

Rucksack

alpenverein
gleisdorf

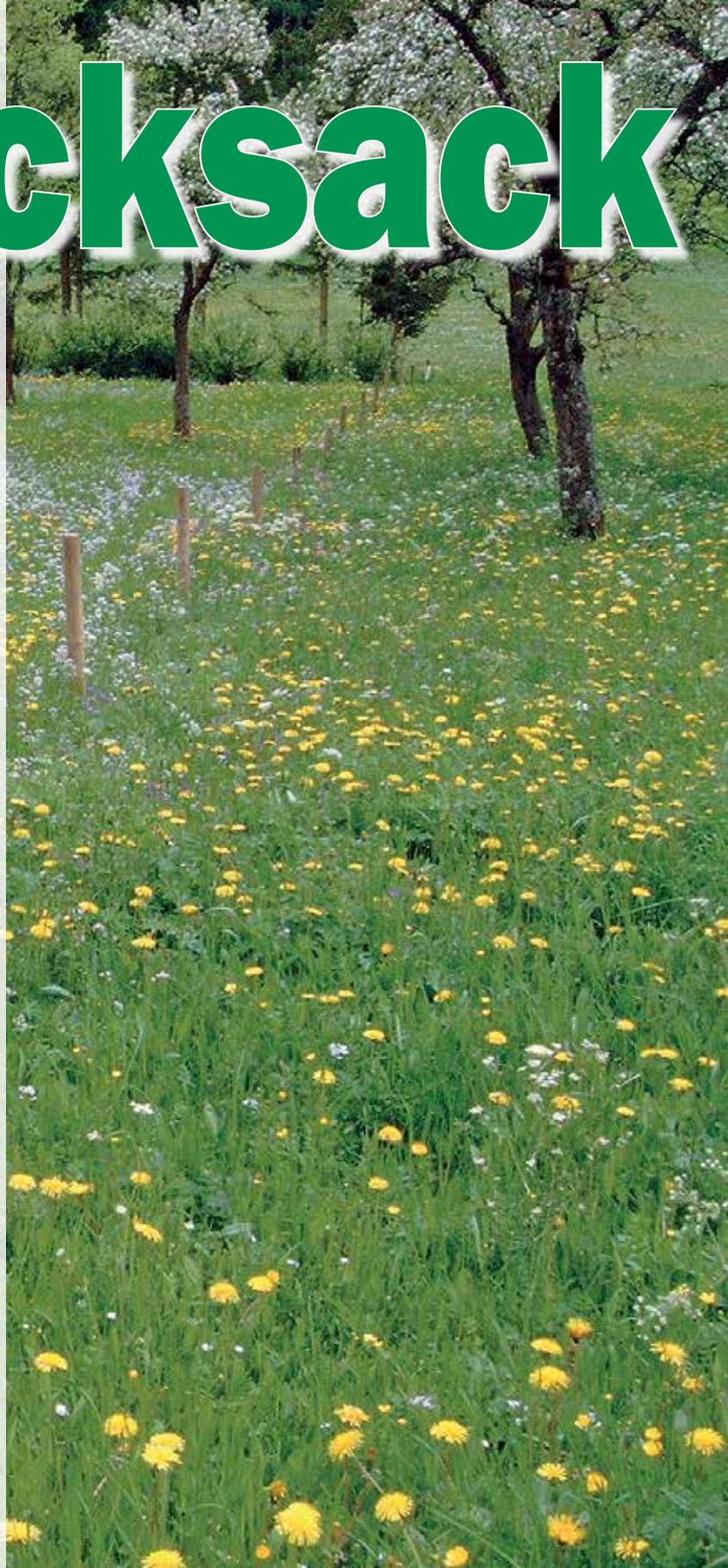


www.alpenverein.at/gleisdorf
www.alpenvereinaktiv.com

Nr. 55
Frühjahr 2017

Inhalt

■ Bergwetter	2
■ Verein	3
■ Veranstaltungen	8
■ Alpin	11
■ Frischluft	16
■ Kalender	23
■ Überm Tellerrand	35
■ Jugend	42
■ Mitglieder	45
■ Leser für Leser	47



Alpiner Notruf

Das "Alpine Notsignal"

Notsignal ★ ★ ★ ★ ★ ★

6-mal in 1 Minute ein akustisches oder optisches Signal

Pause

1 Minute

Notsignal wiederholen

bis Antwort durch Retter erfolgt.

Rettungssignal ★ ★ ★

(Antwort durch Retter)

3-mal in 1 Minute ein akustisches oder optisches Signal

Hubschrauber Zeichengebung

Wir brauchen Hilfe:

Ja, hier landen!



Wir brauchen keine Hilfe:

Nein, nicht landen!



Unfallmeldung mit Notrufnummer

140

Telefonnummer für alpine Notfälle

112

Euro Notruf aus allen Netzen: Handy zuerst ausschalten, dann neu einschalten und statt des Pin-Codes die Nummer 112 wählen. **(Achtung! Dabei nicht mit "OK", sondern mit der Wähltaste bestätigen, da ansonsten 112 möglicherweise als falscher Pincode interpretiert wird)**

Bergwetterdienst

Alpenverein-Wetterdienst

Telefonischer Tonbanddienst in Österreich: (kostenpflichtig – € 0,68/Minute)

Gesamtes Alpenwetter: 0900/911566-80

Regionales Alpenwetter: 0900/911566-81

Ostalpenwetter: 0900/911566-84

Schweizer Alpenwetter: 0900/911566-83

Gardasee-Wetter: 0900/911566-82

Die persönliche Wetterberatung unter der Nummer +43/512/291600 wurde im September 2016 nach mehr als 25 Jahren eingestellt. Digitale Wetterangebote ließen die Nachfrage nach diesem Service stark schwinden. Hochwertige Informationen zur Tourenplanung bieten die Alpenvereine auf <http://www.alpenvereinaktiv.com>
Wir bitten um Ihr Verständnis.

Wetterdienst

Wetterdienststelle Graz

Tel.: 0316 / 24 22 00

(Montag bis Freitag von 6:00 bis 15:00 Uhr)

Wetterdienststelle Aigen im Ennstal

Tel.: 03682 / 22 24 55 353

Telefonbanddienst

jeden Tag ab 08:15 Uhr; kostenlos für den Bedarfsträger – eine Serviceleistung des Landes Steiermark Tel.: 0800 / 31 15 88

Wetterdienst im Internet

www.alpenverein.at/wetter

Lawinenlagebericht

www.lawine.at

Leihhausrüstung

im AV-Heim

Leihgeräte für Winterbergsport / Ausrüstungsverleih, AV Haus für Sommer und Sport2000 für Winter, siehe Jahresprogramm 2017

Alpenvereinsshop – Vorbeischaun lohnt sich:

www.OeAVshop.at

- Telefonisch oder online bestellen
- Mitglieder shoppen günstiger
- Tolle Bekleidungslinien („Fanartikel“)
- Alpine Literatur und Fachpublikationen
- Nützliches für unterwegs
- Alpenvereinskarten
- DVD „Alpenvereinskarte digital“
- Und vieles mehr

Für Fragen, Bestellungen und Produktionsauskünfte stehen wir gerne unter shop@alpenverein.at oder unter 05 12 / 59 547 -18 zur Verfügung



itgs | it solutions gmbh

ludersdorf 156
8200 gleisdorf

t +43 . 3112 . 515 868
e office@itgs.biz
w www.itgs.biz



Wir sind Ihre externe EDV Abteilung

- . Wir kümmern uns um Ihr Netzwerk, Ihre PCs, Ihre Drucker, Ihre Server
- . Wir kümmern uns um Ihre Mitarbeiter - Support per Telefon und Fernwartung
- . Wir unterstützen Sie in allen EDV-Belangen - Sie konzentrieren sich auf Ihr Kerngeschäft

mfa@work - modulares / individuelles ERP-System

Wir betreuen natürlich auch Privatkunden

- . PC Service und Reparaturen für alle Marken
- . Updates und Softwareinstallationen - wir entmisten Ihren PC

