



Angelika Auanger
auanger.angelika@scap.de



Klaus Bachmeier
bachmeier.klaus@scap.de



Christine Bruckeder
bruckeder.christine@scap.de



Steffi Diepelt
diepelt.stefanie@scap.de



Severin Heinritz
heinritz.severin@scap.de



Udo Heinritz
heinritz.udo@scap.de



Lorenz Reichenbach
reichenbach.lorenz@scap.de



Michael Riedel
riedel.michael@scap.de



Horst Wallisch
wallisch.horst@scap.de



Vroni Kronast
kronast.veronika@scap.de



Andreas Schwarz
schwarz.andreas@scap.de



Martina Vogt
vogt.martina@scap.de

Was uns wichtig ist:

Jeder Teilnehmer muss in eigener Verantwortung entscheiden, ob er den Anforderungen einer Tour entsprechen kann und möchte. Alles, was man dazu wissen muss, steht im Programm. Offene Punkte könnt ihr bei der Anmeldung direkt klären. Wir sind immer als Gruppe unterwegs, das heißt, wir bleiben beieinander und möchten uns nach den Schwächeren richten. Dadurch entsteht erstens ein gewisser Anspruch in punkto realistischer Selbsteinschätzung und zweitens eine gute Chance für alle mit Spaß in den Bergen unterwegs zu sein.

Versicherung:

Alle Touren werden aus Versicherungstechnischen Gründen nur für Vereinsmitglieder angeboten. Beim Bike-Treff und den Kursen können auch gerne Nichtmitglieder teilnehmen!

Jugend-Programm

Auch im Sommer möchten wir gerne mit den Kindern und Jugendlichen etwas unternehmen. Hier schon mal einige Vorschläge:

Technik und Spaß auf dem Mountainbike

Fahrtechnik für Kinder von 6 - 10 Jahren. Ein Kurs mit Kurvenfahren, sicheres Bremsen, Geschicklichkeit und Überwinden von kleinen Hindernissen.

Anmeldung bitte per Mail bei Udo Heinritz (heinritz.udo@scap.de)

Termin: 09.06.

MTB-Touren für Jugendliche ab 13 Jahren

Kondition für ca. 800 Hm, Fahrtechartipps, Spaß und Einkehr inklusive. Leichte Trails können auch dabei sein.

Anmeldung bitte per Mail bei Udo Heinritz (heinritz.udo@scap.de)

Termin: wird festgelegt nach Anmeldung

Hallenklettern für Kinder von 8-12 Jahren

Immer donnerstags, Spaß und Herausforderung inklusive. Für Anfänger und Fortgeschrittene. Der Einstieg ist jederzeit möglich, Ausrüstung kann gestellt werden. Anfänger erhalten eine Einweisung von den Grundkenntnissen bis zum Vorstiegsklettern.

Ort: In der Kletterhalle Pürstlingstraße, Rosenheim.

Betreuer: Lorenz Reichenbach, 0176 / 96 84 36 93

Mountainbike

Fahrtechnik-Kurse:

Für diesen Sommer haben wir unser Konzept geändert. und bieten auch wieder einen Fahrtechnikkurs für Kinder an. Für die Erwachsenen gibt es ebenfalls Technikkurse – mit einem eigenen Damentag. Beim MTB-Treff am Dienstag werden wir auch immer wieder kleine Technikeinheiten anbieten. Den Kursinhalt könnt ihr auf unserer Homepage erfahren.

Reparatur-Workshop:

Das Bike auf die Radsaison vorzubereiten und kleinere Defekte selbst zu beheben lernt ihr beim Abend in Udo's Radgarage. Alle Termine findet ihr im umseitigen Programm.

