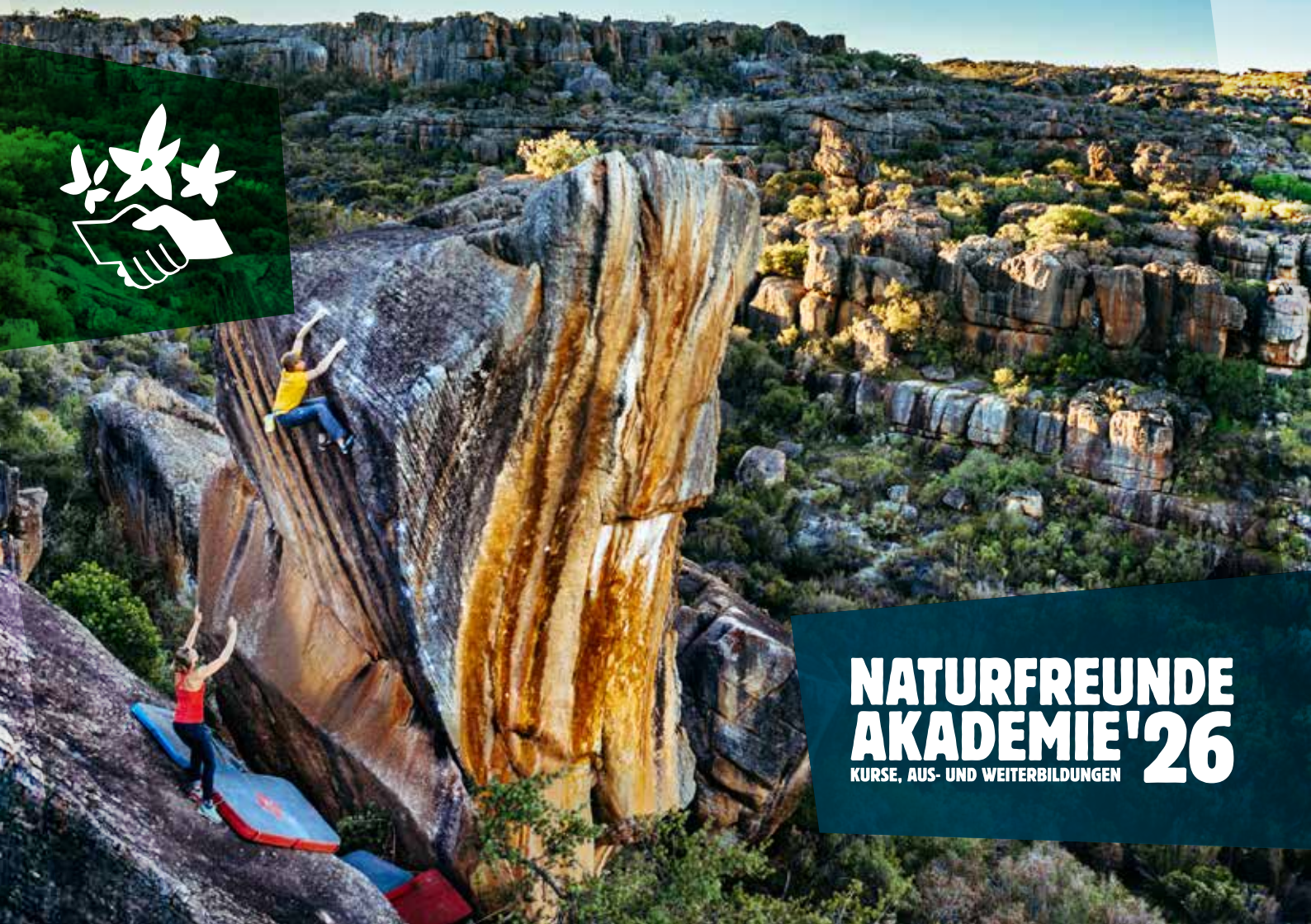




**NATURFREUNDE
AKADEMIE'26**
KURSE, AUS- UND WEITERBILDUNGEN



Wir leben Natur!

Die Naturfreunde Österreich sind mit 160.000 Mitgliedern eine der größten und bedeutendsten Freizeit- und Naturschutzorganisationen des Landes. Mit 460 Ortsgruppen, neun Landesorganisationen, 9500 Funktionärinnen und Funktionären sowie Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern, 150 Hütten und Häusern, 100 Kletter- und Boulderhallen und einem Wildwasser-Kompetenzzentrum präsentiert sich der Verein als moderner Freizeitpartner. Unser Motto: **Lebe die Freiheit!**

Impressum

Naturfreunde Österreich, Viktoriagasse 6, 1150 Wien
Tel.: 01/8923534-0, www.naturfreunde.at
Layout: e-dvertising.at, Druck: Wograndl Druck

Mit mineralölfreien Druckfarben auf Papier aus nachhaltiger Holzwirtschaft gedruckt. Mit 100% Ökostrom aus Österreich produziert. Zu 100% gedruckt und hergestellt in Österreich.

INHALT

Liebe Sport- und Bergfreund*innen!	4
Bewegung und Sport in der Natur – für Körper, Geist und Gemeinschaft	6
Teilnahme, Anmeldung und Preise	7

Sportklettern

Ausbildung Kletterturm-Betreuer*in	10
Kinderbetreuer*in Sportklettern	11
Übungsleiter*in Indoor	12
Übungsleiter*in Outdoor	13
Übungsleiter*in Bouldern	14
Aufbaumodul ÜL*in Bouldern / ÜL*in Indoor	15
Routensetzer*in Bouldern	16
Routensetzer*in Seilklettern	17
Fortbildung – Boulderbau Basics	19
Bouldertraining	20
Bouldern Outdoor	21
Klettern und Yoga	22
Coaching für Frauen	23
Techniktraining Indoor	24
Techniktraining Outdoor	25
Sicherungs- und Vertrauenstraining	26
Spezielles (Kletter-)	27
Krafttraining	27
Klettern und (psychisches) Wohlbefinden	28
Potential ausschöpfen	29
Adaptive Climbing Workshop	30
Routenbau Inklusion	31

Skitouren und Winterwandern 32

Notfall Erste-Hilfe im Winter	34
Praxistage Skitouren	35
Update Winterwandern	36
Skitechnik Off-Piste	37
Iglubau und Biwakseminar	38
Update Freeride	39
Update Schneedeckenbeurteilung	40
Update Einzelhangbeurteilung – Integrative Lawinenkunde	41
Update Skihochtouren	42
Webinar: Neuheiten Lawinenwarndienst	43
Übungsleiter*in Skitouren	44
Übungsleiter*in Skihochtouren	45
Basiskurs Skitouren	46
Basiskurs Skihochtouren	47

Bergsport und Wandern 48

Webinar: Naturfreunde Tourenportal - Digitale Tourenplanung Basics	50
Update Wasserfall-Eisklettern	51
Webinar: Bergwetter verstehen – Sicher unterwegs in den Bergen	52
Führung und Gruppendynamik am Berg - Faktor Mensch	53
Update Seil- und Sicherungstechnik Plaisirklettern	54
Notfalltraining beim Wandern und Bergsteigen	55
Update Seil- & Rettungstechnik Klettersteig	56

Update Seil- und Sicherungstechnik Alpinklettern	57
Notfalltraining im Fels	58
Naturkundliche Wanderung	59

Update Seil- und Sicherungstechnik auf Gletschertouren	60
Wandern von Hütte zu Hütte – Was ist zu beachten	61
Wanderbegleiter*in	62
Übungsleiter*in Bergwandern	63
Übungsleiter*in Klettersteig	64
Übungsleiter*in Hochtouren	65
Übungsleiter*in Alpinklettern	66
Basiskurs Plaisirklettern	67
Basiskurs Klettersteig	68
Basiskurs Hochtouren	69

Schneesport 70

NFÖ-Kinderbetreuer*in Schilaul	72
NFÖ-Kinderschilehrer*in	73
Instruktor*innen Anwärterkurs	74
Schi/Snowboard	74
Techniktraining Schilaul	75
Techniktraining Schilaul im pistennahen Variantengelände	76
Freeride Camp Schi/ Snowboard – für Frauen	77
Freeride Camp Schi	78
Freeride Camp Schi	79
Freeride Camp Snowboard	80

Freestyle Camp Schi/Snowboard	81
Übungsleiter*in Schilanglauf	82
Techniktraining Schilanglauf	83

Rad & Bike 84

Rad Touren-Guide	86
Mountainbike Kids-Guide	87
Mountainbike-Guide / Touren	88
Mountainbike-Guide / Enduro & Park	89
Techniktraining – Basics für Frauen	90
Techniktraining – Flowtrail Basics	91
Techniktraining – Flow-/Singletrail Basics	92
Techniktraining – Flow-/Singletrail Advanced	93
Techniktraining – „Jump“ Basics	94
Techniktraining – „Jump“ Advanced	95
Techniktraining – Spitzkehren	96
Enduro-Camp – Single-/Endurotrails	97

Kanusport 98

Übungsleiter*in Wildwasser	100
Wildwasser Kajak – Koordination für Übungsleiter*innen und Instruktor*innen	101
Wildwasser-Erlebnisse an der Salza	102
Internationale Wildwasser-Woche	103

Erlebnispädagogik 104

KiJu-Leiter*in Basiskurs	106
KiJu-Leiter*in Aufbaukurs	107
Workshop Nähe, Grenzen und Kinderschutz	108

Kinderschutz auf Skikursen und Feriencamps – Webinar	109
Naturerlebnisse begleiten	110
Ice X Dream	111
Hochalpin-Camp	112
Klettersteigkurs	113
MTB-Fahrtechniktraining für Kids & Teens	114
Social Media Basics – Webinar	115
Sommercamps im Nationalpark Gesäuse	116
Jugend Skitourencamp	117
Erste Hilfe Kurs	118
Rufseminare – Wir kommen zu euch!	119
KiJu-Leiter*in Basiskurs/ Aufbaukurs	119
Erste Hilfe KiJu	119
Nähe, Grenzen und Kinderschutz	119

Vereinsmanagement und Recht 120

Der zukunftsfähige Verein – Impulsvortrag	122
Rechtsfragen im Verein	123
Rechtsrahmen für Sportfunktionär*innen	124
Grundlagen des systemischen Coachings	125
Notizen	126



Liebe Sport- und Bergfreund*innen!

Bei den Naturfreunden Österreich steht Sicherheit und Kompetenz an oberster Stelle. Daher finden unsere FunktionärInnen in unserer Naturfreunde Akademie ihre Instrumente zur Aus- und Weiterbildung. Hier kann man sich individuell weiterentwickeln und gelernte Inhalte allen Interessierten in den Ortsgruppen vermitteln. Diese Vermittlung von Know-How, kann nur dann erfolgreich sein, wenn die Ausbildungsschiene von ExpertInnen aus den verschiedenen Bereichen getragen wird.

Bei jeder einzelnen Ausbildung wird daher auf höchste Qualität und auf genussvolles Erlebnis wert gelegt. Aus diesem Grunde ist es unerlässlich, dass sich das Naturfreunde-Team laufend aus- und fortbildet. Ausgewählte Kurs- und AusbildungsleiterInnen mit langjähriger Praxiserfahrung und spannenden Insiderkenntnissen betreuen die TeilnehmerInnen in ihrer Ausbildung. Diese hochwertige Ausbildung bietet unter anderem soziale Kompetenz für das Arbeiten und Führen von Gruppen, fachspezifische Kompetenz, methodisch-didaktische Grundlagen für die Vermittlung sportspezifischer Inhalte sowie Wissen

im juristischen Bereich (rechtliche Absicherung für das Arbeiten mit Gruppen).

Das Team der Naturfreunde ist mit über 9.500 ehrenamtlichen MitarbeiterInnen, InstruktorInnen, ÜbungsleiterInnen und FunktionärInnen der starke Motor für alle Veranstaltungen der Naturfreunde. Im neuen Akademie-Programm finden sich Kurse und Seminare, die zur sportlichen, mentalen und persönlichen Entwicklung jedes Einzelnen beitragen. Soziale Kompetenz für das Arbeiten und Führen von Gruppen, fachspezifische Kompetenz, methodisch-didaktische Grundlagen für die Vermittlung sportspezifischer Inhalte sowie Wissen im juristischen Bereich bilden die Kernbereiche unserer Bildungsangebote. Auf Themen wie Umwelt- und Naturschutz, der Betreuung unserer Hütten und alpinen Wegen und attraktiven Kinder- und Jugendprogramme wurde neben den vielfältigen Bergsportangeboten besonders Rücksicht genommen. Wir freuen uns auf unvergessliche Bergabenteuer und Begegnungen 2026.

Mit einem herzlichen „Berg frei“!

*Mag. Andreas Schieder,
Vorsitzender der
Naturfreunde Österreich*



*Mag. Günter Abraham
Bundesgeschäftsführer der
Naturfreunde Österreich*





Bewegung und Sport in der Natur – für Körper, Geist und Gemeinschaft

Aktiv sein in der Natur ist weit mehr als nur Freizeitgestaltung: Es ist ein essenzieller Beitrag zu unserer körperlichen Fitness, mentalen Stärke und unserem allgemeinen Wohlbefinden. Ob Wandern, Klettern, Mountainbiken oder Skitouren – sportliche Aktivitäten im Freien fördern nicht nur die Gesundheit, sondern stärken auch den Teamgeist und die Verbindung zur Natur.

Damit Veranstaltungen der Naturfreunde risikobewusst und unfallfrei ablaufen, sind fundierte Aus- und Fortbildungen unserer Gruppenleiter*innen unverzichtbar. Sie sorgen für Qualität, Sicherheit und ein inspirierendes Miteinander – sowohl bei geführten Touren als auch bei selbstorganisierten Aktivitäten unter Freunden.

Auch beim gemeinsamen Sporttreiben ohne offizielle Leitung sind sportartspezifisches Wissen, technische Fertigkeiten und ein ausgeprägtes Risikobewusstsein entscheidend. Nur wer die eigenen Fähigkeiten realistisch einschätzt und die Besonderheiten der jeweiligen Sportart kennt, kann verantwortungsvoll und sicher unterwegs sein.

Die Naturfreunde-Akademie bietet ein breites Spektrum an Aus- und Fortbildungen, die durch höchste fachliche Qualität, methodisch-didaktische Kompetenz und professionelle Umsetzung überzeugen. Die Inhalte orientieren sich stets am aktuellen Stand der jeweiligen Sportart und werden kontinuierlich weiterentwickelt – praxisnah, sicherheitsorientiert und mit Blick auf die Anforderungen moderner Outdoor-Aktivitäten.

Unsere Kurse vermitteln nicht nur technisches Know-how, sondern auch wertvolle Impulse für die Organisation und Durchführung von Veranstaltungen – von der Tourenplanung über die Kommunikation bis hin zum Notfallmanagement.

Wir wünschen euch erfolgreiche, sichere und inspirierende Aktivitäten – in der Ortsgruppe und darüber hinaus!

Mag. Peter Gebetsberger, Leitung Naturfreunde Akademie



Peter Gebetsberger
Leitung Akademie



Martin Edlinger
Bergsport, Wandern,
Skitouren



Christoph Steiner
Sportklettern, Schneesport
Rad&Bike, Kanusport



Susanne Divacka
Naturfreunde Jugend

Teilnahme, Anmeldung und Preise

Teilnahmeberechtigung/Anmeldung/ Preisgestaltung

Die in der vorliegenden Broschüre ausgeschriebenen Veranstaltungen sind für **ehrenamtliche Mitarbeiter*innen** und **Mitglieder** der Naturfreunde Österreich konzipiert. Anmeldungen erfolgen bitte ausnahmslos online auf akademie.naturfreunde.at/!

Die Anmeldung von Mitarbeiter*innen und Funktionär*innen zum gestützten **Mitarbeiter*innenpreis** muss durch die OG/LO oder durch einen in der Organisation aktiven Funktionär (z.B. Obmann, Referent) erfolgen.

Jedes Naturfreundemitglied kann sich selbständig zum **Mitgliederpreis** anmelden (wenn die Teilnahmebedingungen erfüllt sind)

Nach der Anmeldung wird automatisch eine Teilnahmebestätigung (inkl. Kontodaten) generiert und zugesandt. Falls du eine solche nicht erhältst, ersuchen wir dich um Kontaktaufnahme.

Detaillinfos und Teilnehmerliste (für eine gemeinsame Anreise) werden rechtzeitig vor Veranstaltung zugesandt.

Gesundheit

Voraussetzung für die Teilnahme ist ein stabiler Gesundheitszustand und eine, der Veranstaltung entsprechende körperliche Vorbereitung

Fortbildungspflicht

Übungsleiter*innen, Instruktor*innen, Jugendbetreuer*innen, Kinderbetreuer*innen und Guides sind die zentralen Akteure und Führungspersönlichkeiten in unseren Ortsgruppen. Ein wesentlicher Auftrag bei dieser Tätigkeit ist die kompetente und risikobewusste Betreuung aller Naturfreunde-Mitglieder. Dementsprechend wichtig ist es fachlich, technisch und methodisch-didaktisch am aktuellen Stand zu sein.

Für ausgebildete und aktiv tätige Führungspersönlichkeiten besteht die Verpflichtung mindestens alle zwei bis drei Jahre eine Fortbildung zu besuchen. Die Naturfreunde Akademie bietet dazu ein reichhaltiges Angebot.

Organisationsform – Rufseminare

Mit der Organisation von Rufseminaren (Hinweis in der Detailinfo online: akademie.naturfreunde.at/) wollen wir Bildungsveranstaltungen so nahe wie möglich in deine Ortsgruppe bringen. Die Organisation erfolgt nach Bedarf und die Durchführung direkt vor Ort, d.h. in eurem Vereinsheim oder in geeigneten Seminarräumen an einem von euch gewählten Ort.

Stornobedingungen

Eine Stornierung muss ausschließlich schriftlich per Mail erfolgen.

Stornierungsbedingungen für jede Veranstaltung gemäß den Detailinformationen unter Downloads.

Vom Quartiergeber anfallende Stornokosten werden weiterverrechnet.



Sportklettern als gesamtheitliche Herausforderung

Klettern verbindet Leidenschaft, Wissen und risikobewusstes Verhalten. Österreichs Spitzenkletter*innen pushen Grenzen: Nicolai Užnik öffnet in Maltatal Mount Doom – einer der härtesten Boulder des Landes – und Brooke Raboutou setzt Maßstäbe als erste Frau mit einer 9b+. Solche Spitzenleistungen zeigen: immer mehr Menschen suchen die Herausforderung in der Vertikalen. Doch Klettern ist mehr als Rekorde: Niedrigschwellige Breitensportangebote, moderne Indoor-Infrastruktur und gut abgesicherte Fels-Klettergärten ziehen Sportbegeisterte aller Niveaus an. Erste Schritte an der Wand passieren oft in Kursen – als sichere, motivierende Einstiege in eine spannende Sportwelt.

Bei den Aus- und Fortbildungen der Naturfreunde Akademie, kannst du dein Wissen und damit die Qualität bei Mitgliederveranstaltungen auf dem neuesten Stand bringen.

Die Kurse bieten dir vor Ort die perfekten Möglichkeiten, Erfahrungen austauschen, neue Entwicklungen zu diskutieren und bestehendes Fachwissen unter Routensetzer*innen, Übungsleiter*innen und Trainer*innen zu aktualisieren.

Call-to-Action: Werde Teil der Sportkletter-Community der Naturfreunde Akademie. Informiere dich über kommende Kurse und Fortbildungen auf unserer Website und sichere dir deinen Platz.



Dieter Schimanek
Bundesreferent Sportklettern





Ausbildungen zum Guide

Ausbildung Kletterturm-Betreuer*in

Kompetent Begleiten am mobilen Kletterturm

Der mobile Kletterturm ist die ideale Möglichkeit, Kindern und Jugendlichen die Faszination des Kletterns näherzubringen – sicher, unkompliziert und mit jeder Menge Spaß. Aber auch Erwachsene genießen es, am Turm ihre ersten Kletterversuche zu machen.

In dieser Ausbildung lernst du die wichtigsten Grundlagen im Umgang mit Seil, Sicherungsgeräten und Kletterturm. So kannst du Veranstaltungen wie Schulfeste, Vereinsfeiern oder Kindergeburtstage professionell betreuen und allen Teilnehmer*innen einen sicheren ersten Einblick ins Klettern ermöglichen.

Inhalte: ■ Auf-/Abbau des Kletterturms ■ Klettermaterial ■ Einführung Klettertechnik ■ Sichern und Ablassen ■ Kommunikation ■ Notfallmanagement

Termin und Ort nach Vereinbarung. Anfrage bei der jeweiligen Landesorganisation oder unter sportklettern@naturfreunde.at

Dauer: 1 Tag

Preis für Mitarbeiter*innen: € 65

Teilnahmevoraussetzung: Kenntnis der Grundlagen der Kletter- und Sicherungstechnik



**Ausbildungen
zum Guide**

Kinderbetreuer*in Sportklettern

Das natürliche Kletterbedürfnis der Kinder erhalten und erweitern

Neben Laufen, Springen oder Balancieren zählt das Klettern zu den Grundformen menschlicher Bewegung. Im Vordergrund stehen die spielerische Förderung der motorischen Entwicklung, speziell im Bereich der Kraft und Koordination, die kinderspezifischen Sicherungsanforderungen und vor allem viel Spaß. Eigens angefertigte Kinderkletterwände und verschiedenste Spielmaterialien sorgen für Spannung und Herausforderung.

Inhalte: ■ Grundlagen der Bewegungslehre für Kinder ■ Spiele zur Entwicklung & Förderung des Bewegungsspektrums ■ Methodisch-spielerisches Arbeiten mit Kindern ■ Pädagogische & psychologische Grundlagen ■ Besonderheiten altersgemäßer Belastung ■ Sicherungsmaßnahmen beim Kinderklettern ■ Basics Boulder & Toprope-Klettern ■ Sicher Sichern

Zum Abschluss der Ausbildung ist die positive Absolvierung von Modul I und Modul II erforderlich. Übungsleiter*innen, Instruktoren*innen, Bergführer*innen können direkt in das Modul II einsteigen.

Modul I:

6. – 8. März 2026, Wien

1. – 3. Mai 2026, Villach

18. – 20. September 2026, Linz

Modul II:

27. – 29. März 2026, Wien

8. – 10. Mai 2026, Klagenfurt

25. – 27. September 2026, Linz

Kursleitung: Naturfreunde–Team Sportklettern

Preis pro Modul: Mitarbeiter*innen | Mitglieder: € 180 | € 297

Teilnahmevoraussetzung: Grundkenntnisse der Kletter- und Sicherungstechnik im IV. Schwierigkeitsgrad



 **Ausbildungen**
zum Guide

Übungsleiter*in Indoor

Bouldern und Klettern an künstlichen Kletterwänden

In der Übungsleiter*innenausbildung Sportklettern Indoor lernst du praxisnah, wie du Kletterkurse an künstlichen Wänden leitest. Du entwickelst methodisch-didaktische Fähigkeiten, stärkst deine Leitungskompetenz und bist bald fit, um Klettergruppen bis zu einer halben Seillänge sicher zu betreuen (Baseclimbs).

Inhalte: ■ Einführung in die Vermittlung des Boulderns und Seilkletterns ■ Bewegungslehre ■ Methodisch-praktische Übungsreihen ■ Methodik und Didaktik ■ Kletterspiele ■ Aufbau und Konzeption einer Kletterstunde ■ Sicherheit beim Bouldern und Seilklettern ■ Dynamisches Sicherungstraining uvm.

2 Module:

Mitterdorf: 9. – 11. und 23. – 25. Jänner 2026

**Steyr: 27. Februar – 1. März
und 13. – 15. März 2026**

**Dornbirn: 27. Februar – 1. März
und 13. – 15. März 2026**

Wien: 10. – 12. und 24. – 26. April 2026

Wien: 29. – 31. Mai und 12. – 14. Juni 2026

Klagenfurt: 12. – 14. und 19. – 21. Juni 2026

Weinburg: 21. – 23. und 28. – 30. August 2026

3 Module:

**Graz: 25. – 26. April und 2. – 3. Mai
und 9. – 10. Mai 2026**

**Linz: 3. – 4. und 10. – 11. und
17. – 18. Oktober 2026**

Kursleitung: Naturfreunde-Team Sportklettern

Preis für Mitarbeiter*innen | Mitglieder:

€ 360 | € 580

Teilnahmevoraussetzung: Eignungsüberprüfung beim Kursbeginn



Übungsleiter*in Outdoor

Klettern an natürlichen Felswänden

In der Übungsleiter*innenausbildung Sportklettern Outdoor lernst du praxisnah, wie du Klettergruppen an natürlichen Felsen sicher betreust und Kletterkurse leitest. Du entwickelst methodisch-didaktische Fertigkeiten und stärkst deine Leitungskompetenz für das Klettern bis zu einer halben Seillänge (Baseclimbs).

