

Naturfreund

Magazin für Freizeit und Umwelt

116. Jahrgang 3a/2023

**NIEDERÖSTERREICH-
AUSGABE**

REISEN SEITE 22-23

Trendsport Mountainbiken:

Sicher unterwegs mit den Naturfreunden

Seite 8
Klimawandel in
den Bergen

Seite 10
Schutzhütten
in Not

Seite 18
Traumziel
Sri Lanka

Outdoor 422 m² Kletterfläche bis 17 m Höhe (Kletterturm)

Mehr als 25.000 Klettergriffe installiert

Einsteigerrouen mit getrennten Vorstiegswänden mit Fixseilen

Indoor 700 m² Kletterfläche bis 17 m Höhe

Erlebnisbereich mit Sky-Walk (Indoorhochseilgarten)

Bereich für Therapie- und Erlebnisklettern

Klettern und Bouldern: Sport für alle Generationen

Vor allem als Hallensport gewinnt Klettern und Bouldern immer mehr Anhänger*innen. Die Kletterinnen und Kletterer schätzen den Kick an der hohen Wand, die Boulderinnen und Boulderer die schnellen und geschmeidigen Bewegungsabläufe in Absprunghöhe. Das Kletterzentrum Weinburg bietet neben dem 1122 Quadratmeter großen Outdoor- und Indoorkletterbereich auch eine frei zugängliche naturnahe Freizeitanlage in unmittelbarer Nähe. Dort gibt es Motorikparks, einen Wassersandspielplatz für die Kleinsten, einen Naturlehrpfad, einen Kräuterschaugarten und weitere tolle Angebote.

Das Team des Kletterzentrums Weinburg freut sich auf dein Kommen!



**KLETTER- UND THERAPIE
ZENTRUM WEINBURG**



**Naturfreunde
Österreich**

Herausforderungen und wie wir sie meistern



Karin Scheele
Vorsitzende der
Naturfreunde
Niederösterreich

Wir freuen uns, dir das Mitgliedermagazin der Naturfreunde Niederösterreich präsentieren zu können. Durch die Coronapandemie und den Ukrainekrieg mit den damit verbundenen Verwerfungen in der Weltwirtschaft ist das Leben teurer geworden. Uns treffen besonders die hohen Postgebühren. Deshalb erscheinen ab 2023 zwei der vier jährlichen „Naturfreund“-Ausgaben digital und nicht mehr gedruckt. Der direkte Kontakt mit unseren Mitgliedern ist uns aber wichtig, weshalb wir Niederösterreicher*innen heuer wieder ein eigenes Magazin herausbringen.

Es gibt ja auch vieles, was diskutiert werden sollte. Leider sind die Kosten für die Hüttenerhaltung ebenfalls gestiegen. Der Tourismus in Niederösterreich braucht Schutzhütten als attraktives Angebot und profitiert von den Investitionen der alpinen Vereine und den ehrenamtlich geleisteten „Hüttdiensten“. Doch bei der Finanzierung hat sich das Land bisher zurückgehalten. Einen Beitrag dazu findest du auf den Seiten 10 und 11.

Unsere Forderung nach einer Freigabe von Forststraßen für Mountainbikes (unter passenden Rahmenbedingungen) ist bekannt und soll hier nicht noch einmal argumentiert werden. Wir kümmern uns aber auch um die Sicherheit und die Ausbildung der Mountainbiker*innen. Das Fahren mit E-Bikes, das immer beliebter wird, birgt seine eigenen Herausforderungen und sollte unbedingt trainiert werden. Tipps für sicheres Mountainbiken und Informationen zu unseren Schulungen gibt es auf den Seiten 6 und 7.

Das Bergsteigen wird gleich zweifach mühsamer. Einerseits, wie Gerhard Rosenits auf den Seiten 8 und 9 einprägsam schildert, erscheinen einem die Berge mit zunehmendem

Alter immer höher. Diese Beobachtung können sicher viele von uns bestätigen. Andererseits werden die Gefahren größer, weil die Berge sich durch den Klimawandel verändern. Manche Wege sind aus Sicherheitsgründen nicht mehr begehbar, bei anderen ist eine noch sorgfältigere körperliche Vorbereitung notwendig. Unwetter werden allem Anschein nach häufiger und heftiger. Trotz bester Planung kann etwas passieren – dann ist es notwendig, rasch und richtig zu helfen. Wie man das macht, fasst der Autor in einer Übersicht zusammen.

Im Vordergrund soll aber unsere gemeinsame Freude an Aktivitäten in der Natur stehen – mit der richtigen Vorbereitung lassen sie sich noch besser genießen. Spätsommer und Herbst eignen sich wunderbar für Wanderungen und Bergtouren. Wir wünschen dir viel Spaß dabei!

Mit einem herzlichen „Berg frei!“

Niederösterreich- Ausgabe

Naturfreund 3a/2023

Inhalt

Karin Scheele im Gespräch	4
Sicheres Mountainbiken	6
Bergsteigen im Klimawandel	8
SOS für Schutzhütten	10
Naturfreundetag Niederösterreich	13
Günther Sidl über Klimaschutz	14
Kinderschutz bei den Naturfreunden	16
Urlaubstraum Sri Lanka	18
Veranstaltungen	22
Impressum	24

„Bewusstsein schaffen“

Aktuell ■ Die Naturfreunde Österreich haben sich bei der Bundeskonferenz im Juni für die nächsten drei Jahre zahlreiche Ziele gesetzt. Wir haben mit der Landesvorsitzenden Karin Scheele darüber gesprochen.

Text: Karin Scheele im Gespräch mit den Naturfreunden Niederösterreich, Foto: Werner Jäger

„Berg frei!“ ist unser Leitspruch. In den letzten Jahren wurde er auf den Slogan „Berg frei! Sonst ist es mit dem Wandern vorbei!“ erweitert. Wird es schwieriger, die Natur zu genießen?

Karin Scheele: Ja. Es gibt immer mehr Hürden für das legale Betreten der Natur. Die Naturfreunde kämpfen seit ihrer Gründung für den freien Zugang für alle. Das werden wir auch weiterhin tun.

Die Naturfreunde Österreich fordern ein Grundrecht auf Naturzugang – sie sehen das freie Wegerecht als unumstößlich. Um das zu erwirken, wollen sie den Kontakt zu politischen Verantwortlichen suchen. Wie möchtest du dich auf politischer Ebene dafür starkmachen?

Karin Scheele: Es gab bereits Treffen mit den verschiedenen politischen Parteien im Nationalrat. Wenig überraschend unterstützen nicht alle Parteien unsere Forderung. Anderen ist der freie Zugang zur Natur extrem wichtig. Die Naturfreunde haben dasselbe Ziel wie die alpinen Vereine. Gemeinsam können wir Bewusstsein schaffen und mehr erreichen.

Der Naturfreundetag ist die wichtigste historisch gewachsene Veranstaltung der Organisation. Warum ist es wichtiger denn je, dass wir an ihm festhalten?

Karin Scheele: In Niederösterreich wird der Naturfreundetag sehr oft gemeinsam mit dem Jubiläum einer unserer Ortsgruppen oder einer

Hütte gefeiert. Da wird einmal mehr klar, wie viel in den letzten 100 Jahren geleistet wurde. Der Naturfreundetag ermöglicht den Austausch zwischen Funktionärinnen und Funktionären ebenso wie Mitgliedern. Zugleich bietet er Gelegenheit zur Geselligkeit. Und er verbindet Generationen, denn er ist ein Event für die ganze Familie.

Was sagst du zum neuen Upcycling-Projekt des Naturfreunde-Büros in St. Pölten?

Karin Scheele: Ich finde es großartig, dass wir unsere alten Werbematerialien nicht einfach wegschmeißen, sondern ihren Lebenszyklus verlängern, indem wir sie zu Taschen unterschiedlichster Größe verarbeiten lassen. Das schaut super aus und macht ökologisch Sinn.

Ohne die Freiwilligen würde unsere Organisation nicht funktionieren. Wird es angesichts anderer attraktiver Freizeitangebote nicht schwieriger, Leute für ehrenamtliches Engagement zu begeistern?

Karin Scheele: Aktuell nicht. Die Naturfreunde Niederösterreich und ihre 102 Ortsgruppen organisieren pro Jahr etwa 7000 Veranstaltungen. Gerade Freizeitsportler*innen nutzen unseren Verein. Der Generationenwechsel funktioniert gut und die Mitgliederzahlen steigen jedes Jahr. ■

Die Landesvorsitzende Karin Scheele kämpft politisch für den Erhalt des freien Zugangs zur Natur.



Aktuell ■ Für die kommenden drei Jahre hat sich ein engagiertes Team zusammengefunden, das sich um die Anliegen und Forderungen der Naturfreunde Niederösterreich kümmern und allgemein die Geschicke der Organisation lenken wird. Wir freuen uns auf eine gute Zusammenarbeit und stellen kurz die neuen Mitglieder im Landesvorstand vor.

*Text: Ernst Dullnigg,
Landesgeschäftsführer der
Naturfreunde Niederösterreich, Foto:
Krakenimages.com/Adobe Stock*



In guter Zusammenarbeit wird der Landesvorstand in den nächsten drei Jahren die Interessen der Naturfreunde vertreten.

