt: 1928 m). Abstieg zunächst weiter auf dem Grat westwärts Richtung Windstierljoch, dann über Wiesenhänge und Wald zunächst weglos nach Süden hinab, bis wir auf einen Pfad zur Ennigalm (1551 m) treffen, wo wir in den letzten herbstlichen Sonnenstrahlen noch einmal rasten sollten (bis hierhin vom Roßalmsattel ca. 4-4 1/2 Std). Abstieg durch den Wiesgraben, immer die Nordwände des Kramer vor Augen, zurück zum Pfliegersee in ca. 2 Std. Gesamte Höhendifferenz ca. 1200 Hm, Gesamtgehzeit ca. 7 bis 7 ½ Std.

bei gemäßigtem Tempo. Wege zum Teil T3 häufig T2, gute Kondition erforderlich. Treffpunkt: Steinkirchner Straße beim U-Bahnhof Fürstenried West.
Anreise am 29.09.2026, 07¹⁵ Uhr!

Führung: Hans-Jürgen Müller von Pilchau

30.09.

Mittwoch

Gebühr: 80€

max. 6 TN

**Anmeldung
bis 23.09.**

Vorstiegskurs (B-26-3821)

Kursinhalte/Voraussetzungen s. S. 11. Der Kurs findet an jeweils zwei Abenden und einem Vormittag statt: Mittwoch und Freitag Abend von jeweils 19⁰⁰ bis 22⁰⁰ Uhr und Samstag Vormittag von 10⁰⁰ bis 13⁰⁰ Uhr. Veranstaltungsort: DAV Kletterzentrum München-Süd (Thalkirchen). Bitte beachte: Die Kursgebühren enthalten nicht den Eintritt in die Halle!

Leitung: Lutz Hankewitz

Oktober 2026

02.10.

Freitag

max. 12 TN

**Anmeldung
bis 02.09.**

Vortrag (A-26-3811)

Sonderführung für den USC im Deutschen Museum Bei dieser exklusiven Führung zeige ich euch ausgewählte Exponate rund um Berge, Bergsport und alpine Kultur – quer durch mehrere Ausstellungen auf der Museumsinsel und ich verspreche euch, dass - ganz USC-mäßig - auch einiges an Strecke und Höhenmetern zusammenkommt an diesem Nachmittag. Das Deutsche Museum gilt in der Welt der Museen gewissermaßen als Himalaya. ;) Wann? 14⁰⁰ bis ca. 16 Uhr (das Museum schließt um 17 Uhr). Treffpunkt: Information in der Eingangshalle auf der Museumsinsel Kostenlose Führung, zzgl. Museumseintritt: 13 bis 16 € p. P. Geeignet für alle ab 14 Jahren.

03.10.

Samstag

(Klimabeitrag 2€, ohne Berechnung)

max. 5 TN

**Anmeldung
bis 01.10.**

Bergtour (A-26-3755)

T5

Das Latschenköpferl ist ein kleiner Gipfel am Laber-Westgrat. Wir starten am Parkplatz an der Bärenhöhle zwischen Oberammergau und Ettal. Der Weg ist anfangs gut und markiert, dann ein kleiner und unmarkierter Pfad, dann weglos durch den Wald. Am Grat überwinden wir steiles Schrofengelände und Felsköpfe mit 2er Kletterstellen und einer 5m senkrechten Abseilstelle. Vom Latschenköpferl geht es wegarm am Grat weiter Richtung Schaffelberg. Dann gehen wir ein Stück auf dem markierten Weg bergab und zweigen in der Nordwest-Flanke auf einen kaum sicht-

baren Pfad ab. Ca. 6 Stunden Gehzeit. Wir gehen gemütlich.

Anreise am 03.10.2026, 09⁰⁰ Uhr!

Führung: Michael Hock

04.10.

