



BETRIEBSSPORT-VERBAND MÜNSTER E.V.



Wandertouren 2010

Tageswanderungen
Hüttentouren
Rad-Wanderungen
Bergwandern





Ludwig Wolff
Wanderfachwart

Hallo Wanderfreunde!

Vor Euch liegt das Wanderheft 2010 des Betriebssportverbandes Münster. Wir stellen hierin vielfältige Möglichkeiten vor, wie Ihr Euch im Kreis Gleichgesinnter mehr oder weniger sportlich betätigen könnt. Wir bieten Tagestouren in der näheren Umgebung an, die genauso „wanderbar“ sind wie Hüttentouren in den Alpen. Ihr findet Angebote für Standortwanderungen ebenso wie für Radelwochen - für jeden ist etwas dabei!

Einzelheiten zu allen Touren findet Ihr in diesem Heft auf der Seite „Allgemeine Hinweise“. Wer Fragen hat oder sich gleich anmelden möchte, wendet sich bitte direkt an den Tourenleiter. Falls Ihr Freunde oder Bekannte habt, die auch Freude am Wandern haben, zeigt ihnen doch dieses Heft oder bringt sie einfach zu einer unserer Tagestouren mit!

Bei Interesse kann sich jeder an Ludwig.Wolff@gmx.net oder Telefon 0251/23 95 656 wenden, um in die Adressdatei der Bergwanderer aufgenommen zu werden.

Wir wünschen allen Wanderfreunden ein bewegungsreiches Jahr 2010



Wolfgang Busse
1. Vorsitzender
BSV Münster

*Liebe Betriebssportlerinnen und
Betriebssportler,*

*im Jahr 2010 finden nicht nur wieder viele
interessante Wanderungen und Tagestouren
statt sondern auch die*

Betriebssportiade 2010.

*Aus Anlass des 50 jährigen Bestehen
des Betriebssportverbandes Westfalen
(Schirmherr Landesdirektor Dr. Wolfgang
Kirsch) und des 60 jährigen Bestehen
des Betriebssport-Verbandes Münster
(Schirmherr Oberbürgermeister Markus
Lewe) findet diese Jubiläumsveranstaltung
seit 1975 alle 5 Jahre in Münster statt.
Vom 17. bis 19.09.2010 treffen sich
Betriebssportlerinnen und Betriebssportler
aus nah und fern um ihren Sport zu treiben
und Gemeinsamkeiten zu pflegen.*

*Auch eine stadtnahe Wanderung unter dem
Motto „Sättel, Segel, Seitenwege...“ wurde
extra für Sie ausgearbeitet und führt Sie am
18.09. ca. 18 km über „Stock und Stein“.*

*Doch nun viel Spaß bei Ihrer Tourplanung
2010.*

*Betriebssport.... Sport ermöglichen,
Gesundheit fördern, Gemeinsamkeiten
schaffen!*

Wolfgang Busse
1. Vorsitzender

Gesamtüberblick Touren 2010

Februar bis September

6 Tageswanderungen

7. bis 14. März

Schneeschuwandern „Vordere Tauern“

25. April und 20. Juni

Klettersteig-Schnupperkurse

14. bis 21. Mai

Radel- und Wanderwoche
im Wittgensteiner Land

30. Mai bis 6. Juni

Die 7. Wanderwoche im Sorbenland

3. bis 11. Juli

Hüttentour Hochalmspitze – Ankogel-
gruppe

11. bis 18. Juli

Ruhrradweg von der Quelle zum Rhein

8. bis 15. August

Hüttentour in den Sextener Dolomiten

28. August bis 12. September

Alpenüberquerung Teil 1: Hüttentour
von Garmisch nach Schlanders

28. August bis 4. September

Hüttentour durch das Verwall

4. bis 11. September

Tagestouren bei Kitzbühel

10. bis 20. Oktober

Bergwandertage im Nationalpark
Hohe Tauern und in den
Kitzbüheler Alpen

Allgemeine Hinweise für Wochentouren

Bergwandern - Hüttentouren - Rad-Wanderwochen

Eines unserer Angebote hat Ihr Interesse gefunden? Das freut uns sehr! Nachfolgend finden Sie alle notwendigen Informationen zur Teilnahme an einer Wochentour mit dem Betriebssportverband Münster.

Für eine Teilnahme ist die **Mitgliedschaft** in einer Betriebssportgemeinschaft zwingend notwendig. Gastmitgliedschaften sind möglich. Fragen Sie bitte den jeweiligen Tourenleiter. Sind Sie Mitglied im DAV, sollten Sie bei Bergtouren Ihren Ausweis dabei haben, weil in etlichen Berghütten damit günstigere Konditionen gelten.

Fragen zum **Ablauf** einer einwöchigen Berg- oder Radwanderung richten Sie bitte nur an den jeweiligen Tourenleiter. Sein Name und seine Telefonnummer sind bei der jeweiligen Tourenbeschreibung angegeben, ebenso seine Anschrift für die schriftliche Anmeldung. Bitte verwenden Sie das Formular in diesem Heft.

Die **Anmeldung** für die gewünschte Wochentour nimmt ausschließlich der Tourenleiter entgegen. Erst mit seiner Zusage und einer Anzahlung in Höhe von 10 % der Kosten ist die Teilnahme verbindlich. Die Anzahlung ist gleichzeitig Stornogebühr, die bei einer Absage des Teilnehmers einbehalten wird.

Hin- und Rückfahrten zu den Tourenzielen werden in den meisten Fällen in Form von Fahrgemeinschaften geregelt, die Fahrkosten durch diese getragen.

Vor einer Wochentour findet in der Regel ein **Treffen** der Teilnehmer statt. Hierbei werden Fragen zu Hin- und Rückfahrt, der Ausrüstung und vor allem zur notwendigen **Kondition** angesprochen.

Für **Trekkingtouren** im Hochgebirge sind alpine Erfahrung, Trittsicherheit, Schwindelfreiheit und eine sehr gute körperliche Verfassung Voraussetzung. Jeder Teilnehmer sollte berücksichtigen, dass eine falsche Einschätzung seiner **Leistungsfähigkeit** nicht nur ein persönliches Risiko darstellt, sondern den Ablauf der gesamten Tour gefährdet.