Herzlich willkommen im Team

Franz Auer

Funktion: Stellvertreter des Referenten für Stocksport
Mitglied in der Ortsgruppe Hollenstein

Markus Binderhofer

Funktion: Stellvertreter des Referenten für Hütten und Wege
Mitglied in der Ortsgruppe Rabenstein

Sabine Dohr

Funktion: Stellvertreterin des Finanzreferenten
Mitglied in der Ortsgruppe St. Pölten

Denise Engl

Funktion: Vorsitzende der Naturfreundejugend Niederösterreich
Mitglied in der Ortsgruppe Ybbs an der Donau

Franz Hausmann

Funktion: Referent für die Alpinistengilde
Mitglied in der Ortsgruppe Puchberg am Schneeberg

Bernd Karner

Funktion: Referent für Stocksport
Mitglied in der Ortsgruppe Annaberg

Helmut Prigl

Funktion: Ersatzmitglied für die Landesfinanzkontrolle
Mitglied in der Ortsgruppe Hirschwang-Reichenau

Renate Rakwetz

Funktion: Rechnungsprüferin für die Landesfinanzkontrolle
Mitglied in der Ortsgruppe Kienberg-Gaming

Helmut Reiter

Funktion: Referent für die Alpinistengilde
Mitglied in der Ortsgruppe Krems

Susanne Riedler

Funktion: Stellvertreterin der Schriftführerin
Mitglied in der Ortsgruppe St. Aegyđ

Richard Ringbauer

Funktion: Stellvertreter des Referenten für Hütten und Wege
Mitglied in der Ortsgruppe Baden

Markus Schlapfer

Funktion: Stellvertreter des Finanzreferenten
Mitglied in der Ortsgruppe Wiener Neustadt

Helmut Seidl

Funktion: Stellvertreter des Referenten für die Alpinistengilde
Mitglied in der Ortsgruppe Frankenfels

Rudolf Vajda

Funktion: Referent für Rad und Mountainbike
Mitglied in der Ortsgruppe Traisen

Sicher unterwegs mit dem Mountainbike

Service ■ Damit deine Mountainbike-Tour ein positives Erlebnis wird, solltest du sie gut planen – am besten mit unserem Tourenportal – und Schwierigkeitsgrad, Wegbeschaffenheit und nötige Kondition vorab einschätzen.

Text und Fotos: Rudolf Vajda

Der Mountainbike-Boom hält weiter an und damit steigen auch die Unfallzahlen. Laut Kuratorium für Verkehrssicherheit gehen 21 Prozent der Österreicher*innen zumindest gelegentlich mountainbiken. Das sind rund 1,7 Millionen Personen. Mehr als 9000 verletzte Mountainbiker*innen zählte man beim Kuratorium für Verkehrssicherheit 2021. Unter den Mountainbiker*innen ist bereits

jede*r fünfte mit dem E-Mountainbike unterwegs.

Geführte Mountainbike-Touren

Die Naturfreunde Niederösterreich bieten mit ihren ausgebildeten „Mountainbike-Touren-Guides“ auch geführte Touren an. Sie sind auf den Websites der 102 Naturfreunde-Ortsgruppen und auf niederosterreich.naturfreunde.at zu finden. Die nächste Tour gibt es am 6. September – bei dieser Tagesstour geht es auf den Wachtstein im Waldviertel (35 Kilometer, 660 Höhenmeter).

Mit dem Mountainbike sicher über Stock und Stein

Das Bike bietet für Jung und Alt eine große Chance auf Fitness, Erlebnis und Gemeinschaft. Vor allem das E-Bike ermöglicht es auch weniger „Sportlichen“, sich fit zu halten. Doch abseits asphaltierter Radwege gilt es einiges zu beachten. „Fair Play“ gilt vor allem auf Shared Trails – wo also Wanderinnen und Wanderer sowie Mountainbiker*innen gleichermaßen unterwegs sind.

Vor einer Mountainbike-Tour solltest du dir bewusst machen: Mountainbiken ist ein Ausdauersport – überschätze nie deine Fähigkeiten. Sei immer nur mit Helm und passender Ausrüstung unterwegs, der Jahreszeit und der Schwierigkeit der Strecke angepasst. Kontrolliere deine Geschwindigkeit vor allem in unübersichtlichem Gelände – Fußgänger*innen haben Vorrang. Plane deine Tour sorgfältig und beachte auch den Wetterbericht. Und wichtig: Benütze nur geeignete Wege und Straßen. Respektiere Forstsperrungen bei Holzschlägerungen und fahr nur bei Tageslicht, um Störungen der Tierwelt zu vermeiden. Hinterlasse im Wald keine Bremsspuren, denn sie befördern Bodenerosion und Wegeschäden.



MTB-Naturfreunde-Shirts – hart im Nehmen

Diese leger geschnittenen Shirts kommen aus Kirchberg an der Pielach in Niederösterreich. Die Marke „Dirt Love“ ist in der MTB-Szene schon etabliert. Die Naturfreunde-Shirts gibt es in den Größen S bis XL und zu einem Sonderpreis von 45 Euro. Du

kannst sie direkt bei der Naturfreunde-Landesleitung in der Heißstraße 4/2, 3100 St. Pölten, abholen. Wir schicken sie dir aber auch gerne per Post zu.

Bestellung: per Telefon (0 27 42/35 72 11) oder E-Mail (niederosterreich@naturfreunde.at)



Zuletzt noch zu deinem Mountainbike: Überprüfe vor jeder Ausfahrt Bremsen, Luftdruck, Federung und Schaltung. Regelmäßiges Service erhöht die Lebensdauer deines Mountainbikes.

160.000 Mitgliedern wird auch ein umfassendes Aus- und Weiterbildungsprogramm angeboten – ob Bergsteigen und Klettern, Sportklettern, Kanusport, Schneesport, Skitouren, Rad/Bike, Laufen, Wandern oder Management und Recht. ■

Ausbildung, Weiterbildung, Sicherheit

Die Naturfreunde Österreich sind eine der größten und bedeutendsten Freizeit- und Naturschutzorganisationen des Landes. Den rund



Nächster Termin:
MTB-Fortbildung am Mucki-Trail
am 23. September 2023

Die Guides der Naturfreunde bieten Mountainbike-Touren in unterschiedlichen Längen und Schwierigkeitsstufen an. Foto oben: Überprüfe von Zeit zu Zeit deine Bremsbeläge. Foto unten: Hier gilt: Fußgänger*innen haben Vorrang. Pass also dein Tempo an!

- das Parkhotel Hirschwang**** mitten in einem der attraktivsten Erholungsgebiete Österreichs
- traumhafte Umgebung zum Erholen und Kraft tanken, für Wander- und Radtouren sowie Spaziergänge

JETZT BUCHEN!

**IHR URLAUB
AM
Fuße der Rax**

Infos & Buchungen: Parkhotel Hirschwang, Trautenberg-Straße 1, 2651 Reichenau an der Rax, Tel. 02666 58110, E-Mail: office@parkhotelhirschwang.at, www.parkhotelhirschwang.at

**PARKHOTEL
HIRSCHWANG**
SEMINAR • RESTAURANT • EVENT

Bergsteigen im Klimawandel

Service ■ Der Klimawandel wirkt sich auch auf die Berge aus. Durch lockeres Gestein und schmelzende Gletscher wachsen die Gefahren. Touren werden anspruchsvoller, Routen ändern sich – trotzdem ist mit Steinschlag zu rechnen.

Text und Fotos: Gerhard Rosenits, Referent für Bergsteigen der Naturfreunde Niederösterreich

Mitte Juni ist auf dem 3399 Meter hohen Fluchthorn bei Galtür ein Stück Berg – inklusive Gipfel – einfach weggebrochen. Der Berg ist jetzt 19 Meter niedriger. Grund dafür ist der Klimawandel, durch den der Permafrost schwindet. Der Permafrost, also das in den Felsen eingelagerte, nie auftauende Wasser, dient als „Kleber“ und hält die Gesteinsmassen zusammen.

Bergsteigen wird schwieriger

Es ist schon einige Jahre her, dass ich eine Hochtour über die Herzog-Ernst-Spitze auf das 3123 Meter hohe Schareck gemacht habe. Im Gipfelbereich sah ich gewaltige Felsblöcke – ich hatte das Gefühl, sie könnten jederzeit abbrechen.



Aus dem Klimawandel ergeben sich andere Anforderungen an die Bergsteiger*innen.

Dieses Gefühl war nicht unbegründet. Der Schareck-Gipfel ist zwar immer noch da, aber der benachbarte Sonnblick mit dem Zittelhaus und dem Observatorium auf dem Gipfel musste umfangreich saniert werden, um ein Abbrechen zu verhindern.

Die Erwärmung des Klimas bewirkt auch, dass die Gletscher weltweit an Masse verlieren. Ein eindrucksvolles Beispiel in Österreich ist die Pasterze, von der nur noch ein kleiner Rest vorhanden ist. Früher war hier ein beliebter Aufstieg auf den Großglockner, der zwar heute noch möglich, aber weit anspruchsvoller ist. Die schwindenden Gletscher machen das Bergsteigen schwieriger. Zieht sich das Eis zurück, hinterlässt es frische Seitenmoränen oder legt Felswände

frei, deren Instabilität man sogar mit bloßem Auge sehen kann.