Spezialangebote für OeAV-Mitglieder

- . z.B. USB Sticks mit 5 Jahren Garantie zum Sonderpreis
- . weitere Spezialangebote, wie Stirnlampen, auf unserer Homepage www.itgs.biz

Wir sind für Sie da



Johannes Stachi Andreas Stachi

Unser Team braucht dringend neue Mitarbeiter

Der Alpenverein kann bundesweit nur durch das Engagement zahlreicher ehrenamtlicher Mitarbeiter bestehen. Die Zahl der Mitglieder des AV Gleisdorf wächst seit ihrem Bestehen kontinuierlich. Mittlerweile sind wir mit 2.460 Mitgliedern die zweitgrößte Sektion der Steiermark hinter Graz.

Wir suchen Mitglieder,

- die bei der Erstellung unserer Vereinsausendungen mithelfen
- die im Vorstandsteam ihre Ideen und ihre Erfahrungen einbringen
- die uns bei der Medienarbeit unterstützen

Es fehlt uns auch an „Guten Geistern“, die im Hintergrund bleiben, jedoch einen maß-

geblichen Beitrag zum Gelingen unserer Sektion leisten (Arbeiten in unserem Büro, wie z. B.: Werbematerial erneuern, regelmäßiges Entrümpeln, Dokumentationsarbeit usw.).

Wir freuen uns über jede Unterstützung, auch wenn es nur eine Stunde pro Monat ist.

Schön, dass du dich angesprochen fühlst, gerade du bist eine große Bereicherung für unser Team! Mitglieder und Vorstand unseres Vereins freuen sich sehr auf die künftige Zusammenarbeit mit dir!

Melde dich bitte beim Obmann bzw. Obmannstellvertreter unseres Vereins!

Alois Schunko (0664 3336465) und Kurt Höfler (0664 602601630) im Namen des gesamten Vorstands.

alpenverein
gleisdorf



www.alpenverein.at/gleisdorf

Bürozeiten

Unser Büro im Erdgeschoss des AV-Heimes ist **jeden Donnerstag von 19:00 bis 20:00 Uhr** für dich geöffnet. Damit steht für alle deine Anliegen, Wünsche, Informationen und Anmeldungen eine Ansprechperson bereit.

Aufruf an alle Fotografen!

Die Fotografen unter Euch möchten wir bitten, uns Fotos in digitaler Form, von den Veranstaltungen für die nächste Ausgabe des "Rucksacks" bzw. auch für die Homepage, zur Verfügung zu stellen.

Wir bitten, uns die **Fotos mit einer Mindestauflösung von 1024 x 768** zu schicken. Wenn möglich, bitte per Email direkt an hannes@bergfreunde.at schicken.

17. Februar 2017

Jahreshauptversammlung

Im Rahmen der diesjährigen Jahreshauptversammlung des Alpenverein Gleisdorf im Forum Kloster konnte Obmann Alois Schunko auf ein sehr erfolgreiches Jahr 2016 zurückblicken. Mit 2460 Mitgliedern ist Gleisdorf nach Graz der zweitgrößte alpine Verein des Landes Steiermark. Es gibt ein vielfältiges Angebot zur aktiven Freizeitgestaltung für jedes Alter. Die Tourenführer sorgen durch regelmäßige Aus- und Weiterbildungskurse für größtmögliche Sicherheit am Berg.

Es folgten Berichte der Referenten, dabei standen der Wunsch nach Mitmachen und Einbindung von Familien mit Kindern im Vordergrund. Letztlich folgte die Ehrung für langjährige Mitgliedschaft und besondere Leistungen für den Alpenverein.

Die Redner bedankten sich bei verdienten Mitgliedern für die ehrenamtliche Unterstützung und wünschten allen Anwesenden ein unfallfreies Bergjahr.

Andrea Kainz

Ehrung Andreas Genger

Anlässlich seiner 70jährigen Mitgliedschaft zum Alpenverein Gleisdorf übergaben der Obmann Alois Schunko und sein Stellvertreter Kurt Höfler Andreas Genger einen Geschenkkorb.



Workshop "Essen und Trinken" am Berg

Das Fazit gleich vorne hinweg: Trotz der Bemühungen des Handels, uns mit Zucker und Fett zu versorgen, hat sich unsere Ernährungspyramide in den letzten Jahrtausenden nicht verändert. Daher heißt es: "Augen auf" beim Einkauf von Jause und Getränken. Diese sollen uns auf unseren Wanderungen ja stärken und nicht ermüden.

Über die Wichtigkeit ausreichend zu trinken braucht man nicht mehr viele Worte zu verlieren. Für alle "Trockenpflanzen", die mit minimaler Flüssigkeit auskommen: Euer Körper würde trotzdem mehr Flüssigkeit brauchen, ihr könnt mit dieser Belastung jedoch besser umgehen.

Flüssigkeitsmangel führt zu Konzentrations- und Koordinationsstörungen, sinkender Leistung, vermehrten Muskelkrämpfen - alles Hindernisse, auf die man wirklich verzichten könnte. Außerdem ist ein vermehrtes Stolpern auf ausgesetzten Wegen ganz schön gefährlich.

Daher: Bereits VOR der Tour ausreichend trinken - Wasser, Tee oder stark verdünnte Säfte. Am Berg selbst am besten isotonische Getränke, die uns zusätzlich mit Elektrolyten versorgen. Als Beispiel ein bewährter Klassiker: der g'spritzte Apfelsaft. Auch geeignet sind verdünnte Fruchtsäfte 1:1, gekaufte Sportgetränke und - die gute Nachricht für die Einkehr - der alkoholfreie Radler.

Auch bei der Ernährung eine bereits bekannte Regel: Mehrere kleine Mahlzeiten belasten die Verdauung weniger - mit einem feinen Schweinsbraten im Bauch schleppt sich's ganz schön mühsam den Berg hinauf - eine Ungerechtigkeit!

Wichtig für den Einkauf von Müsliriegeln - optimale Zusammensetzung:

- 60% Kohlenhydrate - einfach und hochwertig (Getreide, Vollkornprodukte, Gemüse, Hülsenfrüchte)
- 15% Eiweiß
- 25% Fett (1g Fett -> 9 kcal)

Zuviel Fett verlangsamt die Verdauung, zu viele einfache Kohlenhydrate (Zucker, Weißbrot, Trockenobst) lassen den Blutzuckerspiegel rasch ansteigen. Dies kann uns als Energieschub vor einer schwierigen Stelle oder dem Gipfelanstieg (der bewährte Traubenzucker oder die Banane wäre eine gute Alternative) dienen, ist jedoch als Energieversorgung über mehrere Stunden nicht geeignet. Beispiele für eine Jause am Berg: Nudel- oder Getreidesalat, Vollkornweckerl mit Aufstrich, Wurst- oder Käseweckerl mit Rohkost.

Als "Notreserve" findet sich für einen Apfel bestimmt noch ein Platz im Rucksack.

Somit geht's gestärkt los zur nächsten Tour - "Berg heil" !