Inhalte: ■ Outdoorspezifische Technik / Taktik / Methodik ■ Anforderungsgerechte Ausrüstung ■ Objektive Gefahren & Sicherheitsvorkehrungen im Klettergarten ■ Fixpunkte im Fels ■ Organisation Kursbetrieb ■ Erweiterte seiltechnische Fertigkeiten

11. – 12. April 2026, Vorarlberg

16. – 17. Mai 2026, Salzkammergut

8. – 9. August 2026, Maltatal

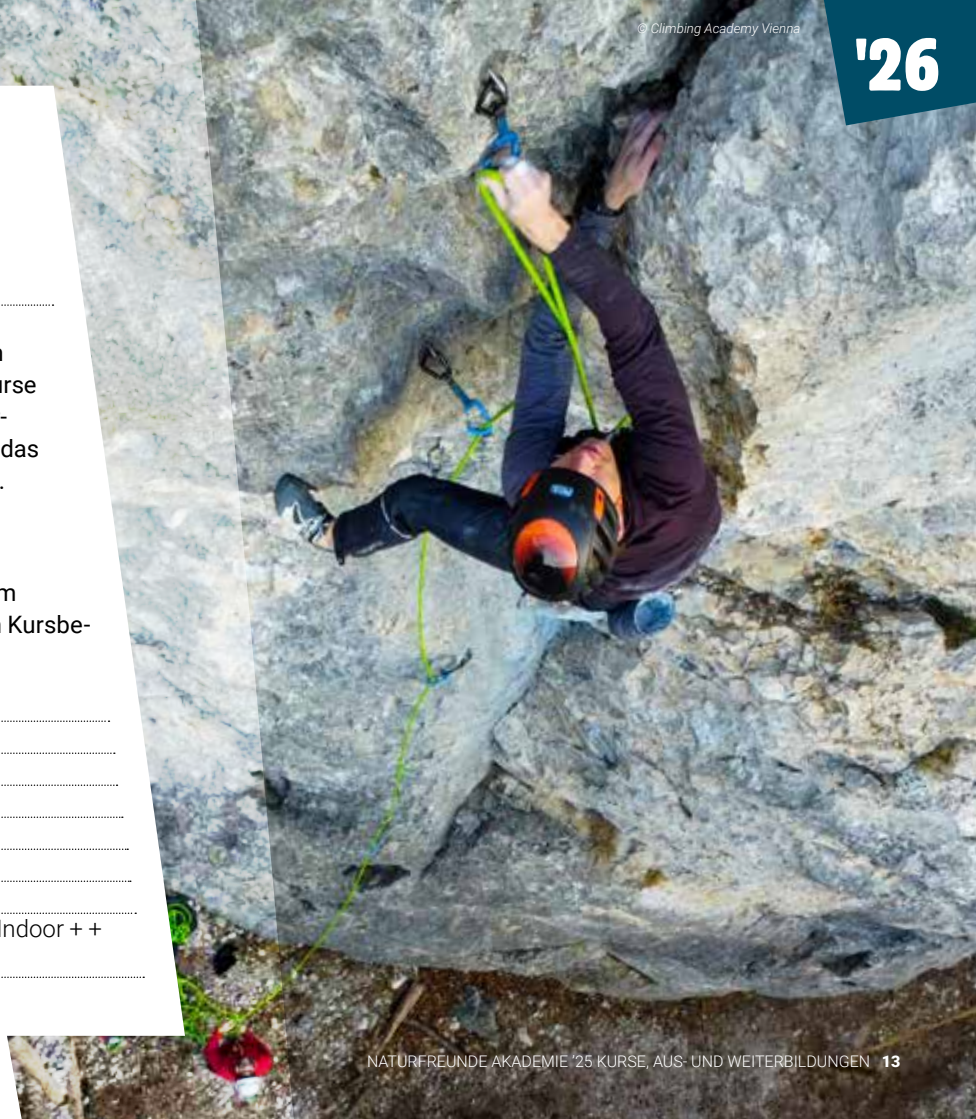
12. – 13. September 2026, Ennstal / Laussa

3. – 4. Oktober 2026, Peilstein

Kursleitung: Naturfreunde-Team Sportklettern

Preis für Mitarbeiter*innen | Mitglieder: € 120 | € 267

Teilnahmevoraussetzung: Positive Absolvierung ÜL Indoor + + Praxis im Felsklettern (VI. Schwierigkeitsgrad)





Ausbildungen
zum Guide

Übungsleiter*in Bouldern

Losgelöst von Sicherungsgerät, Gurt und Seil

Ob als Leistungssport oder Lifestyle, hartes Training oder Genuss, ob bei Flash-Begehung oder nach langem Projektieren – Bouldern ist immer Ausdruck der persönlichen Auseinandersetzung mit dem eigenen Körper und Geist: Das Versuchen von kreativen Bewegungsrätseln, das Scheitern, Kämpfen und Schaffen sind dabei DIE großen Herausforderungen.

Inhalte: ■ Spezielles Techniktraining ■ Spezielle Bewegungslehre
■ Didaktik des Boulderns ■ Aufbau und Konzeption von Boulderkursen
■ Sicherheitsaspekte Indoor/Outdoor ■ Spezielle Bouldertechniken
■ Einführung in Grundlagen des Boulderbaus ■ Gesundheitliche Risiken ■ Verletzungsprophylaxe ■ Ausgleichstraining

Modul I: 4. – 6. September 2026, Salzburg

Modul II: 25. – 27. September 2026, Linz

Modul I: 6. – 8. November 2026, Wiener Neustadt

Modul II: 20. – 22. November 2026, Wiener Neustadt

Kursleitung: Naturfreunde–Team Sportklettern

Preise für Mitarbeiter*innen | Mitglieder: € 360 | € 580

Teilnahmevoraussetzung: Bouldern im Schwierigkeitsgrad 6b bloc

**Ausbildungen
zum Guide**

Aufbaumodul ÜL*in Bouldern / ÜL*in Indoor

Vorbereitung Übungsleiter*in Indoor

Du hast die Übungsleiter*innenausbildung Bouldern erfolgreich abgeschlossen und willst nun auch Kletterkurse im Seilklettern anbieten? In diesem Aufbaumodul lernst du alle wichtigen Kenntnisse und Fertigkeiten, für die zusätzliche Tätigkeit als Übungsleiter*in Sportklettern Indoor.

Inhalte: ■ Einführung in die Methodik und Didaktik der Vermittlung des Seilkletterns ■ Risikobewusste Seil- und Sicherungstechnik (Toprope und Leadklettern) ■ Dynamisches Sicherungstraining ■ Spezielle Methodik und Didaktik ■ Aufbau und Konzeption einer Kletterstunde ■ Grundzüge der Sportbiologie und Verletzungsprophylaxe

11. – 13. Dezember 2026, Mitterdorf

Kursleitung: Gunnar Mertz

Preise für Mitarbeiter*innen | Mitglieder: € 180 | € 298

Teilnahmevoraussetzung: Risikobewusstes Sicherungsverhalten mit einem zugewiesenen Sicherungsgerät | Positiv abgeschlossener ÜL*in Bouldern





**Ausbildungen
zum Guide**

Routensetzer*in Bouldern

Mit dieser neuen Ausbildung folgen wir professionell dem aktuellen Trend!

Das moderne Bouldern bedarf einer intensiven Auseinandersetzung mit unterschiedlichen und teilweise sehr komplexen Bewegungstechniken und -abläufen. Um die damit verbundenen Anforderungen umsetzen zu können, ist entsprechendes Eigenkönnen unumstößlich notwendig und muss vorausgesetzt werden. Dem kreativen Aspekt von Bewegungen, Einsatz von Materialien und Verwendung von Wandgegebenheiten wird bei dieser Ausbildung sehr ausführlich Raum und Zeit gewidmet. Zudem gibt es einen wesentlichen Fokus auf die handwerkliche Komponente - denn ein korrektes und sicheres Arbeiten als Routensetzer Bouldern ist obligat.

**Zum Abschluss der Ausbildung ist die
positive Absolvierung aller u.a. Module erforderlich**

Linz:

Modul I: 8. – 9. Januar 2026

Modul II: 29. – 30. Januar 2026

Modul III: 26. – 27. Februar 2026

Prüfung: 7. April 2026

Wien:

Modul I: 7. – 8. Mai 2026

Modul II: 18. – 19. Juni 2026

Modul III: 2. – 3. Juli 2026

Prüfung: 11. September 2026

Kursleitung Dieter Schimanek

Preis für Mitarbeiter*innen | Mitglieder: € 420 | € 620

Teilnahmevoraussetzung: Bouldern 6c bloc | Sehr hohe Motivation zum kreativen Arbeiten

Routensetzer*in Seilklettern

Kreative Kunst in der Vertikalen

Die Qualität einer Boulder- oder Kletterwand hängt entscheidend von den Routen ab – und damit vom Bewegungsverständnis der Routensetzer*innen. Unsere Expert*innen bringen dir in diesem Kurs die Grundlagen für „gute“ Routen und damit die Möglichkeit der perfekten Gestaltung deiner Wand näher. Das Basismodul ist für das Routenschrauben an und Betreuen von kleinen Wänden in der OG ausreichend. Die, zwischen den Modulen geforderte Praxis und das Vertiefungsmodul, berechtigen zur anschließenden Routensetzer*innenausbildung (C-Lizenz) beim österr. Kletterverband.

Basismodul:

18. – 20. Februar 2026, Wien

18. – 20. März 2026, Linz

8. – 10. Juli 2026, Wien

Preis für Mitarbeiter*innen | Mitglieder: € 180 | € 606

Kursleitung: Dieter Schimanek

Teilnahmevoraussetzung: Abgeschlossener UL-Sportklettern Indoor

Vertiefungsmodul:

23. – 25. September 2026, Wien

25. – 27. November 2026, Wien

Preis für Mitglieder: € 606

Kursleitung: Dieter Schimanek

Teilnahmevoraussetzung: Abgeschlossenes Basismodul

Routensetzer. Kletterpraxis im VII. Schwierigkeitsgrad (6b)





Sportkletter-Update

Neue Sicherungs- und Bremsgeräte – Vorteile und Besonderheiten

Regelmäßige Fortbildungen und die damit individuelle Potentialentwicklung sind entscheidende Merkmale für qualifizierte Mitgliederbetreuung und stellt durch die Erweiterung und Festigung deiner fachspezifischen Kompetenz einen wesentlichen Beitrag für deine persönliche und fachspezifische Entwicklung dar. Zudem trägt persönliche Entwicklung und „sich am Laufenden halten“ zur rechtlichen Absicherung deiner Betreuer*innen- und Ausbilder*innentätigkeit im Verein wesentlich bei. Um die täglichen Anforderungen der Vereinstätigkeit erfüllen zu können, bieten wir allen ausgebildeten ehrenamtlichen Mitarbeiter*innen diese Fortbildungsveranstaltung in Workshop-Form an.

Inhalte: ■ Vorstellung neuer Sicherungs- und Bremsgeräte – Vorteile und Besonderheiten ■ Praktischer Einsatz beim Sichern und Halten eines Sturzes ■ Dynamisches Sicherungstraining

11. April 2026, Linz

9. Mai 2026, Villach

30. Mai 2026, Saalfelden

21. November 2026, Matrei a. B.

Preis für Mitarbeiter*innen: € 70 | Kursleitung: Naturfreunde-Team Sportklettern
Teilnahmevoraussetzung: (Sport-)Kletterspezifische Ausbildung | Praxiserfahrung im Kursbetrieb „Sportklettern“ | Aktive Tätigkeit in einer Ortsgruppe



Fortbildung – Boulderbau Basics

Alles, was du für deinen Einstieg ins Schrauben wissen musst

Boulder entstehen zunächst als handwerkliche Produkte. Für den Einstieg brauchst du grundlegende Kenntnisse über das verwendete Material – von Wänden und Griffen bis hin zu Schrauben, Akku-Schraubern und Einschlagmuttern.

Dieses Basiswissen ist die Grundlage für deine weitere Entwicklung: Wie lassen sich eigene Bewegungsideen an die Wand bringen, sodass Kletternde Freude an harmonisch gestalteten und zugleich herausfordernden Linien haben?

Inhalte: ■ Planung, Aufbau und Konzeption ■ Verwendung von Griffen, Strukturen und Volumen ■ Sicherheit ■ Arbeitsmethoden ■ Material- und Griffkunde ■ Wandkonstruktionen ■ Kreative Nutzung verschiedener Wandneigungen

Termin und Veranstaltungsort organisieren wir gerne auf deinen Wunsch

Kursleitung: Naturfreunde-Team Sportklettern

Preis für Mitarbeiter*innen | Mitglieder: € 140 | € 312

Teilnahmevoraussetzung: Kletterspezifische Ausbildung (ÜL*in, Instruktor*in) | Kletterpraxis im oberen VI. Schwierigkeitsgrad (bzw. 6A bloc)





**Fortbildungen
für Guides**

Bouldertraining

Gezielt trainieren – mehr Leistung und neue Kompetenzen entwickeln

Bouldern in modernen Hallen stellt selbst erfahrene Fels- und Seilkletternde vor spannende Herausforderungen. Im Training lernst du neue Bewegungsmuster kennen und erfährst, wie du den Weg zu diesen Bewegungen Schritt für Schritt meisterst.

Die abwechslungsreichen Abläufe fordern dich heraus, eigene Bewegungsgewohnheiten zu hinterfragen und zu erweitern. Gleichzeitig thematisieren wir typische Beanspruchungen und Ängste, die beim dynamischen Klettern auftreten können, und erarbeiten gemeinsam wirksame Strategien, um diese zu bewältigen.

Inhalte: ■ Spezielles und individuelles Techniktraining ■ Tipps zur körperlichen und mentalen Vorbereitung im Bouldern ■ Info zu boulderspezifischen Belastungen und Unfallpräventionen ■ Sicherheitsaspekte/Spotten, ...

24. Januar 2026, St. Pölten

31. Januar 2026, Telfs

5. September 2026, Herzogenburg

28. November 2026, Wien/Seestadt

29. November 2026, Wien/Seestadt

Preis für Mitarbeiter*innen | Mitglieder: € 60 | € 96

Kursleitung: Alina Wojnar, Jakob Wurm

Teilnahmevoraussetzung: Bouldern im Schwierigkeitsbereich 5c bloc



Bouldern Outdoor

Tipps, Techniken und Strategien für harte Moves

Bouldern ist ein vielseitiger und ganzheitlicher Sport – und genauso anspruchsvoll. In diesem Workshop erhältst du von unseren PRO-Trainer*innen praxisnahe Tipps zu körperlicher Entwicklung, mentalem Training und effektiven Vorbereitungsmethoden. Auch bei bewegungstechnischen Fragen wirst du begleitet.

Die Fortbildung richtet sich sowohl an erfahrene Bouldererinnen, die am Feintuning ihrer Technik arbeiten wollen, als auch an Einsteigerinnen im Outdoor-Bouldern, die bereits gute Kletterkenntnisse mitbringen. Ziel ist es, deine Bewegungen zu festigen, dein Leistungsniveau zu steigern und wertvolle Anregungen für eigene Boulderkurse mitzunehmen.

Inhalte: ■ Bewegungen spüren, analysieren und verändern ■ Neue Bewegungen erfahren ■ Abspringen – Fallen – Spotten ■ Kreative Lösungen diskutieren ■ Wieder probieren – So lange, bis es funktioniert!

9. Mai 2026, Wachau

6. September 2026, Wachau

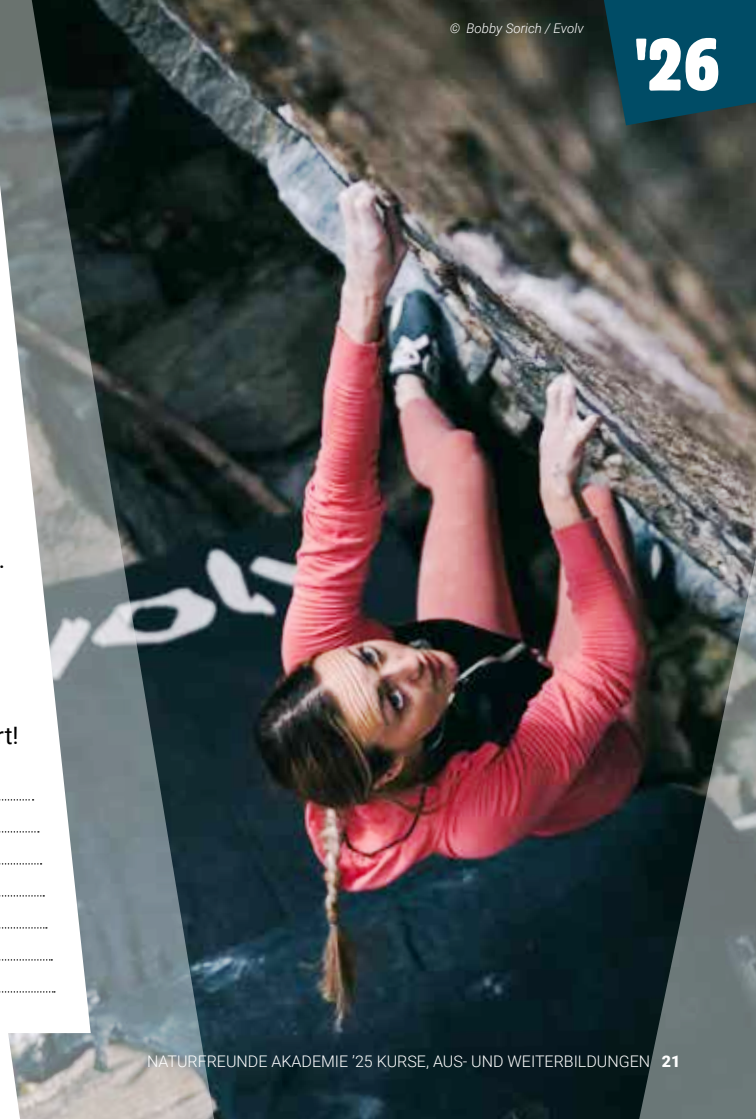
Preis für Mitarbeiter*innen | Mitglieder: € 60 | € 110

10. – 11. Oktober 2026, Koryčany (CZE)

Preis für Mitarbeiter*innen | Mitglieder: € 140 | € 312

Kursleitung: Jakob Wurm

Teilnahmevoraussetzungen: Bouldern 6a bloc





**Fortbildungen
für Guides**

Klettern und Yoga

Ganzheitliche Entwicklung durch alternative Bewegungen

Kräftigungs-, Dehnungs- und Entspannungsübungen steigern dein Wohlbefinden, verbessern Flexibilität und Mobilität und bereiten dich optimal aufs Klettern vor. Yoga fördert Konzentration, Körperwahrnehmung und Selbstvertrauen und hilft dir, Ängste zu überwinden. Gezielter Kraftaufbau stärkt Körperspannung und Dynamik und steigert deine Kletterleistung. Zwischen den Yoga-Einheiten bleibt genügend Zeit für gemeinsames Klettern und Erholung.

Thema 1, 19. April 2026, Linz/Auwiesen

Starte aktiv in den Tag: Mobilisation und Muskelaktivierung, Technik auffrischen und Körperspannung aufbauen. Beweglichkeit und koordinative Sicherheit fördern, bevor regeneratives Yoga für bewusste Entspannung sorgt.

Thema 2, 12. Juli 2026, Wien

Sanfter Kraftaufbau und Core-Aktivierung werden mit mentaler Ausrichtung, Entspannungstechniken und effektivem Stressabbau kombiniert.

Thema 3, 14. Oktober 2026, Weinburg

Stärke Fokus, Atem und mentale Präsenz. Kraftvolle Yogasequenzen fördern Körperspannung und Stabilität, während präzises Klettern und gezielte Regeneration für emotionale Balance sorgen.

Kursleitung: Lisa-Maria Koschat

Preis für Mitarbeiter*innen | Mitglieder: € 60 | € 96

Teilnahmevoraussetzung: Kletterspezifische Fertigkeiten im V. Schwierigkeitsgrad | Risikobewusste Sicherungstechnik | Körperliche Grundfitness



Coaching für Frauen

Entwicklung von Selbstkompetenz

Im Mittelpunkt dieser Fortbildung stehen die Verbesserung deiner Klettertechnik, die Steigerung der Bewegungsqualität und die Arbeit an mentalen Aspekten. Du erhältst wertvolles Feedback zu deinem Können, deinem Stil und deinem Ansatz – und das in einem durchgehend wertschätzenden Umfeld. Unser Ziel ist es, dass jede Teilnehmerin mit neuen Impulsen und Ideen nach Hause geht, um ihre Kletterfertigkeiten nachhaltig weiterzuentwickeln.

Inhalte: ■ Spezielles und individuelles Techniktraining ■ Tipps zur körperlichen und mentalen Vorbereitung im Bouldern ■ Info zu boulderspezifischen Belastungen und Unfallprävention ■ Sicherheitsaspekte/Spotten

3. – 4. Oktober 2026, Wr. Neustadt

Kursleitung: Alina Wojnar

Preis für Mitarbeiterinnen | Mitglieder: € 140 | € 303

Teilnahmevoraussetzung: Bouldern 5b bloc





**Fortbildungen
für Guides**

Techniktraining Indoor

Techniktraining als Schlüssel zum Erfolg

Mit einer verfeinerten Technik kommst du deinem Ziel – vielleicht sogar dem langersehnten Rotpunkt deines Projekts – entscheidend näher. In diesem Training arbeiten wir individuell an der Verbesserung deiner Grundtechniken wie Antreten, Steigen, Greifen und Schwerpunktpositionierung sowie an speziellen Bewegungen wie Eindrehen, Piazen oder Hooken.

Engeladen sind alle, die sich intensiv mit Klettertechnik, Taktik und neuen Bewegungserfahrungen auseinandersetzen möchten – vom Indoor-Freak bis hin zum Routenkletterer an alpinen Wänden.

Inhalte: ■ Aktivierung ■ Routen „lesen“ und Sequenzen ausbouldern
■ Ökonomisch Klettern ■ Vorbereitung auf den Rotpunkt ■ Bewegungstempo, Präzision, Rhythmisierung ... ■ Sicherungsdynamik und Vertrauen ■ u.v.m.

4. – 5. April 2026, Linz

26. – 27. September 2026, Villach

21. – 22. November 2026, Matrei a. B.

5. – 6. Dezember 2026, Mitterdorf

Preis für Mitarbeiter*innen | Mitglieder: € 140 / € 303

Kursleitung: Naturfreunde-Team Sportklettern

Teilnahmevoraussetzung: Abgeschlossene kletterspezifische Ausbildung oder gleichwertige Kenntnisse (Lead-Klettern mind. im VI. Schwierigkeitsgrad) | Risikobewusstes Sicherungsverhalten



Techniktraining Outdoor

Leistungssteigerung durch Sensibilisierung

Das Besondere am Klettern im Freien ist die Vielfalt – am Fels darfst du dich überall bewegen, was eine große Bandbreite an Begehungsvarianten eröffnet. In dieser Fortbildung unterstützen dich unsere Trainer*innen dabei, deine Kreativität am Fels gezielt weiterzuentwickeln.

Je nach Zusammensetzung der Gruppe und individuellen Wünschen arbeiten wir an der Verbesserung deiner Grundtechniken oder am Erlernen spezieller Bewegungen. Neben der Technik spielt auch die richtige Taktik eine entscheidende Rolle – von der Besichtigung vom Boden über Materialwahl, Rast- und Clippositionen bis hin zu Umlenkern oder Runouts. Auch dazu erhältst du zahlreiche praxisnahe Tipps.

Inhalte: ■ Vorbereitung – Material/Ausrüstung, Route lesen, Ruhe-/Rastpunkte erkennen ■ Antreten/Steigen/Greifen, ... ■ Körper positionieren, Rasten, Chalken, ... ■ Eindrehen, Piazen, Dynamos, Hooks, ... ■ Bewegungstempo, Präzision, Rhythmisierung, ... ■ Zusammenspiel von Kletternden und Sichernden ■ Besonderheiten und Risikofaktoren im Klettergarten

27. – 28. Juni 2026, Ennstal Laussa

19. – 20. September 2026, Peilstein

Preis für Mitarbeiter*innen | Mitglieder: € 140 / € 369

Kursleitung: Gunnar Mertz

Teilnahmevoraussetzung: Abgeschlossene kletterspezifische Ausbildung oder gleichwertige Kenntnisse (Lead-Klettern mind. im VI. Schwierigkeitsgrad) | Risikobewusstes Sicherungsverhalten




**Fortbildungen
für Guides**

Sicherungs- und Vertrauenstraining

Bewusst und kontrolliert stürzen – Dynamisch sichern

Leistungssteigerung im Sportklettern ist nur möglich, wenn du am Limit kletterst – und das bedeutet auch, mit Stürzen umzugehen. Oft stellen diese eine mentale Hürde dar, die das volle Ausschöpfen deines Potenzials verhindern. In diesem Training lernst du, deine psychischen Grenzen bewusst zu verschieben und Vertrauen in dich und deine Sicherungspartner*innen aufzubauen. So wirst du freier im Kopf, kannst schwierige Passagen gelassener angehen und Stürze als Teil des Kletterns akzeptieren. Ein weiterer Schwerpunkt liegt auf dynamischem und risikobewusstem Sichern. Der Kurs richtet sich sowohl an Kletter*innen, die bislang wenig Erfahrung mit Sturztraining haben, als auch an erfahrene Sportler*innen, die ihr Wissen vertiefen und methodisch weitergeben möchten.