Richtiges Verhalten bei Steinschlag

Auch auf „normalen“ Wegen muss heute mit Steinschlag gerechnet werden. Man hört das Klicken der Steine beim Aufprall oder auch die Alarmrufe anderer Bergsteiger*innen. Jetzt ist es wichtig, richtig zu reagieren, denn herabstürzende Steine ändern bei jedem Aufprall am Boden die Richtung. Weglaufen hilft nur, wenn es in der Nähe eine sichere Deckung (große Felsen, dichtes Gebüsch etc.) gibt. Andernfalls sollte man die Steine beobachten und – wenn notwendig und möglich – im letzten Moment ausweichen. Sinnvoll ist auch, den Rucksack über den Kopf zu ziehen,





Letzter Rest des unteren Schlatenkeeses am Großvenediger – einst war es gewölbt, jetzt ist es von Trichtern „durchlöchert“. Das Auftauen des Permafrostes führt im Gebirge zu massivem Steinschlag.



um den empfindlichsten Körperteil zu schützen.

Bessere Tourenplanung nötig

Aus den Veränderungen durch den Klimawandel ergeben sich andere Anforderungen an die Bergsteiger*innen. Viele Touren, vor allem Eisanstiege, sind mittlerweile verschwunden. Manche Wege mussten verlegt werden, um den neuen Gefahren auszuweichen. Früher vergletscherte Passübergänge müs-

sen heute im steilen Felsgelände überwunden werden, und stellenweise wurden über Scharten Klettersteige errichtet, zum Beispiel an der Steinerscharte auf dem Dachstein.

Wir müssen heute unsere Touren noch besser planen und die Wegführung anpassen. Man lernt schließlich nie aus – auch nicht der erfahrene Bergsteiger. ■

MENSCHLICH BETRACHTET:

Wenn die Berge höher werden

Vor Kurzem habe ich Sepp Friedhuber getroffen. Der Fotograf und Dokumentarfilmer hat mir erzählt, dass er auf dem Großvenediger war – einem Achttausender! Nein, habe ich gesagt, das ist ein Sechstausender! (Objektiv ist er 3657 Meter hoch.)

Im letzten Herbst war ich in den Anden auf einem einfachen Sechstausender – das war für mich ein Achttausender. Ich weiß aus Erfahrung, wie sich das Gehen auf 8000 Metern anfühlt. Vielleicht besteige ich ja in ein, zwei Jahrzehnten noch einmal einen Achttausender – etwa den Großvenediger.

Solche unterschiedlichen Wahrnehmungen sind dem Alter geschuldet: Sepp ist mir doch ein paar Jahre voraus. Fest steht, es war alles einmal leichter. Durch Training kann man die körperlichen Hürden etwas kleiner halten. Irgendwann merkt man aber, dass man ungeschickt und weniger leistungsfähig wird. Von da an muss man die limitierenden Faktoren bei der Tourenplanung berücksichtigen. Akzeptieren wir doch, dass wir nicht mehr alle Touren machen können. Immer wieder überschätzen ältere Berggeher*innen ihre Leistungsfähigkeit. Sie verletzen sich oder kommen sogar zu Tode – und das sollte man in keinem Alter riskieren!

Steinschlag: Was tun bei einer Verletzung?

- Gefahrenbereich verlassen und eventuell Verletzte herausbringen.
- Andere Teilnehmer*innen sichern.
- Situation erfassen: Was ist passiert, gibt es eine Verletzung und wie schwer ist sie?
- Erste Hilfe leisten.
- Bei Bedarf: Notruf absetzen (140 Bergrettung, 112 allgemeiner Europäischer Notruf). Mitteilen: Was ist passiert? Wo (so genau wie möglich)? Wann? Wer ruft an?
- Tipp: Wenn am Handy der Standort (GPS) und unter Einstellungen/Standort der Notfall-Standarddienst eingeschaltet sind, werden die Koordinaten automatisch an den Notdienst übermittelt. Dieser entscheidet über Maßnahmen.
- Wenn die Situation geklärt ist, können andere Teilnehmer*innen ins Tal oder zur nächsten Hütte gehen. Es muss aber immer jemand bei dem Verletzten bleiben.

SOS für Niederösterreichs Schutzhütten

Aktuell ■ Die niederösterreichischen Schutzhütten sind in Not – in den nächsten drei Jahren werden Investitionen in Höhe von 6,4 Millionen Euro notwendig. Die alpinen Vereine wünschen sich eine Förderung des Landes.

Text: Dieter Holzweber, Obmann des Gebirgsvereins St. Pölten, Fotos: Alfred Leitgeb, Naturfreunde-Archiv, Dieter Holzweber

Die Namen vieler Schutzhütten in Niederösterreich klingen wie ein sentimentales Echo aus einer glorreichen Vergangenheit: das 1877 errichtete Karl-Ludwig-Haus auf der Rax, benannt nach Erzherzog Karl Ludwig. Oder das Otto-Haus der Alpenvereinssektion Reichenau in unmittelbarer Nähe der Bergstation der Rax-Seilbahn, dessen Namensgeber der Sohn dieses Erzherzogs war. Das Habsburghaus des damaligen Gebirgsvereins – hoch über dem Reißtal an den Westabstürzen der Rax – wurde aus Anlass des 25-jäh-

rigen Thronjubiläums von Kaiser Franz Joseph überhaupt gleich nach dem Jahrhundertlang in Österreich bestimmenden Adelsgeschlecht der Habsburger benannt.

Andere Hütten (insgesamt gibt es in Niederösterreich 95 davon) haben ihren Namen einfach von Vereinen oder von Ortschaften im Tal: Die Traisnerhütte der Naturfreunde Niederösterreich auf der Traisner Hinteralm etwa heißt nach dem gleichnamigen Ort und dem Traisental. Die 1895 errichtete Türritzer Hütte auf der Spitze des Türritzer Högers wurde nach dem einstigen

Paradewintersportort Türritz in unmittelbarer Nähe benannt.

600.000 Tagesgäste und 36.000 Nächtigungen

Meistens stehen sie auf den Gipfeln oder zumindest auf dem Weg dorthin. Sie bieten nicht nur Schutz vor den Unbilden des Wetters, sondern auch einen Platz für die nötige Rast nach einer anstrengenden, mitunter mehrstündigen Wanderung. Sie laden zum Genießen und Verweilen ein und verfügen meistens über ein hervorragendes kulinarisches Angebot. Die 95 Schutzhütten und die Wanderwege dorthin sind auch ein unverzichtbarer Bestandteil der Tourismusdestination Niederösterreich, die die besten Voraussetzungen für einen Urlaub in den Bergen bietet. Fast 600.000 Tagesgäste und über 36.000 Nächtigungen haben die Schutzhütten unseres Bundeslandes im vergangenen Jahr gezählt.

Verantwortlich für die Hütten, ihre Infrastruktur und die Wege dorthin sind insgesamt vier alpine Vereine: der Österreichische Alpenverein mit seinen 25 Sektionen in Niederösterreich und sechs Sektionen in Wien, die Naturfreunde, der Österreichische Touristenklub und die in der Österreichischen Bergsteigervereinigung versammelten Mitgliedsvereine. Rund 190.000



Die Türritzer Hütte (1372 Meter), bewirtschaftet im Sommer, ist die älteste Hütte der niederösterreichischen Voralpen.



Die Gföhlberghütte (825 Meter) im südwestlichen Wienerwald, knapp unterhalb des Gipfels, wurde in Ökobauweise errichtet.

Arbeitsstunden pro Jahr leisten die ehrenamtlichen Mitarbeiter*innen dieser Organisationen, um die notwendigen Reparaturen auf den Hütten durchzuführen und die vielen Tausend Kilometer Wanderwege begehbar zu halten. Selbst für ein Land, in dem das Ehrenamt sehr hochgehalten wird, ist das eine unvorstellbare Zahl.

Was all diese ehrenamtlichen Helfer*innen der alpinen Vereine in Niederösterreich verbindet, ist das freiwillige Engagement für die Erhaltung dessen, was ihre Eltern und Großeltern einst aufgebaut haben.

“ Die 95 Schutzhütten sind ein unverzichtbarer Bestandteil der Tourismusdestination Niederösterreich.

Denn die meisten der 95 Schutzhütten wurden bereits vor mehr als 100 Jahren errichtet, in einer Zeit, als die Alpen in Niederösterreich von den

Städter*innen erschlossen wurden, die Anreise mit der Bahn erfolgte und der Komfort noch nicht so wichtig war wie heute. Hauptsache, man war in der Natur. Die Zeit der Erschließung der Alpen ist vorbei. Jetzt geht es um die Erhaltung und die Anpassung an neue Herausforderungen.