Nicole Krutzler



Wandern als Gesundheitsförderung im Alter

06. - 09.10.2016 Weidener Hütte, Weerberg/Tirol

Da wir beide sehr gerne mit Menschen aller Altersgruppen unterwegs sind, viele unserer Teilnehmer eher schon etliche Jahre erleben durften, haben wir uns zum Besuch des Seminars "Wandern als Gesundheitsförderung im Alter" im Oktober 2016 auf der Weidener Hütte in Weerberg / Tirol entschlossen.

Wesentliche Inhalte des Seminars waren:

- gesundheitsfördernde Aspekte des Wanderns
- Gehtechnik
- Körperwahrnehmung, Atmung, Entspannung
- besondere Berücksichtigung der Situation älterer Menschen
- Freude, Spiel und Spaß in der Natur

Zusammen mit 9 weiteren Teilnehmern aus ganz Österreich wurden unter Leitung von Thomas Bucher die besonderen Situationen älterer Menschen gemeinsam erarbeitet und Erfahrungen ausgetauscht. Natürlich ist es so, dass die meisten Themen generell für alle Touren und Teilnehmer aller Altersgruppen gelten, allerdings gerade bei Senioren auf vieles besonders beachtet werden muss.

Eine gut geplante und ausreichend genau ausgeschriebene Tour unter Kenntnis der örtlichen Gegebenheiten ist Voraussetzung für das Gelingen. Einkehr- und Rückzugsmöglichkeiten, Unterstände, Ausweichrouten, Wissen über Handyempfang etc. gehören ebenfalls dazu. Wesentlich ist auch der persönliche Kontakt mit den Teilnehmern, idealerweise bereits bei der Anmeldung, um die Eignung für die Tour bzw. eventuelle Schwierigkeiten abzustimmen.

Besonders bei älteren Menschen ist die Berücksichtigung der persönlichen kör-



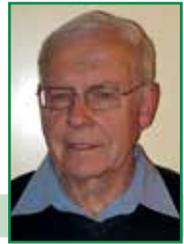
perlichen Situation, ev. Einschränkungen, Medikamente etc. besonders wichtig. Gute Einteilung der Tour, Mobilisieren der Gelenke, ausreichende zeitliche Reserven, Trinkpausen, ständige Beobachtung der Teilnehmer und Anpassung an wechselnde Situationen sind notwendig.

Gerade mit zunehmendem Alter kann das Wandern, die Bewegung in der Natur sehr viel zur Verbesserung der körperlichen und seelischen Situation beitragen. Gemeinsam mit Gleichgesinnten unterwegs zu sein stärkt nicht nur die Gesundheit, sondern ist für viele auch eine wichtige Möglichkeit soziale Kontakte zu pflegen.

Dieses Wochenende war eine tolle Ergänzung und Bereicherung unserer bisherigen Erfahrungen und Ausbildungen. Wir laden euch ein, kommt mit in die Natur, wandern wir gemeinsam und tun wir uns damit selbst was Gutes. Wir freuen uns schon auf die nächsten Aktivitäten mit euch.

Christa und Franz Rath

Steckbrief: Alois Kohlfürst



Name:	Alois Kohlfürst
Spitzname:	
Funktion:	Internet-Mitarbeiter, TA
Mobil:	0664/7316 3846
Email:	Alois.kohlfuerst@aon.at
Lieblingsgetränk:	Wasser, Bier
Lieblingsessen:	Jede Form von Erdäpfel
Liebingsausrüstungsgegenstand:	Wanderschuhe, Fahrrad
Liebingsausspruch:	"Probier´mas"
Sternzeichen:	Widder
bisherige schönste Tour:	Ramsauer Klettersteig
zukünftige Wunschtour:	einige
Höchster Berg/schwerste Tour:	Groß Venediger
andere Interessen:	Radfahren, Gartenarbeit
Persönliches Statement:	Versuch eines Lebens im Einklang mit der Natur



Wanderbar!

Der Frühling steht vor der Tür und mit ihm auch die ersten geplanten Wanderungen. In der Natur die richtige Balance zu finden, tut nicht nur dem Körper gut, sondern auch dem Geist.

Authentische einzigartige Wandererlebnisse, die wir bei unseren Touren erfahren, lassen unsere Glücksgefühle höher schlagen und unseren Körper, aufgetankt mit Sauerstoff und und versehen mit trainierten Muskeln, vor Freude tanzen.

So oder so ähnlich fühlen wir uns, wenn wir bei blauem Himmel und angenehmen

Temperaturen auf den ersten Gipfel im aufkommenden Frühling stehen. Unser Herz und unser Geist fühlen sich wohl, wenn die ersten Frühlingsboten in Form von zarten Blüten am Wegesrand stehen und die ersten grünen Spitzen an den Bäumen zu erblicken sind. Auch das erste Zwitschern der Vögel sagt uns, der Frühling ist da. Stehen wir erst am Gipfel und schauen ins weite Land, da wissen wir, der nächste Gipfel ist trotz Anstrengung in erreichbare Nähe gerückt.

Alois Schunko



Voranzeigen/ Zusatzveranstaltungen

Wellnessaufenthalt Heviz 2018

15. bis 19. Jänner 2018

5 Tage / 4 Nächte: Wasser, Wandern, Wellness – (einmal Zeit für sich selbst)

Leistungen:

- Bustransfer nach Heviz und zurück
- 4 Nächte mit HP in einem **** Hotel (fast Vollpension) es gibt eine Mittagsuppe
- Gratisbenützung der hauseigenen Wellness-, Sauna- und Badelandschaft – mit über 700 m²
- Saunalandschaft, Erlebnis-, Thermal- und Heilbecken, Außen-Schwimmbecken ist kein Thermalwasser mit ca. 28°
- Bademantelbenützung, Fitnessprogramm
- Betreuung vor Ort (Nordic Walken, Wandern usw.)
- Nachmittagswanderungen/-ausflüge: neue Ziele

Preis: ca. € 265,-

Anmeldung ab sofort:

Christa & Franz Rath, Tel. 0676 / 76 09

952 oder 03112 / 46 30

cfrath@aon.at



Jahreshauptversammlung 2018

Nächste Jahreshauptversammlung am Freitag, 16.02.2018 um 18:00 Uhr im Josefsaal - Forumkloster



Achtung! Neuer Rucksack ab Herbst

Neues Format sowie Rucksack und Jahresprogramm in einem Heft!

Redaktionsschluss: 30. September

**Beiträge und Fotos bitte an:
rucksack@bergfreunde.at
senden!!!**

Schitour Großer Schober (1895 m)



14. Jänner 2017:

Wetterbedingt und wegen der Lawinensituation entschloss sich unser Tourenführer Adolf für den Gr. Schober im Liesingtal, statt wie geplant den Stadelstein. Nachdem der heiß ersehnte Schnee endlich gekommen war, war die Gruppe ziemlich groß und Adolf bekam Unterstützung durch Josef. Teils auf Forststraßen und durch bewaldetes Gelände ging es recht gemütlich in Richtung Gipfel. Das Wetter war gar nicht so schlecht, aber je näher

wir dem Gipfel kamen, desto stürmischer wurde es. Nur schnell ein paar Fotos und ein eiliger Blick auf die umliegenden Berge. Mehr war bei diesem eisigen Wind nicht drinnen. Die schöne Abfahrt durch perfekten Pulverschnee ließ uns den Wind oben rasch wieder vergessen.

Danke an Adolf für die schöne Tour!