Zur Ausrüstung bei **Trekkingtouren** gehören ein ausreichend großer Tourenrucksack, Bergwanderschuhe, die für eventuelle Gletscherbegehung mindestens steigeisenfest sein müssen, bequeme wetterfeste und warme Wanderbekleidung, ein Hüttenschlafsack, sowie Wasserflasche und Notproviant. Beim Tourenleiter kann eine **Ausrüstungsliste** angefordert werden.

Die **Tourenleiter** bereiten ihre Wander- bzw. Radtouren sorgfältig vor und die Touren finden möglichst der Ausschreibung entsprechend statt. Es kann allerdings nicht ausgeschlossen werden, dass widrige Witterungsverhältnisse eine Änderung des Ablaufs erforderlich machen. Die Entscheidung darüber liegt immer beim Tourenleiter. Regressansprüche aus dem Veranstalterisiko entfallen.

Aktuelle Informationen finden Sie im Internet unter: www.bsv-muenster.de/BSV/Sportarten/Wandern

Klettersteigkurse 2010

Für Anfänger und Interessierte bieten wir zusammen mit **Bergsport Sundermann** an zwei Terminen Klettersteig-Schnupperkurse an.

Durchführung: Bergsport Sundermann, Münster,
mit geprüften DAV-Fachübungsleitern

Ort: Teutoburger Wald, Brumleytal bei Ibbenbüren
vom Parkplatz Dörenther Klippen ist der Kletterpark in 20 Minuten
zu Fuß zu erreichen

Klettersteig-Schnupperkurse

1. Termin: Sonntag, 25. April von 12 bis 15 Uhr

2. Termin: Sonntag, 20. Juni von 12 bis 15 Uhr

Kosten: 20 Euro pro Person

Anmeldung: bitte per E-Mail an gerhard.wortmann@web.de

für den ersten Klettersteig-Schnupperkurs
unbedingt erforderlich bis spätestens 31. März 2010,
für den zweiten Kurs bis spätestens 31. Mai 2010.

Informationen: **Gerhard Wortmann**
Telefon 0251/32 94 05 oder 0172/530 59 79

Bei Interesse möglich:

Zweitageskurs Alpin-Basis: Felsklettern und Bergsteigen

Termin: Samstag + Sonntag nach Vereinbarung
jeweils von 9 bis 17 Uhr

Kosten: 70 Euro pro Person

Informationen: **Gerhard Wortmann**
Telefon 0251/32 94 05 oder 0172/530 59 79

Tageswanderungen im Jahr 2010

Termin: **Sonntag, 7. Februar**
Wanderung bei Bad Iburg: Musenberg (3 satte Anstiege!),
Zeppelinstein (wo 1910 das erste deutsche Luftschiff strandete),
ein Teil Hermannsweg.
Ca. 18 km. Rucksackverpflegung.
Einkehr am Ende der Wanderung - wie letztes Jahr -
beim Hotel Herrenrest.

Leitung: **Reinhold Leißing**, Telefon 02506/26 29
Treffpunkte: 1. am Rathaus Telgte um 9 Uhr
2. auf dem Wanderparkplatz Herrenrest um 9.30 Uhr

Termin: **Sonntag, 18. April, 8.30 Uhr**
Von Tecklenburg nach Lengerich:
Rundwanderung über Leeden, Mühle Kortlüke und Haus Marck.
Hin über den Hermannsweg, zurück über den südlichen Kalksteinkamm
auf dem Tecklenburger Rundweg.
Ca. 19 km. Rucksackverpflegung.
Einkehrmöglichkeit am Ende der Wanderung.

Leitung: **Ilona Zühlke**, Telefon 0251/71 72 55, ilona-zuehlke@t-online.de
Treffpunkt: Parkplatz Hatt

Termin: **Sonntag, 25. April, 10 Uhr**
Wanderung durch die Rieselfelder und die Bockholter Berge.
Mit Einkehr. Dauer bis ca. 16 Uhr.

Leitung: **Ludwig Wolff**
Anmeldung erbeten per Mail: Ludwig.Wolff@GMX.net
oder 0251/23 95 656
Treffpunkt: Bahnhof Sprakel

Termin: **Samstag, 26. Juni**
10. gemeinsame Tageswanderung mit den Wanderfreunden
der BSG der Stadtsparkasse Düsseldorf.
Organisation und Führung durch Hans-Willi Dols,
BSG Stadtsparkasse Düsseldorf
Wichtig: Bitte unbedingt anmelden bis zum 10. Mai bei **Peter Dördelmann**
Treffpunkt: Hbf. Münster an der Fahrkartenausgabe.
Auskunft zur Fahrzeit gibt Peter Dördelmann,
Fax/Tel. 0251/247962, E-Mail: peterdoerdelmann1@alice.de

Tageswanderungen im Jahr 2010

Termin: **Samstag, 18. September, 13 Uhr**
(„Schnupper-“)Wanderung im Rahmen der Betriebssportiad
Sättel, Segel, Seitenwege...
Entdeckungstour im Bereich Aasee und Mecklenbeck über befestigte Wege, aber auch über „Stock und Stein“ und durch zwei Wäldchen. Rucksackverpflegung.

Leitung: **Ilona Zühlke**, Telefon 0251/717255, ilona-zuehlke@t-online.de
Treffpunkt: Aasee-Parkplatz an der Mecklenbecker Straße,
2. Einfahrt hinter dem Segelclub Hansa/Restaurant „La Vela“

Termin: **Sonntag, 19. September, 8.30 Uhr**
Fahrt nach Steinfeld-Lehmden, Übernahme von Leihfahrrädern und Start einer „Radtour zu den Schockemöhles“ unter Leitung von Werner Kruse. Unterwegs Imbiss von den Wirtsleuten Kruse und viele Erläuterungen zur Landschaft um die Dammer Berge.
Für Fahrräder und Imbiss wird ein Kostenbeitrag von ca. 15 Euro veranschlagt. Mindestteilnehmerzahl 12 Personen, maximal dürfen es aber nicht mehr als 24 Personen sein.

Leitung: **Hans-Jürgen Klopfer**, Telefon 0251/86 61 56
Verbindliche Anmeldung bis zum 11. September.