Biketreff:

Von Anfang Mai bis Ende August bieten wir zweimal in der Woche jeweils abends Mountainbikeausflüge an. Die Fahrten sind als Training gedacht und steigern sich mit der Tageslänge. Wenn im Juli / August die Tage am längsten sind, sind auch die Touren länger und können schon bis zu 70 km und ca. 900 Höhenmeter erreichen. Spätestens zu diesen Touren sollte eine Batteriebeleuchtung für Vorder- und Rücklicht im Gepäck sein. Die Mitnahme eines Helmes ist obligatorisch. Die Fahrten finden bei jedem Wetter statt, sollte es sehr stark regnen oder gewittern, fragt bitte kurz vorher beim Tourenbegleiter nach.



Bike-Treff

Dienstag – für Genussradler

Treffpunkt: Innbrücke Neubeuern

1. Termin: 07.05.

Zeit: 18.15 Uhr

Anmeldung: nicht erforderlich

Begleiter: Udo Heinritz,
0176 / 45 82 90 31

Mittwoch – für sportliche Radler

Treffpunkt: Innbrücke Neubeuern

1. Termin: 08.05.

Zeit: 18.00 Uhr

Anmeldung: nicht erforderlich

Begleiter: Klaus Bachmeier,
0160 / 93 85 63 18

Dies & Das

Seefest am 5. Juli:

Am Reischenharter See – eingeladen sind alle Teilnehmer, Mitglieder, Freunde und Bekannte der Tourengruppe. Mitbringen müsst ihr euer Essen, für Getränke ist gesorgt. Der Grill glüht ab ca. 18.00 Uhr. Das Fest findet bei jedem Wetter statt! Steckerlfische bitte bis 27.06. bei Udo bestellen!

Infoabend Skitour am 21. November:

Für Skitoureninteressierte bieten wir wieder eine Informationsveranstaltung. Wir zeigen die benötigte Ausrüstung, stellen unser Tourenprogramm und unsere Tourenführer vor. Landgasthof Huberwirt in Westendorf, 19.30 Uhr

Tourenstammtisch:

Neuigkeiten und Programmänderungen erfährt man auch bei unseren Stammtischen, meist am letzten Donnerstag des Monats beim Landgasthof Huberwirt in Westendorf. 25.04., 06.06. (verschoben wg. Fronleichnam), 25.07., 29.08. am Sportplatz Pang, Stockschützenalm, 26.09., 31.10.

Skitouren in Norwegen 2025:

Zwei Wochen, zwei Gruppen. Übernachtung auf einem Hausboot.

1200 hm, ca 6-8 Std. / Tag, **

Termin: 09.-23. 03. 2025

Ort: Troms og Finnmark

Betreuer: Andreas, Horst, Martina

Tourengebühr: 150,- €

Anmeldung: bis 1. Juli 24

Infos zum Programm

- ➔ Die Anmeldung zu den Touren erfolgt am besten per Mail direkt beim jeweiligen Tourenführer.
- ➔ Die Tourenziele sind nur Vorschläge und können sich je nach Wetterlage und den Verhältnissen vor Ort ändern.
- ➔ Bei entsprechendem Interesse und Nachfrage bieten wir gerne zusätzliche Touren an.

Gerne bieten wir zusätzliche Termine für alle Aktivitäten an, bitte meldet euch an und wir können die Termine individuell festlegen. Das hat den Vorteil der persönlichen Beratung.

Wir freuen uns über zahlreiches Interesse und viele Teilnehmer.

Kontakt & Information

Abteilungsleitung:

Jörn Rohner, 0176 / 39 89 73 71

Klaus Ullrich, 0176 / 61 65 90 15

Internet: www.skiclub-aising-pang.de

E-Mail: touren@skiclub-aising-pang.de

Presse: Oberbayerisches Volksblatt, Rubrik „Stadtteile“
Mangfallbote, Rubrik „Veranstaltungen“

Büro: Aisinger Straße 76, 83026 Rosenheim
Tel.: 08031 / 65160
Fax: 08031 / 2066560
Öffnungszeiten: Mo 17.00 - 19.00 Uhr

Touren, Termine und Änderungen werden auf unserer Homepage, als Newsletter und in der Presse angekündigt.

