

Bergwanderungen und Hochtouren Radsport, Ausbildung Alpin und Klettern am Fels

Hier finden Sie alle ausgeschriebenen Touren und Seminare des Bremer Alpenvereins 2018.

Teilnahmevoraussetzung ist die Vereinsmitgliedschaft beim DAV. Ausführliche Informationen zu den einzelnen Touren und zu Teilnahme- und Rücktrittsbedingungen erhalten Sie unter www.alpenverein-bremen.de unter **Touren, Kurse, Gruppen**.

Die Kostenangaben verstehen sich als ungefähre Preise. Wir bemühen uns, so früh wie möglich über Änderungen und mögliche Nacherhebungen zu informieren. Zur besseren Einschätzung von Kondition und Schwierigkeitsgraden empfehlen wir Ihnen die DAV Bergwanderkarte, erhältlich in unserer Geschäftsstelle und digital auf unserer Webseite.

Das Programm wird immer wieder kurzfristig ergänzt – ein regelmäßiger Blick auf die Webseite und in die Bremen Alpin lohnt sich daher!

Haben Sie Anregungen und Wünsche? Wir freuen uns über Hinweise unter touren@alpenverein-bremen.de oder in der Geschäftsstelle.

Im Namen aller TourenleiterInnen wünsche ich Ihnen wunderbare (Berg-)Erlebnisse und viel Freude mit unserem Programm.

Andrea Munjic

www.alpenverein-bremen.de/touren-kurse-angebote.html

WERDEN SIE MITGLIED



Alpenverein Bremen
Altenwall 24 | 28195 Bremen | Tel. 0421.72484
geschäftsstelle@alpenverein-bremen.de

Öffnungszeiten:
Mo. 15.00 - 18.00 Uhr | Do. 15.00 - 19.00 Uhr
Fr. 10.00 - 12.00 Uhr

alpenverein-bremen.de



Lawinengefahr

Kletterzentrum Bremen

Der Kurs soll es interessierten Teilnehmern (Ski-tourengeher, Schneeschuhwanderer etc.) ermöglichen, den Blick für die Gefahren verschneiten alpinen oder Mittelgebirgs-Geländes zu schärfen.

Grundlagen der Lawinenprävention für Skitourengeher und Schneeschuhwanderer.

10.02.2018

15 €

Anmeldung bei: Alexander Neveling
Tel. 0151.14113554
alexander.neveling@alpenverein-bremen.de



Genuss-Skitouren im Naturpark Fanes

Faneshütte bei St. Vigil in Enneberg / Südtirol

Sanfte Skihänge und kommode Gipfelanstiege. Eine Woche lang werden wir den Naturpark Fanes erkunden. Angebot auch für Einsteiger.

Skitouren von mittlerer technischer Schwierigkeit und Länge.

04.03. - 10.03.2018

510 - 590 €

Anmeldung bei: Folkert Lenz
Schildstr. 7, 28203 Bremen
Tel. 0421.700546
FolkertLenz@alpenverein-bremen.de



Nepal: Expeditions-Trekking zum Mera Peak (6461 m)

Hinku-Tal und Khumbu Himal / Everest-Region

Ein dreiwöchiges Nepal-Trekking mit Expeditionscharakter in Höhen auch über 5000 m mit 6000er-Besteigung (Mera Peak).

Tagesetappen mit 1200 hm im Auf- und/oder Abstieg. Gezeiten von 5 - 7 Stunden sind die Regel; an Gipfeltagen wesentlich länger.

30.03. - 22.04.2018

ca. 2500 - 2900 €

Anmeldung bei: Folkert Lenz
Schildstr. 7, 28203 Bremen, Tel. 0421.700546
FolkertLenz@alpenverein-bremen.de



Munros and More

Cairngorms Nationalpark / Schottland

Eine Zelt-Trekkingtour durch das Schottische Hochland mit der Möglichkeit der Besteigung einzelner Munros.