Andrea Kainz

Schitour Kühlnbrein

18. Februar 2017: Ausweichtour auf den Zirbitzkogel

Wegen schlechter Wetterlage und mangels Schnee war die Entscheidung des Tourenziels nicht einfach. Aber Josef Adelman hat aus den Möglichkeiten das Beste gemacht und den Zirbitzkogel als Ziel ausgewählt. Mehr als die Hälfte der Tourenteilnehmer waren noch

nie oder schon lange nicht mehr auf diesem Gipfel und von der Rieseralp ist es ja eine „richtige“ Schitour. Die Abfahrt in der Rinne war möglich, aber doch sehr schmal gesteckt. Danke an Josef für die tolle Tour.

Gabi Rosenkranz

Eisklettern im Maltatal

27. – 29. Jänner 2017:

Nach 3 Jahren des Wartens war es nun endlich ... für die „Eiszeit“ soweit...

Am Freitag, dem 27.01., checkten wir dann in der Pension Hubertus bei Klaus und Gerlinde im Maltatal ein. Nachdem unsere Vorhut, die Instruktoressen, die Fälle im Maltatal sorgfältig inspiziert hatten, haben wir mit voller Energie und Tatendrang unseren 1. gefrorenen Wasserfall angesteuert.

Strannerbacheisfall, 1. Steilstufe, Klasse WI 2-3, 20 Hm, Toprope

Der erste Tag diente uns dazu, das Material, also Eispickel, Steigeisen, Eisschrauben, usw., in der Praxis zu erproben und den Untergrund, das EIS, kennen zu lernen. Nach ersten Gehversuchen in der Ebene, wagten wir uns auf Schrägen und Stufen, bis wir dann die erste Wand gesichert entlang geklettert sind. Dabei konnten wir die verschiedensten Eisarten kennenlernen. Nach einem anstrengenden ersten Tag haben wir dann im Malteinerhof zu Abend gegessen.

Mittleren Maralmfall, 1. und 2. Steilstufe, WI 3, ca. 50 Hm, Toprope

Geflasht vom 1. Tag konnten wir es am Samstag kaum erwarten, das Ganze einmal

auf einer 50 m-Seillänge umzusetzen. Dabei übten wir auf einem WI3-Eisfall, d.h. bei einer Steilheit von 70-80 Grad. In der Früh noch recht hart und teils absplitternd wechselte das Eis bis zum frühen Nachmittag seine Konsistenz bis zu Mascheis. Parallel bedienten wir uns auch im Drytooling, sprich trockenem Fels. Aufgrund der zunehmenden Erwärmung und Sonneneinstrahlung und der möglichen Eisschlaggefahr, begaben wir uns am späteren Nachmittag in die sichere Sauna.

Rechter Klammfall, WI 3 - 4, ca. 200 Hm, 3er-Seilschaft

Das Highlight des Kurses war der dritte und letzte Tag ... der Tag des Herrn!

Die erste Gruppe übte am Tümpelwasserfall erstmals die Vorstiegstechnik mit dem Setzen von Eisschrauben unter Anleitung von Markus. Die zweite Gruppe durchstieg in klassischer Dreierseilschaft den 200m hohen rechten Klammfall mit Gottfried und Ali (80 Grad Steilheit und kurze Passagen senkrechtes Eis). Am Gipfel des Eisfalls und der Gefühle angekommen realisierten wir was mit guter Ausbildung und Führung zu



erreichen ist. Erst nach 4-maligem Abseilen erreichten wir den Fuß des Wasserfalls.

Das Eisklettern war ein atemberaubendes Erlebnis und hat meinen Kletterhorizont ungemein erweitert. Danke der Sektion Gleisdorf und den Instruktoren, dass uns diese alpine Ausbildung ermöglicht wird und wir auch diese besondere Art des Berg-

steigens erleben dürfen! Wir freuen uns auf den aufbauenden Kurs im kommenden Jahr 2018 und ich möchte ein großes Lob und Dankeschön an unsere Guides Markus Kulmer, Gottfried Pfeifer und Ali Tabloner aussprechen!

Mathias Theiler

Schitour Stuhleck

11. Februar 2017:

Schitour mit Ausgangspunkt Forellengasthof Joglland in Rettenegg, ca. 900 Hm. Wegen

des dichten Nebels gibt es leider keine Fotos.

Andrea Kainz

Schitouren hinteres Triebental

24. - 26. Februar 2017:

17 Teilnehmer freuten sich über die folgenden Schitouren mit Ausgangspunkt Bergerhube.

1. Tag: Brandnerkogel 1786 m, ca. 850 Hm

2. Tag: Krugkoppe 2042 m und Moartörl, 850 - 1150 Hm

3. Tag: Gamskogel ohne Gipfel (Schneemangel), ca. 800 Hm (Teilgruppe mit zusätzl. Aufstieg im unverspurtem Gelände)

Dank an Gerald und Andreas für die Organisation!

Andrea Kainz

Schitourenwoche Gries im Sellrain



19. – 25. März 2017:

Mit dem mehrgängigen Abendessen im Sporthotel Antonie begann unsere Genuss-Schitourenwoche. Unser Gipfelziel waren das Wetterkreuz (2590 m), Rietzer Grieskogel (2882 m), Mitterzaigenkogel (2689 m), Tour zur Wechnerscharte (2758 m) vom Längentalspeicher und Pirchkogel (2828 m) und Zwieselbacher Rosskogel (3080 m) als Auswahl am letzten Tag. Die wundervollen

Firnabfahrten, reichhaltigen Jausen und warmen Temperaturen genossen wir täglich. Alle konnten viele Eindrücke der Tiroler Bergwelt, Einblicke in die Tourenplanung und Lawinenkunde mitnehmen.

Vielen Dank an Andy Stoff und Gerald Rodler für die gut organisierte Tourenwoche.

Gabi Rosenkranz



Grundkurs Klettern Outdoor

31. März – 2. April 2017:

An diesem Wochenende fand wieder der Outdoor Kletterkurs in der Weizklamm statt. Bereits am Freitag wurde im ÖAV Heim fleißig unter der kundigen Anleitung von Martina, Manfred, Sepp und Markus Theorie gelernt und Knoten geübt.

Am Samstag ging es dann gut ausgerüstet mit dem nötigen Material und den Grundkenntnissen bei schönstem Wetter in die Weizklamm zum Rablgrat. Dort wurden die 5 mehr oder weniger erfahrenen Kletterlehrlinge von den Instruktoern bestens in die Geheimnisse der Seilkunde und Klettertechnik eingewiesen.

Am Sonntag konnte bereits eine Mehrseil-

längentour geklettert werden, natürlich immer unter der strengen Aufsicht von den erfahrenen Ausbildnern. Zum Abschluss ging es traditionellerweise in die Pizzeria David in Weiz, wo das intensive Wochenende nachbesprochen wurde.

Ein ganz großes Danke für die tolle Leitung von Manfred und Martina, aber auch an die vielen Helfer, die immer zur Stelle waren, wenn man sie brauchte. Schön, dass es Menschen gibt, die ehrenamtlich dafür arbeiten, dass andere sicher am Berg unterwegs sein können!

Anke Wolf

Steiermärkische
SPARKASSE 
Was zählt, sind die Menschen.

**UNSER LAND
BRAUCHT MENSCHEN,
DIE AN SICH GLAUBEN.**

**UND EINE BANK,
DIE AN SIE GLAUBT.**

#glaubandich



mazda



SUZUKI

AUTOHAUS WACHTLER GmbH

**Fahrzeughandel und Werkstätte
Lackiererei, Gebrauchtfahrzeuge**

8200 Gleisdorf, Weizer Straße 15

Tel.: 03112 / 2145 Fax: 03112 / 2145-15

e-mail: office@autohaus-wachtler.at

Homepage: www.autohaus-wachtler.at



Kapellenweg Frannach

12. Oktober 2016:

25 Personen wanderten unter der Leitung von Sepp Schuchlenz aus Kirchberg auf dem schönen Frannacher Kapellenweg, mit einer Länge von ca. 9 km. Es sind verschiedene liebevoll gepflegte Stationen ausgeschildert, (Feenreich, magischer Baum, Kuscheleiche, etc.) die den Wanderern die Atmosphäre der Umgebung näherbringen und sie mit Sprüchen zum Nachdenken anregen. Die

Landschaft des Steirischen Vulkanlandes ist von vielen Wegkreuzen und Bildstöcken geprägt, in denen sich die Frömmigkeit der Bevölkerung widerspiegelt.