Sonntag

(Klimabeitrag 1€, ohne Berechnung)

max. 8 TN

**Anmeldung
bis 01.10.**

**Tour mit
Bus&Bahn
s. Seite 14**

Bike & Hike (A-26-3802)

T2

Bike & Hike je nach Schneelage in den deutsch- / österreichischen Alpen. Geplant im Estergebirge mit dem Gipfel Hoher Fricken und Bischhoff 2033m. Mittelschwere Bike und Hike-Tour. Gute Kondition erforderlich. Fahrtechnik S0-S1. Bergtour T2. Den Gipfel erreichen wird dabei über den Normalweg. Der Startpunkt der Tour ist mit öffentlichen Verkehrsmitteln erreichbar. Kondition für Bike (30km, 700Hm) und Hike (800Hm)

Anreise am 04.10.2026, 07⁰⁰ Uhr!

Führung: Wolfgang Brandl

06.10.

Dienstag

max. 8 TN

**Anmeldung
bis 05.10.**

After Work Gravelbike (A-26-3855)

mittel

Beschreibung s. S. 14.

Führung: Felix Breithaupt/Hendrik Börger

07.10.

Mittwoch

Gebühr: 50€

max. 6 TN

**Anmeldung
bis 30.09.**

Topropekurs (B-26-3824)

Kursinhalte/Voraussetzungen s. S. 11. Der Kurs findet an jeweils zwei Abenden statt: Mittwoch und Freitag von jeweils 19⁰⁰ bis 22⁰⁰ Uhr. Veranstaltungsort: DAV Kletterzentrum München-Süd (Thalkirchen). Bitte beachte: Die Kursgebühren enthalten nicht den Eintritt in die Halle!

Leitung: Lutz Hankewitz

07.10.-11.10.

Mittwoch-Sonntag

Gebühr: 50 + 6€

max. 5 TN

**Anmeldung
bis 06.08.**

**Tour mit
Bus&Bahn
s. Seite 14**

Werktags-Bergtour (B-26-3827)

T2

4 ½ Wandertage - 4 Übernachtungen: Tag 1: Von Jungingen hinauf auf den Raichberggipfel 956Hm auf dem das Nägelehaus, ein Wanderheim des Schwäb. Albvereins, steht. 8,3 km 3,5 - 4 Std., 340Hm. Tag 2: Vom Nägelehaus 350 Hm hinab nach Laufen a.d.Eyach und 330Hm wieder aufwärts zum Albtrauf. Vom Albnordrand in Höhen über 900 m, großartiger Blick auf die Burg Hohenzollern im Nordwesten, danach hinab zum Gasthaus Stich und gegenüber wieder hinauf auf den Böllat (922m) und zur Ortschaft Burgfelden (romanische Kirche aus dem 11.Jh.) auf der Albhochfläche. Übernachtung im Landhaus Post. 14 km, 5-6Std., 480 Hm auf-, 500 Hm abwärts. Tag 3: Von Burgfelden nach Ratshausen und zum Hotel Obe-

re Säge (23 km, 7-8 Std., aufwärts 746 Hm, abwärts 990 Hm), höchster Punkt Plettenberg 1002 Hm, längste Etappe. Abstieg über die Schalksburg hinab nach Laufen a.d.Eyach, dann 350 Hm wieder hinauf auf den Albnordrand, dort über Hörnle, Lochenstein, Schafberg mit gespaltenem Fels und Plettenberg nach Ratshausen und 1,7 km weiter bis zum edelsten Quartier der Tour, dem Hotel Obere Säge. Tag 4: Vom Hotel Obere Säge bis zum Gästehaus des Segelflugplatzes Klippeneck (aufwärts 738 Hm, abwärts 420 Hm, 17,9 km, 6,5 – 7,5 Std.) Diese Etappe geht über mehrere Gipfel knapp über 1000 Hm, darunter die Burgruine Hohenberg und der Lemberg, mit 1015 m höchster Gipfel der Schwäb.Alb, bis zum Segelflugplatz Klippeneck, wo wir im Gästehaus des höchstgelegenen deutschen Segelflugplatzes auf knapp 1000 Hm übernachten. Tag 5: Vom Segelflugplatz Klippeneck über den Dreifaltigkeitsberg (Kloster und Wallfahrtskirche) und dem Risiberg (mit Landgasthof) nach Tuttlingen an der oberen Donau (Ende des Albraufs), Abstieg ca. 500 Hm, ca. 15-21 km und 5-7 Std. je nach Endpunkt des Abstiegs. Insgesamt: 78-84 km, T1, wenige T2-Stellen, Rückfahrt nach München ab Tuttlingen Übernachtungskosten mit Frühstück ca. 50 € pro Person in Mehrbettzimmern, im Hotel Obere Säge ca. 65 € ohne Frühstück, hinzu kommen Kosten für eine warme Mahlzeit abends. An- und Abreise mit Regionalzügen; DeutschlandCard empfehlenswert. Max. 5 Teilnehmer; Anmeldeschluss: Do, 6. August 2026. Bei Rücktritt nach Anmeldeschluss können Stornokosten anfallen. Treffpunkt: Bahnhof München-Pasing um 7h35 am Gleis für den Regionalzug nach Ulm Hinweis: Da noch nicht alle Reservierungen perfekt sind, können sich noch Änderungen am Ablauf ergeben, die über den USC-Newsletter mitgeteilt werden.