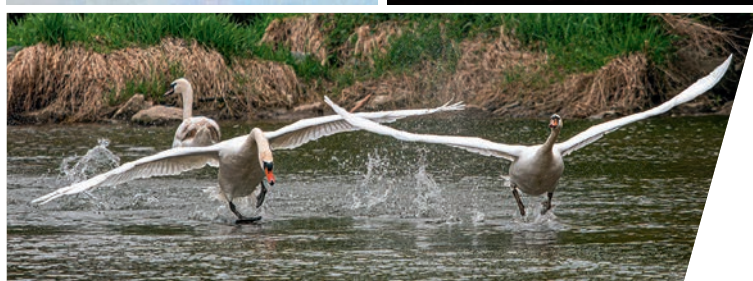
Natur- und Umweltschutz als große Herausforderung

Um der Bedeutung der Berghütten Rechnung zu tragen, startete das Land Niederösterreich mit der „Tourismusstrategie 2025“ eine Qualitätsoffensive. Teilnehmende Hütten können als Qualitätspartner mit einem Siegel ausgezeichnet werden, wenn sie die Qualitätskriterien erfüllen. Ein hehres Ziel. Doch nicht alle hüttenbesitzenden alpinen Vereine in Niederösterreich können es erreichen. Warum? Ihnen fehlen einfach die finanziellen Mittel.

6,4 Millionen Euro beträgt das Investitionsvolumen in den nächsten drei Jahren, hat der Verband alpiner Vereine errechnet: Nötig sind eine Erneuerung der Wasserversorgung, eine Modernisierung der

Abwasserentsorgung und der WC-Anlagen, die Errichtung von Fotovoltaikanlagen zur Stromversorgung, die Modernisierung von Küchen und Schlaflagern, die Errichtung und Instandhaltung von Zufahrtswegen zur Hüttenversorgung und so weiter. Der Umbau von Schlaflagern in Zweibettzimmer mit Dusche ist darin nicht enthalten. Das wird in den niederösterreichischen Schutzhütten weiterhin Utopie bleiben. Aber zumindest das Smartphone sollte man aufladen können.

Um die notwendigen Investitionen vornehmen zu können, haben sich die alpinen Vereine Niederösterreichs in einer einzigartigen Aktion zusammengetan und die für den Tourismus zuständige Landeshauptfrau Johanna Mikl-Leitner um einen Termin gebeten. Angestrebt wird eine treffsichere Fördermöglichkeit für Investitionen in die alpine Infrastruktur, nach dem Vorbild anderer Bundesländer. Mit Ausnahme von Wien und Burgenland gibt es eine solche Förderung bereits überall – in Wien und dem Burgenland gibt es allerdings auch keine Schutzhütten der alpinen Vereine. ■



Fotografierst du schon – oder knipst du noch?

Aktuell ■ Fotografieren ist kinderleicht – oder doch nicht? Damit aus Schnappschüssen gute Bilder werden, braucht es Gespür. Unsere Mitglieder können ihres jetzt bei der Foto-Landesmeisterschaft unter Beweis stellen.

Text und Fotos: Eduard Stoiber, Referent für Fotografie der Naturfreunde Niederösterreich, Ernst Vitek, stellvertretender Vorsitzender der Naturfreunde Niederösterreich

Die digitale Revolution hat das Fotografieren leichter gemacht. Vieles, was früher Vorwissen und Erfahrung brauchte – zum Beispiel die Schärfe und die Belichtung –, wird heute vom Fotoapparat oder vom Handy übernommen. Und es werden auch so viele Bilder gemacht wie nie zuvor.

Dennoch, es gibt einen Unterschied zwischen Bildern und guten Fotografien. Die Idee für das Foto, die Auswahl des Motivs und seine Platzierung kann die Kamera nicht übernehmen.

In den Fotogruppen der Naturfreunde kannst du dir Tipps holen, wie du bessere Fotos machst. Fotogruppen bestehen in vielen Ortsgruppen. In ihnen wird über die Gestaltung gesprochen, es gibt auch technische Informationen und vor allem viel Erfahrungsaustausch.

Wie gut sind die anderen?

Und wer seine Ergebnisse mit denen anderer Fotografinnen und Fotografen vergleichen will, kann an der Foto-Landesmeisterschaft teilnehmen. Bewertet wird in fünf Sparten:

„Natur“, „Mensch“, „Menschen in Bewegung und beim Sport“, „Allgemein“ und „Monochrom“. Der Ein-sendeschluss ist der 15. September 2023. Die Bedingungen findest du auf der Website der Naturfreunde. ■

Weitere Infos:



Naturfreundetag Niederösterreich

Aktuell ■ Der freie Zugang zur Natur für alle Menschen ist seit jeher ein Hauptanliegen der Naturfreunde. Das wird auf dem Naturfreundetag wieder deutlich werden, dem Höhepunkt unseres Vereinsjahres.

Text: Horst Endres, Ernst Vitek, stellvertretender Vorsitzender der Naturfreunde Niederösterreich, Ernst Dullnigg, Landesgeschäftsführer der Naturfreunde Niederösterreich, Foto: Robert Steineck

Seit 128 Jahren stehen die Naturfreunde für eine leistbare, gesunde Freizeitgestaltung und für Umweltschutz. Sie verteidigen das Recht jedes Menschen auf freien Zugang zur Natur. Diese

Forderung wird beim Naturfreundetag durch die Präsenz unzähliger Mitglieder unterstrichen.

Die Berge, die Natur sollen für alle da sein. „Natürlich unter Einhaltung der Fair-Play-Regeln. Wir

setzen uns für einen ökologisch, sozial und kulturell verträglichen Tourismus ein“, so die Landesvorsitzende Karin Scheele.

Die Naturfreunde wurden 1895 unter dem Namen „Touristenverein“ ins Leben gerufen. Die Gründer Alois Rohrauer, Georg Schmidl und Karl Renner hatten die Notwendigkeit erkannt, die Arbeiter*innen und ihre Familien aus dem sozialen Elend, aus den Fabrikhallen in die Natur zu führen. Damit wurde benachteiligten Bevölkerungsgruppen erstmals das „Tor zum Leben“ geöffnet – wenigstens an den kurzen Wochenenden.

Durch das Miteinander entwickelte sich eine solidarische Kraft, die sich das Recht auf Zugang zur Natur erkämpfte. „Auch heute, in Zeiten der Teuerung, ist die sinnvolle und leistbare Freizeitgestaltung wichtig“, ist Scheele überzeugt.

Heuer wird beim Naturfreundetag das 100-jährige Jubiläum der Ortsgruppe Hainfeld gefeiert. ■

Der Naturfreundetag 2023

Termin: 17. September 2023, ab 9 Uhr

Ort: Liasenböndlhütte, 3170 Hainfeld

Programm:

- Preiskegeln (Ortsgruppenturnier), Anmeldung ab 12.30 Uhr vor Ort
- Grillerei, Mehlspeisen, Hainfelder Bier, Weinbar
- Musik mit den „Kofferraum-Buam“
- Geführte Touren um 10, 11, 12 und 13.30 Uhr, Ausgangspunkt: EVN-Umspannwerk Hainfeld, Feldgasse 40, 3170 Hainfeld

Tour 1: Aufstieg über Kirchtalstraße. 1,7 Kilometer, 210 Höhenmeter, 30 bis 40 Minuten.

Tour 2: Aufstieg über Kirchtalstraße zum Pestkreuz, davor nach rechts über Feld- und Güterwege, dann aufsteigend und nach links zum Liasenböndl. Ausblick auf Hainfeld. 3 Kilometer, 245 Höhenmeter, 60 Minuten.

Tour 3: Über Kirchtalstraße zum Pestkreuz, davor nach links auf den Forstweg, bis zum Jägerkreuz (Wiese), rechts weiter auf Waldwegen zum Liasenböndl. 3,5 Kilometer, 217 Höhenmeter, 60 Minuten.

Shuttledienst: Abfahrt um 10, 10.30, 11, 11.30 und 12 Uhr beim Tennisplatz, Feldgasse 37, 3170 Hainfeld

Parken für Busse: Schulgasse 7, 3170 Hainfeld (Mittelschule)

Anmeldung: niederösterreich.naturfreunde.at

Ansprechpartnerin: Ortsgruppenvorsitzende Elisabeth Preus, Tel.: 06 76/923 43 52, E-Mail: liasenboendl@hainfelder.at

hainfeld.naturfreunde.at



Günther Sidl: MERCOSUR oder Klimaschutz

Umwelt ■ Hochgesteckte Klimaziele hier, Pestizidexport und Regenwaldabholzung da. Für den niederösterreichischen EU-Abgeordneten Günther Sidl steht die EU in Zukunftsfragen vor einer Zerreißprobe.

Text: Günther Sidl im Gespräch mit Ernst Dullnigg, Landesgeschäftsführer der Naturfreunde Niederösterreich, Fotos: Markus Brandstätter, Thomas Peintinger



Wie ernst ist es der EU mit dem Umwelt- und Klimaschutz?

Günther Sidl: Die EU hat schon wichtige Akzente gesetzt, dazu gehört zweifellos der Green Deal. Aber in vielen Fällen bleibt es bei der schönen Fassade. Wir erklären uns hier in Europa gerne zum Klimaschutzweltmeister, zugleich ist die EU mit ihrer Handelspolitik für rund 16 Prozent der globalen Regenwaldabholzung verantwortlich. Und

Pestizide, deren Einsatz bei uns längst verboten ist, werden weiter exportiert und landen schlussendlich durch die Agrarimporte doch wieder auf unseren Tellern.