Inhalte: ■ Sturzverhalten ■ Methodisches Annähern an größere Sturzhöhen
■ Sicherungsgeräte – Vor- & Nachteile ■ Sicherungsverhalten beim dynamischen Sichern ■ Anforderungen an die Psyche ■ Sturzhöhe und Gelände einschätzen lernen

22. März 2026, Weinburg (Kursleitung: Gunnar Mertz)

7. November 2026, Mitterdorf (Kursleitung: Dennis Powierski)

Preis für Mitarbeiter*innen | Mitglieder: € 60 | € 96

Teilnahmevoraussetzung: Abgeschlossene kletterspezifische Ausbildung oder gleichwertige Kenntnisse (Lead-Klettern mind. im VI. Schwierigkeitsgrad) | Risikobewusstes Sicherungsverhalten

PETZL



Spezielles (Kletter-) Krafttraining

Trainingsmethoden an Wand, Griffboard und alternativen Geräten

Neben Technik, Taktik und Psyche ist Kraft ein entscheidender Faktor für die Leistungsfähigkeit im Sportklettern. In dieser Fortbildung nähern wir uns dem Krafttraining von der praktischen Seite: Du lernst verschiedene Trainingsformen kennen, probierst sie direkt aus und spürst ihre Wirkung unmittelbar.

Das Ziel ist, Übungsleiter*innen und Instruktor*innen praxisnahe Anregungen und Hilfsmittel an die Hand zu geben, um die eigene Leistungsfähigkeit zu verbessern. Gleichzeitig erhältst du spezielles Know-how, um Trainingsprogramme für Sportkletterer*innen professionell zu gestalten.

Inhalte: ■ Training an der Kletterwand ■ Kletterspezifisches Krafttraining (z. B. Campusboard) ■ Stabilisationstraining mit dem eigenen Körper ■ Alternative Methoden und Trainingsmittel ■ Ausgleichstraining

21. März 2026, Weinburg (Kursleitung: Gunnar Mertz)

8. November 2026, Mitterdorf (Kursleitung: Dennis Powierski)

Preis für Mitarbeiter*innen | Mitglieder: € 60 | € 96

Teilnahmevoraussetzung: Kletterpraxis im VII. Schwierigkeitsgrad (6b)





**Fortbildungen
für Guides**

Klettern und (psychisches) Wohlbefinden

Klettern als Weg zu mehr Resilienz und innerer Stärke

Diese Fortbildung widmet sich der Förderung psychischer Widerstandskraft – sowohl theoretisch als auch praktisch. Neben fundiertem Wissen zu Resilienz beschäftigen wir uns mit den vielfältigen positiven Auswirkungen des Kletterns. Gemeinsam erkunden wir neue individuelle Zugänge, schaffen Räume für unmittelbare Erlebnisse im Hier und Jetzt und reflektieren unsere Erfahrungen im Austausch. Der Fokus liegt auf einer ressourcen- und lösungsorientierten Auseinandersetzung: Wie kann Klettern dabei helfen, den Herausforderungen des Alltags besser zu begegnen? Dabei stehen Freude am Klettern und die Entdeckung persönlicher Erfahrungsräume innerhalb eines sicheren und respektvollen Umfelds im Mittelpunkt.

Inhalte: ■ Hintergrundwissen zu Resilienz ■ Förderung psychischer Widerstandsfähigkeit ■ Ressourcen- und Lösungsorientierung ■ Klettern als Unterstützung für den Alltag

17. Januar 2026, Weinburg

Kursleitung: Barbara Rieder

Preis für Mitarbeiter*innen | Mitglieder: € 60 | € 96

Teilnahmevoraussetzung: Abgeschlossene kletterspezifische Ausbildung oder gleichwertige Kenntnisse (Lead-Klettern mind. im VI. Schwierigkeitsgrad) | Risikobewusstes Sicherungsverhalten



Potential ausschöpfen

Blockaden überwinden – mit Druck und Ängsten konstruktiv umgehen

Die Angst zu scheitern, Leistungsdruck von außen oder innen, Angst vor Stürzen oder mangelndes Vertrauen in sich selbst, in den Sicherungspartner*in oder sogar in das Material – all das kann dich daran hindern, dein Leistungspotenzial voll auszuschöpfen. In dieser Fortbildung setzen wir uns mit den Themen Angst, Leistungsdruck und Vertrauen auseinander – sowohl theoretisch als auch praktisch. Du lernst, deine Selbstwirksamkeit zu stärken und Blockaden zu überwinden. Gleichzeitig erhältst du Werkzeuge für den Umgang mit Ängsten deiner Teilnehmer*innen im Kursbetrieb.

Inhalte: ■ Angst und Emotionen – ihr Einfluss auf dein Klettern ■ Sturztraining ■ Methoden zur Erweiterung der Komfortzone und dem Umgang mit Emotionen ■ Transfer des Gelernten in den Kursbetrieb ■ Leistungsdruck und hemmende Glaubenssätze: Motivation und Coaching ■ Achtsamkeit beim Klettern ■ Inneren Dialog stärken + Kletterziele verwirklichen

4. – 5. Juli 2026, Wien

Kursleitung: Dennis Powierski

Preis für Mitarbeiter*innen | Mitglieder: € 140 | € 303

Teilnahmevoraussetzung: Abgeschlossene kletterspezifische Ausbildung oder gleichwertige Kenntnisse (Lead-Klettern mind. im VI. Schwierigkeitsgrad) | Risikobewusstes Sicherungsverhalten





**Fortbildungen
für Guides**

Adaptive Climbing Workshop

Inklusion im Klettern – Chance und Herausforderung zugleich

In diesem Workshop lernst du verschiedene Gruppen von Menschen mit Beeinträchtigungen kennen und erfährst, wie inklusives Klettern gelingen kann. Du erhältst das nötige Know-how, um Kurse mit beeinträchtigten Personen professionell zu planen und durchzuführen. Ein zentraler Schwerpunkt liegt auf einem wertschätzenden Umgang mit Teilnehmer*innen und dem Abbau von Berührungsängsten. So wird Inklusion als Chance sichtbar, die Klettern für alle bereichernd macht.

Inhalte: ■ Vorstellung von unterschiedlichen Beeinträchtigungsgruppen mit Schwerpunkt auf körperlichen Beeinträchtigungen ■ Spezifische Bedürfnisse der einzelnen Klassen an der Kletterwand ■ Methodischer Aufbau einer Kurseinheit ■ Selbsterfahrung der unterschiedlichen Beeinträchtigungen beim Klettern ■ Sicherheitsrelevante Aspekte quer durch die Kletterhalle ■ Praxisnahe Erfahrungen mit einem Rolemodel sammeln

7. – 8. März 2026, Graz

3. – 4. Oktober 2026, Graz

Kursleitung: Alexander Guster, Marco Lamprecht

Preis für Mitarbeiter*innen | Mitglieder: € 140 | € 303

Teilnahmevoraussetzung: Abgeschlossene Ausbildung UL*in/Instructor*in Sportklettern | hohe Motivation für neue Herausforderungen und Erfahrungen



Routenbau Inklusion

Kreative und anspruchsvolle Routen für alle

Inklusion im Routenbau bedeutet, Kletterrouten so zu gestalten, dass sie allen zugänglich sind – und dabei dennoch abwechslungsreich und spannend bleiben. Leichte Routen müssen keineswegs monoton sein, sondern können kreative und herausfordernde Lösungen bieten. Dieser Workshop richtet sich an Routensetzer*innen mit C-Lizenz oder höher. Du lernst verschiedene Gruppen von Menschen mit Beeinträchtigungen kennen und erfährst, welche Aspekte beim inklusiven Routenbau zu beachten sind. Ziel ist es, Routen zu entwickeln, die für Einsteiger*innen zugänglich und gleichzeitig für erfahrene Kletterer*innen mit Einschränkungen anspruchsvoll sind.

Inhalte: Vorstellung von unterschiedlichen Beeinträchtigungsgruppen mit Schwerpunkt auf körperlichen Beeinträchtigungen ■ Spezifische Bedürfnisse der einzelnen Klassen an der Kletterwand ■ Selbsterfahrung der unterschiedlichen Beeinträchtigungen beim Klettern ■ Eliminierung „unschaffbarer Moves“ ■ Sicherheitsrelevante Aspekte ■ Praxisnahe Erfahrungen mit einem Rolemodel sammeln

4. – 6. September 2026, Wien

9. – 11. Oktober 2026, Graz

Kursleitung: Alexander Guster

Preis für Mitarbeiter*innen | Mitglieder: € 140 | € 303

Teilnahmevoraussetzung: Abgeschlossene Ausbildung Routensetzer Breitensport (C-Lizenz) |

Hohe Motivation für neue Herausforderungen und Erfahrungen



Aus- und Fortbildungen im Bereich Skitouren und Winterwandern

Die Faszination von tief verschneiten Hängen, stillen Winterlandschaften und unberührter Natur zieht jedes Jahr mehr Menschen ins freie Gelände. Damit dieses Erlebnis für alle sicher, risikobewusst und verantwortungsvoll möglich wird, braucht es fundierte Aus- und Fortbildung – und genau hier setzt das Programm der Naturfreunde Akademie an.

Unsere Basiskurse bieten dir die ideale Grundlage, um dein Eigenkönnen zu festigen und dich gezielt auf weiterführende Ausbildungen vorzubereiten. Mit der Ausbildung zur/zum Übungsleiterin für Skitouren, Schihohtouren und Winterwandern schaffst du eine hochwertige erste Stufe im ehrenamtlichen Vereinswesen. In enger Kooperation mit der Bundessportakademie öffnen sich dir zudem Wege zu weiterführenden staatlichen Qualifikationen wie der Instruktoren-Ausbildung.

Fortbildung bedeutet, am aktuellen Stand zu bleiben, neue Impulse zu holen und dich mit anderen engagierten Naturfreund*innen auszutauschen. Unsere aktualisierten Ausbildungsunterlagen (W3) – ergänzt um die Inhalte der Integrativen Lawinenkunde – unterstützen dich dabei optimal.

Wir freuen uns, wenn du Teil unserer starken Gemeinschaft bist und wünschen dir eine spannende, lehrreiche und bereichernde Zeit bei den Aus- und Fortbildungen der Naturfreunde Akademie.



Arno Studeregger,
Bundesreferent Skitouren



Helmut Preslmaier,
Bundesreferent Skitouren



Martin Edlinger,
Leiter Abteilung Skitouren





**Fortbildungen
für Guides**

Notfall Erste-Hilfe im Winter Kursnummer: ST2642

Im Winter kann ein Notfall schnell lebensbedrohlich werden – Kälte, Schnee und schwierige Bedingungen fordern rasches und richtiges Handeln. In diesem praxisorientierten Training lernst du, wie du bei Unfällen im Schnee effektiv Erste Hilfe leistest, Unterkühlung erkennst und behandelst, Verletzte sicher versorgst und transportierst. Realistische Szenarien im Freien bereiten dich optimal auf den Ernstfall in winterlicher Umgebung vor.

Inhalte: ■ Notfalldiagnostik (ABCDE, Traumacheck, Lagerungsarten, Diagnostik-ausrüstung behelfsmäßig) ■ Reanimation (Reanimation BLS mit AED, CPR bei Lawine) ■ Wärmemanagement und Transport (Wärmepackung behelfsmäßig, Schienung, Transport)

14. – 15. November 2025, Niedere Tauern

Freitag 16:00 Uhr bis Samstag 16:00 Uhr

Kursleitung: Russegger

Preis für Mitarbeiter*innen | Mitglieder: € 90 | € 154

inkl. Kursbeitrag, Quartier (Zwei- od. Mehrbettzimmer), Halbpension

Teilnahmevoraussetzungen: Keine besonderen Voraussetzungen erforderlich | Für Skitourenheger*innen und Schneeschuhwander*innen als auch Freerider*innen geeignet | Besonders geeignet für Tourenführer*innen, Instruktor*innen und Übungsleiter*innen aller Bergsportarten



Praxistage Skitouren Kursnummer: ST2602-1 / ST2602-2

Ein Update der wichtigsten Inhalte im Bereich Skitouren ist das Ziel der Praxistage. Mit Expert*innen des letzten Lawinensymposiums hast du an diesem Wochenende die Gelegenheit zu den Schwerpunktthemen Notfall Lawine sowie zur Beurteilung der Schneedecke als auch zur Entscheidungsfindung am Einzelhang mit den Expert*innen des Symposiums in der Praxis zu erleben! In Kleingruppen bzw. im Stationsbetrieb werden die Schwerpunktthemen erarbeitet.

Inhalte: ■ Hintergrundwissen LVS ■ Handhabung der Notfallausrüstung
 ■ Versorgung von Lawinenopfern ■ Organisation im Falle eines Lawinenabganges
 ■ Einzellhangbeurteilung ■ Schneedeckentest ■ Schneedeckenaufbau
 ■ Orientierung und Gelände ■ Entscheidungsfindung

5. – 7. Dezember 2025, Kitzsteinhorn

12. – 14. Dezember 2025, Kitzsteinhorn

Freitag 17:00 Uhr bis Sonntag 16:00 Uhr

Kursleitung: Edlinger

Preis für Mitarbeiter*innen | Mitglieder: € 210 | € 413

inkl. Kursbeitrag, Quartier (Zwei- od. Mehrbettzimmer), Halbpension (exkl. Seilbahn, Liftkarte)

Teilnahmevoraussetzungen: Skifahren in allen Schneearten | Grundkondition für 4 bis 5 Stunden Bewegung im Gelände | Entsprechende Grunderfahrung in der LVS Suche | Besonders geeignet für Instruktor*innen und Übungsleiter*innen Ski(hoch)touren und Schneeschuh.



**Fortbildungen
für Guides**

Update Winterwandern

Kursnummer: ST2604

Diese Fortbildung ist speziell für Winterwander*innen und Schneeschuhgeher*innen konzipiert. Der richtige Umgang mit der Notfallausrüstung ist neben einer guten Tourenplanung für jede*n Tourenführer*in essentiell. Ergänzt durch ein Update in der Schneedeckenbeurteilung werden wir uns an diesem Wochenende diesen drei Themen widmen.

Inhalte: ■ Schneedeckenbeurteilung ■ Notfallmanagement Lawine ■ LVS Suche ■ Tourenplanung

9. – 11. Jänner 2026, Zirbitz

Freitag 17:00 Uhr bis Sonntag 16:00 Uhr

Kursleitung: Kinz

Preis für Mitarbeiter*innen | Mitglieder: € 210 | € 378
inkl. Kursbeitrag, Quartier (Zwei- od. Mehrbettzimmer), Halbpension

Teilnahmevoraussetzungen: Grundkondition für 5 bis 6 Stunden Bewegung | geübter Umgang mit Schneeschuhen | Besonders geeignet für Instruktor*innen und Übungsleiter*innen Winterwandern / Schneeschuh



Skitechnik Off-Piste Kursnummer: ST2605 / ST2606

Verbesserung der Skitechnik im Gelände

Skifahren im freien Gelände bringt oft spezielle Herausforderungen mit sich. In dieser Fortbildung steht daher ausschließlich die Weiterentwicklung deiner persönlichen Skitechnik im Vordergrund. Ziel ist es, deine Technik zu verfeinern, deine Sicherheit und dein Können im Gelände zu steigern und dich auf unterschiedlichste Schneebedingungen vorzubereiten.

Inhalte: ■ Analyse der eigenen Fertigkeiten auf der Piste ■ Übungen zur Festigung des Fahrverhaltens ■ Anwendung des Fahrverhaltens bei variierendem Tempo und unterschiedlichen Pistenradien ■ Analyse der eigenen Fertigkeiten im Gelände ■ situationsbedingte Übungen im Gelände ■ Variation Schneebedingungen ■ Variation Geländeformen ■ Taktik Gelände: Faktoren erkennen und analysieren | **Inhalte abhängig von Schnee- und Wetterbedingungen**

19. Dezember 2025, Tauplitz, Freitag 10:00 Uhr bis 16:00 Uhr

10. Januar 2026, Tauplitz, Samstag 10:00 Uhr bis 16:00 Uhr

Kursleitung: Skrobar

Preis für Mitarbeiter*innen | Mitglieder: € 60 | € 103

inkl. Kursbeitrag, (exkl. Verpflegung, Seilbahn, Liftkarte)

Teilnahmevoraussetzungen: Skifahren in allen Schneearten | Grundkondition für 5 bis 6 Stunden Skifahren | Besonders geeignet für Instruktor*innen und Übungsleiter*innen
Ski(hoch)turen





**Fortbildungen
für Guides**

Iglubau und Biwakseminar

Kursnummer: ST2611

Wie verbringt man eine Nacht im Schnee?

Welche Möglichkeiten gibt es, im Ernstfall eine Nacht im Freien zu verbringen, und wie gestaltet man eine geplante Biwaknacht? Im Zuge einer kurzen Ski- bzw. Schneeschuhtour werden wir verschiedene Möglichkeiten des Biwakbaus ausprobieren und diese auch auf Praxistauglichkeit testen, indem wir eine Nacht darin verbringen.

Eine Teilnahme ist mit Tourenski oder mit Schneeschuhen möglich.

Inhalte: ■ Biwakbau ■ Iglubau ■ Übernachtung im Biwak ■ Tourenplanung ■ Alpine Gefahren im Zuge eines Biwaks

16. – 18. Januar 2026, Dachstein

Freitag 13:00 Uhr bis Sonntag 16:00 Uhr

Kursleitung: Edlinger

Preis für Mitarbeiter*innen | Mitglieder: € 210 | € 426

inkl. Kursbeitrag, 1x Quartier (Zwei- od. Mehrbettzimmer), 1x Halbpension
(exkl. Verpflegung 2. Nacht im Biwak)

Teilnahmevoraussetzungen: Skifahren/Schneeschuhgehen in allen Schneearten | Grundkondition für 5 bis 7 Stunden | Bewegung im winterlichen Gelände und Bau eines Biwaks | Besonders geeignet für Instruktor*innen und Übungsleiter*innen Ski(hoch)touren und Winterwandern.



Update Freeride

Kursnummer: ST2641

In dieser Fortbildung erweiterst du dein Wissen zum Thema Freeride. Du lernst, die optimale Abfahrtsspur zu wählen, Tiefschneehänge vor der Abfahrt richtig einzuschätzen und bewährte Entscheidungsstrategien anzuwenden. Ein besonderer Fokus liegt in der Führungstechnik beim Freeriden. Sicherheitsstandards und das Risikomanagement im freien Skiraum sind weitere Themenschwerpunkte an diesem Wochenende.

Inhalte: ■ Planung und sichere Durchführung von Freerideabfahrten
 ■ Orientierung mit Karte, GPS und Naturfreunde Tourenportal-App ■ Schneedeckenbeurteilung; Führungstechniken beim Freeriden ■ Skitechnik ■ Kameradenrettung und Notfallmanagement

30. Januar – 1. Februar 2026, Hofgastein

Freitag 15:00 Uhr bis Sonntag 16:00 Uhr

Kursleitung: Widauer

Preis für Mitarbeiter*innen | Mitglieder: € 210 | € 413

inkl. Kursbeitrag, Quartier (Zwei- od. Mehrbettzimmer), Halbpension (exkl. Seilbahn, Liftkarte)

Teilnahmevoraussetzungen: Skifahren in allen Schneearten | Grundkondition für 5 bis 6 Stunden Bewegung im Gelände | Grundkenntnisse in der Beurteilung der Schneedecke | Besonders geeignet für Instruktor*innen und Übungsleiter*innen Ski(hoch)touren





**Fortbildungen
für Guides**

Update Schneedeckenbeurteilung

Kursnummer: ST2610

Die Beurteilung der Schneedecke ist einer der Schlüsselparameter, um sich risikoarm im winterlichen Gelände zu bewegen. Um die Entscheidungsfindung weiter zu entwickeln, müssen Erfahrungen analysiert, hinterfragt, verwertet und Schlüsse daraus gezogen werden. Wie ist der Schneedeckenaufbau? Wie hat das Wetter die Schneedeckensituation beeinflusst? Was erkenne ich in der Schneedecke? Welche Schneedeckentests sind praktikabel? Die Schneedecke wird also umso wichtiger, je weiter man seine lawinenkundliche Kompetenz steigert.

Inhalte: ■ Schneedeckenaufbau ■ Schneeprofil ■ Schneedeckentests
■ Schwachschichtenanalyse ■ Informationsgewinn durch Wetterstationen

31. Januar – 1. Februar 2026, Tirol (Sellrain, Kühtai)

Samstag 09:00 Uhr bis Sonntag 16:00 Uhr

Kursleitung: Bellaire

Preis für Mitarbeiter*innen | Mitglieder: € 140 | € 232

inkl. Kursbeitrag, Quartier (Zwei- od. Mehrbettzimmer), Halbpension (exkl. Seilbahn, Liftkarte)

Teilnahmevoraussetzungen: Skifahren in allen Schneearten | Grundkondition für 5 bis 6 Stunden Bewegung im Gelände | Grundkenntnisse in der Beurteilung der Schneedecke | Besonders geeignet für Instruktor*innen und Übungsleiter*innen Ski(hoch)turen



Update Einzelhangbeurteilung – Integrative Lawinenkunde

Kursnummer: ST2607

Kann der Hang begangen bzw. befahren werden oder nicht? Diese Frage muss sich früher oder später jede*r Wintersportler*in, die/der im ungesicherten Gelände unterwegs ist, stellen. Im Fokus dieser Fortbildung steht die Einzelhangbeurteilung zu der, betrachtet man den gesamten Prozess, auch die Tourenplanung zählt. Am ersten Tag widmen wir uns der Theorie und der Planung, am zweiten Tag geht es darum im Gelände Entscheidungen zu treffen.

Inhalte: ■ Tourenplanung ■ Schneedeckenbeurteilung
■ Einzelhangbeurteilung ■ Risikomanagement

7. – 8. Februar 2026, Planneralp

Samstag 09:00 Uhr bis Sonntag 16:00 Uhr

Kursleitung: Pfingstner

Preis für Mitarbeiter*innen | Mitglieder: € 140 | € 266

inkl. Kursbeitrag, Quartier (Zwei- od. Mehrbettzimmer), Halbpension (exkl. Seilbahn, Liftkarte)

Teilnahmevoraussetzungen: Skifahren in allen Schneearten | Grundkondition für 5 bis 6 Stunden Bewegung im Gelände | Grundkenntnisse in der Beurteilung der Schneedecke | Besonders geeignet für Instruktor*innen und Übungsleiter*innen Ski(hoch)touren





**Fortbildungen
für Guides**

Update Skihochtouren

Kursnummer: ST2612

Skihochtouren stellen für Tourenführer*innen eine große Herausforderung dar. Nicht umsonst bezeichnet man sie auch als die Königs-klasse im Skialpinismus! Umso wichtiger ist es, sich auf die Gefahren des winterlichen Hochgebirges vorzubereiten. Am ersten Tag steigen wir zur Hütte auf und widmen uns den theoretischen Inhalten. Der zweite Tag dient der Ausbildung. Den dritten Tag runden wir mit einer Gipfelbesteigung und der Umsetzung des Gelernten ab.

Inhalte: ■ Tourenplanung ■ Seilverwendung bei Skihochtouren
■ Spaltenbergung bei Skihochtouren ■ Alpine Gefahren

13. – 15. März 2026, Dachstein

Freitag 13:00 Uhr bis Sonntag 16:00 Uhr

Kursleitung: Team

Preis für Mitarbeiter*innen | Mitglieder: € 210 | € 426

inkl. Kursbeitrag, Quartier (Mehrbettzimmer od. Lager), Halbpension
(exkl. Seilbahn, Liftkarte, Taxi)

Teilnahmevoraussetzungen: Skifahren in allen Schneearten | Grundkon-
dition für 5 bis 6 Stunden Bewegung | geübter Umgang mit Steigeisen,
Pickel, Gurt und Seil | Besonders geeignet für Instruktor*innen und
Übungsleiter*innen Skihochtouren



Webinar: Neuheiten des Lawinenwarndienstes

Kursnummer: ST2630

Der Lawinenlagebericht ist die zentrale Informationsquelle für die Tourenplanung im winterlichen Gebirge. In diesem kompakten Online-Webinar zeigen wir dir, was sich beim Lawinenwarndienst geändert hat: neue Darstellungsformen, erweiterte Inhalte und digitale Tools zur besseren Einschätzung der Lawinengefahr. Neben den wichtigsten Grundlagen zur Interpretation des Lageberichts stehen aktuelle Neuerungen und praxisnahe Anwendungstipps im Fokus.

Inhalte: ■ Neue Darstellungsformen ■ neue Definitionen und digitale Tools

14. November 2025, 18:00 Uhr bis 19:30 Uhr, Online

Preis für Mitarbeiter*innen | Mitglieder: € 10 | € 15*

Kursleitung Studeregger

* Link zum Webinar

Teilnahmevoraussetzungen: Internetfähiger Computer, Tablet oder Smartphone mit Lautsprecher bzw. Kopfhörer



Webinar: Interpretation Lawinenlagebericht

Kursnummer: ST2631

Der Lawinenlagebericht ist das Herzstück und die Grundlage der Tourenplanung im winterlichen Gebirge. Er gibt uns Auskunft über die aktuellen Verhältnisse am Berg. In diesem online Webinar werden die Grundlagen, Hintergründe und die Interpretation des Lageberichtes erklärt.