Anmeldung zum Newsletter bitte per Mail.

Termine · Touren · Veranstaltungen

SOMMER 2024

Alle Infos für den
Bergsommer 2024



TOURENPROGRAMM SOMMER

2024

Beginn	Ende	Ziel	Gebirgsgruppe	HM / km	Zeit / Std.	Bemerkung	Tourenführer
24. Apr.		MTB Workshop - Frauen	Udos Radlgarage		18.30 Uhr	Wartung, Service und kleinere Reparaturen selbst machen, Raubling	Udo
25. Apr.	26. Apr.	Skitour Großglockner, 3798m	Hohe Tauern	900+1000	3+8	Anspruchsvolle Skihochtour über 40-Grad-Rinne und ausgesetzten Grate, Voraussetzung: Hochtourenkurs, Übernachtung Stüdlhütte, max. 3 TN, ****	Michael, Tourenbeitrag 50,- €
27. Apr.		Burgfeldlauf				Anmeldung ab sofort möglich	
28. Apr.		MTB Basis-Technikurs	Neubeuern		ca. 6 Std.	Grundtechniken Gleichgewicht, Hindernisse, Bremsen, Kurvenfahren. **/**	Udo, Kursgebühr 30,- €
4. Mai		MTB Technikurs - Frauen	Neubeuern		ca. 6 Std.	Grundtechniken Gleichgewicht, Hindernisse, Bremsen, Kurvenfahren. **	Udo, Kursgebühr 30,- €
5. Mai		Praxistag Erste Hilfe	Bichlersee	100 hm	9-15 Uhr	Übung verschiedener Praxisbeispiele, Mittagessen am Berggasthof, für Einsteiger ohne Vorerfahrung, *	Steffi, Kursgebühr 20,- €
7. Mai		Beginn Mountainbiketreff	gemütliche Truppe			bis zum 30.08.	Udo, Christine, Anderl, Horst
8. Mai		Beginn Mountainbiketreff	sportliche Truppe			immer Mittwochs um 18:00 and der Innbrücke Neubeuern, bis zum Herbstfest	Klaus, Vroni
9. Mai	12. Mai	MTB Best of Bayerwald, Großer Arber, Falkenstein...	Bayrischer Wald, Zwiesel	ca. 700 - 900 hm 40 km je Tag	ca. 5-7 Std. / Tag	leichte Trails in stetem Auf und Ab. Unterkunft in Zwiesel, max. 7 Teilnehmer, **	Udo, Tourenbeitrag 40,- €
15. Mai		MTB Workshop	Udos Radlgarage		18.30 Uhr	Wartung, Service und kleinere Reparaturen selbst machen, Raubling	Udo
18. Mai		MTB Basis-Technikurs	Neubeuern		ca. 6 Std.	Grundtechniken: Gleichgewicht, Hindernisse, Bremsen, Kurvenfahren. **/**	Udo, Kursgebühr 30,- €
24. Mai	27. Mai	MTB Monte Grappa + Giro Italia klassische Trails S2	Grappastock	500 - 1100 hm 30 - 40 km	ca. 5 - 7 / Tag	ausgesetzte Kriegstrails teilweise Shuttleaufahrt, am 25. führt die vorletzte Giroetappe 2x über den Berg, wir sind live dabei, **/**	Udo, Tourenbeitrag 40,- €
30. Mai		MTB Tirol Markbachjoch 1496 m	Kitzbüheler Alpen	800 hm / 28 km	ca. 6	*/**	Udo
8. Jun.		MTB Tagestour	Chiemgauer	1100 hm / 45 km	4	Trails im Prialtal, ***	Klaus
9. Jun.		MTB Technikurs – Kinder von 6 - 10 Jahren	noch offen		ca. 4	Einfache Übungen für Geschicklichkeit und Gleichgewicht auf dem Rad. Verkehrssicheres Fahrrad + Helm sind Voraussetzung. */**	Udo, Kursgebühr 10,- €
15. Jun.		Renntour zur Griesernalm	Kaiser Gebirge	1000 hm/140 km	6 Std.	Walchsee/Kässen/Griesenau, **	Angelika
23. Jun.		MTB Technikurs - Fortgeschrittene	Schliersberg		ca. 6	**/**	Severin, Kursgeb.: 30,- €
30. Jun.		Rosenheimer Radmarathon				Helfer immer willkommen	Abteilungsleitung
7. Jul.		MTB Tagestour	Chiemgauer	1400 hm / 35 km	4	Rund um Kampenwand auf der klassischen Route (technisch einfache MTB Tour), **	Klaus