Treffpunkt: Parkplatz Hatt

Termin: Freitag, 12. November, 18 Uhr
Bergwandertreffen im „Keller der Provi“
Einzelheiten folgen in der schriftlichen Einladung ca. 14 Tage vor dem Termin.
Wer keine Einladung erhält, meldet sich bitte bei Ludwig Wolff.

Jeder ist willkommen: Die Teilnahme ist auch ohne Mitgliedschaft in einer Betriebs-sportgemeinschaft möglich. **Keine Anmeldung:** Uhrzeit und Treffpunkt sind verbindlich.

Treffpunkt: Meist am Parkplatz der Baumschule Hatt, Weseler Straße, gegenüber P & R-Platz, sonst wie in der Tourenbeschreibung angegeben. Bitte auf die Angaben achten!

Ausrüstung: Wanderschuhe sind aus Sicherheitsgründen auch bei Touren im Münsterland, Teutoburger Wald oder Sauerland angebracht. **Verpflegung:** Angesagt ist meistens Rucksackverpflegung, wir kehren aber je nach Möglichkeit auch ein. **Anfahrt:** Wir bilden stets Fahrgemeinschaften, so dass auch nicht motorisierte Wanderfreunde teilnehmen können.

Unvorhersehbares: Auch wenn eine Wanderung ausfallen muss, z.B. wg. Sturm, ist jemand am Treffpunkt. **Aktuelles oder Änderungen:** Erfahren Sie im Internet unter <http://www.bsv-muenster.de/BSV/Sportarten/Wandern>.

Schneeschuh-Bergwanderwoche

6. bis 13. März 2010

Du liebst das außergewöhnliche, ursprüngliche Naturerlebnis? Dann solltest du Schneeschuhwandern unbedingt mal ausprobieren. Mit Schneeschuhen an den Füßen gehst du auf Entdeckungsreise: Du genießt die Stille des Winters, erlebst die unberührte Natur und tauchst ein in verzauberte Winterwelten fern von jedem Trubel.

„Großartal“ - das ist Natur, Schnee, Erholung, Gemütlichkeit und ein Stück Heimat. Auch Einsteiger können in den Genuss winterlich verschneiter Berglandschaften kommen.

Zielort: Großartal / Salzburg, Österreich

Unterbringung: Hotel Fichtenhof****, A-5611 Großarl, Au 51, Tel. 0043/6414 332
www.fichtenhof.at, in komfortablen DZ oder EZ

Programm: Es werden Tageswanderungen mit einer durchschnittlichen Gehdauer von 4 bis 6 Stunden im voralpinen Gelände durchgeführt.

Voraussetzung: Die Schneeschuhwanderungen sind auch für Anfänger ausgelegt. Aber auch fortgeschrittene Bergwanderer werden Gelegenheiten für weiterführende Touren bekommen. Die Touren werden in lawinensicheren Gebieten durchgeführt. Witterungs- und Schneebedingungen werden berücksichtigt.

Ausrüstung: Feste Bergwanderschuhe (keine Skischuhe), die für die etwa 1.000 g pro Stück schweren Schneeschuhe (werden geliehen) geeignet sind, bequeme warme Wanderkleidung, Pullover und Anorak, Mütze, Handschuhe, Sonnen- oder Schneibrille, Teleskopwanderstöcke, Tagesrucksack für Getränke, Zwischenverpflegung, Regenschutz, Freizeit-, Sport- und Badekleidung

Teilnehmer: Die Teilnehmerzahl ist begrenzt.

Leistungen: Unterbringung in DZ, EZ gegen Aufpreis, Halbpension, Hallenbadbenutzung, Sauna oder Dampfbad.
Versicherungen für Unfall-, Haftpflicht- und Auslandsreisekrankenversicherung. Betreuung und Führung

Kosten: 490 Euro zuzüglich Leihgebühr für Schneeschuhe und Fahrtkosten.
Einzelzimmerzuschlag 105 Euro.

Die Reisekosten sind bis zum 1. März nach Erhalt der Anmeldebestätigung zu entrichten. Bei Rücktritt verbleibt eine Stornogebühr von 50 Euro

im Großarlal

Leitung:

Gerhard Wortmann

Wedemhove 118, 48157 Münster

Tel. 0251/32 94 05, Mobil 0172/530 59 79, Fax 0251/28 41 844

E-Mail :gerhard.wortmann@web.de

Anmeldung:

Verbindlich bis zum 31. Januar 2010.

Möglichst per E-Mail mit voller Privatadresse.



Radel- und Wanderwoche im Wittgensteiner Land

14. bis 21. Mai 2010

Ausgangsort: Bad Laasphe an der Lahn

Unterbringung: Hotel Lahnblick, Familie Sinning

Programm: Wir folgen mit dem Rad den Flüssen Lahn, Eder und Sieg ab der Quelle. Der Hinweg zu den Tagesetappen wird teils mit der Bahn bewältigt. Außerdem sind Wanderungen in der Umgebung geplant.

Voraussetzung: Gute Kondition wird erwartet.

Ausrüstung: Eigenes Fahrrad mit guten Bremsen und Schaltung, Wanderschuhe, bequeme Wanderkleidung, Pullover und Anorak, Tagesrucksack oder Packtaschen für Getränke und Verpflegung, Regenschutz. Fahrradtransport ab Münster ist möglich.

Teilnehmer: Mindestens 8, maximal 14 Personen.

Leistungen: 7 Übernachtungen in Doppel- oder Einzelzimmern mit Dusche/WC, Halbpension und Lunchpaketen.
Im Hotel Nutzung von Hallenbad und Sauna inklusive.
Einzelzimmer möglich mit 35 Euro Aufschlag.
Transfers mit Bahn oder Bus, Betreuung, Führung und Versicherung.

Leitung: **Klaus Dietrich**
Zuhornstr.22, 48147 Münster, Telefon 0251/27 41 76
E-mail:klaus_dietrich@muenster.de

Kosten: 330 Euro im Doppelzimmer, 365 Euro im Einzelzimmer.
30 Euro Anzahlung bis zum 15. Februar.
Restzahlung bis zum 30. April
Zahlung nur an Klaus Dietrich
Konto Nr. 134265263, Sparkasse Münsterland Ost, BLZ 400 501 50

Anmeldung: Verbindliche Anmeldung bis zum 15. Februar 2010.