Anreise am 07.10.2026, 07³⁵ Uhr!

Führung: Hans-Jürgen Müller von Pilchau

09.10.

Freitag

Gebühr: 50€
max. 6 TN

Anmeldung
bis 02.10.

Topropekurs (B-26-3822)

Kursinhalte/Voraussetzungen s. S. 11. Der Kurs findet an einem Abend und einem Vormittag statt: Freitag von 17³⁰-20³⁰ und Samstag von 9:30-12³⁰ Uhr. Veranstaltungsort: DAV Kletterzentrum München-Nord (FREIMANN). Bitte beachte: Die Kursgebühren enthalten nicht den Eintritt in die Halle!

Leitung: Helmut Kreppel

11.10.

*Sonntag**(Klimabeitrag 3€, ohne Berechnung)***max. 6 TN****Anmeldung
bis 08.10.****Mountainbike (A-26-3777)****leicht/mittel**

Mountainbike Tour an der Altmühl. Wir fahren durch eine abwechslungsreiche Landschaft im Naturpark Altmühltal, geprägt von malerischen Hügeln und dichten Wäldern. Die Region zeichnet sich durch die Altmühl aus, die sich durch den Jurakalk schlängelt und dabei sanfte Hochebenen und steile Täler formt. Dieses vielfältige Terrain bietet Mountainbikern eine breite Palette an Möglichkeiten, von sanften Wegen bis hin zu technisch anspruchsvollen Abfahrten. Wir brauchen für die Tour ein mittleres bis gutes Fahrkönnen, dafür ist es konditionell eher leicht bis mittel.

Führung: Marion Reijerkerk

11.10.

*Sonntag***max. 6 TN****Anmeldung
bis 08.10.****Bike & Hike (A-26-3807)****T4**

Ammergau: Vorderscheinberg (1827m) und Hasentalkopf (1797m). Die Bikes dienen nur zur Anfahrt durch das Sägetal knapp 3 Km, sobald es steiler wird, werden sie abgestellt und es geht gemütlich zu Fuß weiter zum Bäckeralmsattel und weiter zum Scheinbergjöchel, von dort über kleinen Pfad ziemlich ausgesetzt zum Vorderscheinberg. Dann zurück zum Jöchel und hinauf zum Hasentalkopf. Zurück zum Jöchel und über den Lösertalgraben zurück zu den Bikes, ca 6,5 Std.

Führung: Georg Wocher

13.10.

*Dienstag***max. 8 TN****Anmeldung
bis 12.10.****After Work Gravelbike (A-26-3856)****mittel**

Beschreibung s. S. 14.

Führung: Felix Breithaupt/Hendrik Börger

14.10.

*Mittwoch***Gebühr: 80€****max. 6 TN****Anmeldung
bis 07.10.****Vorstiegskurs (B-26-3825)**

Kursinhalte/Voraussetzungen s. S. 11. Der Kurs findet an jeweils zwei Abenden und einem Vormittag statt: Mittwoch und Freitag Abend von jeweils 19⁰⁰ bis 22⁰⁰ Uhr und Samstag Vormittag von 10⁰⁰ bis 13⁰⁰ Uhr. Veranstaltungsort: DAV Kletterzentrum München-Süd (Thalkirchen). Bitte beachte: Die Kursgebühren enthalten nicht den Eintritt in die Halle!