Einen herzlichen Dank an Sepp Schuchlenz aus Kirchberg und die zwei Sepp`s (Turner und Rechberger) vom AV Gleisdorf für die schöne Mittwochs-Nachmittags-Wanderung.

Maria M.



Gleisdorfer Wandertag



26. Oktober 2016:

An diesem denkwürdigen Feiertag veranstalteten wir den Gleisdorfer Wandertag zusammen mit der Stadtgemeinde. 70 Teilnehmer, davon auch Läufer und Walker (wetterbedingt nicht sehr begünstigt) nahmen an der Veranstaltung teil. Doch Labestationen und Wegstrecken fanden alle in Ordnung und

Kastanien und Sturm kamen am Abschluss auch gut an. Danke an alle Helfer und Organisatoren sowie an die Jugend, die tatkräftig an der Labestation mitgeholfen hat.

Hermann Wurm

Herbstwanderung in Laßnitzhöhe



05. November 2016:

Von Gleisdorf sind wir mit dem Zug nach Laßnitzhöhe gefahren. Wir waren über 40 Wanderer (4 Kinder, das Jüngste 3,5 Jahre und zwei Hunde). Der Sebastian Reloaded Erlebnisweg war sehr interessant. Es ging auf und ab. Das Wetter war auch schön, und

deshalb war es für uns lustig. Zum Abschluss machten wir eine Pause beim Restaurant Gusto. Mit dem Zug fuhren wir dann wieder zurück nach Gleisdorf. Dieser Weg ist besonders für Familien mit Kindern zu empfehlen.

Nadine, Simon, Julia und David

Jahresabschlusswanderung bei Gleisdorf



20. November 2016:

Die diesjährige Jahresabschlusswanderung führte uns am 20. November in die nord-westliche Umgebung von Gleisdorf. Bei ansprechendem Herbstwetter trafen sich 31 Personen am Winterbachplatz und wir wanderten durch die sonntagnachmittäglich ruhige Bürgergasse und weiter über die Grazer Straße und auf dem Raabweg. Dort verließen wir die Stadt und stapften über den Hochwasserschutzdamm am linken Raabufer Richtung Albersdorf. Der linksufrige Erddamm wurde zwischen 1997 und 1999 ca. 50 m vom linken Raabufer entfernt auf-

geschüttet und bietet somit eine zusätzliche Retentionsfläche bei Hochwasser. Außerdem hat sich eine verloren gegangene Au gebildet, in der sich inzwischen Amphibien und Wasservögel eingefunden haben. Nach Albersdorf erreichten wir über einen Waldweg den Buschenschank in Gamlingberg, wo wir uns mit einer kräftigen Jause (mit oder ohne „Latzerl“) und Getränken stärkten. Vielen Dank an Konrad für die sehr gut vorbereitete Wanderung.

Alois Kohlfürst

Silvesterwandung



31. Dezember 2016:

Allmählich versammelten sich am 31.12.2016 gut ausgerüstete Teilnehmer und Teilnehmerinnen im AV Haus. Um 20:00 Uhr unterhielten sich alle 14 Personen bei einer Jause und Getränk über das abgelaufene Jahr 2016, das ja glücklicherweise für unsere Mitglieder unfallfrei verlaufen war. Ab 22:00 Uhr ging es los mit Stirn- und Taschenlampen Richtung Gamlingberg zur Familie Bischof, wo wir zum Neujahr wünschen eingeladen waren und wie alljährlich gut bewirtet wurden. Anschließend begleitete uns Maria Bischof

Richtung Hohenberg zum Buschenschank Maurer. Unterwegs zündeten Hans und Alois Fackeln an und rechtzeitig vor 24:00 Uhr konnten wir das riesige Feuerwerk vom Berg bis ins ganze Raabtal bewundern und das neue Jahr 2017 begrüßen. Herzlicher Dank an Seppi Maurer für die Tee- und Glühweinspende und auch an Familie Bischof für Mehlspeise und Getränke. Prosit Neujahr!

Hermann Wurm

Rundweg: Kreuzwirt – St. Kathrein/Off.



08. Jänner 2017:

Eine richtige Winterwanderung bei frostigen Temperaturen (-10°C) und leichtem Schneefall. Alle Teilnehmer waren gut ausgerüstet und motiviert. Die Steige waren durch den Schnee nicht immer einfach, doch es bereitete niemand Probleme. Ganz

besonders genossen hat es „Lilli“, der Pudel von Margarete. Alle haben wieder Energie getankt für die erste Arbeitswoche im neuen Jahr. Zwei Teilnehmer haben leider abgesagt, es ist ihnen was entgangen!

Marlies und Luis

Schneeschuhwanderung Plankogel



15. Jänner 2017:

Otto Frank führte uns mit dem Kleinbus des Bezirksseniorenheimes, den Christian Pregartner organisiert hatte, zum Granitzer, wo Hans Hofer uns schon erwartete. Christians allererste Schneeschuh-Schritte mündeten bereits nach 200 Metern in einer Panne: die Kipp-Platte war gebrochen! Ein Weitergehen war unmöglich - aber nein, doch nicht! Sofort war unser bewährter "Service-Mann" Franz Graßl zur Stelle! Kabelbinder, Kombizange und geschickte Hände machten den Schneeschuh so weit flott, dass Christian die gesamte Tour im Aufstieg und Abstieg

mitmachen konnte! Danke Franz! Zunächst steil, dann flacher werdend, ging es durch die verschneite, schöne Winterlandschaft zur Sommeralm. Bei Sonnenschein, aber eisig kaltem Wind erreichten wir den Plankogel und konnten die bekannte Rundum-Fernsicht genießen. Bei der traditionellen und gemütlichen Einkehr in die Stoakoglhütte stärkten wir uns, um danach gut gelaunt zum Ausgangspunkt abzustiegen. So konnten wir in netter Gemeinschaft eine schöne Wintertour erleben!