Gezeiten bis zu acht Stunden auf technisch einfachen Wegen mit 300 bis 400 hm im Auf- bzw. Abstieg. Einzelne Passagen können weglassig und »a little bit boggy« sein.

02.05. - 10.05.2018

172 €

Anmeldung bei: Eckhard Homann
Tel. 0163.7750204
eckhard.homann@alpenverein-bremen.de



Mit dem eigenen Rad vom Reschenpass nach Verona

Start: Nauders am Reschenpass; Ziel: Verona

Mit dem Gepäck am Fahrrad radeln wir ohne größere Steigungen durch Norditalien und besichtigen die Städte Trento und Verona.

Tagesetappen von 40 - 70 km im hügeligen Gelände mit Gepäck am Fahrrad mit einem für mehrtägige Radtouren gut geeigneten Tourenrad.

03.05. - 13.05.2018

1040 - 1100 €

Anmeldung bei: Hans-Peter Meyer
Tel. 0421.233032 oder 0171.7730513
hans-peter.meyer@gmx.de



Wandern mit Meerblick – auf Mallorca

Spanien – Port Soller / Mallorca

Eindrucksvolle Tageswanderungen – Meerblick eingeschlossen – durch die Tramuntana im Nordwesten Mallorcas.

Wanderungen mit leichtem Tagesgepäck auf Pfaden, unbefestigten Wegen und Treppen.

12.05. - 19.05.2018

850 €

Anmeldung bei: Klaus Wendt
Tel. 0421.8400491 oder 0174.9062409
klaus.wendt1@nord-com.net



Klettern am echten Fels

Ith / Weserbergland / JDAV Nord Zeltplatz

Dieser Kurs richtet sich an alle Kletterer, die noch keine oder wenig Erfahrung mit Absicherungen im Naturfels haben.

Klettern im 4. bis 5. Grad.

26.05. - 27.05.2018

75 - 90 €

23.06. - 24.06.2018

75 - 90 €

Leitung: Georg Schmitz und Kristian Schade
Anmeldung bei: Georg Schmitz
Tel. 0421.7948390
georg.schmitz@alpenverein-bremen.de



Spaltenbergungstraining

Kletterzentrum Bremen

»Kameradenrettung« auf dem Gletscher mitten in Bremen. Ein Einführungskurs für Hochtouren-Aspiranten.

Teil I: Bergungsmanöver mit Loser Rolle und Schweizer Flaschenzug.
Teil II: Schweizer Flaschenzug und Selbstbergung mit Raupentechnik.

Teil 1: 02.06.2018

15 €

Teil 2: 16.06.2018

15 €

Anmeldung bei: Alexander Neveling
Tel. 0151.14113554
alexander.neveling@alpenverein-bremen.de



Am Fels ist's anders!

Ith / Weserbergland / JDAV Zeltplatz

Das Klettern am Fels im Top-Rope sicher lernen und üben ab 14 Jahren.

Beherrschen des Sicherungstechnik.
DAV Top-Rope Kletterschein.
Eigene Ausrüstung.

02.06. - 03.06.2018

75 - 90 €

Leitung: Irene Lange und Rafael Guadarrama
Anmeldung bei: Rafael Guadarrama
Tel. 0421.38010948
Rafael.Guadarrama@gmx.de



Bergfrühling auf der Seiser Alm

Seiser Alm in den westlichen Dolomiten

Traumwanderungen auf der Seiser Alm mit dem Tagesrucksack und erstklassigem Hotel als Standquartier.

Täglich: 3 - 7 Stunden reine Gehzeit, bis zu 950 hm im Auf- und/oder Abstieg.

23.06. - 30.06.2018

220 - 320 €

Anmeldung bei: Hans-Peter Meyer
Tel. 0421.233032 oder 0171.7730513
hans-peter.meyer@gmx.de



Gletschertour rund um die Weißkugel

Ötztal

Eine Woche im Hochgebirge, von Hütte zu Hütte, zwischen 2500 m und 3740 m Seehöhe.