Inhalte: ■ Entstehung und Aufbau des LLB, Gefahrenstufen, Lawinenprobleme, Auslösewahrscheinlichkeit, Umfang der Gefahrenstellen, Größe und Häufigkeit der zu erwartenden Lawinen, Interpretation und Grenzen des LLB.

28. November 2025, 18:00 Uhr bis 19:30 Uhr, Online

Preis für Mitarbeiter*innen | Mitglieder: € 10 | € 15*

Kursleitung Studeregger

* Link zum Webinar

Teilnahmevoraussetzungen: Internetfähiger Computer, Tablet oder Smartphone mit Lautsprecher bzw. Kopfhörer



Übungsleiter*in Skitouren Kursnummer: ST2614

Die Übungsleiter*innen-Ausbildung Skitouren vermittelt Vereinsmitgliedern eine Grundausbildung für das selbstständige Tourengehen im winterlichen, gletscherfreien Gebirge. Tourenplanung, Schnee-, Wetter- und Lawinenkunde, sowie das risikobewusste Verhalten im winterlichen Gelände und Erste-Hilfe-Maßnahmen, gehören untrennbar zur/zum Übungsleiter*in Skitouren. Auch Tourenführungen im Rahmen der Vereinstätigkeit zählen zum Aufgabenbereich einer Übungsleiterin/eines Übungsleiters. Es wird jedoch dringend empfohlen, dass Übungsleiter*innen bei Vereinsveranstaltungen mit Instruktor*innen zusammenarbeiten. Eine Übungsleiter*innen-Ausbildung kann als Vorbereitung für eine Instruktor*innen-Ausbildung dienen.

Inhalte: ■ Ausbildung mit W3: Schnee- und Lawinenkunde ■ Analyse und Umsetzung des Lawinenlageberichtes ■ Erkennen von Risikofaktoren ■ Tourenplanung und Tourenführung ■ Orientierung ■ Notfallmanagement ■ risikobewusstes Verhalten und Umsetzung von Entscheidungen

24. – 30. Jänner 2026, Planneralp

Samstag 10:00 Uhr bis Freitag 16:00 Uhr

Kursleitung: Edlinger

Preis für Mitarbeiter*innen | Mitglieder:

€ 490 | € 963 inkl. Kursbeitrag, Quartier (Zwei- od. Mehrbettzimmer), Halbpension (exkl. Seilbahn, Liftkarte)

Als Aufnahmebedingung reicht ein sorgfältig ausgefüllter Tourenbericht über mindestens 10 Skitouren sowie sicheres und kontrolliertes Skifahren (Stemmschwung in verschiedenen Schneesituationen) bis ca. 40° Steilheit | Das Mindestalter für die Teilnahme beträgt 16 Jahre bei Ausbildungsabschluss | Bis zur Vollendung des 18. Lebensjahres ist für die Übungsleiter*innen-Tätigkeit das Beisein einer/eines volljährigen ausgebildeten Übungsleiterin/Übungsleiters oder Instruktorin/Instruktors erforderlich | Mitarbeit in einer Ortsgruppe

Übungsleiter*in Skihochtouren Kursnummer: ST2617

Die Übungsleiter*innen-Ausbildung Skihochtouren vermittelt Vereinsmitgliedern eine Grundausbildung für das selbstständige Begehen von hochalpinen Skitouren im vorwiegend vergletscherten Gelände. Die Tourenplanung sowie die Einschätzung der Wettersituation gehören neben der Seil- und Sicherungstechnik untrennbar zur/zum Übungsleiter*in Hochtouren. Auch Tourenführungen im Rahmen der Vereinstätigkeit zählen zum Aufgabenbereich einer Übungsleiterin/eines Übungsleiters Hochtouren. Es wird jedoch dringend empfohlen, dass Übungsleiter*innen bei Vereinsveranstaltungen mit Instruktor*innen zusammenarbeiten. Eine Übungsleiter*innen-Ausbildung kann als Vorbereitung für eine Instruktor*innen-Ausbildung dienen.

Inhalte: ■ Festigen der Inhalte des ÜL Skitouren, Ausbildung mit W3: Schnee- und Lawinenkunde (Integrative Lawinenkunde), Seil- und Sicherungstechnik bei Gletscherskitouren, Rettungstechnik (Spaltenbergung), Erkennen von Risikofaktoren, Tourenplanung und Tourenführung, Orientierung und Gletscherkunde, Notfallmanagement, Risikobewusstes Verhalten und Umsetzung von Entscheidungen

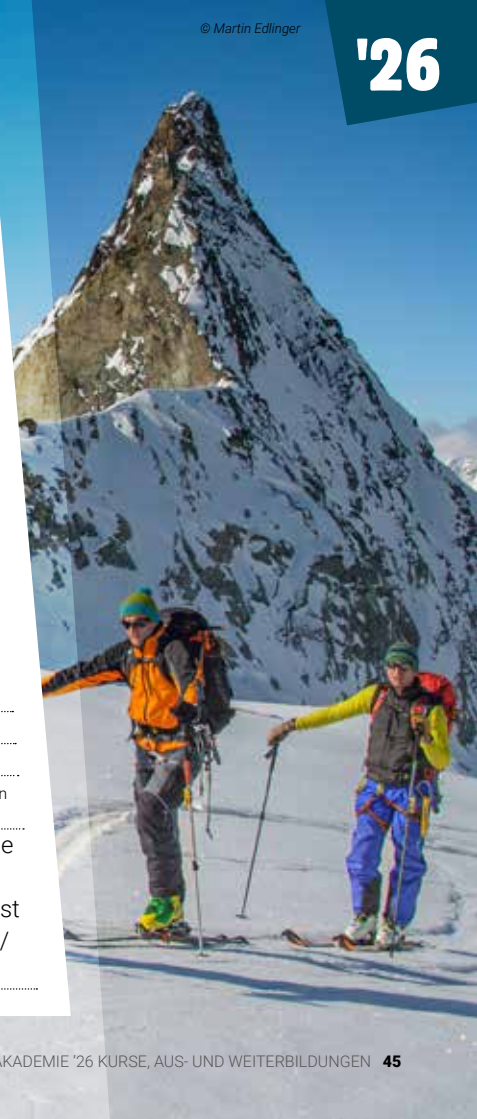
21. – 27. Februar 2026, Stubaialpen / Hohe Tauern

Samstag 10:00 Uhr bis Freitag 16:00 Uhr

Kursleitung: Widauer

Preis für Mitarbeiter*innen | Mitglieder: € 490* | € 888* inkl. Kursbeitrag, Quartier (Mehrbettzimmer od. Lager), Halbpension (exkl. Seilbahn, Liftkarte)

Teilnahmevoraussetzungen: Aufnahmebedingung ist der Übungsleiter oder Instruktor Skitouren sowie ein sorgfältig ausgefüllter Tourenbericht über mindestens fünf Skihochtouren | Das Mindestalter für die Teilnahme beträgt 16 Jahre bei Ausbildungsabschluss | Bis zur Vollendung des 18. Lebensjahres ist für die Übungsleiter*innen-Tätigkeit das Beisein einer/eines volljährigen ausgebildeten Übungsleiterin/ Übungsleiters oder Instruktorin/Instruktors erforderlich | Mitarbeit in einer Ortsgruppe





**Veranstaltungen
und Kurse**

Basiskurs Skitouren Kursnummer: ST2620-1

Dieser Vorbereitungskurs richtet sich an Naturfreundemitglieder, die ihre Fähigkeiten für selbstständige Skitouren im nicht vergletscherten Gelände ausbauen möchten. Du lernst, Touren sicher zu planen, Schnee-, Wetter- und Lawinenverhältnisse einzuschätzen, dich risikobewusst im winterlichen Gelände zu bewegen und Erste-Hilfe-Maßnahmen anzuwenden. Auch die Verbesserung deiner Skitechnik steht im Fokus. Der Kurs ist zudem die ideale Grundlage für die Übungsleiter*innen-Ausbildung Skitouren.

Inhalte: ■ Schnee- und Lawinenkunde ■ Umsetzung des Lawinenlageberichtes
■ Erkennen von Risikofaktoren ■ Tourenplanung ■ Orientierung ■ Notfallmanagement ■ Risikobewusstes Verhalten und Umsetzung von Entscheidungen

8. – 11. Jänner 2026, Werfenweng / Tennengebirge

Donnerstag 10:00 Uhr bis Sonntag 16:00 Uhr

Kursleitung: Widauer

Preis für Mitglieder: € 461

inkl. Kursbeitrag, Quartier (Zwei- od. Mehrbettzimmer),
Halbpension (exkl. Seilbahn, Liftkarte)

Teilnahmevoraussetzungen: Skifahren in allen Schneearten | Grundkondition für 5 bis 6 Stunden Bewegung im Gelände | Grundkenntnisse und Grunderfahrung im Skitourengehen | Besonders geeignet als Vorbereitung zur Übungsleiter*innen- oder Instruktor*innen-Ausbildung



Basiskurs Skihochtouren Kursnummer: ST2622

Dieser viertägige Vorbereitungskurs richtet sich an Naturfreundemitglieder, die ihre Fähigkeiten für das selbstständige Begehen von Mehrseillängenrouten festigen und erweitern möchten. Die Routen sind überwiegend im Plaisirbereich, können jedoch sowohl vollständig eingebohrt als auch abschnittsweise alpin abgesichert sein. Du lernst, Zu- und Abstiege sicher zu planen, Wettersituationen einzuschätzen sowie die erforderliche Seil- und Sicherungstechnik anzuwenden. Der Kurs ist zudem die ideale Grundlage für die Übungsleiterinnen- und Instruktorinnen-Ausbildung Alpinklettern. An- und Abreisegeld sind in der Kursdauer enthalten.

Inhalte: ■ Risikobewusstes Verhalten im vergletscherten Gelände ■ Rettungstechnik, sowie Seil- und Sicherungstechnik am Gletscher ■ Richtige Verwendung der Notfallausrüstung ■ Basissteigeisentechnik ■ Tourenplanung

5. – 8. März 2026, Dachstein

Donnerstag 10:00 Uhr bis Sonntag 16:00 Uhr

Kursleitung: Team

Preis für Mitglieder: € 464

inkl. Kursbeitrag, Quartier (Mehrbettzimmer od. Lager), Halbpension (exkl. Seilbahn, Liftkarte)

Teilnahmevoraussetzungen: Skifahren in allen Schneearten | Grundkondition für 5 bis 6 Stunden Bewegung im Gelände | Grundkenntnisse und Grunderfahrung im Skitourengehen | Besonders geeignet als Vorbereitung zur Übungsleiter*innen- oder Instruktor*innen-Ausbildung





Aus- und Fortbildungen im Bereich Bergsport und Wandern

Bergsport und Wandern leben von Begeisterung, Verantwortung und Gemeinschaft. Mit unseren Aus- und Fortbildungen möchten wir diese Werte stärken und dich dabei unterstützen, dein Wissen und Können am Berg weiterzuentwickeln. Denn gut ausgebildete und engagierte Begleiter*innen sind die Basis für sichere und unvergessliche Naturerlebnisse.

Unser Programm bietet praxisnahe Basiskurse, die dich optimal auf die Übungsleiterinnen-Ausbildungen vorbereiten – und gleichzeitig als eigenständige Grundausbildung genutzt werden können. Wer bereits über das nötige Eigenkönnen verfügt, kann direkt in die Übungsleiterinnen-Ausbildung einsteigen. Die Ausbildung zum/zur Übungsleiterin Bergwandern wird weiterhin parallel zum vom VAVÖ angebotenen Wanderführerinnen-Grundmodul durchgeführt – beide haben denselben hohen Stellenwert.

Fortbildung bedeutet auch, gemeinsam am Puls der Zeit zu bleiben, Wissen zu vertiefen und neue Impulse mitzunehmen. Unsere Veranstaltungen bieten dir die Möglichkeit, dich mit Gleichgesinnten auszutauschen, voneinander zu lernen und Teil einer starken Naturfreunde-Gemeinschaft zu sein.

Wir freuen uns, wenn du mit uns neue Wege gehst und wünschst dir eine inspirierende, lehrreiche und bereichernde Zeit bei den Angeboten der Naturfreunde Akademie.



Wolfgang Kinz,
Bundesreferent Bergsport



Andreas Widauer,
Bundesreferent Bergsport



Martin Edlinger,
Leiter Abteilung Bergsport



© Martin Edlinger



NATURFREUNDE TOURENPORTAL

© NFO



Veranstaltungen
und Kurse

Webinar: Naturfreunde Tourenportal - Digitale Tourenplanung Basics

Kursnummer: BS2631 / BS2632 / BS2633

In diesem Webinar erhältst du eine kompakte Einführung in das NATURFREUNDE TOURENPORTAL. Du lernst die grundlegenden Funktionen kennen und erfährst, wie du damit Touren digital planen, speichern und mit der App synchronisieren kannst. So bist du bestens vorbereitet, um deine geplanten Touren unterwegs am Smartphone zu nutzen. Der Schwerpunkt liegt auf der Nutzung am Desktop.

Inhalte: ■ Account und Abo-Modelle ■ Grundfunktionen des Tourenportals ■ Digitale Tourenplanung am Desktop ■ Synchronisation mit der Naturfreunde-App

15. Januar 2026, Online, Donnerstag 18:00 – 20:00 Uhr

12. März 2026, Online, Donnerstag 18:00 – 20:00 Uhr

23. April 2026, Online, Donnerstag 18:00 – 20:00 Uhr

Kursleitung: Kinz

Preis für Mitarbeiter | Mitglieder: € 10 | € 15* (* Link zum Webinar)

Teilnahmevoraussetzungen: Internetfähiger Computer, Tablet oder Smartphone mit Lautsprecher bzw. Kopfhörer



Update Wasserfall-Eisklettern

Kursnummer: BS2602

Die Schulung und Verbesserung des Eigenkönnens beim Eisklettern an gefrorenen Wasserfällen stehen im Fokus dieser Fortbildung für Fortgeschrittene (Erfahrung im Eisklettern erforderlich). Neben der Verbesserung der Klettertechnik im Toprope als auch im Vorstieg, dem sicheren Positionieren von Eisschrauben sowie dem Standplatzbau, widmen wir uns der Schulung über die Kursgestaltung für Eiskletteranfänger*innen.

Inhalte: ■ Klettertechnik und Taktik beim Eisklettern ■ Seil- und Sicherungstechnik im Eis ■ Einschätzen der Eisverhältnisse und Planung von Eisklettertouren ■ Materialkunde ■ Tipps zum Gerätetuning ■ Methodischer Aufbau für Eiskletter*innen-Anfänger ■ Einrichten eines Übungsparcours

23. – 25. Januar 2026, Kolm Saigurn

Freitag 11:00 Uhr bis Sonntag 16:00 Uhr

Kursleitung: Team

Preis für Mitarbeiter | Mitglieder: € 210 | € 518

inkl. Kursbeitrag, Quartier (Zwei- od. Mehrbettzimmer), Halbpension

Teilnahmevoraussetzungen: Eisklettererfahrung mind. WI3+, Mehrseillängen-Klettererfahrung zumindest aus dem Sport-, Hochtouren- oder Felskletterbereich | geübter Umgang mit Steigeisen und Pickel | besonders geeignet für Instruktor*innen und Übungsleiter*innen Skihochtouren, Hochtouren und Alpinklettern





**Fortbildungen
für Guides**

Webinar: Bergwetter verstehen – Sicher unterwegs in den Bergen

Kursnummer: BS2634 / BS2635

Wie entsteht das Wetter in den Bergen – und wie kann ich es richtig deuten?
In diesem Online-Webinar erhältst du eine fundierte Einführung in die meteorologischen Grundlagen und lernst, alpine Wetterlagen besser zu verstehen. Du erfährst, wie du Wettervorhersagen gezielt in der Tourenplanung einsetzen kannst, um Risiken frühzeitig zu erkennen und unterwegs sichere Entscheidungen zu treffen.

Inhalte: ■ Grundlagen der Meteorologie ■ Typische Wetterlagen im Alpenraum ■ Wettervorhersagen lesen und richtig einschätzen ■ Wetterinformationen sinnvoll in die Tourenplanung integrieren ■ Interpretation von Wetterkarten ■ Wetter-Apps im Vergleich

20. April 2026, Online, Montag 18:00 – 19:30 Uhr

Preis für Mitarbeiter | Mitglieder: € 10 | € 15*

21. September 2026, Online, Montag 18:00 – 19:30 Uhr

Preis für Mitarbeiter | Mitglieder: € 10 | € 15*

* Link zum Webinar

Kursleitung: Hedenig

Teilnahmevoraussetzungen: Internetfähiger Computer, Tablet oder Smartphone mit Lautsprecher bzw. Kopfhörer



Führung und Gruppendynamik am Berg - Faktor Mensch

Kursnummer: BS2606

Warum oder wie Gruppen zum Risiko- oder doch zum Genussfaktor werden, ist gar nicht so leicht zu verstehen. „Gruppendynamik“ ist daher einer der zentralen (Sicherheits-)Faktoren am Berg. Welche Herausforderungen und Möglichkeiten gibt es in der Begleitung von Gruppen am Berg aus der Führungsposition? Wie interveniere ich in schwierigen Situationen? Wie behalte ich einen klaren Kopf für Entscheidungen, wenn der Gruppendruck hoch ist?

Inhalte: ■ Analyse von Gruppenprozessen ■ Reflexion und Interventionsstrategien ■ Steigerung der eigenen Rollenflexibilität ■ Position von Führung/Leitung im Spannungsfeld von Zugehörigkeit ■ Macht und Beziehung in Gruppen

24. – 26. April 2026, Spital am Pyhrn

Freitag 15:00 Uhr bis Sonntag 17:00 Uhr

Preis für Mitarbeiter | Mitglieder: € 210 | € 313

inkl. Kursbeitrag, Quartier (Mehrbettzimmer od. Lager), Halbpension (exkl. Seilbahn, Liftkarte)

Kursleitung: Kinz

Teilnahmevoraussetzungen: Besonders geeignet für alle Tourenführer*innen, Instruktor*innen und Übungsleiter*innen aller (Berg-)Sportarten | Wir möchten darauf hinweisen, dass die gruppendynamischen Inhalte handlungsorientiert mit den Teilnehmer*innen erarbeitet werden. Eine gewissen Bereitschaft für selbsterfahrungsorientiertes Arbeiten ist daher relevant für die Teilnahme am Seminar!



**Fortbildungen
für Guides**

Update Seil- und Sicherungstechnik Plaisirklettern

Kursnummer: BS2605

Der Schlüssel zum Erfolg einer geführten Klettertour ist eine gute Seil- und Sicherungstechnik der Tourenführerin/des Tourenführers. Gerade im Bereich Standplatzbau mit Reihe oder Ausgleich gibt es immer wieder offene Fragen. Aber auch Doppel- oder Einfachseil, Zweier- oder Dreierseilschaft und vieles mehr sind Themen, die wir an diesem Wochenende behandeln werden, um dich auf den aktuellsten Stand zu bringen.

Inhalte: ■ Seil- und Sicherungstechnik ■ Führungstechnik auf Mehrseillängentouren ■ Zweier- oder Dreierseilschaft ■ Standplatzbau ■ Seilhandling ■ Tourenplanung

1. – 3. Mai 2026, Grazer Bergland / Frohnleiten

Freitag 17:00 Uhr bis Sonntag 16:00 Uhr

Kursleitung: Team

Preis für Mitarbeiter | Mitglieder: € 210 | € 485

inkl. Kursbeitrag, Quartier (Zwei- od. Mehrbettzimmer), Halbpension

Teilnahmevoraussetzungen: Beherrschen der Seil- und Sicherungstechnik im Mehrseillängenbereich, Klettererfahrung im Outdoor- und Mehrseillängenbereich, mind. SG UIAA 4 | Besonders geeignet für Instruktor*innen und Übungsleiter*innen Alpinklettern.



Notfalltraining beim Wandern und Bergsteigen

Kursnummer: BS2604

Statistisch betrachtet passieren im alpinen Gelände beim Wandern die meisten Unfälle. Aber was ist zu tun, wenn ein*e Teilnehmer*in meiner Gruppe sich das Bein bricht, das Handy kein Netz hat und die/der Verletzte blass und kalt-schweißig ist? Bei derartigen oder ähnlichen Szenarien sollte man trotzdem einen kühlen Kopf bewahren um als Ersthelfer*in am Berg bestmöglich reagieren zu können. Das Erkennen des Verletzungsmusters, die Erstversorgung als auch der behelfsmäßige Abtransport stehen im Fokus dieses Kurses. Das Ziel ist es, unter professioneller Aufsicht, Unfallszenarien bestmöglich zu lösen.

Inhalte: ■ Notfallausrüstung ■ Verhalten im Notfall ■ Alarmierung
■ Versorgung verunfallter Personen im alpinen Gelände ■ Erkennen von Verletzungsmustern ■ Lagerungen ■ behelfsmäßiger Abtransport

8. – 9. Mai 2026, Niedere Tauern / Steiermark

Freitag 16:00 Uhr bis Samstag 16:00 Uhr, Kursleitung: Russegger

Preis für Mitarbeiter | Mitglieder: € 140 | € 278

inkl. Kursbeitrag, Quartier (Zwei- od. Mehrbettzimmer), Halbpension

Teilnahmevoraussetzungen: Kondition für 2 bis 3 Stunden Wandern | Besonders geeignet für Tourenführer*innen, Instruktor*innen und Übungsleiter*innen aller Bergsportarten.





**Fortbildungen
für Guides**

Update Seil- & Rettungstechnik Klettersteig

Kursnummer: BS2603

Klettersteige werden vielfach unterschätzt, dabei stellen sie gerade in Notsituationen hohe Anforderungen an die/den Tourenführer*in.

Bei dieser Fortbildung wird in erster Linie auf mögliche und praktikable Rettungstechniken am Klettersteig eingegangen. Aber auch die Führungstechnik am Klettersteig kommt nicht zu kurz – mit dem Ziel Teilnehmer*innen zu unterstützen bzw. Kinder oder „Leichtgewichte“ zu sichern.

Inhalte: ■ Bergrettungstechniken ■ Seil- und Führungstechnik am Klettersteig ■ Materialkunde ■ Notfallmanagement

16. – 17. Mai 2026, Rax / Schneeberg

Samstag 10:00 Uhr bis Sonntag 16:00 Uhr

Kursleitung: Team

Preis für Mitarbeiter | Mitglieder: € 140 | € 366

inkl. Kursbeitrag, Quartier (Zwei- od. Mehrbettzimmer), Halbpension

Teilnahmevoraussetzungen: Geübter Umgang mit dem Klettersteigset, Klettersteigfähigkeiten bis zu Schwierigkeitsgrad D, Nachstiegsichern und Seilhandling | Besonders geeignet für Instruktor*innen und Übungsleiter*innen Alpinklettern und Klettersteig.



Update Seil- und Sicherungstechnik Alpinklettern

Kursnummer: BS2608

Der Schlüssel zum Erfolg einer geführten alpinen Klettertour ist eine gute Seil- und Sicherungstechnik der Tourenführerin/des Tourenführers. Gerade im Bereich Standplatzbau mit Reihe oder Ausgleich gibt es immer wieder offene Fragen. Aber auch Doppel- oder Einfachseil, Zweier- oder Dreierseilschaft und vieles mehr sind Themen, die wir an diesem Wochenende behandeln werden, um dich auf den aktuellsten Stand zu bringen.

Inhalte: ■ Seil- und Sicherungstechnik ■ Führungstechnik auf Mehrseillängentouren ■ Zweier- oder Dreierseilschaft ■ Standplatzbau ■ mobile Zwischensicherungen ■ Seilhandling ■ Tourenplanung

12. – 14. Juni 2026, Dachstein

Freitag 15:00 Uhr bis Sonntag 16:00 Uhr

Kursleitung: Team

Preis für Mitarbeiter | Mitglieder: € 210 | € 450

inkl. Kursbeitrag, Quartier (Mehrbettzimmer od. Lager), Halbpension (exkl. Seilbahn, Liftkarte)

Teilnahmevoraussetzungen: Beherrschen der Seil- und Sicherungstechnik im Mehrseillängenbereich, Klettererfahrung im Outdoor- und Mehrseillängenbereich, mind. SG UIAA 4 | Besonders geeignet für Instruktor*innen und Übungsleiter*innen Alpinklettern.





Fortbildungen
für Guides

Notfalltraining im Fels

Kursnummer: BS2611

Klettersteiggeher*innen, Plaisir- oder Alpinkletterer*innen – jede*r sollte über die wesentlichen Grundkenntnisse der Rettungstechnik im Fels, sowie über die behelfsmäßige Erstversorgung, als auch über den behelfsmäßigen Abtransport von verletzten Personen Bescheid wissen. Das Ziel ist es, unter professioneller Aufsicht, Unfallszenarien bestmöglich zu lösen.