Leitung: Lutz Hankewitz

16.10.

Freitag

*(Klimabeitrag 1€, ohne Berechnung)***max. 5 TN****Anmeldung
bis 12.10.****Tour mit
Bus&Bahn
s. Seite 14****Werktags-Bergtour (A-26-3833)****T3**

Brunnensteinspitze und Rotwandlspitze Im Anstieg anstrengende, von den Wegstrecken aber eher kurze Tour zu zwei schönen Aussichtsgipfeln am Karwendelrand. Die Tour führt vom Bahnhof Scharnitz steil über den Pirzlgrat auf den Brunnensteinkopf (1924 Hm), sodann zum Gipfelpaar Brunnensteinspitze (2180 Hm) und Rotwandlspitze (2192 Hm) und ist als reiner Südwest-Anstieg für Oktober gut geeignet. Bereits beim Aufstieg genießt man die ständig besser werdende Aussicht sowohl ins Karwendel als auch zu den Arnspitzen, später auch ins Wetterstein. Auf Grund des sportlichen Charakters des Aufstiegs finden sich an den Gipfeln meist nicht allzu viele Personen ein. Der mit dem Mittenwalder Klettersteig gemeinsame Abstieg führt erst steil, später leichter zur bewirtschafteten Brunnsteinhütte (1523 Hm), wo wir uns auf der sonnigen Aussichtsterrasse noch mal eine Pause gönnen. Danach weiter nach Mittenwald bzw. als Variante zurück nach Scharnitz. Aufstieg 1225 Hm, Abstieg 1270 Hm, Gesamtgehzeit 6,5 -7 Std, Schwierigkeit T2-T3. Treffpunkt Pasing Bahnhof 7h25 zum Regionalzug nach Seefeld, 7h36 ab Pasing.

Führung: Hans-Jürgen Müller von Pilchau

17.10.

Samstag

*(Klimabeitrag 1€, ohne Berechnung)***max. 7 TN****Anmeldung
bis 15.10.****Tour mit
Bus&Bahn
s. Seite 14****Bergtour (A-26-3774)****T4**

Rundtour über Risserkogel und Grubereck. Anfahrt mit Bus & Bahn über Tegernsee und Kreuth. Die Tour ist weitestgehend T3, hat aber eine ein kurzes Stück T4 im Aufstieg, bei dem Trittsicherheit und Schwindelfreiheit erforderlich ist. Ca. 1000 hm im Auf- und Abstieg, 15 km Strecke, 6h Gehzeit

Anreise am 17.10.2026, 07⁰⁰ Uhr!

Führung: Ulli Brennenstuhl

18.10.

Sonntag

*(Klimabeitrag 2€, ohne Berechnung)***max. 6 TN****Anmeldung
bis 15.10.****Bergtour (A-26-3772)****T3**

Karwendel: Fleischbank (2026m)-Wenn der erste Schnee, wie in den letzten Jahren, schon wieder weggeschmolzen oder noch nicht gefallen ist, eine rein südseitige, ruhige Tour mit herrlichen Ausblicken ins wildere Karwendel, ca. 1100 Hm, 5-6 Std. Führung: Georg Woher

18.10.

*Sonntag**(Klimabeitrag 1€, ohne Berechnung)***max. 8 TN****Anmeldung
bis 15.10.****Tour mit
Bus&Bahn
s. Seite 14****Mountainbike (A-26-3801)****mittel/schwer**

Mittelschwere Mountainbike-Tour. Gute Grundkondition erforderlich. Technische Grundkenntnisse genügen. Der Startpunkt der Tour ist mit öffentlichen Verkehrsmitteln erreichbar. Tour in den Münchner Hausbergen (50km, 1100Hm). Nach einem erfrischenden Anstieg werden wir auf einer Alm die Möglichkeit haben einzukehren. Nach der Rast sind wir dann gestärkt und es geht weiter auf der Runde bis zur rasanten Abfahrt.

Anreise am 18.10.2026, 07⁰⁰ Uhr!

Führung: Wolfgang Brandl

20.10.