Tagesetappen bis max. 10 km, teilweise 1300 hm im Auf- und/oder Abstieg (an Einzeltagen, nicht täglich).

23.06. - 30.06.2018

299 - 349 €

Anmeldung bei: Alexander Neveling
Tel. 0151.14113554
alexander.neveling@alpenverein-bremen.de



Die Freiheit, dahin zu gehen wohin ich will!

Jamtalhütte / Silvretta

Auf diesem Kurs lernst du, was es überhaupt für Gefahren in den Bergen gibt und wie du damit umgehen kannst.

Ausreichende Kondition für 6 bis 8 Stunden Wanderungen.

24.06. - 01.07.2018

578 - 679 €

Anmeldung bei: Volker Klein
Tel. 0170.8049822
volker.klein@alpenverein-bremen.de



Grande Traversata delle Alpi – Teil 3

Quincinetto / Aostatal-Italien

Start ist am Eingang des Aostatals; wir durchqueren den Gran-Paradiso-Nationalpark, Finale dieses Abschnitts ist das Susatal.

Überwiegend einfache, teilweise mittelschwere Bergwege; Gezeiten zwischen 4 - 8 Stunden täglich, teilweise bis zu 2800 hm im Auf- und Abstieg.

30.06. - 12.07.2018

900 - 1200 €

Anmeldung bei: Peter Pank
Tel. 04242.5410
peter.pank@alpenverein-bremen.de



Wanderungen mit fester Unterkunft und Twin-Konzept

Silvretta / Paznauntal

Wanderung mit Twin Konzept und fester Unterkunft in der Silvretta.

Leichte Wanderungen: etwas Bergwandererfahrung, geeignete Ausrüstung. Längere Tour: geübter Bergwanderer, trittsicher und schwindelfrei, Wanderungen bis zu 7 Stunden.

07.07. - 14.07.2018

90 - 160 €

Leitung: Fritz Grimm und Ulrich Friehe.
Anmeldung bei: Fritz Grimm
Tel. 0421.78392 oder 0151.70174440
fritz.grimm@alpenverein-bremen.de



Rätikon-Höhenweg

Bludenz / Montafon

Umrundung der Kalkriesen auf wunderschönen Wanderwegen mit weitem Blick.

Gezeiten von 4 - 6 Stunden auf einfachen bis mittelschweren Gebirgswegen mit An- und Abstiegen bis zu 700 hm.

07.07. - 14.07.2018

99 - 138 €

Anmeldung bei: Manfred Gangkofer
Tel. 0421.84741092
manfred.gangkofer@alpenverein-bremen.de

PROGRAMM 2018



Dolomiten-Höhenweg 1 – nördlicher Teil

Start: Pragser Wildsee / Ziel: Falzaregopass

Auf dieser Tour durchqueren wir den landschaftlich äußerst reizvollen Naturpark Fanes-Sennes-Prags von Norden nach Süden.

Tägliche Gehzeiten von 5 - 6,5 Stunden, Wanderungen bis zu 12 km, Auf- und/oder Abstiege max. bis zu 1190 hm.

19.07. - 27.07.2018 770 - 800 €

Anmeldung bei: Hans-Peter Meyer
Tel. 0421.233032 oder 0171.7730513
hans-peter.meyer@gmx.de



Meraner Höhenweg und Spronser Seenplatte

Meran / Algund Südtirol

Meraner Höhenweg mit Durchschreitung der Texelgruppe.

Einfache bis mittelschwere Bergwanderwege, tägliche Gehzeiten meist ca. 4 - 5 Stunden, Auf- und/oder Abstiege bis zu 900 hm.