Inhalte: ■ Behelfsmäßige Kameradenrettung im Klettergelände nach oben als auch nach unten (Seilverlängerung und Flaschenzüge) ■ Optimieren der Techniken u. a. durch den Einsatz von modernen Gerätschaften ■ Notfallausrüstung ■ Verhalten im Notfall ■ Alarmierung ■ Versorgung verunfallter Personen ■ Erkennen von Verletzungsmustern ■ Lagerungen ■ behelfsmäßiger Abtransport

26. – 28. Juni 2026, Dachstein

Freitag 15:00 Uhr bis Sonntag 16:00 Uhr

Kursleitung: Edlinger

Preis für Mitarbeiter | Mitglieder: € 210 | € 450

inkl. Kursbeitrag, Quartier (Mehrbettzimmer od. Lager), Halbpension (exkl. Seilbahn, Liftkarte)

Teilnahmevoraussetzungen: Grundkenntnisse der Seil- und Sicherungstechnik im Kletterbereich, Klettererfahrung im Outdoorklettern | Besonders geeignet für Instruktor*innen und Übungsleiter*innen Alpinklettern, Klettersteig



Naturkundliche Wanderung

Kursnummer: BS2627

Im Rahmen einer einfachen Wanderung erkunden wir unterschiedliche Lebensräume, die entlang des Weges auf uns warten. Gebirgsschrecken, Grasfrösche, "Maskierte Strolche", Gämsheide, Silberwurz, uvm. - diese zu erkennen und tiefergehendes Wissen über sie zu haben ist Ziel dieser Exkursion. Georg Derbuch, Biologe und Natur- & Erlebnispädagoge, wird diese Wanderung leiten.

Inhalte: ■ Bestimmen von Tieren und Pflanzen in unseren heimischen Bergen

27. Juni 2026, Tauplitz

Samstag 09:00 Uhr bis 16:00 Uhr

Kursleitung: Derbuch

Preis für Mitarbeiter | Mitglieder: € 45 | € 65

inkl. Kursbeitrag (exkl. Verpflegung, ...)

Teilnahmevoraussetzungen: Kondition für 2 bis 3 Stunden Wandern | Besonders geeignet für Tourenführer*innen, Instruktor*innen und Übungsleiter*innen aller Bergsportarten





**Fortbildungen
für Guides**

Update Seil- und Sicherungstechnik auf Gletschertouren

Kursnummer: BS2610

Das Begehen von vergletschertem Gelände ist ein sehr komplexes Unterfangen. Um sicher unterwegs zu sein, braucht es Hintergrundwissen zu Verhalten, Führungstechnik und Spaltenbergung. Dabei tauchen Fragen auf wie: Muss angeseilt werden oder nicht? Welche Führungstechnik ist in diesem Gelände die passende? Wie verhalte ich mich bei einem Spaltensturz? Wie viele Personen sollten maximal an einem Seil hängen - und in welchem Gelände? Warum sind 30 m Gletscherseil meist zu kurz? Zu diesen und vielen anderen Fragen werden wir an dem Wochenende Antworten finden und diese auch ausprobieren.

Inhalte: ■ Anseilarten am Gletscher ■ Rettungstechnik Spaltenbergung
■ Verhalten und Führungstechnik am Gletscher ■ Fixpunkte in Eis und Firn
■ Alpine Gefahren ■ Gletscherkunde ■ Tourenplanung

10. – 12. Juli 2026, Hohe Tauern / Glocknergruppe

Freitag 13:00 Uhr bis Sonntag 16:00 Uhr

Kursleitung: Team

Preis für Mitarbeiter | Mitglieder: € 210 | € 437

inkl. Kursbeitrag, Quartier (Mehrbettzimmer od. Lager), Halbpension

Teilnahmevoraussetzungen: Geübter Umgang mit Steigeisen, Pickel, Gurt und Seil | Grundkondition für 4 bis 5 Stunden Bewegung | Erfahrung im Begehen von Gletschern | Besonders geeignet für Instruktor*innen und Übungsleiter*innen Hochtouren



Wandern von Hütte zu Hütte – Was ist zu beachten

Kursnummer: BS2614

Ein beliebtes Tourenprogramm beim Wandern sind mehrtägige Hüttenwanderungen und Durchquerungen von Gebirgsgruppen. Was gibt es dabei zu beachten? Welche Gefahren lauern dabei? Beginnend von der Ausschreibung einer Tour, über die notwendige Ausrüstung, bis hin zur teilnehmer*innenangepassten Tourenplanung sowie Notfallmanagement werden die wichtigsten Themen erarbeitet und im Rahmen einer zweitägigen Hüttentour umgesetzt.

Inhalte: ■ Erstellung der Ausschreibung ■ Planung von mehrtägigen Touren ■ Wetter und Orientierung ■ Führungstaktik ■ alpine Gefahren beim Wandern ■ Ausrüstung

4. – 6. September 2026, Schladminger Tauern

Freitag 15:00 Uhr bis Sonntag 16:00 Uhr, Kursleitung: Kinz

Preis für Mitarbeiter | Mitglieder: € 210 | € 283

inkl. Kursbeitrag, Quartier (Mehrbettzimmer od. Lager), Halbpension (exkl. Seilbahn, Liftkarte)

Teilnahmevoraussetzungen: Trittsicherheit sowie Kondition für 5 bis 6-stündige Tagesetappen und bis zu 1.100 Höhenmeter Aufstieg pro Tourentag | Besonders geeignet für Instruktor*innen und Übungsleiter*innen Bergwandern





Wanderbegleiter*in Kursnummer: BS2619

Ein*e Wanderbegleiter*in verfügt über die Kompetenz, Naturfreundemitglieder im Begehen von einfachen Wanderwegen zu führen. Die Planung von Touren sowie die Einschätzung der Wittersituation gehören neben der Führungs- und Leitungskompetenz untrennbar zum Wandergleiter. Tourenführungen in Talnähe, die einfach zu begehen sind, markierte Wege ohne Absturzgefahr, die auch schmal und steil angelegt sein können, zählen zu den Gelände- bzw. Aufgabenbereichen einer Wanderbegleiterin/eines Wanderbegleiters. Der Fokus dieser Ausbildung liegt in der Betreuung von beispielsweise Kräuterwanderungen, Yogawanderungen, Seniorenwanderungen und urbanen Wanderungen. Ergänzend zur Ausbildung werden inhaltliche Erweiterungen durch die Fortbildungen der Naturfreunde Akademie angeboten. Die Ausbildung dauert vier Tage inklusive einer Abschlussprüfung, An- und Abreise.

Inhalte: ■ Führen von Gruppen auf einfachen markierten Wegen ohne Absturzgefahr ■ Gruppendynamische Prozesse ■ Erkennen von Risikofaktoren ■ Wetterkunde und alpine Gefahren ■ Tourenplanung und Tourenführung ■ Orientierung ■ Notfallmanagement und Rettungstechnik ■ Risikobewusstes Verhalten und Umsetzung von Entscheidungen

7. bis 10. Mai 2026,

Spital am Phyrn

Donnerstag 10:00 Uhr

bis Sonntag 16:00 Uhr

Kursleitung: Kinz

Preis für Mitarbeiter | Mitglieder:

€ 280 | € 495 inkl. Kursbeitrag, Quartier (Zwei- od. Mehrbettzimmer), Halbpension

Teilnahmevoraussetzungen: Erfahrung in der Planung und Durchführung von einfachen Wanderungen | Ausdauer für Touren von rund 300 bis 500 hm | Als Aufnahmebedingung ist ein sorgfältig ausgefüllter Tourenbericht über mindestens zehn Wanderungen in den letzten zwei Jahren nötig | Mindestalter bei Ausbildungsabschluss: 16 Jahre



Übungsleiter*in Bergwandern

Kursnummer: BS2616 / BS2617 / BS2618

Ein*e Übungsleiter*in Bergwandern verfügt über die Kompetenz, Naturfreunde Mitglieder im Begehen von Wanderwegen ohne unmittelbare Absturz- und Lawinengefahr auszubilden und zu führen. Die Planung von Touren sowie die Einschätzung der Wettersituation gehören neben der Führungs- und Leitungskompetenz untrennbar zur/zum Übungsleiter*in Bergwandern. Auch Tourenführungen zählen zu den Aufgabenbereichen einer Übungsleiterin/eines Übungsleiters. Darüber hinaus kann eine Übungsleiter*innen-Ausbildung als Vorbereitung für eine Instruktor*innen-Ausbildung dienen. Die Ausbildung ist gleichgestellt mit dem VA-VÖ-Wanderführer*innen-Grundmodul, und wird vom Naturfreunde Ausbildungsteam durchgeführt. Ergänzend zur Ausbildung werden inhaltliche Erweiterungen durch die Fortbildungen der Naturfreunde Akademie sowie durch das Intensivmodul des VAVÖ angeboten. Die Ausbildung dauert vier Tage inklusive einer Abschlussprüfung.

Inhalte: ■ Führen von Gruppen auf Wegen ohne Absturz- und Lawinengefahr ■ Gruppendynamische Prozesse ■ Erkennen von Risikofaktoren ■ Wetterkunde und alpine Gefahren ■ Tourenplanung und Tourenführung ■ Orientierung ■ Notfallmanagement und Rettungstechnik ■ Risikobewusstes Verhalten und Umsetzung von Entscheidungen

14. – 17. Mai 2026, Niedere Tauern / Stmk

Donnerstag 10:00 Uhr bis Sonntag 16:00 Uhr

Kursleitung: Edlinger

4. – 7. Juni 2026, Dachstein

Donnerstag 10:00 Uhr bis Sonntag 16:00 Uhr

Kursleitung: Kinz

2. – 5. Juli 2026, Hohe Tauern / Bad Hofgastein

Donnerstag 10:00 Uhr bis Sonntag 16:00 Uhr

Kursleitung: Kinz

Preis für Mitarbeiter | Mitglieder: € 280 | € 491
inkl. Kursbeitrag, Quartier (Zwei- od. Mehrbettzimmer), Halbpension

Teilnahmevoraussetzungen: Erfahrung in der Planung und Durchführung von Bergwanderungen | Trittsicherheit auch im weglosen Gelände und Ausdauer für Touren von rund 800 Höhenmetern oder mehr | Als Aufnahmebedingung ist ein sorgfältig ausgefüllter Tourenbericht über mindestens fünf Wanderungen mit mind. 800 Höhenmetern sowie fünf Wanderungen mit mind. 6 Std. Gehzeit in den letzten zwei Jahren nötig | Das Mindestalter für die Teilnahme ist mit der Vollendung des 16. Lebensjahres bei Ausbildungsabschluss festgelegt.



Übungsleiter*in Klettersteig Kursnummer: BS2620

Übungsleiter*innen Klettersteig verfügen über die Kompetenz, Naturfreudemitglieder im Begehen von Klettersteigen bis zum Schwierigkeitsgrad C/D auszubilden und zu führen. Die Planung des Zu- und Abstiegs sowie die Einschätzung der Wittersituation gehören neben der Seil- und Sicherungstechnik untrennbar zur/ zum Übungsleiter*in Klettersteig. Auch Tourenführungen zählen zu den Aufgabenbereichen. Es wird jedoch empfohlen, dass Übungsleiter*innen, soweit möglich mit Instruktor*innen Alpinklettern zusammenarbeiten. Darüber hinaus kann eine Übungsleiter*innen-Ausbildung als Vorbereitung für eine Instruktor*innen-Ausbildung dienen. Die Ausbildung dauert sechs Tage inklusive einer Abschlussprüfung, An- und Abreise.

Inhalte: ■ Planung und Durchführung von Klettersteigen ■ Tourenführung und Gruppenleitung ■ Seil- und Sicherungstechniken auf Klettersteigen ■ Führungstechnik auf Klettersteigen ■ Behelfsmäßige Bergrettung ■ Tourenplanung ■ Orientierung ■ Kartenkunde ■ Wetterkunde ■ Risikobewusstes Verhalten und Umsetzung von Entscheidungen

15. – 20. Juni 2026, Ramsau am Dachstein

Montag 10:00 Uhr bis Samstag 16:00 Uhr, Kursleitung: Edlinger

Preis für Mitarbeiter | Mitglieder: € 420 | € 1.061

inkl. Kursbeitrag, Quartier (Zwei- od. Mehrbettzimmer), Halbpension (exkl. Seilbahn, Liftkarte)

Teilnahmevoraussetzungen: Klettersteigerfahrung bis Schwierigkeitsgrad D | Als Aufnahmebedingung reicht ein sorgfältig ausgefüllter Tourenbericht über mindestens sieben Klettersteige im Schwierigkeitsgrad C und drei Klettersteige im Schwierigkeitsgrad D | Mindestalter bei Ausbildungsabschluss: 16 Jahre | Mitarbeit in einer Ortsgruppe

Übungsleiter*in Hochtouren

Kursnummer: BS2621

Die Übungsleiter*innenausbildung Hochtouren vermittelt Vereinsmitgliedern eine Grundausbildung für das selbstständige Begehen von Bergtouren im hochalpinen bzw. vergletscherten Gelände. Die Planung des Zu- und Abstiegs, sowie die Einschätzung der Wettersituation, gehören neben der Seil- und Sicherungstechnik am Gletscher untrennbar zu dieser Ausbildung. Auch Tourenführungen im Rahmen der Vereinstätigkeit zählen zum Aufgabenbereich einer Übungsleiterin/eines Übungsleiters Hochtouren. Es wird jedoch empfohlen, dass Übungsleiter*innen soweit möglich mit Instruktor*innen Hochtouren zusammenarbeiten. Darüber hinaus kann eine Übungsleiter*innen-Ausbildung als Vorbereitung für eine Instruktor*innen-Ausbildung dienen. Die Ausbildung dauert sechs Tage inklusive einer Abschlussprüfung. Die An- und Abreise zur Hütte ist dabei nicht eingerechnet.

Inhalte: ■ Planung und Durchführung von Hochtouren (Gletschertouren) ■ Tourenführung und Gruppenleitung ■ Seil- und Sicherungstechniken (Eis und Firn) ■ Führungstechnik am Gletscher ■ Firnfelder ■ Behelfsmäßige Bergrettung ■ Tourenplanung ■ Orientierung ■ Kartenkunde ■ Wetterkunde ■ Risikobewusstes Verhalten und Umsetzung von Entscheidungen

4. – 10. Juli 2026, Hohe Tauern / Glocknergruppe

Samstag 10:00 Uhr bis Freitag 17:00 Uhr, Kursleitung: Edlinger

Preis für Mitarbeiter | Mitglieder: € 490 | € 913

inkl. Kursbeitrag, Quartier (Mehrbettzimmer od. Lager), Halbpension

Teilnahmevoraussetzungen: Als Aufnahmebedingung reicht ein sorgfältig ausgefüllter Tourenbericht über mindestens fünf hochalpine Bergtouren mit Gletscherbegehung sowie fünf alpine Touren mit leichten Felspassagen im 2. Schwierigkeitsgrad (oder höher). Mindestalter bei Ausbildungsabschluss: 16 Jahre | Mitarbeit in einer Ortsgruppe


**Ausbildungen
zum Guide**

Übungsleiter*in Alpinklettern Kursnummer: BS2622

Ein*e Übungsleiter*in Alpinklettern verfügt über die Kompetenz, Naturfreundemitglieder im Begehen von Mehrseillängenrouten auszubilden und zu führen. Diese alpinen Kletterrouten können sowohl eingbohrt als auch abschnittsweise alpin abgesichert sein. Der Schwerpunkt liegt jedoch im abgesicherten Plaisirbereich. Die Planung des Zu- und Abstiegs sowie die Einschätzung der Wettersituation gehören neben der Seil- und Sicherungstechnik untrennbar zum Alpinklettern. Auch Tourenführungen zählen zu den Aufgabenbereichen einer Übungsleiterin/eines Übungsleiters. Es wird jedoch empfohlen, dass Übungsleiter*innen, wenn möglich mit Instruktor*innen Alpinklettern zusammenarbeiten. Darüber hinaus kann eine Übungsleiter*innen-Ausbildung als Vorbereitung für eine Instruktor*innen-Ausbildung dienen. Die Ausbildung dauert sechs Tage inklusive einer Abschlussprüfung. Die An- und Abreise ist dabei nicht eingerechnet.

Inhalte: ■ Planung und Durchführung von Mehrseillängenrouten ■ Tourenführung und Gruppenleitung ■ Seil- und Sicherungstechniken (im Fels und am Klettersteig) ■ Führungstechnik auf Klettertouren und Klettersteigen ■ Behelfsmäßige Bergrettung ■ Tourenplanung ■ Orientierung ■ Kartenkunde ■ Wetterkunde ■ Risikobewusstes Verhalten und Umsetzung von Entscheidungen

25. – 31. Juli 2026, Dachstein

Samstag 12:00 Uhr bis Freitag 17:00 Uhr, Kursleitung: Widauer

Preis für Mitarbeiter*innen | Mitglieder: € 490 | € 1.102

inkl. Kursbeitrag, Quartier (Mehrbettzimmer od. Lager), Halbpension (exkl. Seilbahn, Liftkarte)

Teilnahmevoraussetzungen: Alpines Klettern im 3.–4. Schwierigkeitsgrad | Als Aufnahmebedingung reicht ein sorgfältig ausgefüllter Tourenbericht über mindestens 5 Klettertouren im 3. Schwierigkeitsgrad über mehrere Seillängen sowie 5 Klettersteige | Mindestalter bei Ausbildungsabschluss: 16 Jahre | Mitarbeit in einer Ortsgruppe



Basiskurs Plaisirklettern

Kursnummer: BS2623

Dieser Grundkurs vermittelt Naturfreundemitgliedern die notwendigen Basisfertigkeiten zum selbstständigen Begehen von Mehrseillängenrouten und dient zukünftigen Übungsleiter*innen und Instruktor*innen Alpinklettern als solide Vorbereitung.

Diese vorwiegend Plaisir-Kletterrouten können sowohl eingbohrt als auch abschnittsweise alpin abgesichert sein. Die Planung des Zu- und Abstiegs, sowie die Einschätzung der Wittersituation, gehören neben der Seil- und Sicherungstechnik zur Basisausbildung Plaisir-/Alpinklettern. Die Ausbildung dauert vier Tage. Die An- und Abreise ist dabei bereits eingerechnet.

Inhalte: ■ Planung und Durchführung von Mehrseillängenrouten ■ Seil- und Sicherungstechniken auf Plaisirkletterrouten ■ Behelfsmäßige Bergrettung ■ Tourenplanung ■ Orientierung ■ Kartenkunde ■ Wetterkunde

22. – 25. Mai 2026, Plombergstein / St. Gilgen

Freitag 10:00 Uhr bis Montag 16:00 Uhr, Kursleitung: Widauer

Preis für Mitglieder: € 532

inkl. Kursbeitrag, Quartier (Zwei- od. Mehrbettzimmer), Halbpension

Teilnahmevoraussetzungen: Sportklettererfahrung | Sicherungstechnik im Sportklettern | idealerweise Vorerfahrung im alpinen Klettern im 3. und 4. Schwierigkeitsgrad | Besonders geeignet als Vorbereitung zur Übungsleiter*innen- oder Instruktor*innen-Ausbildung.





**Veranstaltungen
und Kurse**

Basiskurs Klettersteig Kursnummer: BS2624

Dieser zweitägige Vorbereitungskurs richtet sich an Naturfreunde-mitglieder, die ihre Fähigkeiten für das selbstständige Begehen von Klettersteigen bis zum Schwierigkeitsgrad C/D ausbauen möchten. Du lernst, Zu- und Abstiege sicher zu planen, Wettersituationen einzuschätzen und grundlegende Seil- und Sicherungstechniken anzuwenden. Der Kurs ist zudem die ideale Grundlage für die Übungsleiter*innen-Ausbildung Klettersteig. An- und Abreisetafeln sind in der Kursdauer enthalten.

Inhalte: ■ Planung und Durchführung von Klettersteigen, Sicherungstechniken auf Klettersteigen, Klettersteig-Klettertechnik, Tourenplanung, Orientierung, Kartenkunde, Wetterkunde

13. – 14. Juni 2026, Ramsau am Dachstein

Samstag 10:00 Uhr bis Sonntag 16:00 Uhr, Kursleitung: Team

Preis für Mitglieder: € 378

inkl. Kursbeitrag, Quartier (Zwei- od. Mehrbettzimmer), Halbpension (exkl. Seilbahn, Liftkarte)

Teilnahmevoraussetzungen: Keine spezielle Klettersteigerfahrung notwendig | Grundkondition für 5 Stunden Bewegung | Trittsicherheit | Schwindelfreiheit | Besonders geeignet als Vorbereitung zur Übungsleiter*innen- oder Instruktor*innen-Ausbildung


**Veranstaltungen
und Kurse**

Basiskurs Hochtouren Kursnummer: BS2626

Dieser viertägige Vorbereitungskurs richtet sich an erfahrene Naturfreundemitglieder, die ihre Fähigkeiten für selbstständige Bergtouren im hochalpinen und teils vergletscherten Gelände festigen und erweitern möchten. Neben der sicheren Planung von Zu- und Abstiegen lernst du, Wettersituationen richtig einzuschätzen und die erforderliche Seil- und Sicherungstechnik anzuwenden. Der Kurs ist zugleich die optimale Grundlage für die Übungsleiter*innen-Ausbildung Hochtouren. An- und Abreisetag sind in der Kursdauer enthalten.

Inhalte: ■ Planung und Durchführung von Hochtouren ■ Seil- und Sicherungstechniken (Eis und Firn) ■ Verhalten am Gletscher ■ Firnfelder ■ Behelfsmäßige Bergrettung ■ Tourenplanung ■ Orientierung ■ Kartenkunde ■ Wetterkunde

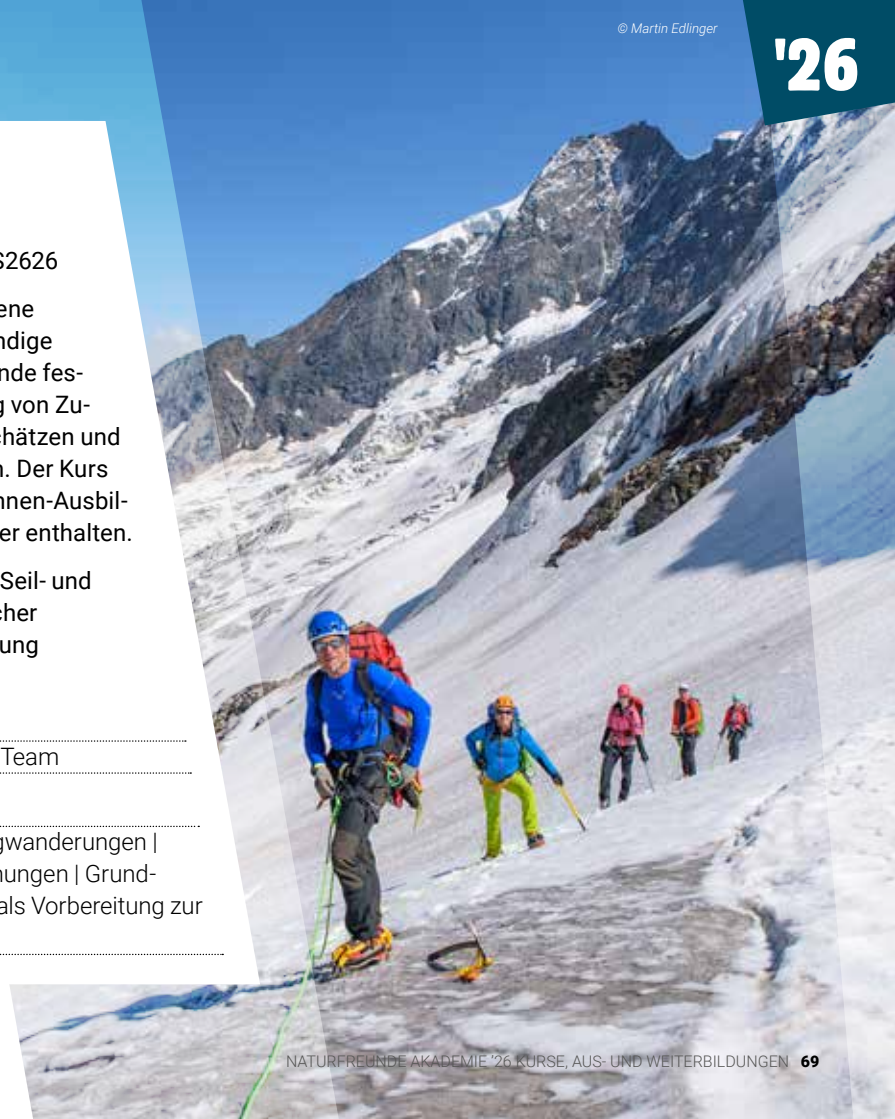
25. – 28. Juni 2026, Hohe Tauern / Glocknergruppe

Donnerstag 10:00 Uhr bis Sonntag 16:00 Uhr, Kursleitung: Team

Preis für Mitglieder: € 556

inkl. Kursbeitrag, Quartier (Mehrbettzimmer od. Lager), Halbpension

Teilnahmevoraussetzungen: Erfahrung bei hochalpinen Bergwanderungen | idealerweise erste Erfahrungen in einfachen Gletscherbegehungen | Grundkondition für 5–6 Stunden Bewegung | Besonders geeignet als Vorbereitung zur Übungsleiter*innen- oder Instruktor*innen-Ausbildung





Bewegung im Schnee als sportliche und soziale Entwicklungsmöglichkeit

Selbst wenn sich der Schnee zunehmend aus unseren niedergelegenen Kernländern OÖ, Stmk und NÖ zurückzieht, sind viele Menschen weiterhin motiviert die Lebensfreude im Schnee zu erleben.