Otmar Auer

Alpenverein Gleisdorf

E-Mail: gleisdorf@sektion.alpenverein.at, <http://www.alpenverein.at/gleisdorf/>

Vorbereitung
VVVV

Jugend (JG)

Überm Tellerrand (AL)

Frischluf (WA, BW, SW, SF, RW)

Alpin (ST, KS, KL, BS, MB)

Juni			Juli			August		
1 Do			1 Sa	Fölzalm	Kräuterwanderg. Aflenzner Bürgeralm	1 Di		Bergsteigen Großvenediger
2 Fr			2 So	Klettersteig für Jugend		2 Mi		
3 Sa			3 Mo			3 Do		
4 So	Pfingstsonntag	Analfi - Capri - Sorrent (Wanderreise)	4 Di			4 Fr		
5 Mo	Pfingstmontag Radfahren Gleisdorf		5 Mi			5 Sa		
6 Di			6 Do			6 So	Nordic Walken auf der Brandlucken u. Huabn-Theater	
7 Mi	Rosenweg St. Stefan/Rosent		7 Fr			7 Mo		
8 Do			8 Sa			8 Di		
9 Fr			9 So			9 Mi	Hochschneeberg	Energie-Erlebnis- Camp
10 Sa	Hiaslegg auf den Hochturm		10 Mo			10 Do		
11 So	Berggottesdienst Gaberlhaus		11 Di			11 Fr		
12 Mo			12 Mi	Rettenbachklamm		12 Sa		
13 Di			13 Do			13 So		
14 Mi		14 Fr			14 Mo	Emmauskapelle	Hochtouren für Tourenführeranwärter Wander und Bergwander im Zillertal	
15 Do	Fronleichnam	15 Sa			15 Di	Maria Himmelfa		
16 Fr		16 So	Fischbacher Alpen		16 Mi			
17 Sa		17 Mo			17 Do			
18 So		18 Di			18 Fr	Bergsteigen/ Klettersteig in der Ankogelgruppe		
19 Mo		19 Mi			19 Sa			
20 Di		20 Do			20 So			
21 Mi	Teufelsteinrunde	21 Fr			21 Mo			
22 Do		22 Sa			22 Di			
23 Fr		23 So			23 Mi	Buswallfahrt Mariazell	Kärntner Bergparadiese	
24 Sa	Hochseil- garten Hirschegger Alpen	24 Mo			24 Do			
25 So	Grundkurs Sensenmähen Raaburspr. Osser	25 Di			25 Fr			
26 Mo		26 Mi	Wanderung Sommeralm		26 Sa			
27 Di	Gartenreise zur Arche Noah	27 Do			27 So	Klammweg Birkfeld - Miesenbach	Hochtour Großes Wiesbachhorn - Hohe Riff	
28 Mi		28 Fr			28 Mo			
29 Do		29 Sa			29 Di	Oma, Opa, Enkelkind "am Zug"		
30 Fr		30 So	Lavantaler Höhenweg		30 Mi	Kaskögerweg / Poppendorf		
		31 Mo			31 Do			

Kalender – Sommer 2017

Terminänderungen und Zusatzveranstaltungen sind rot beschriftet • zum Herausnehmen • Details siehe Jahresprogramm

September		Oktober		November					
1	Fr	1	So	Alpinabschluss	1	Mi	Allerheiligen		
2	Sa	Drei Hütten Wanderung		2	Mo	2	Do		
3	So	Bergwandern Stubai-Alpen	3	Di	3	Fr	Nordic Walking und Kegelspaß		
4	Mo		4	Mi	4	Sa			
5	Di		5	Do	5	So			
6	Mi		6	Fr	6	Mo			
7	Do		7	Sa	Sektionenwanderg. Hartberg		7	Di	
8	Fr	8	So	Wanderg. Hochwechselgebiet		8	Mi	Sattelberge Raab-/Weizklamm	
9	Sa	9	Mo	9	Do	9	Do		
10	So	Lernraum Natur im Herbst [FA]		10	Di	10	Fr		
11	Mo	11	Mi	11	Sa	11	Sa		
12	Di	12	Do	12	So	12	So		
13	Mi	13	Fr	13	Mo	13	Mo		
14	Do	14	Sa	14	Di	Einführung/Workshop Bouldern			
15	Fr	15	So	Wanderung auf Zetz mit Yoga		15	Mi		
16	Sa	AV Klausur 2017 Stubenberghaus	16	Mo	16	Do	16	Do	
17	So	Fieberbründl	17	Di	17	Fr	17	Fr	
18	Mo	Riviera	18	Mi	Moarhofhechtl / Passail		18	Sa	
19	Di		19	Do	19	So	Spätherbstwanderung / Osser		
20	Mi	Aktiv, fit und beweglich Qi Gong	20	Fr	20	Mo	20	Mo	
21	Do	Makaraska	21	Sa	Therme St. Gotthard		21	Di	Einführung/Workshop Bouldern
22	Fr		22	So	22	Mi	22	Mi	
23	Sa	Eisenerzer Klettersteig	23	Mo	23	Do	23	Do	
24	So	Inselhäpfen in Kroatien	24	Di	24	Fr	24	Fr	
25	Mo		25	Mi	25	Sa	25	Sa	
26	Di		26	Do	Nationalfeiertag		26	So	
27	Mi		Biofrucht Kochauf	27	Fr	27	Mo	27	Mo
28	Do		28	Sa	28	Di	28	Di	
29	Fr	29	So	29	Mi	Vom Tabor auf den Weizberg			
30	Sa	Alpinabschluss Voistaler Hütte Hochschwab	30	Mo	30	Do	30	Do	
			31	Di					

Rundwanderung um Gleisdorf



25. Jänner 2017:

22 Wanderer machten sich bei kalter und leicht verschneiter Winterlandschaft auf den Weg rund um Gleisdorf. Zuerst gingen wir durch die Stadt Richtung Eislaufplatz, wo uns Siegbert Rosenberger sehr viel Interessantes über Gleisdorf und Umgebung erzählte. Weiter ging es Richtung Moosgraben, bergauf durch den Wald nach Hohenberg. Dort

bot sich uns ein herrlicher Blick zu den mit Raureif bedeckten Weingärten des Hohenbergs. Nach kurzer Rast wanderten wir über den Hochbehälter. Beim Tennisüberl gab es eine kleine Jause und einen gemütlichen Ausklang.

Sepp Rechberger

Schneeschuhschnupperkurs auf den Teufelstein



29. Jänner 2017:

Wir starteten bei Nebel und Temperatur um minus 10 Grad von Gleisdorf bzw. Hartberg mit dem Bus zum Schneeschuhwandern um den Teufelstein. Je näher wir dem Ausgangspunkt unserer Wanderung, dem Zellerkreuz kamen, desto strahlender wurde der Tag. Franz und Ilse und andere erfahrene Schneeschuhgeher halfen den Neulingen beim Anlegen der Schneeschuhe. Bei den unterschiedlichsten Modellen waren auch deutliche Qualitätsunterschiede zu sehen, sodass Franz mit seinen Kabelbindern aus-helfen musste. Nach kurzer Einführung ging es im Gänsemarsch los. Leicht ansteigend führte die Route durch Wald, Lichtungen und Wiesen in ca. 1,5 Stunden direkt zum Teufelstein. Dabei kamen wir schon ins Schwitzen, zumal es Plusgrade hatte und die Sonne im freien Gelände schon schön wärmte. Am Plateau des Teufelsteins angekommen gab es nicht viel Schnee, wir

konnten aber eine herrliche Rundumaussicht genießen, uns stärken und Fotos verschicken. Danach ging es Richtung Schanzsattel weiter. Wir konnten im Tiefschnee Spuren ziehen, was so richtig Spaß machte. Auf einer freien Wiese motivierte uns Franz zu Fangspielen, bevor es durch den Tiefschnee so richtig super talwärts ging. Natürlich hatte Franz unterwegs wieder eine Einlage bereit und ließ uns einen Graben überquer und wieder zurückgehen. Am frühen Nachmittag erreichten wir schließlich glücklich, etwas müde und hungrig das Gasthaus am Schanzsattel. Gut gestärkt konnten wir nach 16:00 Uhr die Heimreise antreten. Das traumhafte Wetter, der schöne Schnee, die tolle Gemeinschaft und die gute Organisation von Franz und Ilse machten diesen Tag zu einem tollen Erlebnis, an das wir uns noch lange erinnern werden.