Die 7. Wanderwoche im Sorbenland

30. Mai bis 6. Juni 2010

Wir verbringen eine abwechslungsreiche Woche mit Tagestouren per Schiff, Fahrrad oder zu Fuß in der Oberlausitzer Heide- und Teichlandschaft im Städtedreieck in der Nähe von Bautzen/Kamenz. Und wir blicken in diesem Jahr auf eine 20jährige sportliche Freundschaft mit einigen Lausitzer Sportlern zurück.

Ziel: 02999 Lohsa-Weißen, Oberlausitz/Sachsen

Unterbringung: Fledermausschloss Weißen in Lohsa

Programm: Wir fahren z.B. mit dem Raddampfer auf der Elbe nach Bad Schandau und dort mit einer Oldtimer-Straßenbahn ins Kirnitzschtal zum Lichtenhainer Wasserfall. Eine Wanderung führt uns zu den Spuren der Wölfe bei Rietschen. Wir unternehmen eine Radtour mit Besichtigung des Braunkohle-Tagebaus bei Welzow-Süd. Während einer Planwagenfahrt besteigen wir den Aussichtsturm „Schwarze Pumpe“. Auf den Spuren des „Krabats“ radeln wir zum Schloss Weißen bei Lieske. Wir unternehmen einen Ausflug nach Kamenz und besuchen evtl. eine Kegelveranstaltung in Steinitz.

Voraussetzung: Spaß an Radtouren und am Wandern ohne Gepäck. Man sollte Freude an der Natur haben und Land und Leute kennen lernen wollen.

Ausrüstung: Evtl. eigenes Fahrrad, Regenschutz, Packtaschen für das Rad, Getränkeflasche, Mückenschutz und Sonnencreme.

Hinweis: Gute Fahrräder mit sieben Gängen können vor Ort gemietet werden.

Teilnehmer: Maximal 14 Personen

Leistungen: 7 Tage Halbpension bei Unterbringung in Doppelzimmern.
Einzelzimmer ist möglich bei einem Zuschlag von 70 Euro.
Betreuung, Führungen, Versicherung, Vorbesprechung.

Leitung: **Horst Humborg**, Hoher Heckenweg 259, 48157 Münster, Tel. 0251/24 77 76

Kosten: 380 bzw. 450 Euro (EZ) pro Person einschl. Halbpension, Führungen und Besichtigungen, Dampfer-, Straßenbahn- und Zugfahrt.
38 bzw. 45 Euro Anzahlung bei Anmeldung.
Zahlung nur an Horst Humborg
Kto. Nr. 8623241300, Dresdner Bank Münster, BLZ 40080040

Anmeldung: Verbindliche Anmeldung bis zum 5. März 2010.

Hüttentour Hochalmspitze - Ankogelgruppe

3. bis 11. Juli 2010

Die Ankogelgruppe bildet den östlichen Eckpfeiler der Hohen Tauern. Höchster Gipfel ist die Hochalmspitze mit 3.360 m, die das Ziel der Bergfahrt sein soll. Die „Tauernkönigin“, wie die Hochalmspitze auch genannt wird, ist auf allen Seiten von Gletschern umgeben und gilt als der formschönste Berg Kärntens. Weitere namhafte Dreitausender, die an der Route dieser Hüttentour liegen und bestiegen werden können, sind der Ankogel, das Säuleck und der Große Hafner.

Ausgangsort: Maltatal, Kärnten, Österreich

Unterbringung: Alpenvereinshütten mit Lager oder möglicherweise auch Bett, Halbpension.

Programm: Alpine Bergwanderungen mit einer Gehdauer von täglich 6-8 Stunden.
Hütten in der Region: Rotgüldensee-Hütte, Kattowitzer Hütte, Giessener Hütte, Osnabrücker Hütte, Hannover-Haus, Arthur v. Schmidt-Haus.

Voraussetzung: Nur für Geübte. Die Tour führt überwiegend in den alpinen Bereich. Bei besten Voraussetzungen ist die Hochalmspitze mit 3.360 m das höchste Ziel. Für Gipfeltouren ist Trittsicherheit im weglosen Gelände Voraussetzung. Ebenso sind Schwindelfreiheit und gute Kondition für eine Woche mit Bergtourenrucksack erforderlich.

Ausrüstung: Bergwanderausrüstung für eine Woche mit Steigeisen und Pickel.
Ausrüstungsliste „Hochtour“ beim Führer anfordern!

Teilnehmer: Die Teilnehmerzahl ist begrenzt auf 8 Personen.

Leistungen: Hüttenübernachtungen im Lager ggf. Mehrbettzimmer, Halbpension.
Betreuung, Führung, Versicherungen.

Leitung: **Gerhard Wortmann**, Wedemhove 118, 48157 Münster,
Tel. 0251/32 94 05 oder 0172/53 05 979, Fax 0251/28 41 844
E-Mail: gerhard.wortmann@web.de

Kosten: 390 Euro, Anzahlung 10% (Stornogebühr) nach Bestätigung.

Anmeldung: Verbindliche Anmeldung bitte bis zum 31. März 2010

Änderungen des Programms wegen Wetter, Wegeverhältnissen und Leistungsvermögen der Teilnehmer werden vorbehalten. Regressansprüche aus dem Veranstalterisiko entfallen. Die Tour wurde sorgfältig vorbereitet.





Mit **uns**
erreichen **Sie** immer





Ihre Ziele.

WWW.PSAUTOVERMIETUNG.DE

PS Autovermietung
PIROTH GmbH
Einsteinstraße 10
D-48683 Ahaus

Tel.: +49 (0) 25 61 / 66 00
Fax: +49 (0) 25 61 / 66 70

Münster-Mecklenbeck:
Tel.: +49 (0) 2 51 / 71 95 79

Ochtrup:
Tel.: +49 (0) 25 53 / 72 14 30

www.psautovermietung.de

Ruhrradweg von der Quelle zum Rhein

11. bis 18. Juli 2010

Unsere Radtour führt uns auf dem Ruhradweg von Winterberg bis Duisburg.

Sonntag Münster – Winterberg, ca. 25 km

Unsere Reise entlang der Ruhr beginnt im beliebten Wintersportort Winterberg. Von dort radeln wir zur Ruhrquelle, 654 m, mitten im Winterberger Wald und dann folgen wir dem Verlauf des Flusses durch die Landschaft des Hochsauerlandes. Über die Orte Niedersfeld, Wiemeringhausen und Assinghausen erreichen wir unser erstes Etappenziel, den Kneipp-Kurort mit Solebad Olsberg.