Ist die EU zu sehr Wirtschaftsunion?

Günther Sidl: Sie vergisst zu oft, dass sie für die Menschen da sein muss. Die meisten Europäer*innen lehnen gentechnisch veränderte Lebensmittel ab. Die EU-Kommission entwirft aber eine Verordnung, die auch die Gentechniklobby geschrieben haben könnte.

Also kein MERCOSUR-Handelsabkommen?

Günther Sidl: MERCOSUR wird zu mehr Agrarimporten führen. Das heißt einerseits, dass in Ländern wie Brasilien noch mehr Regenwald gerodet wird, und andererseits, dass unsere kleinbäuerlichen Strukturen einem noch größeren Preisdruck ausgesetzt werden.

Wo kann die EU beim Klimaschutz noch ansetzen?

Günther Sidl: Klimaschutz ist nur dann wirkungsvoll, wenn er im Alltag ankommt. Da gibt es viele Möglichkeiten – angefangen bei unseren täglichen Wegen. Wir haben uns viel zu lange nur gefragt, wie die Menschen schnellstmöglich von ihrem Wohnort auf dem Land zu ihrem Arbeitsort in den Ballungszentren kommen. Dabei muss die Frage eigentlich lauten: Wie schaffen wir es, dass die Regionen ein guter Ort zum Leben und zum Arbeiten sind? Dafür braucht es gute Jobs, medizinische Versorgung und Pflegeeinrichtungen und nicht zuletzt eine qualitätsvolle Kinderbetreuung. Deshalb sollte die EU durch Investitionen in den öffentlichen Verkehr und schnelle Internetverbindungen zu starken Regionen beitragen.

Der Pestizideinsatz wird ja sehr intensiv diskutiert. Wie stehst du dazu?



Dr. Günther Sidl

EU-Abgeordneter aus Petzenkirchen (Bezirk Melk)
www.sidl.at

Tätig in den Ausschüssen für Umwelt, Gesundheit und Lebensmittelsicherheit sowie Industrie, Forschung und Energie. Sidl gehörte auch den beiden Sonderausschüssen zu den Lehren aus der Coronapandemie und zur Bekämpfung von Krebs in Europa an.

Günther Sidl will unsere kleinbäuerlichen Strukturen erhalten und spricht sich deshalb gegen das MERCOSUR-Abkommen aus. Für den Klimaschutz sollte man die Regionen fördern.

Günther Sidl: Fakt ist, dass in der EU nicht weniger, sondern sogar mehr Pestizide ausgebracht werden. Es braucht eine europäische und nationale Forschungsanstrengung, um ökologische Alternativen zu herkömmlichen Pestiziden zu entwickeln.

Die Coronapandemie hat dich im EU-Parlament sehr beschäftigt. Was nimmt Europa daraus für die Zukunft mit?

Günther Sidl: Die EU darf nie wieder so unvorbereitet von einer Pandemie oder einer Katastrophe getroffen werden. Das war auch das Ziel des Corona-Sonderausschusses im EU-Parlament. Aber die Lehren gehen weit über ein verbessertes Krisenmanagement und die Klärung der Zuständigkeiten hinaus. Es braucht mehr Vorsorgedenken und starke öffentliche Gesundheitssysteme. Als Beitrag zur Debatte habe ich das Buch „Weckruf Corona“ mit Texten von verschiedenen Fachleuten herausgegeben – ein großes Dankeschön an die Umweltpädagogin Katja Weirer von den Naturfreunden Niederösterreich für ihr Interview!

Muss sich unsere Gesellschaft von Corona erholen?

Günther Sidl: Ja – vor allem angesichts der wachsenden Skepsis gegenüber der Politik, staatlichen Instanzen, Medien und der Wissenschaft. Für die Genesung müssen wir den Dialog und das Verständnis wieder in den Vordergrund stellen. Wir müssen das Denken über „die da oben“ und „uns da unten“ durch ein neues Gefühl der Gemeinsamkeit ersetzen. ■

BERG FREI!

Günther Sidl

Abgeordneter zum Europäischen Parlament

Natürlich Mitglied

der Naturfreunde Niederösterreich!

facebook.com/sidl.guenther

www.sidl.at



Aktuell/Jugend ■ Das hört man oft, wenn es um die Notwendigkeit von Kinderschutz geht. Die Naturfreundejugend setzt sich seit Jahren mit professionellem Kinderschutz bei den Naturfreunden auseinander.

Text: Denise Engl, Naturfreundejugend Niederösterreich, Foto: Adobe Stock



„Kinderschutz? Mach ich eh schon!“

Das Wort „Kinderschutz“ löst viele Emotionen und Fragen aus. Man scheut sich vor der Auseinandersetzung damit. Die Naturfreunde bieten seit jeher Gruppen und Aktivitäten für Kinder und Jugendliche an, die von motivierten Ehrenamtlichen betreut werden. Viele fürchten Unterstellungen, wenn man über Kinderschutz spricht. Doch die gesetzten Maßnahmen unterstützen nur das, was sich jedes Mitglied wünscht: den Kindern und Jugendlichen eine

möglichst schöne und entspannte Freizeit zu bieten.

Um dieses Ziel zu erreichen, haben alle Mitglieder, die mit Kindern und Jugendlichen arbeiten, viel Know-how erworben. Zusätzlich wird es immer wichtiger, anderen Herausforderungen zu begegnen. Besonders die Themen psychische Gewalt und Umgang mit Konflikten in der Gruppe können große Verunsicherung auslösen. Um hier Sicherheit zu erlangen, sollte man sich mit Kinderschutz auseinandersetzen.

fen. Ausgearbeitete Vorgehensweisen bei Verdachtsfällen sorgen für Sicherheit in überfordernden Situationen.

Die Naturfreundejugend bietet zwei Ausbildungen an, in denen sich die Mitglieder Informationen und Tipps holen können. Es werden konkrete Fragestellungen und Beispiele aus der Praxis bearbeitet.

Eine besondere Maßnahme bei den Naturfreunden ist das Kinderschutzteam, das aus Professionistinnen und Professionisten besteht. Sie führen Ausbildungen durch und stehen für Fragen zur Verfügung.

Kinderschutz bei den Naturfreunden

Die Naturfreundejugend Österreich hat bereits seit 2015 ein Kinderschutzkonzept. Darin werden Fakten zum Thema Gewalt vermittelt und die Maßnahmen und Empfehlungen der Naturfreunde dargestellt. Außerdem enthält es kurze Anleitungen zur Umsetzung des Gelesenen. Ein Kinderschutzkonzept dient der Prävention von Gewalt, Diskriminierung und Ausgrenzung. Zugleich werden dadurch klare Strukturen geschaf-

Die ersten Schritte

Jedes Mitglied der Naturfreunde kann dazu beitragen, dass für alle eine ebenso spannende wie sichere Freizeitgestaltung möglich ist. Der erste und wichtigste Schritt ist es, sich mit dem Thema zu beschäftigen und es auch im Bekanntenkreis weiterzutragen. ■

Kurz & knapp

Was kann ich für den Kinderschutz tun?

- Wenn mir etwas auffällt, Unterstützung holen.
- Die Kinderschutzrichtlinie lesen.
- Die Selbstverpflichtungserklärung unterschreiben und für die Kinder- und Jugendfürsorge einen Strafregisterauszug bereitstellen.
- Die angebotenen Ausbildungen absolvieren.

Upcycling im Naturfreunde-Büro

Umwelt/Jugend ■ Dinge, die nicht mehr gebraucht werden, nicht nur recyceln, also wiederverwerten, sondern aufwerten: Das liegt im Trend. Die Naturfreunde Niederösterreich machen mit eigenen Projekten mit.

Text und Fotos: Helene Kraus, Büro der Naturfreunde Niederösterreich

Eine nachhaltige Lebensweise ist ein Grundgedanke der Naturfreunde-Organisation. Entsprechend hat das Team der Naturfreunde Niederösterreich in der St. Pöltner Heßstraße kürzlich ein Upcycling-Projekt ins Leben gerufen. „Wir hatten im Büro altes Material von Veranstaltungen ungenutzt liegen: Plakate verschiedenster Größen, Banner, Fahnen und dergleichen“, erzählt Naturfreunde-Landesgeschäftsführer Ernst Dullnigg.

Einfach wegschmeißen wollte das Büroteam diese Dinge nicht, eine aktuelle oder künftige Verwendung auf Veranstaltungen zeichnete sich aber auch nicht ab. „Wir überlegten, wie wir das Material noch sinnvoll nutzen könnten, und so hatten wir die Upcycling-Idee.“

Aus Resten werden Geschenke, die Freude machen

Die Initialzündung war Ende April 2023 die Landeskonzferenz der Naturfreunde Niederösterreich. Man überlegte, was man den ausscheidenden Funktionärinnen und Funktionären schenken könnte. Im Büro kam die Idee auf, das alte Material zu neuen Produkten umzugestalten. Rasch war man sich einig, es zu Geschenken verarbeiten zu lassen. Ein passendes Unternehmen für die Umsetzung war bald gefunden – die Wiener Upcycling-Firma Gabarage, die auch einen Shop in der St. Pöltner Innenstadt betreibt.

