

Erlebnisreiche Bergtouren und Wanderungen der DAV-Sektion Eggenfelden

Erfahren Sie die bevorstehenden Termine der DAV-Sektion Eggenfelden für Senioren-Bergtouren, Wanderungen und Mountainbike-Ausfahrten im September und Oktober.

Die Alpenverein-Sektion Eggenfelden hat ihr spannendes Programm für die kommenden zwei Monate veröffentlicht. Von Bergtouren über Wanderungen bis hin zu Seniorenaktivitäten, bietet die Gruppe zahlreiche Möglichkeiten, die Schönheit der Natur in und um den Landkreis Rottal-Inn zu genießen. Ein besonderes Highlight ist die Einsame Bergtour, die am Sonntag, den 1. September, auf die Reiteralpe führt, geleitet von Renate Obermeier und Walter Zinner.

Für alle Wanderlustigen wird ein anspruchsvolles Erlebnis geboten: Bei der Überschreitung des Eisbergs, der sich auf 1800 Meter erhebt, sind Trittsicherheit und Schwindelfreiheit gefordert. Dies ist eine willkommene Herausforderung für erfahrene Bergsteiger, die die frische Luft und die traumhafte Aussicht schätzen. Der Wert dieser Erlebnisse geht über den physischen Aspekt hinaus, da das Gemeinschaftsgefühl und die Verbundenheit zur Natur im Vordergrund stehen.

Vielfältige Aktivitäten für alle Altersgruppen

Der 4. September markiert den Beginn einer speziellen Senioren-Bergtour, die unter der Leitung von Fritz Hager stattfinden wird. Die Teilnehmer haben die Gelegenheit, den Voralpengipfel

Brünnstein zu erklimmen, dessen Höhe 1619 Meter beträgt. Dies ist eine hervorragende Möglichkeit für ältere Wanderer, aktiv zu bleiben und die atemberaubende Landschaft zu genießen.

Ein weiterer Programmpunkt ist die Familienwanderung durch die Almbachklamm am 14. September. Diese Tour wird von Marcel Kießling geleitet und ist ideal für Familien, die gemeinsam die Natur erleben möchten. Die Almbachklamm in den Berchtesgadener Alpen ist nicht nur ein wunderschöner Wanderweg, sondern bietet auch die Möglichkeit, viel über die regionale Flora und Fauna zu lernen.

Ein besonderes Ereignis wartet am 21. September mit einer Bergwanderung auf das Chiemgauer Fellhorn. Unter der Leitung von Regina Trindorfer können die Teilnehmer die Mühe des Aufstiegs mit einem atemberaubenden 360-Grad-Panorama belohnen. Nach 1200 Höhenmetern und 21 Kilometern Wegstrecke erwartet die Wanderer eine umwerfende Aussicht, die den Aufwand mehr als wert ist.

Regelmäßige Treffen und Sportangebote

Der Oktober beginnt mit einer Bergtour zur Hochalmscharte, die für den 3. Oktober geplant ist. Unter der Leitung von Monika Durner können sich die Teilnehmer auf ein weiteres herausforderndes Abenteuer in den Berchtesgadener Alpen freuen. Anschließend steht am 9. Oktober eine Bergtour auf die Hochplatte und den Friedenrath auf dem Programm, für die erneut Trittsicherheit erforderlich ist.

Zusätzlich zu den Bergtouren organisiert die Sektion wöchentliche Skigymnastik, die ab dem 11. Oktober durchgeführt wird. Diese findet jeden Mittwoch um 20 Uhr in der neuen Realschulturnhalle statt und wird ebenfalls von Monika Durner geleitet. Dieser Kurs ist eine hervorragende Gelegenheit, sich fit für die kommende Wintersaison zu machen und in netter Gesellschaft aktiv zu sein.

Die zahlreichen Aktivitäten des Alpenvereins sind nicht nur eine Möglichkeit, die Körperfiness zu erhalten, sondern fördern auch das soziale Miteinander innerhalb der Gruppe. Jeder, der sich für die Mitgestaltung der Natur interessiert und interessante Touren sucht, ist herzlich eingeladen, teilzunehmen. Informationen zu allen Touren sind bei den jeweiligen Tourenleitern oder auf der Webseite der Sektion erhältlich.