Montag Olsberg – Arnsberg, ca. 40 km

Zuerst auf der rechten Ruhrseite bis Ostwig, danach auf der linken Seite der Ruhr, führt unsere heutige Route nach Meschede. Hier machen wir einen Abstecher zur Hennetalsperre. Nach einer Pause fahren wir durch den Naturpark Arnsberger Wald. Tief eingeschnitten verläuft hier die Ruhr, der wir auf schönen Radwegen bis Arnsberg folgen. Die malerische Altstadt mit ihren kleinen Gassen ist unser Ziel.

Dienstag Arnsberg – Schwerte, ca. 58 km

Heute fahren wir die längste Tagesetappe auf unserer Tour. Sie verläuft in diesem Streckenabschnitt zwischen der Soester Börde und dem walddreichen Sauerland. Im Raum Fröndenberg/Echthausen ist heute Mittagspause. Nach der Pause fahren wir noch ca. 20 km bis Schwerte.

Mittwoch Schwerte – Hattingen, ca. 48 km

Der heutige Tag bietet viel Abwechslung. Wir radeln zunächst entlang der Ruhr über Westhofen zum Hengsteysee. Am Klusenberg, 255 m, sehen wir das Kaiser-Wilhelm-Denkmal. Wir radeln weiter nach Wetter. Hier können wir die Zeche Nachtigall besichtigen. Auf der linken Seite der Ruhr fahren wir bis zur Ruhrtal-Fähre am Kernnader See. Hier setzen wir über und fahren nach Hattingen, unserem heutigen Ziel.

Donnerstag Hattingen – Essen (Weltkulturstadt 2010), ca. 40 km

Nach der Besichtigung der sehenswerten Hattinger Altstadt mit St.-Georgs-Kirche und altem Rathaus fahren wir weiter. Über Heisingen gelangen wir in den Großraum von Essen zur Besichtigung und Übernachtung.

Freitag Essen – Duisburg, ca. 50 km

Unser heutiger Tag hat sehr viele Höhepunkte. Der Baldeney-See mit seinen vielen Segelbooten, die Villa Hügel, gegründet 1873 vom Industriellen Alfred Krupp, das Wassermuseum Aquarius in Mülheim-Styrum und natürlich Duisburg mit dem größten Binnenhafen Europas.

Samstag **Duisburg – Duisburg, ca. 40 km**
Unsere heutige Rundtour führt uns durch einen **grünen „Pott“**. Wir fahren durch die Innenstadt zum Innenhafen. Anschließend durch die Ruhrauen in Richtung Rhein-Herne-Kanal bis zur Schleuse Lirich. Danach folgen wir der Wasserstraße bis zum Oberhausener Kaisergarten. Hier führt der Weg direkt durch den Tiergarten. Anschließend fahren wir zum Gasometer, dem Oberhausener Wahrzeichen. Mit dem Aufzug erreicht man das Dach des Industriedenkmal. Von hier haben wir einen einmaligen Rundblick über das Ruhrgebiet und hinüber zum CentrO. Nach einer längeren Pause fahren wir nach Duisburg zurück.

Sonntag 8 Uhr gemeinsames Frühstück. Anschließend freie Zeit bis 13.30 Uhr.
Um ca. 14 Uhr Rückreise nach Münster.

Voraussetzung: Täglich fahren wir zwischen 25 und 60 km mit unseren Fahrrädern mit Gepäck. Eine gute Kondition und Radtourenenerfahrung sind erforderlich.

Streckenprofil: Meistens asphaltierte Radwege, einige geringe Steigungen.

Gesamtlänge: ca. 300 km mit Zusatzrundfahrten.

Teilnehmer: Die Teilnehmerzahl ist auf 14 Personen begrenzt.

Leistungen: Übernachtungen in Pensionen, Gasthäusern und Hotels, in Zweibettzimmern, einschl. Frühstück und Halbpension, Vorbesprechung, Betreuung und Führung.

Leitung: **Peter Dördelmann**
Görlitzer Str. 35, 48157 Münster
Telefon / Fax: 0251/24 79 62
E-Mail: peterdoerdelmann1@alice.de

Kosten: 420 Euro im halben Doppelzimmer
500 Euro im Einzelzimmer, nur bedingt möglich
Anzahlung (10%) bei Anmeldung, Restzahlung bis 1. Juli 2010
Zahlung nur an Peter Dördelmann
Kto.-Nr. 107-001661, BLZ 400 501 50, Sparkasse Münsterland-Ost

Anmeldung: Verbindliche schriftliche Anmeldung bis 31. Januar 2010

Hüttentour in den Sextener Dolomiten

8. bis 15. August 2010

Die Dolomiten zählen zu den schönsten Bergen der Alpen. Wegen ihrer bizarren Formen werden sie vielfach als die Könige der Alpen bezeichnet. Schon der Name **Dolomiti** versinnbildlicht etwas von der Harmonie, die trotz der Vielfältigkeit ihrer Gestaltung bei ihrem Anblick auf dem Beschauer wirkt.