21.07. - 28.07.2018 580 - 640 €

Leitung: Burkhard Orlovsky
Anmeldung bei: Andrea und Burkhard Orlovsky
Tel. 0421.627977
orlovsky-bremen@arcor.de



Rätikonrunde – Jahrgänge 80er und 90er

Brand / Brandnertal / Rätikon

Fordernde Hüttentour im Rätikon, speziell für die »jüngere« Generation der Bergbegeisterten und diejenigen, die es noch werden wollen.

Tägl. Gehzeit 6 - 9 Stunden. Alpines Gelände, Kletterstellen (+), teils unversicherte Steige. Längste Etappe Auf- und Abstieg je 1700 hm.

29.07. - 03.08.2018 115 - 165 €

Anmeldung bei: Julian Götz
Tel. 0175.6289639
julian.goetz@alpenverein-bremen.de



Mehrseillängen im Berchtesgadener Land

Blaueishütte / Berchtesgadener Land

Grundlagenkurs für Menschen mit ersten Klettererfahrungen, die sich mit dem Sichern in Mehrseillängenrouten vertraut machen wollen.

Kletterhalle V+, Fels IV-.

Termin August 2018 (Do - So) 186 - 248 €

Anmeldung bei: Alexander Neveling
Tel. 0151.14113554
alexander.neveling@alpenverein-bremen.de



Dolomiten-Höhenweg 9

Bozen / Tiers / Südtirol

Ein Klassiker: 180 km lang; von West nach Ost; Plattkofel, Langkofel, Sella, Piz Boe, Lagazuoi, Tofanen, Cadini-Gruppe, Drei Zinnen.

Überwiegend einfache, teilw. mittelschwere Bergwege; Gehzeiten 4 - 7, 1x 9 Stunden. täglich, teilweise bis zu 2500 hm im Auf- und Abstieg.

24.08. - 06.09.2018 900 - 1100 €

Anmeldung bei: Peter Pank
Tel. 04242.5410
peter.pank@alpenverein-bremen.de



Mehrseillängen im Allgäu

Prinz-Luitpold-Haus / Allgäu

Stände bauen, Partner nachholen und mobile Sicherungen legen – das sind nur einige der Ziele, die wir in dem Kurs zusammen erarbeiten wollen.

Sicherungstechnik Sportklettern, Klettern am Fels IV+.

19.07. - 22.07.2018 132 - 220 €

Anmeldung bei: Fynn Renner
Tel. 0176.45639469
fynn.renner@alpenverein-bremen.de



Mehrseillängen im Allgäu II

Prinz-Luitpold-Haus / Allgäu

Mobile Stände, leichtes technisches Klettern und Haken schlagen sind einige Inhalte dieses Kurses. Mitbringen solltet ihr eine gute Vorstiegsmoral, Erfahrung im Mehrseillängenklettern und eine ausreichende Fitness für die Zustiege.

Sicherungstechnik Mehrseillänge, Klettern im Plaisirgelände oberer fünfter Grad.

25.07. - 29.07.2018 165 - 330 €

Anmeldung bei: Fynn Renner
Tel. 0176.45639469
fynn.renner@alpenverein-bremen.de



Greina Hochebene

Graubünden / Tessin

Eine alpine Wanderung auf historischem Weg vom Bündnerland ins Tessin mit Durchquerung der Greina-Hochebene.

Gehzeiten bis zu 8 Stunden, einfache und mittelschwere Gebirgswege mit Auf- und/oder Abstiegen bis zu 800 hm. Eine Passage ist mit Drahtseilen versichert, aber nicht exponiert.

05.08. - 10.08.2018 138 €

Anmeldung bei: Eckhard Homann
Tel. 0163.7750204
eckhard.homann@alpenverein-bremen.de



3000er in den Berner Alpen

Berner Alpen / Wildstrubel

Hüttentour mit leichten Hochtouren, Vermittlung von Sicherungstechniken und Basiswissen rund ums Bergsteigen.

Fitness für ca. 1300 hm im Aufstieg Fitness für ca. 10 km Wegstrecke (an Einzeltagen, nicht täglich).