*Dienstag***max. 8 TN****Anmeldung
bis 19.10.****After Work Gravelbike (A-26-3857)****mittel**

Beschreibung s. S. 14.

Führung: Felix Breithaupt/Hendrik Börger

22.10.-25.10.

*Donnerstag-Sonntag***Gebühr: 110 + 9€****max. 5 TN****Anmeldung
bis 08.10.****Bergtour (B-26-3757)****T4**

Im Oktober hat es oft noch perfektes Bergwetter, aber die meisten Hütten sind zu. Im Sarntal habe ich 2024 gute Erfahrungen mit dem Jägerhof in Durnholz gemacht. Der liegt auf 1570m und Wanderwege starten direkt dort. Preislich liegt der Jägerhof mit HP im oberen Bereich einer AV-Hütte, bietet aber mehr: <https://www.jaegerhof.org/> Es könnte aber auch eine andere Pension weiter unten im Tal werden. Mögliche Gipfelziele ab Jägerhof: Karnspitz, Jakobsspitze, Schrotthorn Mögliche Gipfelziele ab Penser Joch bei der Hin- u. Rückfahrt: Sarner Weißhorn, Astenberg, Tatschspitze Bis zu 8 Stunden Gehzeit und 1300 Hm. Wir gehen gemütlich.

Anreise am 22.10.2026, 07⁰⁰ Uhr!

Führung: Michael Hock

22.10.

*Donnerstag***Gebühr: 80€****max. 6 TN****Anmeldung
bis 15.10.****Vorstiegskurs (B-26-3823)**

Kursinhalte/Voraussetzungen s. S. 11. Der Kurs findet an jeweils zwei Abenden und einem Vormittag statt: Donnerstag und Freitag von jeweils 17³⁰ bis 20³⁰ Uhr und Samstag von 09³⁰ bis 12³⁰ Uhr. Veranstaltungsort: DAV Kletterzentrum München-Nord (FREIMANN). Bitte beachte: Die Kursgebühren enthalten nicht den Eintritt in die Halle!

Leitung: Helmut Kreppel

24.10.

*Samstag**(Klimabeitrag 1€, ohne Berechnung)***max. 6 TN****Anmeldung
bis 20.10.****Tour mit
Bus&Bahn
s. Seite 14****Bergtour (A-26-3752)****T4**

Bergtour ins Blaue. Wir machen je nach Schneelage eine Bergtour auf ein unbekannteres Ziel in den bayerischen Voralpen mit um die 1000 hm. Trittsicherheit und Schwindelfreiheit für eventuelle kurze Kraxelstellen oder drahtseilversicherte Passagen notwendig. Das genaue Ziel wird eine Woche vorher bekanntgegeben.

Führung: Annalena Brunner

27.10.

*Dienstag***max. 8 TN****Anmeldung
bis 26.10.****After Work Gravelbike (A-26-3858)****mittel**

Beschreibung s. S. 14.

Führung: Felix Breithaupt/Hendrik Börger

28.10.

*Mittwoch**(Klimabeitrag 2€, ohne Berechnung)***max. 5 TN****Anmeldung
bis 21.10.****Werktags-Bergtour (A-26-3788)****T2**

Überschreitung der Chiemgauer Hochplatte. Spätherbstliche Rundwanderung auf einen wenig besuchten, aber aussichtsreichen Gipfel in den Chiemgauer Bergen bei rein südseitigem Anstieg. Von Mühlau bei Schleching (660m) südseitig auf die Oberauerbrunstalm und sodann überwiegend auf der Kammlinie zum Gipfel (1587m). Kurzer Abstieg um 150 Hm nach Norden Richtung Haberspitz, dann auf einem Almrücken ein kurzes Stück nach Westen bis zu einem Wegweiser nach Schleching, diesem südseitig absteigend folgend an einer Bergwachthütte vorbei, den Westhang der Hochplatte querend bis wir in einer Höhe von 1260 m auf den Aufstiegsweg treffen und auf ihm zurück zum Ausgangspunkt kommen (950 Hm, 9km Wegstrecke, 5,5 – 6 Std. Gehzeit, T2) Die Gehzeiten lassen Raum für den Genuss der aussichtsreichen Landschaft. Anreise 7h15 Genauer Treffpunkt wird nach Anmeldeschluss mitgeteilt.