- Sonntag 5.00 Uhr Anreise mit dem Pkw über den **Brenner**.
Durch das Pustertal bis Innichen, weiter nach Sexten bis Moos und danach durch das Fischleintal bis zum Parkplatz Dolomitenhof. Nach einer Pause wandern wir über den Dolomitenweg Nr. 4 zur Talschlusshütte.
Aufstieg 200 m, reine Gehzeit ca. 1 h.
- Montag **Talschlusshütte, 1.540 m**
Aufstieg über Comici 2.235 m, über den Dolomitenweg Nr. 5 zur Zsigmondy Hütte 2.381 m. Nach einer Pause steigen wir auf zur Bullelejochhütte 2.528 m, anschließend wandern wir zur Drei-Zinnen-Hütte.
Aufstieg 1000 m, Abstieg 200 m, reine Gehzeit ca. 6 h.
- Dienstag **Drei-Zinnen-Hütte CAI, 2.405 m**
Besteigung der Schusterplatte 2.957 m.
Aufstieg 600 m, Abstieg 600 m, reine Gehzeit ca. 5 h:
- Mittwoch **Drei-Zinnen-Hütte CAI, 2.405 m**
Über Forc. di Lavaredo 2.457 m – Lavaredo-Hütte 2.344 m – zur Auronzohütte 2.320 m, anschließend über Forc. die Rimbian- 2.206 m – zur Fonda Savio Hütte.
Aufstieg 800 m, Abstieg 900 m, reine Gehzeit ca. 6 h.
- Donnerstag **Rifugio Fratelli Fonda Savio 2.367 m (Gruppo dei Cadini)**
Wir wandern über Weg Nr. 115 zum Lago di Antorno, danach über Forc. bassa - Forc. di mezzo – Forc. alta zum Rifugio Angelo Bosi.
Aufstieg 800 m, Abstieg 800 m, reine Gehzeit ca. 4,5 h.
- Zusatzprogramm:** Besichtigung auf dem Monte Piana 2.257 m und Monte Piano 2.221 m. Zeitdauer: ca. 2-3 h.
- Freitag **Rifugio Angelo Bosi 2.225 m**
Abstieg durch Valle del castrati - Valle della Rienza ca. 1.500 m, Valle Rimbianco – Großes Wildgrabenjoch 2.290 m.
Aufstieg 800 m, Abstieg 1.400 m, reine Gehzeit ca. 7 h.

Samstag **Dreischusterhütte, 1517 m**
Aufstieg über Außergsell 2.004 m und Innergell 2.059 m, Abstieg in das Fischleintal zum Parkplatz Dolomitenhof.
Aufstieg 800 m, Abstieg 800 m, reine Gehzeit ca. 5 h.
Nach einer kurzen Pause fahren wir nach Mühlbach im Puster-Tal zur Hotelübernachtung mit Halbpension.

Sonntag **Hotel Rogen in Mühlbach-Springes, 1.000 m**
Gemeinsames Frühstück. 9.00 Uhr Rückreise nach Münster.

Voraussetzung: Die Tour ist für Anfänger mit guter Kondition, Trittsicherheit und Schwindelfreiheit geeignet. Die Teilnehmer sollten über eine Auslandsranken- und Haftpflichtversicherung verfügen.

Teilnehmer: Die Teilnehmerzahl ist auf max. 12 Personen begrenzt.

Ausrüstung: Normale Bergtouren-Ausrüstung.

Leistungen: Übernachtungen in CAI Berghütten, privaten Berghütten, Gasthof oder Hotel, im Lager, Zweibett- oder Mehrbettzimmer, einschl. Frühstück und Halbpension, Vortreffen, Betreuung und Führung

Leitung: **Peter Dördelmann**
Görlitzer Str. 35, 48157 Münster
Telefon / Fax: 0251/24 79 62
E-Mail: peterdoerdelmann1.@alice.de

Kosten: 430 Euro, bei DAV-Mitgliedschaft 400 Euro
Anzahlung (10%) bei Anmeldung, Restzahlung bis 20. Juli 2010
Zahlung nur an Peter Dördelmann
Sparkasse Münsterland-Ost
Kto.-Nr. 107-001661, BLZ. 400 501 50

Anmeldung. Verbindliche schriftliche Anmeldung bis 31. Februar 2010

Alpenüberquerung

28. August bis 11. September 2010 (erste Hälfte bis Vent/Schlanders)

Wohl jeder Fernwanderer träumt davon, die Alpen einmal zu Fuß zu überqueren. Dies möchte ich nun auf schönen und ruhigen Wegen realisieren. Hier kurz die bekanntesten „anderen“ Wege als Alternative zu meiner Wahl:

Der **E1** verläuft immer wieder entlang von Straßen. Er führt auch meist durch lange Täler, in denen Autobahnen, Eisenbahnstrecken und Fernstraßen verlaufen.

Der **E2** verläuft mehr am Westrand der Alpen; als dass er das größte europäische Gebirge überquert. Die Wegführung verläuft etwa entlang der Strecke Basel, Genf, Nizza.

Die Alpine Variante des **E4** verläuft in Richtung der Alpenkämme von Ost nach West.

Auf dem **E5** werden dem Wanderer Busse, Züge und Seilbahnen empfohlen. Dieser Weg ist daher kein Fußweg über die Alpen.

Der **E6** verläuft am Ostrand der Alpen etwa entlang der Strecke Linz, Graz, Ljubljana.

Der sogenannte **Traumpfad** von München nach Venedig beginnt und endet in zwei berühmten Städten, die weit von den Alpen entfernt liegen. Aber auch dieser Weg enthält immer wieder ein Stück Straße - zu viel Asphalt nach meiner Vorstellung.

„Mein Weg“ sollte Straßen nur queren und nicht an ihnen entlang führen. Busse, Züge, Seilbahnen sollten auf keinen Fall benutzt werden. Die Schwierigkeiten sollten unter dem ersten alpinen Grad liegen. Die Gletscherübergänge sollten gefahrlos sein.

Ich entschied mich für die **Routenführung von Garmisch nach Brescia**. Der Weg, ich nenne ihn „L 1“, führt mehrfach über 3.000 m, hat also echten alpinen Charakter. Er ist straßenfrei, enthält aber auch keine Kletterstellen. Die Gletscher werden problemlos am Rande gequert. Zu seiner gesamten Bewältigung benötigt man ca. 30 Etappen, hier die erste Hälfte.