Termin August 2018 (Do-So) 413 €

Leitung: Alexander Neveling und Lydia Hilgers
Anmeldung bei: Alexander Neveling
Tel. 0151.14113554
alexander.neveling@alpenverein-bremen.de



Auf alten Wegen durch das Valle Maira

Valle Maira / Piemont

Genusswanderungen im Valle Maira (Piemont) mit dem Tagesrucksack und einer erstklassiger Verpflegung in einer festen Unterkunft.

Täglich: 3 - 6 1/2 Stunden reine Gehzeit, 400 hm bis 900 hm Aufstieg und 250 hm bis 1200 hm Abstieg.

26.08. - 05.09.2018 580 - 660 €

Anmeldung bei: Hans-Peter Meyer
Tel. 0421.233032 oder 0171.7730513
hans-peter.meyer@gmx.de



GR 5: Von St. Étienne de Tinée nach Menton

Saint Étienne de Tinée / Frankreich

Licht und Luft sind mediterran – Gipfel immer noch über 3000 m – Querung des Nationalparks Mercantour – und zum Schluss im Meer baden.

Überwiegend einfache, teilweise mittelschwere Bergwege; tägliche Gehzeiten 4 - 8 Stunden, Auf- und Abstiege bis zu 2000 hm; 2 Etappen ca. 2800 hm.

21.07. - 02.08.2018 800 - 1100 €

Anmeldung bei: Peter Pank
Tel. 04242.5410
peter.pank@alpenverein-bremen.de



Auf den Spuren des E5 zu den Sarntaler Alpen

Algund / Meran / Südtirol

Vom Meraner Höhenweg wandern wir auf den Spuren des E5 zu den Sarntaler Alpen.

Einfache bis mittelschwere Bergwanderwege, tägliche Gehzeiten meist ca. 4 - 5 Stunden, Auf- und/oder Abstiege bis zu 800 hm.

28.07. - 04.08.2018 580 - 640 €

Leitung: Burkhard Orlovsky
Anmeldung bei: Andrea und Burkhard Orlovsky
Tel. 0421.627977
orlovsky-bremen@arcor.de



Gletscher und Grate: Hochalpine Trainingswoche

Ortler-Gebiet / Südtirol / Italien

Eine Trainingswoche für Allround-AlpinistInnen mit solider Erfahrung im Hochtouren-Bereich. Gipfelchancen werden zu Lernmöglichkeiten.

Anstiege in Eis, Fels und kombiniertem Gelände bei mittlerer Schwierigkeit. Sehr gute Kondition für mehrstündige Gipfelanstiege bis zu 1000 hm und mehr nötig.

12.08. - 18.08.2018 580 - 660 €

Anmeldung bei: Folkert Lenz
Schildstr.7, 28203 Bremen, Tel. 0421.700546
FolkertLenz@alpenverein-bremen.de



Stubai Alpen – Besuch der Bremer Hütte

Neustift / Stubaital / Stubai Alpen

Anspruchsvolle Bergwanderung auf dem Stubai Höhenweg. Stets über 2200 m mit Übernachtungsbesuch auf unserer Sektionshütte.

Tägl. Gehzeit 6 - 8 Stunden. Alpines Gelände, Kletterstellen (+), teils unversicherte Steige. Längste Etappe Auf- und Abstieg je 1200 hm.

19.08. - 24.08.2018 115 - 165 €

Anmeldung bei: Julian Götz
Tel. 0175.6289639
julian.goetz@alpenverein-bremen.de



Orientierung mit Karte & Kompass

Kletterzentrum Bremen & Unisee

Kompass und Peilspiegel – analoge Navigation unabhängig von den Stolperfallen der Elektronik.

Kompass mitbringen.

08.09.2018 15 €

Anmeldung bei: Alexander Neveling
Tel. 0151.14113554
alexander.neveling@alpenverein-bremen.de

WINTER

WANDERN

ALPIN

RADSPORT

KLETTERN