Anreise am 28.10.2026, 07¹⁵ Uhr!

Führung: Hans-Jürgen Müller von Pilchau

November 2026

08.11.

Sonntag

(Klimabeitrag 1€,
ohne Berechnung)

max. 8 TN

Anmeldung
bis 05.11.Tour mit
Bus&Bahn
s. Seite 14

Mountainbike (A-26-3803)

mittel/schwer

MTB am Chiemsee. Mittelschwere Mountainbike-Tour. Gute Grundkondition erforderlich. Fortgeschrittene Fahrtechnik notwendig. Der Startpunkt der Tour ist mit öffentlichen Verkehrsmitteln erreichbar. Tour in den Chiemgauer Bergen (50km, 1500Hm).

Anreise am 08.11.2026, 07⁰⁰ Uhr!

Führung: Wolfgang Brandl

13.11.

Freitag

(Klimabeitrag 2€,
ohne Berechnung)

max. 6 TN

Anmeldung
bis 10.11.

Werktags-Bergtour (A-26-3789)

T2

Seekarkreuz - Lenggrieser Hütte Spätherbstliche Wanderung je nach Verhältnissen auf das Seekarkreuz (1601 m) über einen wenig begangenen Zustieg von Fleck aus. Über zunächst forstliche Waldwege, später über Pfade hinauf nach Mariaeck (1499m) zwischen Schönberg und Seekarkreuz. Weiterweg mit ein paar kleineren Felspassagen im Kamm, in denen man kurz die Hände mit einsetzen muss, zum Seekarkreuz (1601m), Abstieg über die Lenggrieser Hütte mit hoffentlich letzten Sonnenstrahlen auf der Terrasse zurück zum Ausgangspunkt. Gehzeit insges. ca. 6-7 Std., insgesamt ca. 850 Hm im Auf- und Abstieg oder je nach Schneelage von Lenggries aus über unmarkierte Pfade aussichtsreich über den Grasleitenstein und den Grasleitenkopf (1400 Hm) kurz hinab zur Lenggrieser Hütte und, wenn noch machbar, auf das Seekarkreuz (Gehzeit 4,5 Std mit Seekarkreuz 1,5 Std mehr). Schwierigkeit auf beiden Routen T2-T3 Treffpunkt: Steinkirchner Straße beim U-Bahnhof Fürstenried West 07¹⁵

Anreise am 13.11.2026, 07¹⁵ Uhr!

Führung: Hans-Jürgen Müller von Pilchau

14.11.

Samstag

(Klimabeitrag 2€,
ohne Berechnung)

max. 5 TN

Anmeldung
bis 12.11.

Bergtour (A-26-3810)

T4

Brunnberg – Rappenköpfe West-Ost-Überschreitung. So spät im Jahr suchen wir südseitige Auf- und Abstiege in den Ammergauern zwischen Pürschling und Kofel. Unser unmarkierter Weg ist anfangs breit, geht über in einen kleinen Pfad, dann weglos durch Wald, steile Wiesen und Schrofengelände Richtung Zähne. Deren Spitzen überlassen wir den Kletterern und folgen dem schönen Grat über den Brunnberg Richtung



Brunnberg (s. 14.11.)

Rappenköpfe. Von Letzterem geht es meist wegwarm wieder südseitig runter. Ca. 900Hm, 6 - 7 Stunden Gehzeit. Wir gehen gemütlich.

Anreise am 14.11.2026, 08⁰⁰ Uhr!

Führung: Michael Hock

16.11.

Montag

Mitgliederversammlung (A-26-3860)

Mitgliederversammlung 2026 im Alten Wirt Thalkirchen, Fraunbergstraße 8, 19⁰⁰ Uhr. Einladung erfolgt rechtzeitig per Newsletter und auf der Internetseite der Sektion. Der Vorstand freut sich auf zahlreiches Erscheinen!

16.11.