Grete Waron

Genusswanderung im Raabtal



22. Februar 2017:

Am 22. Februar, einem sonnigen, schon fast frühlinghaften Tag, fanden sich 46 Personen zu einer Rundwanderung am Hauptplatz in St. Ruprecht ein. Diese führte durch den Ort in nordöstlicher Richtung zur Hubertuskapelle und danach über eine weit ausladende trockene Wiese in einen artenreichen Mischwald. Am Waldesrand gab es einen schönen Ausblick auf den Ort mit den umgebenden Hügeln von Dörfel, Breitegg und in der Ferne den Schöckl und die Vorberge des Almenlandes. Über den gepflegten Waldwanderweg,

der durch Lichtungen unterbrochen war, erreichten wir Grabatz mit den Teichanlagen. Abwärts entlang des Petersbaches führte uns der Weg nach Wollsdorf und in nordwestlicher Richtung auf der Begleitstraße zurück nach St. Ruprecht, wo wir nach einer Wegstrecke von 10 km die Wanderung bei einem gemütlichen Beisammensein ausklingen ließen.

Herzlichen Dank an Ludwig Papst für die schöne Wanderung.

Alois Kohlfürst

Schneeschuhschnupperkurs auf der Weinebene



25. Februar 2017:

Die Anfänger gingen zum Moschkogel (1910m) und die strammen Geher wanderten zum Gr. Speik (2140m) und retour. Fazit: ein wunderschöner Tag, prächtiges Wetter, ein grandioser Ausblick, sehr gute Betreuung, nette Gesellschaft (26 Personen), Sport in der freien Natur, gute Bewirtung und zufriedene Heimreise. Besten Dank!!!

Margret Auer

Schneeglöckerlwanderung



05. März 2017:

Um die ersten Frühlingsblumen zu sehen, unternahmen 53 Blumenfreunde eine Wanderung in den Murauen. Diese führte von den Auen bei Lichendorf nach Überquerung des Schwarzau-baches bis zu Schiffsmühle in Mureck. Der besonders reizvolle, naturbelassene Weg entlang der Mur war gesäumt von unzähligen schon in voller Blüte stehenden Schneeglöckerln und Krokussen. Sogar der

Bärlauch spitzte, wenn auch ein wenig zaghaft, aus dem vor kurzem noch gefrorenen Boden. Nach dem Mittagessen in Karla gab es noch eine kleine Wanderung bei den nahe gelegenen Auwäldern mit zahlreichen Frühlingsknotenblumen und Krokussen.

Alois Kohlfürst

Frühlingsknotenblumen bei Etzersdorf



08. März 2017:

Traumhaftes Wetter begleitete uns bei der von Sepp Rechberger und Konrad Kulmer organisierten Wanderung in den Mühlwald bei Etzersdorf. Riesige Flächen von Frühlingsknotenblumen – ein Naturschauspiel – wurden von den 30 Teilnehmern bewundert und bestaunt. Anschließend fuhren wir nach

Tannhausen, um den vom Künstler Gottfried Pengg-Auheim neu gestalteten Kreuzweg zu erwandern. Eindrucksvolle, bewegende Bilder luden uns ein, besinnliche Texte zu lesen. Sehr zu empfehlen.

Paula Gölles



Wanderung Poniglgraben - Guggenbergklamm



02. April 2017:

Unsere erste, für den Alpenverein geführte Tour.

Bei Traumwetter ging es gestern mit 30 Wanderfreunden durch die Guggenklamm zur Schutzhütte Eibisberg. Anschließend zur Schihütte Gschaid, von wo wir nach einer

ausgiebigen Stärkung über den Patscha Nordosthang wieder zurück in den Poniglgraben wanderten. Wir freuen uns auf die nächste Tour. Danke Alois für deine Unterstützung.

Herbert und Gertrude



-15%
auf deinen
Wanderrucksack*

AUSSCHNEIDEN UND SPAREN!

*Gutschein gültig bis 31.10.2017. Keine Barablöse möglich.

Pro Person nur 1 Gutschein einlösbar.

Nicht mit anderen Rabatten oder Aktionen kombinierbar! Kann nur auf das beschriebene Produkt angewendet werden. Kann nicht auf bestehende Aufträge angerechnet werden.

Ausgenommen Flugblattartikel.

Nur gültig in Ihrem Sport 2000 Lieb Markt Weiz, Gleisdorf oder Birkfeld.



LIEBMARKT
LIEBMARKT
LIEBMARKT

In Kooperation mit:



Beratung. Service. Leidenschaft. *Das passt!*



LIEBMARKT WEIZ
Tel. 03172 / 2417-252
LIEBMARKT GLEISDORF
Tel. 03112 / 6566
LIEBMARKT BIRKFELD
Tel. 03174 / 4071-18



www.sportlieb.at

FEINKOST MÖRATH

AM HAUPTPLATZ GLEISDORF

**Mörath KG • Hauptplatz 8
8200 Gleisdorf • Tel.: 03112 / 21 67-0**

- Partyservice
- Brötchen, Platten
- große Weinauswahl von Österreichischen Spitzenwinzern wie Umathum, Temment, Scheibelhofer, Thaller, Skoff, Heinrich etc.



DIE NEUE FIAT TIPO FAMILIE.
REPRÄSENTATIV. WIRTSCHAFTLICH. VIELSEITIG.



ÜBERRASCHEND VIEL FÜR ÜBERRASCHEND WENIG.

• Adaptiver Tempomat • Automatische Niveauregulierung • LED-Tagesfahrlicht • Klimaanlage (Getriebegehäuse)
• Klimateilnehmer übersteuert • Unimount™ 2nd HD Fahrer mit Rückblick* und Smartest Live Services
• Techno-Ledersteuerrad • 17" Leichtmetallfelgen mit Doppelsch-Felgen • Rückfahrkamera und Rückfahrkamera
• Klimaanlage • Fahrerassistenz und Fahrerassistenz • Fahrerassistenz automatisch aktivierend

ab € 11.900,-*



4 JAHRE FIAT
GARANTIE

Standardleistungen 3,4 - € 2.3100 km, CO₂-Emissionen 86-117 g/km.
*Inklusive 100 € 1.000,- Franchisegebühr plus 100 € 200,- Franchisegebühr. Mindestfranchisegebühr
in Österreich. Nicht kombinierbar mit anderen Franchiseangeboten. 2 Jahre Franchisegebühr und 2 Jahre Franchisegebühr. Ab dem 3. Jahr
bis maximal 80.000 km jährlich. Weitere Informationen unter www.neffe.at. Angebot vorbehaltlich der Genehmigung durch die zuständige Behörde.

FAHRZEUGHAUS **neffe** GmbH

A-8200 Gleisdorf, Grazerstraße 3, Tel. +43(0)3112/2313, Fax DW-78
e-mail: neffe@neffe.at, www.neffe.at, ATU63675017, FN 299780 d

Arzberg, Käsestollen



16. November 2016:

Am 16. November beteiligten sich 25 Personen an der kulinarischen Erlebnisführung im Bergwerksstollen in Arzberg, wo uns der Weg vom Käserohling, zugeliefert von einer Almenland Sennerei, bis zur fertigen Reife zum Stollenkäse vorgestellt wurde. Nach den ersten vielversprechenden Versuchen im Stollen des ehemaligen Silberbergwerkes

wurde 2009 ein neuer Stollen in neunmonatiger Arbeit herausgesprengt, in dem nun der Käse bei optimaler Luftfeuchtigkeit und Temperatur heranreift. Nach der Führung konnten wir acht verschiedene Käsesorten verkosten und uns von der hervorragenden Qualität überzeugen.