14. Jul.		MTB-Tagestour				trillastig, **	Severin
14. Jul.		Bergsteigen- Tagestour				Bergtour für Kraxelfreunde mit Kletterpassagen-Passagen im I/II evtl. auch III - je nach Geschmack der TN; Grundkenntnisse Felsklettern/Seilsichern nötig. ****	Michael
18. Jul.	21. Jul.	MTB Trailcross über die Alpen	Zillertal - Südtirol	ca. 900 - 1300 hm	ca. 6 - 8	trillastige Mehrtagestour von Hintertux bis Brixen, Übernachtung in Hütten/Hotels, Rückfahrt mit dem Zug. Gepäck muss mitgenommen werden, **/**	Horst, Martina Tourenbeitrag 50,- €
20. Jul.		MTB rund um den Geiglstein	Sachrang/Ettenhausen	1200 hm / 40 km	6 Std.	evtl. mit Hofbauernalm, **	Angelika
21. Jul.		Wanderung Hohes Brett, 2340 m	Berchtesgaden	1240 hm	8 Std.	Rundwanderung zum Hohen Brett mit ein wenig Kraxelei, ***	Christine, Tourenb.: 50,- €
4. Aug.		Wanderung Halserspitze 1861 m	Blauberge	1200 hm	ca. 7 Std.	Schöne Gradwanderung im Tegernseer Tal, ***	Christine
8. Aug.	11. Aug.	MTB Tirano	Veltlin	1500 hm / 70 km	bis 8	Bike und Bahnli geht in die nächste Runde. 2x mit Bahn bzw Lift. Von Tirano aus die ‚Five Crazy Down‘ runter. ***	Klaus, Tourenbeitrag 40,- €
25. Aug.		Bergsteigen-Tagestour				Bergtour für Kraxelfreunde mit Kletterpassagen-Passagen im I/II evtl. auch III - je nach Geschmack der TN; Grundkenntnisse Felsklettern/Seilsichern nötig.	Michael
30. Aug.	31. Aug.	Ramsauer Klettersteig	Dachsteingebirge	1720 hm	8-10 Std.	Freitag Aufstieg zum Guttenberghaus/Übernachtung Samstag Genussklettersteig-Überschreitung, Abfahrt mit Bahn: Anmeldung bis 31.07.2024. ***	Christine, Tourenbeitrag 40,- €
14. Sep.	15. Sep.	Gleiwitzer Höhenweg (optional Hoher Tenn möglich)	Glocknergruppe	1500 hm	7 (12 Std mit Tenn)	1. Tag: Hüttenzustieg Gleiwitzer Hütte 1.500 Hm von Kaprun; 2. Tag: Höhenweg 1.000 Hm auf/ab bis Stausee (+500 Hm Hoher Tenn), Anmeldung bis 15.08. ***	Steffi
20. Sep.	22. Sep.	MTB-Abfahrtsorientiert	oberes Inntal			***	Severin, Kursgeb.: 30,- €
21. Sep.		MTB in den Kitzbühlern	Kitzbüheler Alpen	1200 - 1500 hm 60 km	6 Std.	unterwegs im Skitourengebiet, **	Angelka
21. Sep.	23. Sep.	MTB Trailtouren um Sterzing	Pfunderer Berge	700 - 800 hm ca 25 - 35 km	ca. 5-7 / Tag	Übernachtung in Freienfeld, unbekannte Trails durch ein unbeachtetes Gebiet, **	Udo, Tourenbeitrag 30,- €
29. Sep.		Haller Zunterkopf, 1966 m	Karwendel	1270 hm	6 Std.	Abwechslungsreiche Runde mit tollen Blicken übers Inntal	Christine, Tourenb.: 40,- €
3. Okt.	6. Okt.	MTB Touren am Kalterer See	Südtirol/Kaltern	900 - 1100 hm	4-5 Std.	Leichte MTB Touren vom Remichhof in Kaltern aus, Ü/F ca. 67,-, E-MTB möglich, optional sind Wandern und/oder Baden mgl., max. 7 TN, **	Michael, Tourenbeitrag 40,- €
11. Okt.		Berggottesdienst	Schwarzlack		17 Uhr	anschließend gemütl. Beisammensein in der Wirtschaft	Jörn
12. Okt.		Wanderung Voldöpper Spitze	Rofan	1000 hm	5 Std.	Sonnige Tour von Kramsach aus, *	Klaus
20. Okt.		MTB Kirtatour	nach Lust und Laune	700 / 25	5 Std.	a paar Trails find ma oiwei no! **	Udo
25. Okt.	26. Okt.	Bergsommerabschied		600	2	evtl. Hüttenübernachtung, *	Udo