Tourenlänge im wesentlichen 4-8 Std. täglich: - Änderungen vorbehalten -

- 1. Garmisch-Partenkirchen - Kreuzeckhaus:** von 708 m – 1.615 m.
- 2. Kreuzeckhaus - Knorrhütte:** steil hinauf zur Hütte, Bockhütte 1.200 m, Angerhütte 1.367 m, Knorrhütte 2.051 m.
- 3. Knorrhütte - Tillfußalm:** wir verlassen Deutschland u. gehen nach Österreich, viel bergab, Feldherrnjöchl 2.045 m, Steinernes Hütterl 1.925 m, Tillfußalm 1.382 m.
- 4. Tillfußalm - Wildermieming:** Überquerung der Mieminger Kette, Niedere Munde 2.059 m, Alphaus 1.504 m, Wildermieming 852 m.
- 5. Wildermieming - Dortmunder Hütte:** längere Wanderung, Stamser Alm 1.858 m, Bärlehnkreuz 2.104 m, Pirchkogl 2.828 m, Dortmunder Hütte 1.949m.
- 6. Dortmunder Hütte - Gubener Hütte:** Stausee 2.400 m, Finstertaler Scharte 2.779 m, Gubener Hütte 2.034 m.

von Garmisch nach Brescia

7. **Gubener Hütte - Winnebachseehütte:** Südteil der Stubaier Alpen, Gubener Weg, Zwieselbachjoch 2.870 m, Winnebachseehütte 2.362 m.
8. **Winnebachseehütte - Amberger Hütte:** Winnebach 1.692 m, Gries 1.572 m, Vordere Sulztaalm 1.915 m, Amberger Hütte 2.135 m.
9. **Amberger Hütte - Zwieselstein:** Lausbühel 2.155 m, Atterkar Joch 2.970 m, Kaiserbergalm 2.015 m, Alpenruhe 1.400 m, Sölden 1.367 m, Zwieselstein 1.450 m.
10. **Zwieselstein – Ramolhaus:** Lenzeralm 1.896 m, Nedersee 2.441 m, Soomsee 2.550 m, Kuppelehütte 2.303 m, Ramolhaus 3.006 m.
11. **Ramolhaus - Vent:** Ramoljoch 3.186 m, Ramolalm 2.318 m, Vent 1.896 m. Mögliches Ende der Tour hier - oder...
12. **Vent - Schöne Aussicht:** (Österreich-Italien) Rofenhöfe 2.014 m, Hochjochospiz 2.412 m, Zollhütte 2.861 m, Schöne Aussicht 2.842 m.
13. **Schöne Aussicht - Schlanders:** langer Abstieg. Sporthotel Kurzras 2.011 m, Gerstgraser Berghütte 2.250 m, Schwarze Lacke 2.500 m, Kalberhütte 2.175 m, Schlanders 721 m.

Leistungen: Planung, Organisation, Führung, Frühstück, Abendbrot, Unterkunft, bei Essen à la carte gibt es einen Essenzuschuss. Vorbesprechung. Fahrgemeinschaften auf eigene Rechnung/Bahnfahrt oder Mietfahrzeug extra.

Leitung: **Ludwig Wolff**, Bünkamp 25, 48157 Münster
Tel. privat: 0251/23 95 656
E-Mail: Ludwig.Wolff@gmx.net

Kosten: 650 Euro für Alpenvereinsmitglieder, 750 Euro für Nicht-AV-Mitglieder. Mit der Anzahlung von 50 Euro, gleichzeitig Stornogeühr, erfolgt die Anmeldung. Die Reisebedingungen werden mit der Teilnahmebestätigung anerkannt. Nach der Endabrechnung kann es eine Erstattung geben.

Zahlungen nur an Ludwig Wolff,
Konto 2503 5576 00, Volksbank Münster, BLZ 401 600 50.

Anmeldung: bis zum 30. April 2010.

Die Tour wurde gewissenhaft geplant und von anderen Wanderern so schon durchgeführt. Ggf. könnten Teilnehmer nach einer Woche geplant aussteigen bzw. dazu kommen.

Hüttentour durch das Verwall

28. August bis 4. September 2010

Die Verwallgruppe liegt in den zentralen Ostalpen und bildet ein Dreieck zwischen Bludenz im Westen, Landeck im Osten und der Silvretta im Süden. Anspruchsvolle Wegetappen, kombiniert mit hochalpinen Übergängen erschließen eine ursprüngliche Bergregion mit außergewöhnlichen und eindrucksvollen Berglandschaften.

Für diese Hüttentour sind bei alpinen Steigen in teilweise steilem, ausgesetztem Gelände mit vereinzelt gesicherten Passagen absolute Trittsicherheit und Schwindelfreiheit unerlässlich, verbunden mit Bergerfahrung bei Schnee- bzw. Eisfeldern. Ebenso ist für die angegebenen Gehzeiten und die Höhenmeter im Auf- und Abstieg eine sehr gute Kondition erforderlich.

Samstag	Anreise nach Pettnau am Arlberg
Sonntag	Pettnau am Arlberg (1.228 m) – Edmund-Graf-Hütte (2.408 m) 3'30'' für 1.180 m Aufstieg
Montag	Edmund-Graf-Hütte (2.408 m) – Niederelbehütte (2.300 m) 4'30'' für 500 m Aufstieg / 550 m Abstieg
Dienstag	Niederelbehütte (2.300 m) – Darmstädter Hütte (2.384 m) über Hoppe-Seyler-Weg 6'00'' für 850 m Aufstieg / 800 m Abstieg
Mittwoch	Darmstädter Hütte (2.384 m) – Friedrichshafener Hütte (2.138 m) über Ludwig-Dürr-Weg 6'30'' für 750 m Aufstieg / 1.000 m Abstieg
Donnerstag	Friedrichshafener Hütte (2.138 m) – Neue Heilbronner Hütte (2.320 m) 3'30'' für 650 m Aufstieg / 450 m Abstieg
Freitag	Neue Heilbronner Hütte (2.320 m) – St. Anton am Arlberg (1.304 m) über Konstanzer Hütte 4'30'' für 1.016 m Abstieg
Samstag	Rückfahrt nach Münster

Änderungen wegen Wetter, Wegeverhältnissen und Leistungsvermögen von Teilnehmern bleiben vorbehalten. Regressansprüche aus dem Veranstalterisiko entfallen.

Teilnehmer: Die Teilnehmerzahl ist auf 8 Personen begrenzt.

-
- Leistungen: Übernachtungen im Hotel (2x) und im Lager (5x), Halbpension
Kosten für die An- und Abfahrt fallen separat an.
- Leitung: **Ludger Watermann**
Wulferdingheide 24, 48157 Münster,
Tel.: 0251/32 55 19 (privat); 0251/492-4010 (dienstl.)
- Kosten: 400 Euro; eine Anzahlung/Stornogebühr von 40 Euro ist sofort zu leisten
- Anmeldung: verbindliche Anmeldung bis 31. Januar 2010.