Bei aller Freude möchten wir natürlich auch das wichtige Anliegen des Klimaschutz berücksichtigen. Dies gelingt uns vielfach durch die Verlagerung unserer Ausbildungen ins schneesicher gelegene Hofgastenerhaus auf über 2000 m. Bad Hofgastein ist per Bahn hervorragend erreichbar, sodass wir klimaneutrale, individuelle Anreisemöglichkeiten ermöglichen können. Weiters propagieren wir gemeinsame Anreisen zu unseren Veranstaltungen.

Besonders wertvoll für die Zukunft des Schneesports bei den Naturfreunden ist die Ausbildung zum/zur Kinderbetreuer*in. Mit Besuch des Ergänzungsmoduls kann sich der/die Kinderbetreuer*in in weiterer Folge zum/zur NFÖ-Kindererschlehrer*in ausbilden lassen. Der Anwärterkurs zur bestmöglichen Vorbereitung auf das staatlich geprüfte Instruktor*innen-Level findet zur erleichterten Teilnahme jugendlicher Schneesportler*innen in der Ferienzeit nach Weihnachten statt.

Unser Anliegen: Freude im Schnee, nachhaltiges Lernen und Bewegung als Schlüssel für Lebensqualität – sowohl für Kinder in ihrer sozialen Entwicklung als auch für ältere Menschen, die durch Aktivität Gelenkgesundheit, Wohlbefinden und soziale Teilhabe stärken.

Viel Freude im Schnee – und genieße unser vielfältiges Angebot!

Stefan Schiel, Bundesschneesportreferent







Ausbildungen
zum Guide

NFÖ-Kinderbetreuer*in Schilauf

Ausbildung für den Schikindergarten

Kinder lieben und brauchen Bewegung. Schifahren kommt diesem natürlichen Bewegungsdrang sehr entgegen. Je früher (etwa ab dem vierten Lebensjahr) Kinder mit dem Schifahren beginnen, desto leichter und rascher stellen sich die Erfolge ein. Das SPIELEN IN BEWEGUNG ist dabei die wichtigste Lernform. Eben diesem Prinzip entspricht die Ausbildung zum/zur Kinderbetreuer*in Schilauf. Der Unterricht erfolgt nach den neuesten methodisch-didaktischen und pädagogischen Erkenntnissen zum Thema „Spielerisches Lernen im Bewegungskindergarten und auf der Piste“.

Inhalte: ■ Unterricht der ersten beiden Stufen des österreichischen Schilehrplans ■ Organisation „Schikindergarten“ ■ Grundlagen der Bewegungs- und Trainingslehre für Kinder ■ Umsetzen methodisch-praktischer Übungen ■ Sicherheitsmaßnahmen beim Kinderschilaf ■ Verbessern des Eigenkönnens der Teilnehmer*innen ■ Individuelle und spezifische Kinderschutzbestimmungen

Zum Abschluss der Ausbildung ist die positive Absolvierung aller u.a. Module erforderlich.

**Modul I: 22. – 25. Jänner 2026,
Gasteinertal**

**Modul II: 5. – 8. März 2026,
Gasteinertal**

Kursleitung: Ewald Brandstetter

Preis für Mitarbeiter*innen: € 544

Teilnahmevoraussetzung:

Vollendetes 16. Lebensjahr zu
Kursbeginn |

Fortgeschrittene schitechnische
Fertigkeiten | Aktive Tätigkeit in der
Ortsgruppe



NFÖ-Kinderschilehrer*in

Ausbildung für den Schilauf auf der Piste im Roten Lehrplanbereich

Die Ausbildung baut auf den Inhalten der Kinderbetreuer*innen-ausbildung Schilauf auf und umfasst die Vermittlung der dritten Stufe des österreichischen Schilehrplans. In diesem Modul werden Methoden vermittelt, wie Kinder spielerisch auf Ihrem Weg zum parallelen Schifahren begleitet werden können. Dabei stehen die methodisch-didaktische Vermittlungskompetenz, das Vermitteln von Erlebnissen und die Freude am Tun im Mittelpunkt. Nach positivem Abschluss der Ausbildung ist man berechtigt, den Roten Bereich des österreichischen Schilehrplans (Weg zum parallelen Schisteuern) zu unterrichten.

Inhalte: ■ Spielformen und Sportmotorische Übungen zur Koordinationsverbesserung ■ Methodik der Bewegungsschulung ■ reflexives Lernen mittels Videounterstützung ■ Methodik der roten Stufe des Schilehrplans – Theorie für die Praxis ■ Aspekte der Gruppendynamik und der Sicherheit mit Kindern auf der Piste

18. – 21. Dezember 2025, Gasteinertal

Kursleitung: Stefanie Trimmel

Preis für ausgebildete Kinderbetreuer*innen: € 280

Teilnahmevoraussetzung: Abgeschlossene Ausbildung Kinderbetreuer*in Schilauf | Aktive Tätigkeit in der Ortsgruppe





Instruktor*innen Anwärterkurs Schi/Snowboard

Vorbereitung auf den Unterricht beim Ortsgruppenschikurs und die Ausbildung zum/zur Instruktor*in

Der Fokus dieser Ausbildung liegt beim Technikprogramm im Bereich der Grundstufe und der Verbesserung der persönlichen Fertigkeiten auf der Piste und im verspurten Gelände. Der Unterricht umfasst die methodisch-didaktischen und pädagogischen Grundlagen für die Arbeit mit jugendlichen Vereinsmitgliedern. Absolvent*innen qualifizieren sich einerseits für eine Mitarbeit bei Schneesportveranstaltungen in den Ortsgruppen und andererseits für die Ausbildung zum/zur staatlich geprüften Schi- bzw. Snowboard-Instruktor*in. Im Rahmen der Abschlussprüfung besteht die Möglichkeit, den Eignungstest für die staatliche Schi-/SB-Instruktor*innen-Ausbildung abzulegen.

Inhalte: ■ Verbesserung Eigenkönnen
– Grundstufe und Geländefahren
■ Methodisch-didaktisches Arbeiten in
Aus- und Fortbildung ■ Bewegungslehre
■ Einführung Pädagogik/Entwicklungspsy-
chologie ■ Risikomanagement ■ Erste
Hilfe ■ Materialkunde

**Zum Abschluss der Ausbildung ist die
positive Absolvierung aller u.a. Module
erforderlich**

Modul I: 1. – 6. Jänner 2026, Hintermoos

**Modul II: 23. – 25. Jänner 2026,
Hinterstoder**

Kursleitung: Daniel Holnsteiner

Preis für ausgebildete Kinderschilehrer*in-
nen: € 535

Teilnahmevoraussetzung: Vollendetes
16. Lebensjahr zu Kursbeginn | Positiv
absolvierte Sichtungsfahrt bei einem Bun-
deslehrkadermitglied | Aktive Tätigkeit in
der Ortsgruppe



Techniktraining Schilaufl

Coaching für Fortgeschrittene

Bei diesem Techniktraining erhältst du wertvolle Bewegungsanweisungen zur Entwicklung deiner Fertigkeiten und Verbesserung deiner Technik auf der Piste. Aufbauend auf den neuesten Erkenntnissen der Bewegungswissenschaften wird mit Hilfe individueller sportmotorischer Übungen und direkter Feedbackmethoden unterrichtet.

Dieses Coachingwochenende stellt zudem die perfekte Vorbereitung für die Ausbildung zum/r Instruktor*in dar.

Inhalte: ■ Techniktraining auf Piste, Buckel & Altschnee
 ■ sportmotorische Übungen zur Koordinationsverbesserung
 ■ Methodik der Bewegungsschulung ■ Reflexives Lernen mittels Videounterstützung ■ Praktische Umsetzung – „Schulefahrten“ analysieren, trainieren und perfektionieren



8. – 11. Jänner 2026, Gasteinertal

Kursleitung: Daniel Holnsteiner

Preis für Mitarbeiter*innen | Mitglieder: € 280 | € 509

Der Funktionär*innenpreis für diesen Kurs kann nur alle zwei Jahre in Anspruch genommen werden.

Teilnahmevoraussetzung: Abgeschlossene Ausbildung zum /zur Schiinstruktor*in oder bestandene Instruktor*innen-Aufnahmeprüfung oder adäquates Fahrkönnen



**Fortbildungen
für Guides**

Techniktraining Schilaufrn im pistennahen Variantengelände

Coaching für Fortgeschrittene

Um eine Abfahrt wirklich genießen zu können, ist die entsprechende Schitechnik bei unterschiedlichen Verhältnissen und Bedingungen Voraussetzung. Ziel dieses Ausbildungsmoduls ist die Verbesserung und Entwicklung deiner schitechnischen Fertigkeiten zum Befahren pistennah – gekennzeichneten – Schivarianten. D.h. im Vordergrund stehen das Verbessern des persönlichen Fahrkönnens auf (nicht) präparierten Pisten/Varianten (Buckelpiste, Tief-schnee, ...) und der methodische Aufbau für den Unterricht.

Inhalte: ■ Verbesserung des Eigenkönnens ■ Einbau von Geländehilfen für die Technikschiulung (Kanten, Wechten, Rinnen usw.) im freien Gelände
■ Einsatz der Geschwindigkeit als methodisches Hilfsmittel
■ Methodischer Aufbau für den Schiunterricht ■ Risikobewusstes Verhalten im Gelände ■ Einsatz der Notfallausrüstung

19. – 22. März 2026, Obertauern, Kursleitung: Richard Schnelzer

Preis für Mitarbeiter*innen | Mitglieder: € 280 | € 530

* Der Funktionär*innenpreis für diesen Kurs kann nur alle zwei Jahre in Anspruch genommen werden.

Teilnahmevoraussetzung: Abgeschlossene Ausbildung zum/zur Schiinstruktor*in oder bestandene Instruktor*innen-Aufnahmeprüfung oder adäquates Fahrkönnen | Notfallausrüstung ist Pflicht!



Freeride Camp Ski/ Snowboard – für Frauen

Basics für Einsteigerinnen

„Riden“ Frauen anders? – Technisch gesehen nicht, sie haben jedoch am Ski/Snowboard sehr oft andere Gefühle, Bedenken und Stärken! Statt roher Muskelkraft stehen meist ein hohes Maß an Feinfühligkeit und intuitiver Vorsicht im Vordergrund. Es erwarten dich unsere professionellen und empathischen Trainerinnen, um mit dir und gleichgesinnten Mädels und Frauen die winterliche Natur zu entdecken, Spaß zu haben, mutig Grenzen zu verschieben und die eigenen Fertigkeiten zu verbessern.

Inhalte: ■ Einführung in die „Integrative Lawnenkunde“ ■ Analyse und Bewertung Lawnenlagebericht ■ Wahrnehmen der aktuellen Lawnensituation vor Ort ■ Geländebeurteilung ■ Erkennen und Beurteilen bestehender Gefahren ■ Erkennen risikobewusster Abfahrtslinien und risikobewusstes Verhalten ■ Orientierung ■ Notfallorganisation

Termin: 16. – 18. Jänner 2026, Obertauern

Kursleitung: Anna Frühwirth

Preis für Mitarbeiter*innen | Mitglieder: € 210 | € 365

Teilnahmevoraussetzung: Sichere Ski-/Snowboardtechnik bei wechselnden Schneeverhältnissen | Notfallousrüstung ist Pflicht!





**Fortbildungen
für Guides**

Freeride Camp Ski

Basics für Einsteiger*innen

Du träumst von unberührtem Tiefschnee abseits der Pisten? Hier lernst du die Basics für sicheres Freeriden: erste Abfahrten im Gelände, Technik-Feinschliff und Grundwissen zu Risikomanagement, Lawinenkunde und Ausrüstung. Perfekt für alle, die reinschnuppern oder sicher starten wollen. Powder-Feeling, Know-how und Spaß garantiert!

Inhalte: ■ Integrative Lawinenkunde ■ Lawinenlagebericht analysieren & bewerten ■ Aktuelle Situation vor Ort einschätzen + Gelände & Gefahren beurteilen ■ Sichere Abfahrtslinien wählen ■ Orientierung im Gelände ■ Notfallorganisation

26. Februar – 1. März 2026, Saalbach/Hinterglemm

Kursleitung: Kathrin Klug

Preis für Mitarbeiter*innen | Mitglieder: € 280 | € 530

Teilnahmevoraussetzungen: Abgeschlossene Ausbildung zum/zur Schiinstruktor*in oder bestandene Instruktor*innen--Aufnahmeprüfung oder adäquates Fahrkönnen | Notfallausrüstung ist Pflicht!



Freeride Camp Ski

Coaching für Fortgeschrittene

Nachdem du deine ersten Erfahrungen beim Freeriden sammeln konntest – im besten Fall im Freeridecamp für Einsteiger*innen - willst du nun anspruchsvolleres Gelände befahren. Ziel dieser Fortbildung ist der Aufbau eines vertiefenden Wissens, in der Rolle des Guides, Reflexion deiner Erfahrungen und praktisches Lernen "on the ride." Schwerpunkte: Skill-Entwicklung, Risikomanagement, Guiding und Feedback.

Inhalte: ■ Selbständige Tourenplanung mit Karte und digitalen Hilfsmitteln ■ Risikobeurteilung mit Hilfe des Lawinenlageberichts und Beobachtungen im Gelände ■ die Umsetzung der Planung erfolgt mit Coaching durch den Guide

5. – 8. März 2026, Saalbach/Hinterglemm

Kursleitung: Richard Schnelzer

Preis für Mitarbeiter*innen | Mitglieder: € 280 | € 530

Der Funktionär*innenpreis für diesen Kurs kann nur alle zwei Jahre in Anspruch genommen werden.

Teilnahmevoraussetzungen: Abgeschlossene Ausbildung zum/zur Schi-instruktor*in oder bestandene Instruktor*innen-Aufnahmeprüfung oder adäquates Fahrkönnen | Teilnahme am Freeride-Camp für Einsteiger*innen oder Praxis „Off-Piste“ | Notfallausrüstung ist Pflicht!





**Fortbildungen
für Guides**

Freeride Camp Snowboard

Basics für Einsteiger*innen

Egal ob erste Ausflüge ins Gelände oder bereits erfahrener Freerider – gemeinsam erkunden wir unverspurte Hänge, feilen an Technik und Lines und vertiefen Wissen zu Sicherheit, Lawinenkunde und Ausrüstung. Voraussetzung: Sicheres Boarden und passende Freeride-Ausrüstung. Spaß, Teamspirit und jede Menge Tiefschnee garantiert!

Inhalte: ■ Integrative Lawinenkunde ■ Lawinenlagebericht analysieren & bewerten ■ Aktuelle Situation vor Ort einschätzen ■ Gelände & Gefahren beurteilen ■ Sichere Abfahrtslinien wählen ■ Orientierung im Gelände ■ Notfallorganisation

Termin: 30. Jänner – 1. Februar 2026, Gasteinertal,

Kursleitung: Anna Frühwirth, Lukas Schneider

Preis für Mitarbeiter*innen | Mitglieder:

€ 210 | € 365

Teilnahmevoraussetzung:

Vollendetes 16. Lebensjahr | Sichere Snowboardtechnik im freien (auch steilen) Gelände | Notfallausrüstung ist Pflicht!



Freestyle Camp Ski/Snowboard

Basics für Einsteiger*innen

Du hast bereits – mit Unterstützung oder allein – in die Welt des Freestylens geschnuppert und möchtest dich jetzt mit professioneller Unterstützung weiterentwickeln! Dann ist dieses Camp genau das richtige für dich – egal ob mit Ski oder Snowboard! Festige deine Basics, lerne neue Tricks kennen, perfektioniere Slides auf den Rails & Boxes oder deine Jumps am Kicker. Freestyle vom Feinsten!

Inhalte: ■ Basics – Pistenjibbing ■ Kicker (Straight Air, Shifties & Grabs, Spins) ■ Rails & Boxen (Technik und Tricks) ■ Professionelles Coaching mit Videoanalyse ■ Verhalten im Park ■ Betreuung durch erfahrene Pros

20. – 22. März 2026, Schladming / Superpark Planai

Kursleitung: Daniel Kainz, Max Lang

Preis für Mitarbeiter*innen | Mitglieder: € 210 | € 365

Teilnahmevoraussetzung: Sichere Ski-/Snowboardtechnik (geschnittene Schwünge) auf der Piste | Helm und Protektorenpflicht!





Ausbildungen
zum Guide

Übungsleiter*in Schilanglauf

Ganzheitliche Ausbildung für den Schilanglauf

Schilanglaufen deckt das gesamte Spektrum einer ganzheitlichen und schonenden Körperbewegung ab. Durch die rhythmische, gleitende und gelenkschonende Bewegung beim Langlaufen gibt es kaum konstitutionelle und gesundheitliche Einschränkungen. Die korrekte und präzise Ausführung muss erlernt werden und erfordert eine qualifizierte Lehrperson. Diese Ausbildung richtet sich an alle Naturfreunde-Funktionär*innen, die gerne ihr sportliches Wissen und Können erweitern wollen und sich mit einer Ausbildung die Voraussetzung für eine verantwortungsbewusste und zielorientierte Tätigkeit in der Ortsgruppe schaffen möchten.

Inhalte: ■ Material und Ausrüstung ■ Techniktraining (Skating & Klassisch) ■ Ausgleichstraining ■ spezielle Trainingslehre ■ Bewegungslehre ■ Methodik & Didaktik ■ Kursorganisation ■ Führen und Leiten von Langlauf-Gruppen ■ Einführung Sportbiologie – Sportmedizin

Modul I: 5. – 8. Dezember 2025, Ramsau/Dachstein

Modul II: 5. – 8. März 2026, Ramsau/Dachstein

Kursleitung: Herbert Schöttl

Preis für Mitarbeiter*innen | Mitglieder: € 560 | € 1086

Teilnahmevoraussetzung: Fortgeschrittene technische Fertigkeiten (Skating & Klassisch) | Sehr gute konditionelle Vorbereitung



Fortbildungen
für Guides

Techniktraining Schilanglauf

Dynamischer Skatingstil – Heraus aus der Komfortzone!

Jeder Langlaufstil hat seine Vorzüge. Wer sich auch für's Skaten entscheidet, muss etwas mehr an der Technik feilen, erzielt dadurch aber auch ein höheres Tempo. Der Langlaufskating Perfektionskurs bietet die einzigartige Möglichkeit, deine Fähigkeiten in diesem dynamischen Stil auf das nächste Level zu heben. Die richtige Technik, moderne Methodik und angepasste Didaktik sind die Schlüssel zu einem erfolgreichen Langlaufunterricht.

Bereite dich darauf vor, deine Komfortzone zu verlassen und dich auf eine Reise der technischen Herausforderung und persönlichen Entwicklung zu begeben.

Inhalte: ■ Individuelles und spezifisches Techniktraining
■ Bewegungslehre ■ Methodik und Didaktik

19. – 21. Dezember 2025, Ramsau/Dachstein

Kursleitung: Herbert Schöttl

Preis für Mitarbeiter*innen | Mitglieder: € 210 | € 483

Teilnahmevoraussetzung: LL Übungsleiter*in/Instruktor*in | Mitarbeit in einer Ortsgruppe | Beherrschen der Skating-Grundtechniken





Wohlgefühl auf zwei Rädern mit höchster Kompetenz

Immer mehr Menschen entdecken Rad- und Mountainbike-Sport als Weg zum Wohlbefinden und sportlicher Herausforderung. Ob körperliche Fitness, mentale Gesundheit, Prävention oder Leistungsfähigkeit im Alter – schon 30 Minuten tägliche Bewegung reichen. Wer mehr will, wagt sich an 1200-Höhenmeter-Touren oder besucht einen Bike-Park.

Unser umfangreiches Akademieprogramm 2026 macht genau das möglich: Du findest als Radfahrer*in oder MTBer*in die passende Aus- oder Fortbildung – vom Radtouren-Guide zum MTB-Kids-Guide, vom MTB-Einsteiger bis zum Enduro-Crack, vom Jumptraining bis zur technischen Perfektion. Das ist alles für den „Bio-Biker“ (d.h. ohne Motorunterstützung) oder auch mit dem E-Bike möglich.

Damit Radsport frei und unbeschwert möglich bleibt, setzen wir uns für mehr Freiräume ein:



- Ausbau und Unterstützung bestehender MTB-Bikeparks und Trailgebiete
- Ausbau legaler MTB-Strecken durch vertragliche Regelungen
- Freigabe von Forststraßen als niederschwelliges Angebot für Freizeitsportler*innen

Viel Spaß bei Bewegung und Sport in der Natur mit den Naturfreunden Österreich!
Peter Gebetsberger, Abteilungsleiter Rad & Bike





AUCH MIT
E-BIKE



Ausbildungen
zum Guide

Rad Touren-Guide

Sicher & kompetent Radtouren führen

Diese Ausbildung richtet sich an alle Radbegeisterten, die gemeinsam mit den Naturfreunden Radtouren unternehmen möchten und damit die Grundlage für eine verantwortungsbewusste Tätigkeit in der Ortsgruppe schaffen. Sie stellt sicher, dass Radtourenführer*innen mit ihrer Gruppe sicher und umweltbewusst unterwegs sind. Aufgrund der zunehmenden Verbreitung von E-Bikes (Pedelects) wird auch auf diese Zielgruppe besonders eingegangen.

Inhalte: ■ Material und Ausrüstung ■ Tourenplanung und -umsetzung ■ Führen und Leiten ■ Orientierung mit Karte und GPS ■ Fahrtechnik ■ Gruppenfahren – Verhalten auf Radwegen und im Straßenverkehr ■ Ausgleichstraining ■ Recht & Versicherung

Zum Abschluss der Ausbildung ist die positive Absolvierung aller u.a. Module erforderlich.

Modul I: 25. – 28. Juni 2026, Gmunden

Modul II: 17. – 20. September 2026, Seeham

Kursleitung: Johann Madlmair

Preis für Mitarbeiter*innen | Mitglieder: € 560 | € 930

Teilnahmevoraussetzung: Stabile Gesundheit und gut entwickelte Grundlagenausdauer | Motivation Neues zu lernen und weiterzugeben | Grundkenntnisse und Basis-Erfahrung im Radsport



Mountainbike Kids-Guide

Dein Einstieg ins Mountainbike-Abenteuer für Kinder

Mountainbiken liegt auch bei den Jüngsten voll im Trend! Wir zeigen euch, worauf es ankommt, wenn ihr mit Kindern und Jugendlichen unterwegs seid, und wie Fahrtechnik mit Spiel, Spaß und passender Belastung vermittelt werden kann. Gerne teilen wir unsere didaktisch-methodischen Tricks mit euch. Neben der richtigen Technik lernen die Kids verantwortungsbewusstes und rücksichtsvolles Verhalten gegenüber Umwelt und anderen Naturnutzer*innen. Auch die Festigung eurer eigenen Fahrtechnik im Bikepark und auf Singletrails kommt nicht zu kurz.

Inhalte: ■ Angewandte Methodik & Didaktik ■ Aufbau kindgerechter Ausbildung ■ Material & Ausrüstung ■ Spiel- und spaßorientierter Unterricht ■ „Kids on Tour“ – erlebnisreich und abenteuerzentriert ■ Praktische Übungen und Fahrtechniktraining ■ Kinder- und sportartspezifische Erste-Hilfe

18. – 21. Juni 2026, Spital am Pyhrn

Kursleitung: Daniela Doleschal, Ursula Weichhart

Preis für Mitarbeiter*innen | Mitglieder: € 280 | € 483

Teilnahmevoraussetzung: Stabile Gesundheit und trainierte Ausdauerleistungsfähigkeit | Risikobewusste und sichere Fahrtechnik





AUCH MIT
E-BIKE



Ausbildungen
zum Guide

Mountainbike-Guide / Touren

Sicher und verantwortungsvoll Mountainbike-Touren leiten

Mountainbiken hat in den letzten Jahren stark an Beliebtheit gewonnen – auf wurzeligen Trails, ausgeschilderten Forststraßen oder in Bikeparks. Gleichzeitig steigen die Unfallzahlen. Für dauerhaften Spaß, Risikobewusstsein und Sicherheit auf Touren wird eine spezifische MTB-Ausbildung immer wichtiger.

Die Ausbildung richtet sich an alle ehrenamtlichen Mitarbeiter*innen und Mitglieder, die mit den Naturfreunden biken möchten und sich die Grundlage für eine verantwortungsbewusste und zielorientierte Tätigkeit in der Ortsgruppe schaffen wollen.

Inhalte: ■ Bike Know-How: Material & Ausrüstung / Bikeeinstellungen / Radcheck ■ Techniktraining – Theorie und Praxis ■ Tourenplanung ■ Orientierung und praktische Anwendung im Gelände ■ Basics der Gruppenführung ■ Ausgleichstraining

Zum Abschluss der Ausbildung ist die positive Absolvierung aller u.a. Module erforderlich.