★ unschwierig

Bergtouren: Diese Einstufung stellt an den Wanderer nur geringe konditionelle Anforderungen. Das Steigen fällt auf guten Wegeanlagen leicht und die Höhenmeter bewegen sich zumeist noch unter 800 Höhenmetern. Diese Touren sind somit auch für Familien mit Kindern geeignet.

Biketouren: Touren dieser Bewertungsstufe sind durchwegs flach, auf Straßen bzw. sehr guten Wegen ohne Trail.

Klettersteig A: einfache gesicherte Wege. Flache oder senkrechte (kurze) Leitern und Eisenklammern zumeist im nicht sehr steilen Gelände. Vereinzelt Stellen können bereits ausgesetzt sein.

★★ mäßig schwierig

Bergtouren: Dieser Schwierigkeitsgrad charakterisiert bereits längere Anstiege, jedoch zumeist auf durchgehenden gut markierten Wegen. Ein gutes Schuhwerk ist bereits unbedingt erforderlich. Trittsicherheit und teilweise auch Schwindelfreiheit ist von Vorteil. Im Frühsommer Firnfelder. Kurze Passagen im I. Schwierigkeitsgrad (leichte Kletterei) können auftreten.

Biketouren: Auf diesen Touren finden sich bereits steilere Anstiege sowie Fahrten auf gröberen Forst- und Wiesenwegen.

Klettersteig B: Bereits etwas steileres Felsgelände mit teilweise kleintrittigen, ausgesetzten Passagen. Senkrechte, längere Leitern, Eisenklammern, Trittschäfte oder Ketten. Manche Passagen bereits anstrengend und kraftraubend.

★★★ schwierig

Bergtouren: Höhere und entlegene Gipfelziele erfordern konditionelle Leistung sowie Trittsicherheit und Schwindelfreiheit. Anstiege können mühsam und auch durchaus mit Seilen versichert sein. Die Wege können aber auch über vergletschertes Gebiet führen.

Biketouren: Längere, steile Anstiege auf schlechten Wegen sowie auch teilweise technische Abfahrten gehören zur Charakteristik dieser Touren. Teilweise ausgesetzte Trailpassagen, Schiebe- bzw. Tragestrecken.

Klettersteig C: Steiles bis sehr steiles Felsgelände. Größtenteils kleintrittige Passagen, die fast immer ausgesetzt sind. Überhängende Leitern, Eisenklammern und Trittschäfte, die auch etwas weiter auseinanderliegen können. Oft senkrechte, mit einem Stahlseil gesicherte Abschnitte.