Tagestouren in den Kitzbüheler Bergen

4. bis 11. September 2010

Die Berge in der Umgebung von Kitzbühel bieten dem Wander- und Naturfreund interessante und anspruchsvolle Ziele. Es werden Gipfeltouren sowie einfachere Touren mit erfahrenen Bergführern des Fremdenverkehrsvereins in Kitzbühel angeboten. Die erstklassige Unterkunft, die sehr gute Verpflegung sowie die familiäre Betreuung im Hotel Erika sind allein schon eine Reise nach Kitzbühel wert. Der Ort Kitzbühel ist natürlich selbst ein erlebenswertes Urlaubsziel.

Zielort: Kitzbühel, Österreich

Unterbringung: ****-Hotel Erika in DZ (o. EZ) mit Bad oder Dusche/WC; Halbpension (Sonderkonditionen), siehe auch: www.erika-kitz.at

Programm: Es gibt zwei unterschiedliche Touren des Fremdenverkehrsvereins mit geschulten Bergführern. Tageswanderungen mit einer durchschnittlichen Dauer von 5-7 Stunden; einfache und anspruchsvolle Touren; letztere regelmäßig mit einem Gipfel.

Voraussetzung: Die ausgewählten Routen erfordern von den Teilnehmern keine alpinen Erfahrungen und sind von Wanderern, die sich fit und gesund fühlen, gut zu bewältigen.

Ausrüstung: Bergwanderschuhe, bequeme Wanderkleidung, Jacke, Tagesrucksack für Getränke, Zwischenverpflegung, Regenschutz.

Teilnehmer: Die Teilnehmerzahl ist durch die Anzahl verfügbarer Zimmer begrenzt (derzeit bis zu 20 Personen möglich).

Leistungen: Unterbringung in Doppel- (Suiten) oder Einzelzimmern mit Bad und Dusche/WC, Halbpension (erstklassiges Frühstück, abends Buffet oder 5-Gang-Menüs), nachmittags Jause, erstklassiger Wellness-Bereich, zusätzliches Hotel-Programm. Betreuung, Führung, Versicherung

Leitung: **Claus Fleschenberg**
Kirchhoffweg 34, 48159 Münster
Telefon 0621/44 060-29 47 (Büro) oder 0174/341 59 70
Claus.Fleschenberg@gavi.de

Kosten: ca. 78 Euro/Tag

Anmeldung: verbindliche Anmeldung bis Mai 2010

Bergwandertage im Nationalpark Hohe Tauern und Kitzbüheler Alpen

10. bis 20. Oktober 2010

Mitten im Herzen des Nationalparks Hohe Tauern und den Kitzbüheler Alpen liegt am Oberlauf der Salzach die Stadt Mittersill im Oberpinzgau. Im Norden die gemütlichen grünen Schieferberge der Kitzbüheler Alpen, im Süden die schroffen Dreitausender des Nationalparks Hohe Tauern – Wanderer schätzen den Oberpinzgau für seine abwechslungsreiche Berglandschaft, die durch unzählige markierte Wanderwege miteinander verbunden ist. Malerische Bachläufe, kristallklare Bergseen und wilde Wasserfälle locken Genusswanderer und Bergsteiger gleichermaßen. Die Ausflugsziele belohnen schließlich mit beeindruckenden Aussichten auf Täler und Gebirgsketten.

Zielort: Mittersill / Salzburg, Österreich

Unterbringung: Hotel Pension Wieser, Hintere Lendstraße 31, A-5730 Mittersill, in komfortablen DZ mit Dusche/WC, TV; EZ gegen Aufpreis; Wellness mit Hallenbad, Sauna, Dampfbad etc. vorhanden.

Voraussetzung: Die ausgewählten Routen führen uns bei entsprechender Witterung bis in den alpinen Bereich. Sie sind von Wanderern, die sich fit und gesund fühlen, gut zu bewältigen.

Programm: Bei den Tageswanderungen mit einer durchschnittlichen Gehdauer von 5-6 Stunden wandern wir in den Tauern und den Kitzbüheler Alpen. Es ist vorgesehen, dass von drei Führern täglich verschiedene Touren zur Auswahl angeboten werden. Ein Tag bleibt zur freien Verfügung.

Ausrüstung: Bergwanderschuhe, bequeme Wanderkleidung, Pullover und Anorak, Tagesrucksack für Getränke, Verpflegung und Regenschutz. Ausrüstungsliste „Tagestouren“ beim Führer anfordern!

Leistungen: Unterbringung inkl. Kurtaxe, 10 Übernachtungen mit Halbpension, Frühstücksbüfett und abends Menüauswahl aus 3 Gerichten, 1 x Seilbahnfahrt, Eintritt Museum Nationalparkwelten. Betreuung, Führung, Versicherungen.

Leitung: **Gerhard Wortmann**
Wedemhove 118, 48157 Münster
Tel. 0251/32 94 05, Mobil 0172/530 59 79, Fax 0251/28 41 844
Informationen auch unter Email gerhard.wortmann@web.de

Kosten: 480 Euro im Doppelzimmer, Einzelzimmerzuschlag 70 Euro
Anzahlung 10% (Stornogebühr) nach Bestätigung.

Anmeldung: Verbindliche Anmeldung bitte bis zum 31. März 2010.

Anmeldeformular für alle Touren

Name der Tour: _____

Name, Vorn. 1. Person: _____

Name, Vorn. 2. Person: _____

Anschrift _____

Telefon, E-Mail _____

Ich bin / ich werde Mitglied der Betriebssportgemeinschaft:

Mit meiner Unterschrift melde ich mich/uns verbindlich für die o.g. Wandertour an. Ich erkläre mich mit den Bedingungen einverstanden und leiste eine Anzahlung in Höhe von 10 % oder den genannten Betrag auf das Konto des jeweiligen Wanderführers.

Datum: _____

Unterschrift: _____ _____
1. Person 2. Person

Einfach ausfüllen, ausschneiden oder kopieren und an die Adresse des Tourenleiters senden.



Klaus Dietrich



Peter Dördelmann



Horst Humborg



Ludger Watermann



Ludwig Wolff



Gerhard Wortmann

Auf 800 qm Bergsport, Outdoor und Laufsport!



UNSER STANDORT

sundermann

bergsport outdoor running

Windthorststraße 35 · 48143 Münster

Fon: 02 51-98 29 26-0 · Fax: 02 51-98 29 26-26

www.bergsportsundermann.de

verkauf@bergsportsundermann.de