Nach einer Bestandsaufnahme, was man an Material liegen hatte, ließ man sich von der Firma einen Produktkatalog schicken. Das Büro

entschied sich für drei Produkte: Die Wahl fiel auf Kosmetiktaschen, von denen 90 Stück angefertigt wurden, sowie Turnbeutel mit und ohne Planenboden, von denen je 25 Stück aus dem alten Naturfreunde-Material genäht wurden.

130 Quadratmeter Material

Ausgangsmaterial waren rund 100 Quadratmeter Stoff (Fahnen, Stoffbanner und Stofftransparente) und circa 30 Quadratmeter Planen (Roll-ups, Banner, Transparente). Aus Kostengründen ließ man nicht alles verarbeiten. Reste sind bei Gabarage auf Lager und werden eventuell in Zukunft noch verwendet. Die fertigen Upcycling-Produkte können

im Büro der Naturfreunde Niederösterreich gegen eine Spende für das Nepalprojekt abgeholt werden.

Besonders erfreulich: Das Upcycling-Projekt hat auch einen sozialen Aspekt, denn Gabarage beschäftigt Menschen, die es am Arbeitsmarkt schwerer haben.

Schon werden weitere Ideen für die Zukunft entwickelt. Nun sollen alte, nutzlose Gegenstände aus den Naturfreunde-Ortsgruppen in Niederösterreich gesammelt werden und in Form sinnvoller Produkte einen neuen Lebenszyklus erhalten. ■

Stylische Produkte: Gabarage hat altes Naturfreunde-Material zu Taschen und Beuteln verarbeitet.



International ■ Sri Lanka, auch unter dem alten Namen Ceylon bekannt, ist ein Naturparadies: türkisblaues Meer, endlose Strände, grüne Täler und hohe Gipfel. Schon für Marco Polo war Sri Lanka die schönste Insel der Welt.

Text und Fotos: Gerhard Rosenits, Reiseleiter der Naturfreunde Niederösterreich



Sri Lanka – Urlaubstraum im Indischen Ozean

Sandstrände, Meer und Kokospalmen

In den Küstengebieten der Insel findet man oft menschenleere Abschnitte, aber meistens ist ein Ort oder ein Hotel in der Nähe und es gibt den typischen Badebetrieb. Ausländische Gäste erfreuen sich ebenso wie Einheimische am warmen Wasser. Auch viele Surfer*innen nutzen die hohen Wellen für ihren Sport. Die Bedingungen sind je nach Surfspot für Anfänger*innen wie für Profis ideal. Von Mai bis Oktober eignet sich die Ostküste besser, von November bis April die West- und Südküste.

Im Morgengrauen verlassen die Fischer mit ihren kleinen Auslegerbooten die Küste. Im Süden der Insel



Gerhard Rosenits,
Naturfreunde-Funktionär und langjähriger Reiseleiter der Naturfreunde Niederösterreich

findet man auch noch die sogenannten Stelzenfischer, die auf Holzgestellen sitzen und angeln – eine überaus mühevoll Arbeit. Die Holzpfähle werden einen halben Meter tief in die Korallenriffe geschlagen und stehen nicht zu dicht aneinander, damit sich die Angelschnüre nicht verheddern. Diese Art des Fischens entstand angeblich nach dem Zweiten Weltkrieg, weil der Platz auf den Felsen am Strand nicht für alle Fischer mit ihren Angeln reichte. Nach dem Tsunami im Jahr 2004 sah man einige Zeit keine Stelzenfischer mehr. Inzwischen gibt es sie wieder, doch eher als Attraktion für die Touristinnen und Touristen.

Eine Besonderheit der Insel sind die vielen Speicherseen, die

zur Bewässerung, aber auch als Trinkwasserreserve genutzt werden. Schon vor Hunderten von Jahren wurden diese künstlichen Gewässer angelegt, zum überwiegenden Teil im Tiefland.

Wanderungen bei angenehmen Temperaturen

Im zentralen Hochland der Insel gibt es über 2000 Meter hohe einfache Gipfel, auf die man wandern kann. Sogar bis ans „Ende der Welt“ kann man im Horton-Plains-Nationalpark gehen: „World’s End“ ist ein 870 Meter hoher Steilabhang mit Weitsicht bis zum Meer – bei gutem Wetter. Die Wege führen durch dunkelgrüne Wälder und Teeplantagen zu Wasserfällen und wunderbaren



Auf Wanderungen kann man die faszinierende Pflanzen- und Tierwelt Sri Lankas kennenlernen, während die Tempel und Ruinenstädte von der reichen Geschichte der Insel erzählen.

Aussichtspunkten. In den Hochlagen der Insel sind die Temperaturen mehr als erträglich: für die Einheimischen furchtbar kalt, für uns Mitteleuropäer*innen aber genau richtig. Am Wegrand können viele tropische Pflanzen und auch so manche Tiere bewundert werden.

Sri Lanka hat viele Nationalparks. Es lohnt sich unbedingt ein Besuch, um die Wildtiere in ihrer natürlichen Umwelt zu beobachten. In zwei von diesen Parks, dem Yala- und dem Wilpattu-Nationalpark, ist die Chance sehr groß, dass man Leoparden entdeckt. Neben Asiatischen Elefanten, Krokodilen, Affen und Hirschen gibt es unzählige Vogelarten zu sehen. Solche Safaris sind Highlights einer jeden Rundreise.

Reiche Geschichte und Kultur

Sri Lanka hat eine lange Geschichte – mehr als 2000 Jahre wurde die Insel von verschiedenen Königen regiert. Die Ruinenstädte Polonnaruwa und Sigiriya stehen auf der UNESCO-Welterbeliste und können

besichtigt werden. Aus dieser Zeit stammt auch die Ayurveda-Gesundheitslehre. Sie beschäftigt sich mit Massage und Reinigung, Ernährung, Yoga und Pflanzenheilkunde und ist in Sri Lanka allgegenwärtig. Eine Behandlung des Körpers dauert mindestens drei Wochen, man kann aber mit einer Ayurveda-Massage auch einfach nur in dieses komplexe Thema hineinschnuppern.



Die unglaubliche Vielfalt Sri Lankas macht eine Rundreise so attraktiv.

Die Hauptreligion in Sri Lanka ist der Theravada-Buddhismus, die älteste noch bestehende Richtung des Buddhismus. Auf der Insel findet man zahlreiche Tempel und Heiligtümer – manche sind schon jahrhundertealt. Der Besuch dieser Stätten ist auf jeden Fall zu empfehlen.

Urbane Zentren an den Küsten

Sri Lanka ist sehr dicht besiedelt: Es hat 22 Millionen Einwohner*innen, fast 350 pro Quadratkilometer. Die größte Stadt der Insel ist Colombo an der Westküste (750.000 Einwohner*innen), eine interessante Mischung aus moderner Metropole und typisch asiatischer Stadt. Zur Bedeutung von Colombo trugen sicher die Lage auf einer Halbinsel und der Naturhafen bei, die das einstige Fischerdorf zu einem wesentlichen Handelsplatz der Gewürzinsel machten. Eine zweite wichtige Stadt ist die ehemalige Kolonial- und Festungsstadt Galle an der Südwestküste des Landes. Die von den Niederländern errichtete Festung ist heute eine der Weltkulturerbestätten der Insel. Berühmt ist auch die Ansicht mit dem markanten Leuchtturm.

Herausforderungen der Gegenwart

Sri Lanka hatte es in den vergangenen Jahrzehnten wahrlich nicht leicht – 26 Jahre lang herrschte Bürgerkrieg, 2004 kam der Tsunami, und die Coronapandemie machte der Insel ebenso schwer zu schaffen wie eine tiefe Wirtschaftskrise in jüngster Zeit. Seit heuer geht es aber wieder aufwärts, der Tourismus erholt sich und die größten Probleme scheinen überwunden zu sein.

Die unglaubliche Vielfalt Sri Lankas macht eine Rundreise so attraktiv – es wäre schade, auf der Insel nur einen Badeurlaub zu verbringen. Deshalb wird die Naturfreunde-Touristik Anfang 2024 eine Rundreise veranstalten. ■

Weitere Infos:

niederoesterreich.naturfreunde.at



Die Surya Devi Basic School im Dorf Yarsa wird im November eröffnet. Sie bietet Platz für 188 Kinder.

Schule bauen, Everest schauen

International ■ Seit dem schweren Erdbeben 2015 in Nepal haben die Naturfreunde gemeinsam mit COTM 17 neue Schulen errichtet. Auf einer Trekkingreise im Herbst kann man der Eröffnung der 17. Schule beiwohnen.

Text: Ernst Dullnigg, Landesgeschäftsführer der Naturfreunde Niederösterreich, Fotos: Daniel Hinterramskogler

In Kooperation mit Children of the Mountain (COTM), einer britisch-österreichischen Hilfsorganisation, haben die Naturfreunde in der Region Gorkha Volksschulen für über 2000 Kinder gebaut. Dort wurden fast 80 Prozent der Schulen zerstört. „Es wird die Basis dafür geschaffen, dass Kinder Zugang zu Bildung erhalten“, so Landesgeschäftsführer Ernst Dullnigg. Er ist Reisebegleiter auf der nächsten Naturfreunde-Reise nach Nepal.