Montag

**Gebühr: 50€
max. 6 TN**

**Anmeldung
bis 09.11.**

Sturztraining & Sicherungsupdate (B-26-3826)

Kursinhalte/Voraussetzungen s. S. 12. Der Kurs findet an zwei Abenden statt: Montag und Mittwoch von jeweils 18³⁰ bis 21³⁰ Uhr. Veranstaltungsort: DAV Kletterzentrum München-Süd (Thalkirchen). Bitte beachte: Die Kursgebühren enthalten nicht den Eintritt in die Halle!

Leitung: Birgit Foersch

24.11.

Dienstag

Vortrag (A-26-3813)

Bilderabend von USC Mitglieder für USC Mitglieder. Gäste sind herzlich willkommen! Ihr bringt Eure Digitalbilder auf Memorystick oder CD mit. In lockerer Atmosphäre lassen wir uns von tollen Touren und schönen Bildern begeistern. Bitte Vorträge an die USC-Adresse anmelden mit Thema und Länge, damit wir einen runden Ablauf organisieren können, ansonsten keine Anmeldung nötig. Ort: Nebenraum, Alter Wirt Talkirchen 18³⁰, Bitte auch dort essen, wir haben Mindestumsatz! Vorträge ab ca.19Uhr.

Werden Sie Mitglied in der Sektion Universitätsportclub München des Deutschen Alpenvereins!

Wir sind eine eigenständige Alpenvereinssektion in München. Wir haben unsere Wurzeln im und besondere Verbindung zum Universitätsport. Offen sind wir für alle Personen, die die Ziele des Alpenvereins unterstützen.

Unsere Sektion hat keinen Hüttenbesitz, fördert aber besonders gemeinsame alpinistische Unternehmungen. Hohen Wert legen wir auf solide und umfassende Ausbildung unserer Mitglieder. Schüler und Jugendliche sind ein wichtiger Teil unserer Sektion und erfahren besondere Förderung.

Gute Gründe für die Sektion USC:

Touren und Kurse

Schwerpunkt unserer Sektion ist ein breites Spektrum an geführten Touren und Kursen unter der Leitung erfahrener Fachübungsleiter zu günstigen Gebühren. Im Sommer alpines Klettern, Hochtouren, Klettersteige, Bergwandern und Mountainbiketouren. Im Winter Ski- und Skihochtouren, Freeriden, Schneeschuhtouren sowie Klettern an der Kletterwand der ZHS. Ganzjährig und kindgerecht ist unsere Eltern-Kind-Gruppe unterwegs.

Unsere Jugendgruppen

Mit Gleichaltrigen Spaß haben, Berge erleben und das Bergsteigen in seinen vielfältigen Formen erlernen ist das Motto unserer Jugend. Hier finden sich Kinder und Jugendliche in verschiedenen Altersgruppen unter der Führung engagierter Jugendleiter.

Geschäftsstelle mit Ausrüstungsverleih

Alle wichtigen Ausrüstungsgegenstände sowie Führer- und Ausbildungsliteratur können in unserer Geschäftsstelle gegen günstige Gebühren ausgeliehen werden. Dort können Sie sich auch persönlich für Touren und Kurse anmelden.

Kletteranlagen

Wir sind Mitglied im Trägerverein des Kletterzentrums München in Thalkirchen. Somit genießen unsere Mitglieder Vergünstigungen beim Eintritt in die Kletterhallen Thalkirchen, Freimann, Gilching und Bad Tölz.

Berghütten

Als DAV-Mitglied erhalten Sie vergünstigte Übernachtungen auf über 2.000 Alpenvereinshöhlen im gesamten Alpenraum.

Bergsteigermagazin PANORAMA

Sechsmal jährlich kommt die Zeitschrift des DAV kostenlos zu Ihnen.

Versicherungsschutz

Mit dem im Mitgliedsbeitrag inbegriffenen Alpinen Sicherheits-Service genießen Sie weltweiten Versicherungsschutz bei allen Bergsportarten.

...und das alles zu einem günstigen Mitgliedsbeitrag in einer Sektion, bei der man sich kennt und persönlicher Kontakt noch ein wichtiger Wert ist.

Haben wir Sie überzeugt? Dann kommen Sie in unserer Geschäftsstelle vorbei und lernen uns persönlich kennen. Oder besuchen Sie unsere Homepage und melden sich online an!