Modul I: 16. – 19. April 2026, Bad Gaisern

Modul II: 3. – 6. September 2026, Saalbach/Hinterglemm

Kursleitung: Peter Gebetsberger

Preis für Mitarbeiter*innen | Mitglieder: € 560 | € 944

Teilnahmevoraussetzung: Trainierte Ausdauerleistungsfähigkeit (Kondition für 1000 hm) | Stabile Gesundheit | Risikobewusste und sichere Fahrtechnik



**Ausbildungen
zum Guide**

Mountainbike-Guide / Enduro & Park

Guiding-Skills für Enduro & Bikepark

Die Ausbildung richtet sich an alle Biker*innen, die ihre Herausforderung vor allem auf Endurotrails und in den Trailabschnitten eines Bikeparks suchen und die dazu notwendigen Fertigkeiten an Freund*innen und MTBike-Begeisterte weitergeben wollen. Der Schwerpunkt richtet sich von der Bewältigung von flowigen Passagen, weiten und (sehr) engen Kurven ohne/mit Anlieger, vom weichen Waldboden über staubige und rutschige Passagen, Wurzelgeflecht bis zu Schotter und felsigen Abschnitten. Dazu kommen Kanten, kurze Steilabfahrten, Bodenwellen, Tables und kleine Drops – alles, was Enduristi in Hochstimmung versetzt.

Inhalte: ■ Training und Entwicklung Eigenkönnen ■ Techniktraining – Theorie und Praktische Übungen ■ Spezielle Bewegungslehre ■ Methodik und Didaktik zur Vermittlung der notwendigen Fertigkeiten ■ Spezielle Methodik im Bikepark ■ Lesen und Vorbereiten von Lines und Obstacles ■ Tourenplanung ■ Material / Ausrüstung / Bikeeinstellungen / Reparatur und Praxistipps ■ Führen und Leiten von Gruppen ■ Ausgleichs- und Regenerationstraining ■ Recht / Haftung / Versicherung bei Tätigkeiten im Verein

Zum Abschluss der Ausbildung ist die positive Absolvierung aller u.a. Module erforderlich.

Modul I: 23. – 26. Juli 2026, Reiteralm

Modul II: 17. – 20. September 2026, Leogang

Preis für Mitarbeiter*innen | Mitglieder: € 560 | € 994, Kursleitung: Peter Gebetsberger

Teilnahmevoraussetzung: Sicheres Biken auf S2-Trails (www.singletrail-skala.de) mit Spitzkehren und steilen Up- und Downhill-Passagen – bitte selbstkritisch hinterfragen! | mind. 5 Tage Bikepark-Erfahrung | Trainierte Ausdauerleistungsfähigkeit | Stabiler Gesundheitszustand





**Fortbildungen
für Frauen**

Techniktraining – Basics für Frauen

Basics für Trails - S0 (sehr leicht)

Wenn du die grundlegenden Techniken des Mountainbikens in einem professionellen und optimalen Lernumfeld erlernen möchtest und bereits erste Erfahrungen auf (Forst-)Schotterstraßen gesammelt hast, ist unser Techniktraining Basics der ideale Kurs für dich. Ohne Leistungsdruck und angepasst an deine individuelle Leistungsfähigkeit erhältst du die Möglichkeit, eine ans Gelände angepasste Fahrtechnik zu erlernen und zu verinnerlichen. So steht deinem unbeschwertem Fahrspaß nichts im Weg.

Inhalte: ■ Ausrüstung/Bikeeinstellungen ■ Verbesserung der spezifischen Fertigkeiten (Bremsen, Steuern, Schalten) ■ Kurven-technik ■ Techniktraining: Hindernisse und steinige Passagen im mittelsteilen Gelände ■ Kleine Reparaturen

24. – 26. April 2026, Spital am Pyhrn

Kursleitung: Ursula Weichhart

Preis für Mitarbeiter*innen | Mitglieder: € 210 | € 312

Teilnahmevoraussetzung: Sichere Fahrtechnik auf losem Untergrund (Schotterstraße) | Teilnahme mit Hardtail möglich

**AUCH MIT
E-BIKE**



Techniktraining – Flowtrail Basics

Basics für Trails - S1 (leicht)

In diesem Kurs erwirbst und vertiefst du die Mountainbike-Skills, die dich vom Fahren auf einfachen (Forst-)Schotterstraßen sicher auf Flow-Trails bringen. Die im Basiskurs erlernten Techniken werden gefestigt und um Grundlagen fortgeschrittener Fahrweisen wie Kurvenfahren (Anlieger) und das Befahren von Tables erweitert. Ziel dieser Fortbildung ist es, deine Fertigkeiten auf leichten Flowtrails zu festigen und dich fit zu machen, Streckenabschnitte und Schlüsselstellen mit dem nötigen Respekt und technischer Präzision souverän zu bewältigen.

Inhalte: ■ Ausrüstung und Bike-Einstellungen ■ Optimale (Fahr-)Position am Bike ■ allg. Techniktraining ■ Single/Flow-Trail Training bis S1 (www.singletrail-skala.de): kleine Wurzeln und steinige Passagen im flachen Gelände ■ Kurventechnik (Anlieger), Tables ■ Einführung Droptechnik

7. – 10. Mai 2026, Wexl Trails

Kursleitung: Robert Czettl

Preis für Mitarbeiter*innen | Mitglieder: € 280 | € 495

Teilnahmevoraussetzung: Basiskenntnisse am Flowtrail |

Teilnahme mit Fully empfohlen

AUCH MIT
E-BIKE




**Fortbildungen
für Guides**

Techniktraining – Flow-/Singletrail Basics

Basics für Trails - S1/S2 (leicht-mittel)

Nach deinen ersten Erfahrungen auf Flowtrails möchtest du mehr aus deinem MTB herausholen. Im Fokus stehen die Festigung und Erweiterung deiner Flowtrail-Technik, inklusive der Einführung ins Befahren kleiner Drops sowie der Annäherung an die Table-Technik. Ziel ist die Vertiefung deiner Fähigkeiten am Flowtrail. Zusätzlich lernst du die Basistechnik auf einfachen, flachen Singletrails mit leichten Stein- und Wurzelfeldern zu meistern. Nach dem Kurs wirst du dich risikobewusst und mit Freude im entsprechenden Gelände bewegen – und bist bereit für viele ereignisreiche Stunden auf den Trails.

Inhalte: ■ Ausrüstung und Bike-Einstellungen ■ Optimale (Fahr-)Position am Bike ■ Techniktraining am Flow-/Singletrail bis S1 mit kurzen S2-Stellen (www.singletrail-skala.de) ■ Bike-Taktik und Linienwahl ■ Überwinden von kleinen Obstacles (Drops, Tables, Wurzeln, ...) ■ Gezieltes Arbeiten an Herausforderungen und/oder mentalen Barrieren unter Gleichgesinnten

18. – 21. Juni 2026, Wexl Trails Kursleitung: Robert Czettl

Preis für Mitarbeiter*innen | Mitglieder: € 280 | € 495

19. – 21. Juni 2026, Serfaus-Fiss-Ladis Kursleitung: Manuel Wolfschwenger

Preis für Mitarbeiter*innen | Mitglieder: € 210 | € 349

Teilnahmevoraussetzung: Risikobewusstes Fahrverhalten und sichere Fahrtechnik auf leichten Trails | Stabile Gesundheit und gute Ausdauerleistungsfähigkeit für Touren bis ca. 700 hm

**AUCH MIT
E-BIKE**



Techniktraining – Flow-/Singletrail Advanced

Basics für Trails - S2 (mittel)

Fahrttechnische Herausforderungen wie Drops, Tables, steile Passagen, längere Stein- und Wurzelfelder und Spitzkehren gehen dir noch nicht "locker von der Hand". Möglicherweise steigst du hin und wieder auch ab und schiebst dein MTB - aber es geht auch anders! Unter Berücksichtigung deines Fahrkönnens und Leistungsniveaus wirst du durch gezielte Übungen schrittweise deine Fahrtechnik anpassen bzw. trainieren und so bestens auf das Befahren von Flow- und Singletrails vorbereitet. Unterstützt von bestens ausgebildeten Trainern*innen kannst du dich der Herausforderung stellen, die eigenen Hemmschwellen zu reduzieren und damit (die oft inneren) Barrieren überwinden. Anschließend steht dem vollen Genuss des Mountainbikens nichts mehr entgegen.

Inhalte: ■ Ausrüstung und ideale MTB-Abstimmung ■ Optimale (Fahr-)Position am Bike
 ■ Techniktraining am Single-/FlowTrail bis S2 (www.singletrail-skala.de) ■ Linienwahl, Blickschulung ■ Kurventechnik (Spitzkehren und Anlieger) ■ Stein- und Wurzelfelder
 ■ Techniktraining Obstacles (Drops, Tables)

30. Juli – 2. August 2026, Reiteralm

Kursleitung: Nina Kraxner

Preis für Mitarbeiter*innen | Mitglieder: € 280 | € 520

Teilnahmevoraussetzung: Sicheres Biken auf S1-Trails | Idealerweise erste Erfahrungen auf S2-Trails und im Bike-Park | Gute Ausdauerleistungsfähigkeit | Fully und Protektoren

AUCH MIT
E-BIKE



**Fortbildungen
für Guides**

Techniktraining - "Jump" Basics

Basics für Einsteiger*innen

„Wow, der ist aber hoch – des kann i aber leida ned.“ Hast du dir so etwas auch schon einmal gedacht? Springen mit dem Mountainbike ist eine Fahrtechnik, die sich erst seit kurzem breiter Beliebtheit erfreut. Schritt für Schritt wirst du am Beginn die hierfür notwendigen Bewegungselemente (Absprung – Phase in der Luft – Landung) und die entsprechenden Techniken kennenlernen und erfahren, um dann auf kleinen Tables (Sprünge mit einer ebenen Landezone zwischen Absprungkante und Landung) die Technik anwenden und verfestigen zu können. Im Laufe des Kurses soll das Erlernte am Trail umgesetzt und verfestigt werden. Weiteres, selbständiges Üben ist unbedingte Notwendigkeit und führt zu sicherer Technik und sturzf freien Runs.

Inhalte: ■ Training und Entwicklung Eigenkönnen ■ Techniktraining „JUMP“ – Theorie und Praktische Übungen ■ Lines & Obstakels „lesen“, beurteilen, vorbereiten und springen“ ■ Risiko- und tempobewusstes Biken im Bike-Park

7. – 9. August 2026, Leogang

Kursleitung: Peter Gebetsberger

Preis für Mitarbeiter*innen | Mitglieder: € 210 | € 389

Teilnahmevoraussetzung: Beherrschen deines MTBikes am Trail und Erfahrung im Bikepark | Fullsuspension mit mind. 120 mm Federweg, idealerweise 140 mm

**AUCH MIT
E-BIKE**



Techniktraining - "Jump" Advanced

Basics für Einsteiger*innen

Ziel im Techniktraining - Jump Advanced ist die Verbesserung deiner Sprungtechnik, um die Kontrolle zu erhöhen, größere Obstacles springen zu können und deinen individuellen Style zu kreieren. Zunächst wird mit der Bunny Hop-Technik und kleinen Sprüngen begonnen. Danach werden anspruchsvollere Sprünge sowie Techniken für versetzte Absprünge und Landungen erarbeitet. Abschließend werden erste Tricks trainiert.

Inhalte: ■ Wiederholung Bunny Hop ■ Theorie High Jump/ aktives Springen ■ Praxis High Jump/aktives Springen ■ Technik für Transfersprünge ■ Herangehensweise für das Erlernen von ersten Tricks (Air Bag) ■ Videoanalysen

25. – 27. September 2026, Wexl Trails

Kursleitung: Christian Eder

Preis für Mitarbeiter*innen | Mitglieder: € 210 | € 389

Teilnahmevoraussetzung: Du beherrschst den Bunny Hop, Enduro-/Freeridebike (Fullsuspension mit mind 140mm Federweg), Körperliche (konditionelle) Eignung und stabiler Gesundheitszustand

AUCH MIT
E-BIKE





Techniktraining – Spitzkehren

Coaching für Fortgeschrittene

Je steiler das Gelände, durch das ein Trail gelegt ist, desto häufiger sind Spitzkehren zu bewältigen. OHNE der richtigen Technik kann das bald zum Stress ausarten – MIT der richtigen Technik wirst du cool weitergrooven.

Neben dem Spitzkehrentraining warten die schönsten Trails im Vinschgau auf ein unvergessliches Abenteuer. An einzelnen Tagen werden wir mit Bikeshuttle unser Ausgangsziel erreichen. Dieses Training richtet sich an fortgeschrittene Mountainbiker*innen, welche die richtige Spitzkehrentechnik erlernen und ihre Skills verbessern möchten.

Inhalte: ■ Techniktraining und Umsetzung auf S1 – S3-Trails lt. www.singletrail-skala.de ■ Spitzkehrentechnik (Kehre fahren / Hinterrad versetzen) erlernen, trainieren und festigen

21. – 25. Oktober 2026, Vinschgau

Kursleitung: Peter Affenzeller

Preis für Mitarbeiter*innen | Mitglieder: € 350 | € 708

Teilnahmevoraussetzung: Erfahrung auf Trails mit leichten Spitzkehren | Sichere Fahrtechnik auf S2-Trails – www.singletrail-skala.de | Kondition für tägliche Touren von 500 bis 1.000 hm



Enduro-Camp – Single-/Endurotrails

Coaching für Fortgeschrittene

Im Mittelpunkt dieses Trainings steht die Bewältigung von flowigen Passagen, weiten und engen Kurven mit oder ohne Anlieger sowie unterschiedlichsten Untergründen – von weichem Waldboden über staubige und rutschige Trails bis hin zu Wurzeln, Schotter und Fels. Dazu kommen Kanten, kurze Steilabfahrten, Bodenwellen, Tables und kleine Drops – alles, was Enduristi begeistert. Du lernst den methodischen Aufbau aller Techniken und Skills, um die Herausforderungen auf Enduro- und Bikeparktrails souverän zu meistern. Das Camp richtet sich an alle MTBiker*innen mit Erfahrung auf Flow- und Singletrails, die bereit für den nächsten Schritt zu anspruchsvolleren Herausforderungen sind.

Inhalte: ■ Entwicklung deiner Fahrtechnik für die SICHERE und STURZFREIE Bewältigung von Single- und Endurotrails mittlerer Schwierigkeit (S2 lt. www.singletrail-skala.de) ■ Tipps zur perfekten Bike-Taktik ■ Material/Ausrüstung/ Bikeeinstellungen/Reparatur und Praxistipps ■ Gezieltes Arbeiten an

Herausforderungen und/oder mentalen Barrieren unter Gleichgesinnten

20. – 23. August 2026, Nauders/Reschen Kursleitung: Petrzilek

Preis für Mitarbeiter*innen | Mitglieder: € 280 | € 535

Teilnahmevoraussetzung: Risikobewusste Fahrfertigkeiten und Erfahrung auf S2-Singletrails und im Bikepark | Stabile Gesundheit und gute Ausdauerleistungsfähigkeit für Touren bis ca. 1.000 hm



Kajaksport mit den Naturfreunden Österreich – Abenteuer trifft Naturerlebnis

Der Kajaksport bei den Naturfreunden Österreich verbindet Abenteuerlust mit tiefem Naturerlebnis. Inmitten der beeindruckenden Alpenlandschaft bieten wir Kurse und Aktivitäten für Anfänger*innen und Fortgeschrittene – vom ersten Paddelschlag bis zur Perfektion in der Welle.

Im Wildwasserzentrum Wildalpen an der Salza lernst du unter Anleitung erfahrener Instruktor*innen die hohe Kunst des Kajakens – sicher, professionell und mit Spaß. Wir vermitteln technische Kompetenz genauso wie Respekt vor der Natur und nachhaltiges Verhalten im Outdoor-Einsatz.

Unsere Kurse verbinden sportliche Herausforderungen mit der Wertschätzung der umliegenden Landschaft und der Vermittlung von Risikobewusstsein, richtiger Einschätzung von Flussverhältnissen und konsequentem Sicherheitsverhalten.

Extra-Highlight: Internationale Wildwasserwoche in Obervellach/Mölltal – bring Gleichgesinnte aus ganz Europa zusammen, teste neue Lines, teile Erfahrungen und bring dein Können auf das nächste Level. Eine Woche voller Action, Austausch und Abenteuer auf dem Wasser.

Potsch Noss!

Christian Tiefenbacher und Matthias Zeiner
Bundesreferenten Kanusport



Christian Tiefenbacher,
Bundesreferent Kanusport



Matthias Zeiner,
Bundesreferent Kanusport





Ausbildungen
zum Guide

Übungsleiter*in Wildwasser

Lehr- und Betreuungskompetenz auf WW 0-3

Diese Ausbildung vermittelt dir die methodisch-didaktischen Grundlagen und die technische Feinform des modernen Kajakfahrens im Wildwasser (Stufen 0–3). Neben pädagogischen und rechtlichen Inhalten stehen auch sicherheits- und rettungstechnische Aspekte im Mittelpunkt. Nach erfolgreichem Abschluss bist du als Übungsleiter*in befähigt und berechtigt, Vereinsmitglieder im Rahmen von Naturfreunde-Veranstaltungen auszubilden und zu betreuen. Für das Zertifikat ist die positive Absolvierung beider Module erforderlich.

Inhalte: ■ Einführung in die Vermittlung des modernen Kajakfahrens ■ allg. Methodik und Didaktik ■ spezielle Methodik Grundkurs/Fortgeschrittenenkurs ■ Einführung Slalom-technik ■ Tourenplanung ■ Strategie – Taktik – Technik – Sicherheit ■ Strömungslehre ■ Materialkunde ■ Sicherheit ■ medizinische Einführung ■ rechtliche Grundlagen

Ausbildungskriterien: Für das Zertifikat ÜL Wildwasser ist die durchgehende Anwesenheit und die positive Absolvierung der gesamten Ausbildung erforderlich.

14.-17.05.2026, WWZ-Wildalpen

Kursleitung: Matthias Zeiner

Preis für Mitarbeiter*innen | Mitglieder: € 280 | € 388

Teilnahmevoraussetzung: Vollendetes 18. LJ | Sicheres Befahren Wildwasser III | sichere Rollentechnik | Moderne Wildwasser-Ausrüstung | Sicherheitsausrüstung | 8-stündiger Erste-Hilfe-Kurs



Wildwasser Kajak – Koordination für Übungsleiter*innen und Instruktor*innen

Kompetenz festigen, Wissen erweitern

Um die Weiterentwicklung des Naturfreunde-Kajaksports zu sichern und eine risikobewusste Betreuung unserer Mitglieder zu gewährleisten, sind regelmäßige Aus- und Fortbildungen unverzichtbar. Diese Koordination dient dazu, deine fachspezifische Kompetenz zu festigen, dein methodisch-didaktisches Wissen zu vertiefen und deine Tätigkeit als Betreuer*in und Ausbilder*in im Verein abzusichern. Darüber hinaus steht der gemeinsame Austausch im Mittelpunkt: Im Team werden Erfahrungen geteilt, Wissen erweitert und Impulse für die Weiterentwicklung des Kajaksports gesetzt.

Inhalte: Ziel dieser Koordination ist die Erweiterung und Vertiefung bereits erworbener (methodisch-didaktischer) Kenntnisse und Fertigkeiten – ergänzt um Themen wie ergonomisches Kajakfahren, die Überarbeitung der Kursinhalte sowie Bootsservice mit kleinen Reparaturen und Bootschweißen.

27.-28.6.2026 , WWZ-Wildalpen

Kursleitung: Matthias Zeiner, Christian Tiefenbacher

Preis: Die Kosten für Nächtigung und Ausbildung übernimmt das Referat Kanusport

Teilnahmevoraussetzung: Ausschließlich Naturfreunde Übungsleiter*innen und OKV-Instruktor*innen mit aktiver Tätigkeit in einer Naturfreunde Ortsgruppe





**Veranstaltungen
und Kurse**

Wildwasser-Erlebnisse an der Salza

Kajak-, Kanadier- und SUP-Kurse für Anfänger*innen bis Profis

Eintauchen in ein Abenteuer – im Naturfreunde Wildwasserzentrum an der türkisblauen Salza! Direkt am Ufer eines der schönsten Wildflüsse Österreichs bieten wir dir das volle Wassererlebnis: Kajak-, Kanadier- und SUP-Kurse für alle Könnensstufen - von neugierigen Anfänger*innen bis zu erfahrenen Paddelprofis.

Unsere ausgebildeten Übungsleiter*innen begleiten dich mit Erfahrung, Sicherheit und jeder Menge Leidenschaft für den Wassersport. In der atemberaubenden Naturkulisse der Salza lernst du nicht nur Technik und Sicherheit, sondern spürst auch die pure Freude am Fluss.

Damit du dein Abenteuer in vollen Zügen genießen kannst, bieten wir gemütliche Übernachtungsmöglichkeiten direkt vor Ort – vom einfachen Campingplatz, Zimmer bis hin zu komfortablen Apartment zum Entspannen nach einem Tag auf dem Wasser.

**Unsere Kursangebote werden ab Februar laufend
aktualisiert: kanusport.naturfreunde.at**

Ort: WWZ-Wildalpen

Kursleitung: Moritz Merk



Internationale Wildwasser-Woche

Lerne Wildwasserpaddeln oder perfektioniere deine Technik in den (reißenden) Fluten

Obervellach im Mölltal/Kärnten bietet die perfekten Voraussetzungen, um die Träume der Wildwasserkajak*innen zu erfüllen. Wir bieten die entsprechende Kurspalette - Anfänger*in bis zum künftigen Slalom-PRO. Unabhängig von deiner Erfahrung und deinem Können haben wir für dich den passenden Kurs. Im Grundkurs lernst du die Basics im stehenden Wasser (am See) und erkundest im Laufe der Woche die leichten Wildwasserpässagen der Möll. Die Fortgeschrittenen stürzen sich in die „wilden“ Abschnitte der Möll oder in die Fluten der Lieser, machen neue Erfahrungen in der Slalomstrecke und tasten sich bei Alpinbefahrungen unter perfekter und umsichtiger Betreuung an ihr Limit heran. Für Freaks, denen normales Paddeln nicht den nötigen Kick verschafft, findet ein spezieller Freestylekurs statt. Wir folgen jedoch auch neuen Entwicklungen und bieten herausfordernde Tage am SUP unter dem Motto „vom See ins leichte Wildwasser“ an. Für die Betreuung und Ausbildung haben wir die besten Kajak-Instruktor*innen Österreichs engagiert! Eine im wahrsten Sinne des Wortes spritzige Ferienwoche im sonnigen Kärntner Mölltal ist garantiert!

Inhalte: ALLES, was du zu einer gelungenen Kajakwoche benötigst – inklusive reichhaltigem Rahmenprogramm!

1. – 8. August 2026, Obervellach/Mölltal, Kursleitung: Peter Gebetsberger

Alle Infos zu Preisen und Anmeldung findest du Online unter: kanusport.naturfreunde.at/wildwasserwoche

Teilnahmevoraussetzung: Naturfreunde Mitgliedschaft





Naturfreunde
JUGEND

Kinder- und Jugendschutz bei den Naturfreunden

In der Jugendarbeit der Naturfreundejugend steht Kinderschutz an erster Stelle. Es ist uns wichtig, nicht nur Kurse anzubieten, die gemeinsame sportliche Aktivitäten fördern, sondern auch eine sichere und vertrauensvolle Umgebung für alle Kinder und Jugendlichen zu schaffen. Gemeinsame Aktivitäten können Nähe entstehen lassen – daher fördern wir bewusst eine Kultur der Aufmerksamkeit und des verantwortlichen Handelns, um körperliche und emotionale Grenzüberschreitungen zu vermeiden.

Sicherheit bedeutet für uns mehr als das Beachten alpiner Regeln: Sie umfasst auch den respektvollen Umgang miteinander sowie eine klare Haltung gegen Gewalt und Diskriminierung. Um dies zu erreichen, haben wir ein Kinderschutzkonzept entwickelt, das präventive Maßnahmen wie klare Verhaltensregeln in Form eines Kodex vorsieht.

Unsere Betreuer*innen werden im Bereich Kinderschutz und Gewaltprävention geschult, Fortbildungen auf allen Ebenen helfen, das Bewusstsein dafür im Verein zu verankern. Unser Kinder- und Jugendschutz-Team steht als Anlaufstelle bei Fragen und im Verdachtsfall zur Verfügung. Unser Ziel ist es, dass sich alle jungen Menschen bei uns willkommen, sicher und ernst genommen fühlen – damit Bergsport und Gemeinschaft Freude machen.

Alle Infos zum Thema Kinder- und Jugendschutz, unser Leitbild und was du selbst beitragen kannst, findest du hier:

www.naturfreundejugend.at/kinderschutz



Susanne Divacka,
Naturfreundejugend
Österreich





KiJu-Leiter*in Basiskurs

Einführung in die Erlebnispädagogik

Die Grundausbildung für alle, die in der Kinder- und Jugendarbeit aktiv sind oder es werden wollen. In Theorie und Praxis erwirbst du nützliches Handwerkszeug für die Gestaltung von erlebnisorientierten Veranstaltungen mit Kindern und Jugendlichen.

Inhalte: ■ Grundlagen der Erlebnispädagogik ■ Spiele und Methoden kennenlernen und ausprobieren ■ rechtliche Rahmenbedingungen ■ Kinder- und Jugendschutz ■ Planung und Qualitätssicherung von Jugendangeboten ■ Praxistipps für die Leitung von Gruppen ■ Erfahrungsaustausch

24. – 26. April 2026, Spital/Pyhrn

Kursleitung: Albert Iglseder

Freitag 9 Uhr bis Sonntag ca. 17 Uhr

Preis für Mitarbeiter*innen | Mitglieder: € 150 | € 500 inkl. Vollpension

Auch als Rufseminar (ab 8 Personen): Termin und Ort nach Vereinbarung. Die Naturfreundejugend übernimmt die Kurskosten, die Ortsgruppe stellt Seminarraum und Verpflegung zur Verfügung.