Wandern auf 3000 bis 4000 Metern

Die 18-tägige Trekkingreise startet am 26. Oktober 2023 und gliedert sich in zwei Teile. Unter der Devise „Everest schauen“ wandert man nach Namche Bazar, dem Zentrum der Sherpas auf 3450 Meter Seehöhe. Außerdem steht ein Besuch des Hillary-Denkmals (4200 Meter) und des buddhistischen Klosters in Thamo auf dem Programm. Drei Tage bleiben die Teilnehmer*innen oben in den Bergen bei den Schneeleoparden.

Im zweiten Teil geht es über teils abenteuerliche Straßen nach Gorkha, von Kathmandu aus eine Fahrt von acht Stunden mit dem Geländewagen. Dort sind die Teilnehmer*innen bei der Eröffnung der 17. Schule dabei – ein besonderes Erlebnis.

Voraussetzungen

In Kathmandu werden die Teilnehmer*innen in Hotels der Mittelklasse untergebracht. Während des Trekkings übernachten sie in Lodges, die nur eingeschränkter Komfort bieten. Wandererfahrung, Kondition, Trittsicherheit und Schwindelfreiheit sind ebenso erforderlich wie gute Wanderschuhe mit Profilsohle. Die Gehzeiten beim Trekking betragen pro Tag vier bis sieben Stunden. Die Teilnehmer*innen sollten zu Hause eine Steigleistung von 300 Höhenmetern pro Stunde schaffen. ■

Nepal-Trekkingreise

Termin: 26. Oktober bis 12. November 2023

Visum: Touristenvisum nötig (online auf www.nepalimmigration.gov.np oder bei Einreise am Flughafen Kathmandu)

Pass: bei Einreise mind. sechs Monate gültig, zwei leere Seiten

Sonstige Hinweise:

- Mehrkosten durch Verspätungen oder andere unvorhergesehene Umstände zulasten der Teilnehmer*innen (keine Ersatzansprüche)
- Reise nicht geeignet für Personen mit eingeschränkter Mobilität
- Witterungs- und situationsbedingte Änderungen vorbehalten
- Hinweise zum Risiko bei Erlebnisreisen mit Abenteuercharakter beachten

Impfungen: keine vorgeschrieben, aktuelle Tetanus-, Polio- und Masernimpfungen empfohlen

Covid-Information: Bedingungen je nach gültigen Vorschriften im Reisezeitraum für Österreich und Nepal

Reisebegleitung: Ernst Dullnigg

Teilnehmer*innen: mind. sechs Personen



Der 23-jährige Naturfreund Michael Holland, zwölfjähriger österreichischer Meister, ist auch international erfolgreich.

Holland erfolgreich unterwegs

Der Wilhelmsburger Michael Holland zeigt derzeit auf der Mountainbike-Marathonstrecke seine Klasse. Innerhalb von nur drei Wochen holte er sich bei der „Alpentour Trophy“ als bester Österreicher das Grüne Trikot und beendete das Rennen auf Platz neun. Beim „KitzAlpBike Festival“ sicherte er sich auf der Ultra-Dis-

tanz unter extremen Bedingungen den Sieg. Den Sieg holte sich der Wilhelmsburger dann auch bei der UCI S2 der „Kupkolo.cz MTB Trilogy“ im tschechischen Teplice und fixierte damit den vorläufigen Höhepunkt in der Saison 2023.



372.111

Anzahl der Seherinnen und Seher in Niederösterreich, die Ihre Werbung, Firmeninformationen und Berichte im Fernsehen mehrmals täglich erreichen kann*. Zusätzlich auf YouTube, Facebook und auf der Website.

Regionalfernsehen Niederösterreich
P3-Kabel-news GmbH
3100 St. Pölten, Josefstraße 5/1
p3@p3tv.at
+43 2742 72840

www.p3tv.at



p3tv. Aktuell. Informativ. Unabhängig.

*Quelle Marktforschung 27.1.2022 Aconsult n=900



OKTOBER 2023

8. Okt.
bis
13. Okt.



Klettersteigtage Arco

Geführte Klettersteigtouren im Trentino (Italien), am nördlichen Gardasee

Voraussetzungen: Kondition für 6 bis 8 Std. Touren und 1000 Hm, Klettersteigerfahrung bis C oder Grundkurs Klettersteig • **Preis pro Person:** 542 € • **Leistungen:** Organisation und Begleitung durch Naturfreunde-Instruktor • **Leitung:** Franz Hausmann, Helmut Reiter

DEZEMBER 2023

14. Dez.
bis
15. Dez.



Skitechnik-Update

2 Tage Skitechnik im Gelände, Update für Tourengeher*innen

Standort: Skigebiet Hochkar • **Voraussetzungen:** sicheres Skifahren auf der Piste • **Preis pro Person:** 125 € • **Leistungen:** Betreuung durch staatlich geprüfte Instrukturen • **Leitung:** Dr. Wolfgang Aigner

JÄNNER 2024

2. Jän.
bis
5. Jän.



Skitourentage Eisenerzer Ramsau

Geführte Skitouren in der Eisenerzer Ramsau

Standort: Eisenerz • **Voraussetzungen:** Kondition für ca. 1000 Hm Aufstieg (3 Std.) und sicheres Skifahren im freien Gelände • **Preis pro Person:** 440 € (DZ) • **Leistungen:** 3-mal HP, Betreuung durch staatlich geprüfte Instrukturen • **Leitung:** Markus Rosenauer

12. Jän.
bis
14. Jän.



Schnupper-Skitourentage Annaberg

Skitourentage für Anfänger*innen

Voraussetzungen: Kondition für 2 Std. Aufstieg und sicheres Skifahren auf der Piste • **Preis pro Person:** 280 € • **Leistungen:** 2-mal HP (DZ), Betreuung durch staatlich geprüfte Instrukturen • **Leitung:** Ernst Dullnigg

17. Jän.
bis
20. Jän.



Skikurs Tiefschneefahren

Skifahren im Gelände für Tourengeher*innen

Standort: Donnersbachwald • **Voraussetzungen:** sicheres Skifahren auf der Piste • **Preis pro Person:** 520 € (DZ), 570 € (EZ) • **Leistungen:** 3-mal HP, Betreuung durch staatlich geprüfte Instrukturen • **Leitung:** Dr. Wolfgang Aigner, Markus Rosenauer

19.–21. 1.
und
23.–25. 2.



Skitourenkurse

Ausbildung für Anfänger*innen und Fortgeschrittene

Standort: Johnsbach im Gesäuse • **Preis pro Person:** 258 € • **Leistungen:** DZ oder Mehrbettzimmer mit Dusche, 2-mal HP, Tourentee, Betreuung durch staatlich geprüfte Instrukturen • **Leitung:** Peter Plundrak (Termin 1), Martin Ruhnau (Termin 2)

20. Jän.



Schneeschuh-Schnuppertag

Tageskurs für Anfänger*innen von 9.30 bis 15 Uhr

Standort: Türnitz, Eibl • **Preis pro Person:** 50 € • **Leitung:** Maria Gansch

27. Jän.



Wintersporttag in Annaberg

Du wolltest schon immer einmal verschiedene Wintersportaktivitäten ausprobieren? Jetzt hast du die Gelegenheit dazu. Fun und Action sind garantiert – alle Workshops zum Nulltarif!

Ski, Snowboard, Snowbike, Nostalgieskigruppe, Skitest, Langlauf, Skitouren, Geocaching, Schneeschuhwandern, Kinderland, Kinderbiathlon, Tombola und vieles mehr.

30. Jän.
bis
3. Febr.



Skitourentage Planneralm

Geführte Skitouren für Genießer*innen

Standort: Planneralm • **Voraussetzungen:** Kondition für 800 Hm Aufstieg (2,5 Std.) und sicheres Skifahren im freien Gelände • **Preis pro Person:** 598 € (DZ) • **Leistungen:** 4-mal HP, Benützung des Almwelnessbereiches, Betreuung durch Naturfreunde-Instrukturen • **Leitung:** Ernst Dullnigg

FEBRUAR 2024

10. Febr.



Schneeschuh-Schnuppertag

Tageskurs für Anfänger*innen von 9.30 bis 15 Uhr

Standort: St. Aegyd am Neuwalde • **Preis pro Person:** 50 € • **Leitung:** Stefanie Brandtner

10. Febr.



Schneeschuh-Schnuppertag

Tageskurs für Anfänger*innen von 9.30 bis 15 Uhr

Standort: Aspang, Steyersberger Schwaig • **Preis pro Person:** 50 € • **Leitung:** Robert Glock

21. Febr.
bis
24. Febr.



Skitourentage im Mariazeller Land

Für Anfänger*innen und Genießer*innen bietet die Region jede Menge Skitouren in glitzernder Schneelandschaft.