Einblicke in die Angebote

Die Sektion Eggenfelden legt großen Wert darauf, Aktivitäten für verschiedene Altersgruppen und Fitnesslevels anzubieten. Ob es sich um eine anspruchsvolle Bergwanderung oder um entspannende Ausflüge für Senioren handelt, jede Aktivität eröffnet neue Perspektiven und ermutigt zu einem aktiven Lebensstil in der Natur. Der Kontakt zu Gleichgesinnten stärkt nicht nur das Gemeinschaftsgefühl, sondern fördert auch ein gesundes und aktives Leben. All diese Angebote sind ein wunderbarer Anlass, die Schönheit der Alpen zu entdecken und gleichzeitig die eigene Fitness zu fördern.

Hintergrundinformationen zur Alpenvereinsarbeit

Der Deutsche Alpenverein (DAV) wurde 1869 gegründet und hat sich seitdem als eine der wichtigsten Organisationen für den Bergsport in Deutschland etabliert. Sein Ziel ist die Förderung des Bergsteigens und Wanderns, den Schutz der Natur sowie die Pflege der alpinen Tradition. Die Sektionen des DAV, wie auch die Sektion Eggenfelden, bieten vielseitige Programme für begeisterte Bergsportler und Naturfreunde. Neben geführten Touren organisieren sie auch Bildungsangebote und ehrenamtliche Projekte, die den nachhaltigen Umgang mit den alpinen Räumen fördern. Diese Programme sind nicht nur für Mitglieder, sondern stehen oft auch für Interessierte zur Verfügung, was die Zugänglichkeit des Bergsports erhöht.

Aktuelle Trends im Bergsport

In den letzten Jahren hat sich ein deutlicher Trend hin zu mehr Inklusivität und Diversität im Bergsport entwickelt. Initiativen, die Frauen und Senioren gezielt ansprechen, sind besonders im Fokus. Viele Bergsportvereine, einschließlich des DAV, arbeiten daran, Programme anzubieten, die auf die Bedürfnisse dieser Gruppen eingehen. Dies äußert sich in speziellen Seniorentouren oder Veranstaltungen, die Frauen ansprechen. Darüber hinaus zeigen Statistiken, dass immer mehr Menschen die Natur für Freizeitaktivitäten wie Wandern und Mountainbiken entdecken. Laut einer Umfrage des DAV gaben im Jahr 2021 rund 46 % der Befragten an, regelmäßig zu wandern, was die Bedeutung des Wanderns in der deutschen Freizeitkultur unterstreicht. Weitere Informationen finden sich auf der offiziellen Website des **Deutschen Alpenvereins**.

Statistiken und Mitgliedszahlen

Der Deutsche Alpenverein zählt laut den neuesten Berichten über 1,3 Millionen Mitglieder, was ihn zu einem der größten Sportverbände in Deutschland macht. Besonders erwähnenswert ist der Anstieg bei den jüngeren Mitgliedern, wo ein wachsendes Interesse an Outdoor-Aktivitäten und Bergsport beobachtet wird. Dies spiegelt sich auch in den steigenden Teilnehmerzahlen bei geführten Touren wider. Die DAV-Sektion Eggenfelden hat durch ihre vielfältigen Angebote auch einen Anstieg neuer Mitglieder verzeichnet, was die hohe Nachfrage nach klassischen Aktivitäten in den Alpen und die Wertschätzung der Natur deutlich macht.

Gesundheitliche Vorteile des Bergsports

Der Bergsport bringt zahlreiche gesundheitliche Vorteile mit sich. Regelmäßige Aktivitäten in den Bergen fördern nicht nur die körperliche Fitness, sondern auch das psychische Wohlbefinden. Studien zeigen, dass das Wandern in der Natur

Stress abbaut und die Stimmung hebt. Besonders für ältere Menschen, die an geführten Touren teilnehmen, ist der Bergsport eine hervorragende Möglichkeit, soziale Kontakte zu knüpfen und aktiv zu bleiben. Die Bewegung in der Natur stärkt außerdem das Immunsystem und kann somit zu einer Verbesserung der Lebensqualität beitragen. Informationen zu den gesundheitlichen Aspekten der Naturerfahrung sind unter anderem auf der Website der **Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung** zu finden.

Details

Besuchen Sie uns auf: [n-ag.de](https://www.n-ag.de)