KiJu-Leiter*in Aufbaukurs

Kinder- und Jugendgruppen aktiv begleiten

In diesem Workshop erweitern wir das methodische Repertoire für die Leitung von Kinder- und Jugendgruppen. Wir testen verschiedenste Outdoor-Spiele und gruppendynamische Übungen. Dabei werden erlebnispädagogische Grundlagen aufgefrischt, Erfahrungen ausgetauscht und neue Impulse für spannende Aktivitäten mitgenommen.

Inhalte: ■ erlebnispädagogische Kenntnisse vertiefen
■ Spiel- und Übungsformen in der Jugendarbeit ■ Neue Methoden und Materialien ■ persönliche Weiterentwicklung in der Leitung von Gruppen durch Feedback und Reflexion

18. – 20. September 2026, Spital/Pyhrn

Kursleitung: Albert Iglseider

Preis für Mitarbeiter*innen | Mitglieder: €150 | € 500 inkl. Vollpension

Auch als Rufseminar (ab 8 Personen): Termin und Ort nach Vereinbarung.
Die Naturfreundejugend übernimmt die Kurskosten, die Ortsgruppe stellt Seminarraum und Verpflegung zur Verfügung.





Workshop Nähe, Grenzen und Kinderschutz

Die achtsame Begleitung von Kindern und Jugendlichen und die Prävention von Gewalt sind wichtige Anliegen in der Jugendarbeit der Naturfreunde. In diesem Workshop erlernst du die Basics für eine sensible Kinder- und Jugendarbeit, wie du bei deinen Veranstaltungen aktive Präventionsmaßnahmen setzen und in heiklen Situationen richtig reagieren kannst.

Inhalte: ■ verschiedene Formen von Gewalt und Missbrauch erkennen ■ Sensibilisierung und Selbstreflexion ■ Maßnahmen für sichere Veranstaltungen ■ Verantwortung und Transparenz in der Gruppe ■ Fallbeispiele und Lösungsansätze ■ Kinder- und Jugendschutz-Leitbild bei den Naturfreunden ■ Was tun im Verdachtsfall?

Kursleitung: Kinder- und Jugendschutz-Team Naturfreunde

Teilnahmevoraussetzungen: NF-Mitgliedschaft | Mindestalter 16 Jahre | Strafregisterbescheinigung Kinder- und Jugendfürsorge

Detailinfo & Anmeldung: naturfreundejugend.at

Kinderschutz auf Skikursen und Feriencamps – Webinar

Ob am Skikurs oder im Feriencamp – Kinder gut begleiten, Grenzen wahren und sichere Rahmenbedingungen schaffen sind zentrale Aufgaben der Betreuung. In diesen Webinaren erhältst du praxisnahe Tipps zum Kinder- und Jugendschutz bei den Naturfreunden: Wie gehst du mit Heimweh, Ausgrenzung oder Grenzverletzungen um? Wo beginnt und endet deine Verantwortung? Gemeinsam erarbeiten wir Strategien, um Veranstaltungen sicher und angenehm für alle zu gestalten.

Inhalte: ■ Grundlagen Kinder- & Jugendschutz bei den Naturfreunden
■ Rolle und Verantwortung als Betreuer*in ■ Nähe & Distanz ■ Heimweh, Angst und Ausgrenzung begleiten ■ Regeln gemeinsam erarbeiten & anwenden ■ Gruppendruck und Konflikte entschärfen ■ Grenzverletzungen erkennen und richtig reagieren ■ Kommunikation mit Eltern und Bezugspersonen

Kinderschutz: Skikurs-Edition:

18. November 2025, 18 – 20 Uhr

Kursleitung: Denise Engl

Preis für Mitarbeiter*innen |

Mitglieder: kostenlos

Kinderschutz: Feriencamp-Edition:

6. Mai 2026, 18 – 20 Uhr

Kursleitung: Denise Engl

Preis für Mitarbeiter*innen |

Mitglieder: kostenlos



Jugend Skitourencamp

Bock auf frischen Powder und sichere Lines?

Im Snow & Safety Basis Camp lernst du alles, was du fürs Skitouren- und Freeride-Abenteuer brauchst. Gemeinsam checken wir, wie man Touren plant, Gefahren erkennt und im Gelände clever unterwegs ist – und das alles mit viel Action, Spaß und Powderfeeling.

Inhalte: ■ Tourenplanung und Durchführung (Ski & Snowboard)
■ Schnee-, Lawinen- & Wetterkunde leicht erklärt ■ Aufstiegs- und Abfahrtstechnik im Gelände ■ LVS-Training (Lawinenverschütteten-suche) ■ Orientierung & Navigation ■ Teamwork & Gruppendynamik im Schnee

2. – 5. Januar 2026, Kolm-Saigurn

Freitag, 14:30 Uhr bis Montag, 14:30 Uhr

Kursleitung: Andreas Widauer

Teilnehmerbeitrag: € 570

inkl. Kursbeitrag, Quartier (Mehrbettzimmer), Vollpension

Teilnahmevoraussetzungen: Sicheres Skifahren auf schwarzen Pisten | vollendetes 13. Lebensjahr | Vorerfahrung im Skitourenbereich (z. B. 3 Skitouren mit ca. 600 Hm) | Motivation und Freude, sich auf und abseits der Piste mit Tourenskiern oder Splitboard zu bewegen (Splitboard nach Rücksprache möglich) | Eine Teilnahme an der Veranstaltung ist ausschließlich bei bester Gesundheit sowie körperlicher und geistiger Fitness möglich!

Ice X Dream

Eisklettern für Anfänger*innen und Fortgeschrittene

Die Eisarena Kolm-Saigurn bietet perfekte Bedingungen für das genussvolle Klettern an gefrorenen Wasserfällen! Neben steilen Eisfällen gibt es geneigte Rinnen und gestuftes Gelände in wunderschöner Landschaft. Je nach Können und Motivation kannst du in sicherer Umgebung deine Erfahrungen mit dieser faszinierenden Sportart machen, von den ersten Schritten im steilen Eis bis zu extremen Säulen! Unsere Bergführer vermitteln in Kleingruppen das Know-how an leichten bis schwierigeren Routen. Das gemütliche Naturfreundehaus liegt nahe den Eisfällen an der Sonnblickbasis.

**23. – 25. Jänner 2026: Anfänger*innen,
Kolm-Saigurn/Rauris**

**6. – 8. Februar 2026: Anfänger*innen und Fortgeschrittene,
Kolm-Saigurn/Rauris**

Kursleitung: Roland Groll

Preis für Mitarbeiter*innen | Mitglieder: € 210 | € 420

inkl. Halbpension/Zimmerlager

Teilnahmevoraussetzungen: NF-Mitgliedschaft |

Mindestalter 16 Jahre

Detailinfo & Anmeldung: naturfreundejugend.at





Naturerlebnisse begleiten

Wandern mit Kindern und Jugendlichen – Praxistage

Um Heranwachsende für die Bewegung in der Natur zu begeistern, gilt es, Wanderungen und Ausflüge altersgerecht und spannend zu gestalten. An den beiden Praxistagen erarbeitet ihr das Know-how für Erlebniswanderungen und Entdeckungstouren, die Lust auf mehr machen – und habt die Möglichkeit, das Gelernte direkt draußen in der Gruppe auszuprobieren und zu vertiefen.

Inhalte: ■ kindgerechte Wissensvermittlung zu den Themen Natur, Umwelt und Klima ■ gruppendynamische Prozesse begleiten ■ Spiele und Methoden für unterwegs vertiefen und erproben ■ alpine Gefahren

Praxistag: 29. August 2026, Bruck/Mur, JUFA

Praxistag: 28. September 2026, Bruck/Mur, JUFA

Kursleitung: Alexander Mann

Preis Praxistag Mitarbeiter*innen | Mitglieder: € 100

| € 145 inkl. Verpflegung

Teilnahmevoraussetzungen: NF-Mitgliedschaft

Detailinfo & Anmeldung: naturfreundejugend.at

Hochalpin-Camp

Hochtouren-Basiskurs für Jugendliche und junge Erwachsene

Du möchtest unter professioneller Führung Höhenluft schnuppern? Über Gletscher wandern, über Grate klettern und hohe Gipfel besteigen?

Mit diesem Kurs legst du den Grundstein für deine ersten Touren im hochalpinen Gelände. Als Kursabschluss geht es über den Hallstätter Gletscher und den Randkluftsteig oder Schulteranstieg (Klettersteig B) auf den 2.995 m hohen Dachstein*.

Inhalte: ■ Tourenplanung ■ Orientierung ■ alpinistische Grundlagen für Fels-, Eis- und Gletschertouren ■ Seil- und Sicherungstechnik ■ Risiko- und Notfallmanagement

4. – 7. Juni 2026: Simonyhütte, Dachstein

Kursleitung: Roland Groll

Preis für Mitarbeiter*innen | Mitglieder: € 400 | € 565

inkl. Halbpension, Matratzenlager, Leihusrüstung

Teilnahmevoraussetzungen: NF-Mitgliedschaft | durchschnittliche körperliche Fitness | Schwindelfreiheit | Kondition für 800 Hm Aufstieg mit Rucksack | Mindestalter 16 Jahre

Detailinfo & Anmeldung: naturfreundejugend.at

* Programmänderungen sind witterungs- oder verhältnisbedingt möglich.





Klettersteigkurs

Klettersteig Basiskurs für Jugendliche und junge Erwachsene

Klettersteige bieten ein einzigartiges Abenteuer in der Vertikalen – doch Sicherheit geht immer vor. In diesem Kurs lernst du die richtige Ausrüstung kennen, erfährst alles über alpine Gefahren und Tourenplanung und übst das sichere Begehen von Klettersteigen direkt in der Praxis.

Inhalte: ■ Tourenplanung ■ Orientierung ■ alpinistische Grundlagen für Fels-, Eis- und Gletschertouren ■ Seil- und Sicherungstechnik ■ Risiko- und Notfallmanagement

23. – 25. Juni 2026, Ramsau

Kursleitung: Roland Groll

Preis für Mitarbeiter*innen | Mitglieder: € 450 | € 550

Detailinfo & Anmeldung: naturfreundejugend.at

Teilnahmevoraussetzungen: NF-Mitgliedschaft | durchschnittliche körperliche Fitness | Schwindelfreiheit | Kondition für 800 Hm | Aufstieg mit Rucksack | Mindestalter 16 Jahre

MTB-Fahrtechniktraining für Kids & Teens

Tipps und Tricks für junge Rider

Schüler*innen zwischen 8 und 16 Jahren, die gerne mit dem Mountainbike unterwegs sind, können bei diesem Kurs ihre Fahrtechnik verbessern. Österreichs erfolgreicher Rad-Profi Lukas Kaufmann und sein Trainer*innen-Team zeigen, worauf es beim Mountainbiken ankommt und wie viel Spaß dieser Sport macht.

Inhalte: ■ Grundlagen Fahrtechnik: Bremsen, Schalten, Lenken, Sitzposition ■ Verbesserung Eigenkönnen
■ Balanceübungen und Spiele ■ Risikobewusstsein
■ Wege und Natur: Wie verhalte ich mich richtig?

17. Oktober 2026, Ardagger

Kursleitung: Lukas Kaufmann

Teilnahmebeitrag | Geschwisterkind: € 100 | € 60 inkl. Mittagessen

Teilnahmevoraussetzungen: NF-Mitgliedschaft | funktionstüchtiges Mountainbike | Helm | Fahrradhandschuhe und Brille empfohlen





Social Media Basics – Webinar

Soziale Medien bekommen immer mehr Präsenz auch in der Vereinsarbeit, doch wie können Ehrenamtliche diese Kanäle ohne großen Aufwand nutzen? Im Workshop erfährst du, wie Social Media hilft, Mitglieder zu gewinnen, bestehende zu binden und Vereinsaktivitäten sichtbar zu machen. Du lernst die Grundlagen von Facebook, Instagram und TikTok, entwickelst eine Strategie und erhältst praxisnahe Tipps zu Recht, Content und Planung.

Inhalte: ■ Grundlagen zu Facebook, Instagram & TikTok
■ Vereinsziele definieren und Zielgruppen erreichen
■ Einfache Content-Ideen für Ehrenamtliche ■ Planung & Organisation mit Redaktionsplan ■ Rechtliches: Bildrechte, Urheberrecht, Datenschutz ■ Tipps für Videos, Captions & Storytelling ■ Tools nutzen: Meta BusinessSuite & CapCut ■ Best Practices & Inspiration aus Vereinen

8. Oktober 2026, 18 – 20 Uhr

Kursleitung: Social-Media-Team Naturfreundejugend

Preis für Mitarbeiter*innen | Mitglieder: € 15 | € 25

Sommercamps im Nationalpark Gesäuse

Wildes Wasser, steiler Fels: Bei den Feriencamps im Gesäuse erleben Kinder, Jugendliche, Familien und Foto-Fans gemeinsam mit Nationalpark Rangern Action und Natur im Herzen Österreichs.

Bergtouren, abenteuerliche Fluss-Überquerungen, eine Höhle erkunden, gut gesichert auf Felsen klettern, kleine und große Naturwunder entdecken, mit Profi-Tipps tolle Fotos gestalten, gemütliche Abende am Lagerfeuer und ein unglaublicher Sternenhimmel ... all das und noch viel mehr könnt ihr bei den Sommercamps im Nationalpark Gesäuse erleben!

In Kooperation mit der Naturfreundejugend Österreich werden im Nationalpark Gesäuse wieder folgende Ferienlager angeboten:

Kindercamp für Entdecker*innen von 10 bis 11 Jahren

12. – 17. Juli 2026, Teilnahmebeitrag: € 430*

Jugendcamp für Abenteuerlustige von 12 bis 14 Jahren

19. – 24. Juli 2026, Teilnahmebeitrag: € 440*

Familiencamp für mutige Kinder bis 10 und ihre Eltern

9. – 14. August 2026, Teilnahmebeitrag Erwachsene: € 513* |
Kind: € 393* | Geschwister: € 363*

Kids & Kamera Fotocamp für 12- bis 16-Jährige

16. – 21. August 2026, Teilnahmebeitrag: € 495
inkl. Übernachtung im Bettenlager (Kinder-, Jugend- und Fotocamp) bzw. Holzhäuschen (Familiencamp), Halbpension, Leihausrüstung

Detailinfo & Anmeldung: naturfreundejugend.at



Erste-Hilfe-Kurs

Im alpinen Gelände oder mit Kinder- und Jugendgruppen stellen uns Notfälle vor besondere Herausforderungen. In dieser Fortbildung üben wir praxisnah den Umgang mit typischen Verletzungen und Notfallsituationen bei Outdoor-Aktivitäten. Ergänzt wird die Praxis durch Theorieeinheiten, die dir Sicherheit im Ernstfall geben.

Inhalte: ■ Stürze, Knochenbrüche & Kletterverletzungen
■ Blutungen, Schock, Herz-Kreislauf-Probleme ■ Notfälle im Ferienlager oder beim Baden ■ Bergung im alpinen Gelände
■ Umgang mit Gruppen im Notfall ■ Eigene Rolle in Stresssituationen ■ Nutzung der Notfall-Hotline der Naturfreunde

18. Oktober 2026, Kolpinghaus Linz

Kursleitung: Ewald Hofmann

Preis für Mitarbeiter*innen | Mitglieder: € 85 | € 135

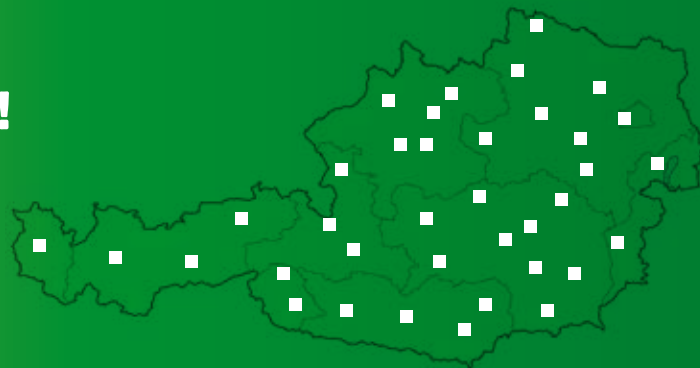
9 Uhr bis ca. 17 Uhr, inkl. Mittagessen

Auch als Rufseminar (ab 8 Personen): Termin und Ort nach Vereinbarung. Die Naturfreundejugend übernimmt die Kurskosten, die Ortsgruppe stellt Seminarraum und Verpflegung zur Verfügung.

Rufseminare – Wir kommen zu euch!

Diese Kurse bieten wir auf Wunsch bei euch vor Ort an. Die Naturfreundejugend übernimmt die Kurskosten, die teilnehmenden Ortsgruppen organisieren Teilnehmer*innen und Seminarraum und stellen die Verpflegung zur Verfügung.

Anfragen bitte unter jugend@naturfreunde.at oder 0664 852 17 40



KiJu-Leiter*in Basiskurs/ Aufbaukurs

Grundausbildung oder Follow-up für eine erlebnisorientierte, qualitätsvolle Kinder- und Jugendarbeit bei den Naturfreunden.

2 Tage, Termin und Ort nach Vereinbarung
8 – 15 Personen, ab 15 Jahren

Erste Hilfe KiJu

Praktisches Know-how, was bei Outdoor-Unfällen zu tun ist und wie du Kinder im Notfall richtig erstversorgen kannst.

1 Tag, Termin und Ort nach Vereinbarung
8 – 15 Personen, ab 16 Jahren

Nähe, Grenzen und Kinderschutz

Basisschulung zum Kinder- und Jugendschutz: Sensibilisierung für verschiedene Formen von Gewalt und deren Prävention.

1 – 2 Tage, Termin und Ort nach Vereinbarung
8 – 15 Personen, ab 18 Jahren



Gemeinsam mehr bewegen – Starke OG-Teams bedeuten einen starken Verein

Die Grundintention unserer Vereins- und Ortsgruppenarbeit ist mehr als persönliches Handeln: Es geht um ehrenamtliche Zusammenarbeit, um gemeinsam etwas zu bewegen. Damit verbunden sind spannende Chancen – aber auch große Herausforderungen für unsere aktiven Funktionärinnen und Funktionäre.

Für eine zukunftsorientierte Arbeit stärken wir gezielt eure OG-Teams und bieten praxisnahe Lösungsideen, hilfreiche Tools und Best-Practice-Beispiele. Alle motivierten Ortsgruppenfunktionär*innen unterstützen wir mit fachspezifischen Vorträgen und Rufseminaren zu relevanten Themen wie Rechtsrahmen bei Vereinstätigkeiten, Wege- und Vereinsrecht sowie Organisations- und Ortsgruppenentwicklung. Wir freuen uns auf eure Anmeldungen – und auf inspirierende Impulse für neue Themenfelder. Gemeinsam gestalten wir den Verein von morgen.

Peter Gebetsberger,
Teammanagement







**Veranstaltungen
und Kurse**

Der zukunftsfähige Verein – Impulsvortrag

Impulse für lebendige und zukunftsfähige Vereine

Ehrenamtliche Arbeit in Freizeit- und Sportorganisationen ist bereichernd und stark – wenn Erfahrung und Tradition mit frischen Ideen verschmilzt. Wie nutzen wir die Kompetenz erfahrener Funktionär*innen und begeistern gleichzeitig junge Menschen für Mitgestaltung?

Unser Impulsvortrag zeigt praxisnahe Wege, Werte zu bewahren und zugleich neue Energie, Motivation und Nachwuchs zu gewinnen. Im Fokus stehen konkrete Ansätze, Werkzeuge und Best-Practice-Beispiele, die ehrenamtliche Naturfreunde-Mitarbeiterinnen dabei unterstützen, starke Teams aufzubauen und nachhaltig zu wirken.

Dein Nutzen: ■ Vorschläge und klar definierte Pfade, wie erfahrene und neue Mitglieder voneinander lernen können ■ Motivation, Engagement und Kontinuität im Verein ■ Innovative Formate, welche die Teilnahme erleichtern und sichtbaren Mehrwert schaffen ■ Zeitgemäße Vereinsorganisation ■ Mitglieder- und Nachfolgemanagement ■ Kommunikation und Soziale Medien

Vortragende: Sonja Riedl – www.dieriedlerei.com, Dauer ca. 3 Std.

Termin und Veranstaltungsort organisieren wir gerne auf deinen Wunsch

Kosten trägt die Naturfreunde Bundesorganisation

Teilnahmebedingung: Aktive Tätigkeit in der Ortsgruppe

Detailinformationen: peter.gebetsberger@naturfreunde.at



Rechtsfragen im Verein

Rechtliche Verantwortung im Ehrenamt verstehen

Vereinsrecht, Wegerecht und OG-Organisation – kompakt und praxisnah für Naturfreunde Ortsgruppen. Entdecken Sie, wie Sie Ihre Naturfreunde-Aktivitäten rechtsicher, reibungslos und nachhaltig gestalten. Unser kompakter Workshop wandelt komplexe Rechtswelten in klare Handlungsanweisungen – speziell abgestimmt auf Naturfreunde Österreich.

Was Sie erwartet:

- Klare Grundlagen zum Vereinsrecht
- Wegerecht nach Naturfreunde-Standard
- Rechtssicherheit bei Veranstaltungen und Reisen
- Haftungsvermeidung durch rechtssichere Verträge und transparente Kommunikation.

Zielgruppe: Vorstände/Vorsitzende, Kassier*innen, Schriftführer*innen, Beiräte, Reise- und Veranstaltungsleiter*innen

Vortragender: Dr. Wolfgang Stock, Experte für Freizeitrecht

Termin und Veranstaltungsort organisieren wir gerne auf deinen Wunsch

Seminarkosten trägt die Naturfreunde Bundesorganisation

Teilnahmebedingungen: Aktive Tätigkeit in der Ortsgruppe

Detailinformationen: peter.gebetsberger@naturfreunde.at



**Veranstaltungen
und Kurse**

Rechtsrahmen für Sportfunktionär*innen

Sicher handeln im Vereinsalltag bei Sportveranstaltungen

In diesem praxisorientierten Seminar bieten wir dir als Sportfunktionär*in, Vorstandsmitglied, Trainer*in und Engagierte(r) im Verein einen klaren Überblick über die rechtlichen Grundlagen und Rahmenbedingungen deiner sportbezogenen Arbeit. Wir klären Verantwortlichkeiten, Haftungs- und Versicherungsfragen, Fallen, die du vermeiden solltest und die Bedeutung deiner Sorgfaltspflichten – sportartübergreifend und verständlich aufbereitet. So handelst du rechtssicher, schützt dich und deinen Verein und weißt, was im Ernstfall zu tun ist.

Ziele und Inhalte: ■ Tätigkeitsbereiche und -möglichkeiten im Sport rechtlich einordnen
 ■ Rechtliche Grundlagen und Haftung im Vereinsalltag verstehen ■ Abrechnungsmodalitäten und was damit verbunden sein kann ■ Verantwortlichkeiten und Sorgfaltspflichten definieren und umsetzen ■ Sportartspezifisches Restrisiko vs. Selbstverantwortung der Teilnehmenden
 ■ Versicherungsbedarf: Welche Versicherungen sind unbedingt nötig und was decken diese ab? ■ Richtig handeln nach Unfällen: Sofortmaßnahmen, Dokumentation, Unterstützung bei der Protokollaufnahme, Kommunikation ■ Unterstützungssysteme und mögliche Rechtsfolgen bei Unfällen mit Personenschäden

Vortragender: Mag Peter Gebetsberger

Termin und Veranstaltungsort organisieren wir gerne auf deinen Wunsch

Kosten trägt die Naturfreunde Bundesorganisation

Detailinformationen: peter.gebetsberger@naturfreunde.at

**Veranstaltungen
und Kurse**

Grundlagen des systemischen Coachings

Unterstützung für die Arbeit mit Sport- und Vereinsgruppen

Jeder Mensch ist einzigartig und lebt in seiner subjektiven Wirklichkeitskonstruktion. Deshalb liegen auch die Lösungen für die eigenen Probleme nicht „irgendwo da draußen“ (z. B. im Wissensbereich des Trainers), sondern in der jeweils eigenen Lebenswelt, im eigenen System verborgen. Wir müssen sie „nur“ finden!

Mit öffnenden und ressourcenstärkenden Fragen können wir Menschen helfen, diese „eigenen“ – und damit umsetzbaren – Lösungen zu finden. Diese Vorgehensweise unterstützt Lösungssuchende in ihrer Selbstwirksamkeit, bereitet Freude und stärkt das Selbstvertrauen.

Ob es sich um eine sportliche Bewegung, ein mentales Thema oder eine Entscheidung in der Gruppenführung handelt, es sind die gleichen (einfachen) Prinzipien, Fragen und Methoden, die hier wirksam eingesetzt werden können.

Vortragender: Mag. Jakob Wurm-Auersperg

Termin und Veranstaltungsort organisieren wir gerne auf deinen Wunsch

Seminarkosten trägt die Naturfreunde Bundesorganisation

Teilnahmebedingungen: Aktive Tätigkeit in der Ortsgruppe

Detaillinformationen: peter.gebetsberger@naturfreunde.at





Notizen

[illegible]