Voraussetzungen: Kondition für 2,5 Std. Aufstieg und sicheres Skifahren im freien Gelände • **Preis pro Person:** 399 € (DZ), 496 € (EZ) • **Leistungen:** 3-mal HP, Betreuung durch staatlich geprüfte Instrukturen • **Leitung:** Ernst Dullnigg

23. Febr.
bis
25. Febr.



Schneeschuhwandern

Winterwandern, entspannen und erholen in der verschneiten Bergwelt

Standort: Frein an der Mürz • **Kursinhalte:** Gehtechnik, Ausrüstung, Orientierung, Tourenplanung, Risikobeurteilung, Verschüttetensuche, Winterökologie • **Preis pro Person:** 270 € • **Leistungen:** HP (Mehrbettzimmer), Betreuung durch staatlich geprüften Instruktor • **Leitung:** Franz Danis

MÄRZ 2024

7. März
bis
10. März



Skitourentage Krakaudorf

Geführte Skitouren in den Niederen Tauern – leichte bis hochalpine Touren mit tollen Abfahrten erwarten uns.

Voraussetzungen: Kondition für 3 bis 4 Std. Aufstieg, richtige Spitzkehrentechnik und sicheres Skifahren im freien Gelände • **Preis pro Person:** 396 € (DZ), 467 € (EZ) • **Leistungen:** 3-mal HP, Betreuung durch staatlich geprüfte Instrukturen • **Leitung:** Markus Rosenauer

9. März
bis
10. März



Schneehöhlenbiwak

Notsituation in den Bergen: Wie überlebe ich im Winter eine Nacht im Freien?

Standort: Hochschwab • **Voraussetzungen:** Kondition für ca. 2 Std. Aufstieg und sicheres Skifahren im freien Gelände • **Preis pro Person:** 90 € • **Leistungen:** Betreuung durch Naturfreunde-Übungsleiter • **Leitung:** Hans Goger

9. März
bis
15. März



Skitourenwoche Fanes

Geführte Skitouren im Naturpark Fanes in den Dolomiten

Voraussetzungen: Kondition für 3 Std. Aufstieg und sicheres Skifahren im freien Gelände bei allen Schneeverhältnissen • **Leistungen:** 7-mal HP (Mehrbettzimmer), Betreuung durch Naturfreunde-Instrukturen • **Preis pro Person:** 880 € • **Leitung:** Peter Plundrak

9.– 16. 03.
und
16.– 23. 03.



Skitourenwoche Norwegen

Geführte Skitouren in der einzigartigen Berglandschaft der Lyngenalpen: blaue Fjorde, schneebedeckte Gipfel

Standort: Lyngseidet • **Voraussetzungen:** Kondition für Skitouren bis 1200 m im Aufstieg, richtige Spitzkehrentechnik und sicheres Skifahren im Gelände • **Preis pro Person:** in Ausarbeitung • **Leistungen:** 7-mal HP, Betreuung durch Naturfreunde-Instruktor • **Leitung:** Ernst Dullnigg

16. März
bis
23. März



Skitourenwoche Bregenzerwald

Geführte Skitouren im Bregenzerwald

Standort: Mellau • **Voraussetzungen:** Kondition für 3 bis 4 Std. Aufstieg, Spitzkehrentechnik und sicheres Skifahren im freien Gelände • **Leistungen:** 7-mal HP, Betreuung durch staatlich geprüfte Instrukturen • **Preis pro Person:** 1.250 € (DZ), 1.340 € (EZ) • **Leitung:** Markus Rosenauer



NATURFREUNDE-TOURISTIK NÖ:

Trekking und Kultur in Asien

21. Okt. bis 9. Nov. 2023

Ladakh – Kultur und Wandern

Eintauchen in die buddhistische Kultur, einfache Tageswanderungen und kurze Trekkingtour

Preis pro Person: Mitglieder 2.100 €, Nichtmitglieder 2.200 € • **Leistungen:** Transfers, Fahrten und Ausflüge, Unterbringung in Mittelklassehotels bzw. Privathäusern/fixen Zeltunterkünften mit HP • **Reiseleitung:** Gerhard Rosenits

26. Okt. bis 12. Nov. 2023

Nepal – Schule bauen und Everest schauen

Trekkingreise im Everest-Gebiet mit Teilnahme an einer Schuleröffnung

Preis pro Person: Mitglieder 2.390 €, Nichtmitglieder 2.490 € • **Leistungen:** Transfers, Flug Manthali–Lukla und retour, Unterbringung im Hotel mit Frühstück bzw. in Lodges mit Vollverpflegung, Guide, Träger, Nationalpark-Eintritt, Trekking-Permit, Abschlussabendessen • **Reisebegleitung:** Ernst Dullnigg

9. Nov. bis 1. Dez. 2023

Nepal: Trekking rund um den Manaslu

Trekkingtour rund um den Manaslu (8163 m), Höhepunkt: Pass Larkya La (5106 m). Technisch nicht schwer, gute Kondition aber erforderlich. Kann mit Ladakh-Reise kombiniert werden.

Preis pro Person: Mitglieder 3.200 €, Nichtmitglieder 3.300 € • **Leistungen:** Transfers, Transporte und Ausflüge, 6 Nächte in Mittelklassehotels mit HP in Kathmandu, 14 Nächte in Lodges mit Vollverpflegung, Trekking-Permit, Nationalpark-Eintritte, Guide, Träger • **Reiseleitung:** Gerhard Rosenits

1. bis 17. März 2024

Sri Lanka – Rundreise im Tropenparadies

Für Kultur- und Naturliebhaber*innen sowie Fotografinnen und Fotografen

Preis pro Person: in Ausarbeitung • **Leistungen:** Transporte und Besichtigungen, Unterbringung in Mittelklassehotels mit HP, 2 Safaris inkl. Nationalpark-Eintritten, Eintritte zu Sehenswürdigkeiten, Wanderführungen • **Reiseleitung:** Gerhard Rosenits

Buchtipp

Über die Berge zu den Menschen

Ein erlebendiges Bergbuch voller faszinierender Begegnungen

Das Buch

Billi Bierling arbeitet seit fast 20 Jahren für die Himalayan Database und gilt als Expertin für das Expeditionsbergsteigen im Himalaja. Sie ist bekannt dafür, mit ihrem Fahrrad durch Kathmandu zu kreuzen, um Expeditionsbergsteiger*innen aus aller Welt für diese einzigartige Chronik zu interviewen. In ihrem Buch „Ich hab ein Rad in Kathmandu“ erzählt sie nicht nur von ihren Erfahrungen als Chronistin, von der Rolle der Sherpas oder ihren eigenen Expeditionen. Billi spricht auch offen und ehrlich über die Entwicklungen auf den höchsten Bergen der Erde und ihre Begegnungen im weltweiten Einsatz für Menschen in Not.

Die Autorinnen

Billi Bierling, geboren 1967, begann 2004 ihre Tätigkeit bei der Himalayan Database. Wenn die in Garmisch-Partenkirchen geborene Journalistin nicht gerade in Nepal ist, um Expeditionsteams zu interviewen oder selbst Berge zu besteigen – sie bestieg bislang sechs der 14 Achttausender, darunter den Mount Everest –, arbeitet sie als Kommunikationsexpertin für die Humanitäre Hilfe der Schweiz.

Karin Steinbach, geboren 1966, lebt und arbeitet als freie Journalistin und Autorin in St. Gallen (Schweiz). Die Literatur- und Kommunikationswissenschaftlerin ist Co-Autorin der Biografien von Ines Papert, Peter Habeler und Gerlinde Kaltenbrunner. Sie arbeitete mit Ueli Steck für drei Bücher zusammen und schrieb mit „Erste am Seil“ eine Geschichte des Frauenbergsteigens.

Packender Bericht

- In ihrem ersten Buch erzählt die renommierte Himalaja-Expertin Billi Bierling die inspirierende Geschichte einer außergewöhnlichen Frau.
- Die Jubiläen 70 Jahre Everest-Erstbesteigung, 60 Jahre Himalayan Database und 45 Jahre Everest „by fair means“ sorgen für erhöhte Medienaufmerksamkeit.
- Zum Buch gibt es ein A2-Plakat.



Billi Bierling mit Karin Steinbach

**Ich hab ein Rad in Kathmandu
Mein Leben mit den Achttausendern**

Mit einem Vorwort von Gerlinde Kaltenbrunner
Hardcover mit Schutzumschlag, 240 Seiten,
68 Farbabb., Tyrolia,
ISBN 978-3-7022-4103-2, 28 Euro

E-Book: ISBN 978-3-7022-4104-9, 22,99 Euro

IMPRESSUM

Herausgeber, Medieninhaber: Naturfreunde Niederösterreich, Heßstraße 4/6, 3100 St. Pölten • **Chefredakteur:** Ernst Sylvester Dullnigg • **Redaktion:** Ernst Sylvester Dullnigg, Helene Kraus, Ernst Vitek, Markus Schlapfer, Denise Engl • **Anschrift der Redaktion:** Heßstraße 4/6, 3100 St. Pölten, Tel.: 0 27 42/35 72 11, E-Mail: niederösterreich@naturfreunde.at • **Lektorat:** Birgit Trinker • **Gestaltung:** Schrägstrich Kommunikationsdesign GmbH • **Coverfoto:** Gorilla/Adobe Stock • **Druck:** Druckhaus Schiner GmbH, 3151 St. Pölten