Alois Kohlfürst



07. Dezember 2016: Interessantes rund um das Kernöl und die Käferbohnen.

Um mehr über das „grüne Gold“ aus der Steiermark zu erfahren, nahmen unter der Leitung von Sepp Rath 45 Personen an einer Exkursion bei der Firma Steirerkraft teil. Dabei konnten wir von Frau Erna Seyfried viel über den Kürbis erfahren. Angefangen von der Einfuhr aus Mexiko nach der Entdeckung Amerikas, der Verbreitung in Europa, der natürlichen Mutation von der verholzten Samenschale zu den schalenlosen Kernen in unserem Gebiet, wo der Ölkürbis bei der Gleisdorfer Saatzucht weitergezüchtet und 1969 unter Sepp Rath die Sorte „Gleisdorfer Ölkürbis“ zugelassen wurde. Weiters durften wir die Produktionshallen mit den Trocknungs-, Röst-, und Pressanlagen besichtigen, wo letzten Endes das Kürbiskernöl mit dem

nussigen Geschmack abgefüllt wird. Dieses reine Kürbiskernöl findet nicht nur in der Küche, sondern auch in der Medizin und Kosmetik Verwendung. Auch die Käferbohne hat in unserem Gebiet Einzug gefunden und ist zusammen mit dem Kürbiskernöl als köstliches Nahrungsmittel sehr begehrt. Zum Abschluss erzählte uns Sepp noch Wissenswertes über den Ölkürbis und den Anbau der Käferbohne und überreichte allen ein schmackhaftes Geschenk aus dem Verkaufsladen. Dafür und für den unermüdlichen Einsatz zum Zustandekommen der vielen Veranstaltungen möchten wir uns bei Sepp herzlich bedanken und noch alles Gute und Gesundheit für viele schöne Jahre wünschen.

Alois Kohlfürst

Wellness und Bewegung vom Feinsten



09. – 13. Jänner 2017: Heviz:

71 Teilnehmer und Teilnehmerinnen starteten mit zwei Bussen nach Heviz, das war heuer eine Rekordbeteiligung; darunter 20 Neulinge, sie sollten es nicht bereuen. Christa und Franz hatten alles bestens organisiert und vorbereitet. Frau Dr. Moll, Kurärztin im "Hotel Europa fit" hielt erstmals einen interessanten Vortrag über die gesundheitsfördernde Wirkung des Heilwassers, die Therapieformen usw. Die Vormittage wurden für Wellness genutzt. Nachmittags konnte an

den Outdoor Veranstaltungen teilgenommen werden. Angeboten wurden: Stadtführung, Führung durch die Heilsee-Badeanlage, Nordic Walken, Wanderung zur urigen Bubos Csarda. Dabei konnten wir noch einen Abstecher zum gänzlich zugefrorenen Plattensee machen.

Die Tage vergingen in Nu, als Erinnerung bleiben die schönen, erholsamen Stunden mit vielen Freunden

Josef Höbarth

Fotos auf PC übertragen



07. Februar 2017:

Wer von uns kennt nicht das leidige Thema: "Wie übertrage ich Fotos von Kamera oder Handy auf den PC und - vor allem - wie ordne ich sie, wie bearbeite ich sie und wie finde ich sie auch wieder?" Diesem Problem sind wir - 13 interessierte AV Mitglieder - mit Franz (Rath) im AV Heim auf den Grund gegangen und haben nach Lösungen

gesucht. Franz hat sich große Mühe gemacht, das Thema gut aufbereitet und unsere unterschiedlichsten Fragen zur Zufriedenheit aller beantwortet. Das Angebot in weiteren Kleingruppen individuelle Themen zu behandeln nehmen wir gerne an und hoffen auf eine Fortsetzung.

Herbert Rappold

Kennst du unsere Stadt Gleisdorf?



18. März 2017:

Beim heurigen Rundgang unter dem Motto "Handwerk in Gleisdorf" schlug Siegbert Rosenberger ein weiteres Kapitel aus der Geschichte unserer Stadt auf. Wir lernten viel über frühere Handwerksbetriebe und hörten auch von kaum noch bekannten Gewerben wie dem Betenmacher (Hersteller von

Rosenkränzen). Höhepunkt war der Besuch des Lederermuseums, wo Alois Baumgartner mit Leidenschaft und Fachkenntnis alte Geräte und Dokumente (Innungstruhe mit Urkunden) sammelt.

Peter Wilhelm

Landschaftsreinigung



25. März 2017:

149 Teilnehmer aufgeteilt auf 18 Reinigungsgebiete sorgten wieder für ein sauberes Gleisdorf. Gemeinsam mit den Stadtwerken Gleisdorf, der Stadtgemeinde Gleisdorf und der Bergwacht wurde unser Stadtgebiet wieder

von „verlorenen“ Gegenständen befreit. Um die Sammler sicher an die zugeteilten Orte zu bringen, hatte „Taxi König“ einen Bus zur Verfügung gestellt.

Kurt Höfler



Wien-Besichtigung und Musicalbesuch



27. – 29. März 2017:

Bei richtigem Kaiserwetter konnten wir drei Tage in unserer wunderschönen Bundeshauptstadt genießen. Die Anreise mit dem Railjet der ÖBB war äußerst angenehm.

Es gab ein gut durchdachtes und sehr informatives Besichtigungsprogramm, unter der bewährten Führung von Fr. Catharine Bitai. So konnten wir viele Sehenswürdigkeiten, wie z.B. das Schloss Belvedere, die Karlskirche, den Prunksaal der Nationalbibliothek, wo zurzeit die Ausstellung „Heirat, Prunk und Tod der Habsburger“ zu sehen ist, bestaunen. Auch die Augustinerkirche und die Kapuzinergruft waren ein Erlebnis. Der Höhepunkt unserer Wien-Reise war jedoch der Besuch des Musicals „Schikaneder“ im

Raimund Theater. Am letzten Tag ging es zum Zentralfriedhof, wo wir einige Ehrengräber berühmter Persönlichkeiten aus Kunst und Politik, wie z.B. die von Udo Jürgens, Falco und andere besuchten. Auch für ein gemütliches Zusammensein und beste kulinarische Versorgung war stets ausreichend Zeit.

Ein herzliches Dankeschön für die ausgezeichnete Organisation an Christa und Franz Rath und an Fr. Erna Bauer, die für Christa kurzfristig eingesprungen ist.

Für mich persönlich waren es drei unvergessliche Tage und ich kann nur sagen, Wien ist eine Reise wert.

M. M-P.

Kletterspaß in Gleisdorf

Wir sind schon seit vielen Jahren bemüht in Gleisdorf eine Indoor Klettermöglichkeit zu bekommen. Alle bisherigen Ideen sind aus unterschiedlichen Gründen gescheitert.

Nun hat die Stadtgemeinde in Kooperation mit der Neuen Mittelschule einen kleinen Boulderraum errichtet. Der Alpenverein hat sofort seine Mitarbeit bei Betreuung und Wartung des Raums zugesagt. Die bestehende Infrastruktur in der Sporthalle hat uns ermutigt, die Anlage auf unsere Kosten um einen Vorstiegsbereich und eine größere Boulderfläche zu erweitern. Um die Kosten gering zu halten brauchen wir Helfer für die Umbauarbeiten. Derzeit befindet sich das Projekt noch in der Planung. Wir sind jedoch zuversichtlich, bald zu einem Ergebnis zu kommen.

In weiterer Folge brauchen wir möglichst viele Helfer für Routensetzen, Wartungsarbeiten, Aufsichtspersonal, Kletterkurse, Betreuung von Trainingsgruppen.

Boulderraum Öffnungszeiten: an Schultagen von 16:00 bis 22:00 Uhr.

Weitere Öffnungszeiten müssen von uns organisiert werden.

Kurt Höfler



Jugendveranstaltungen

Details zu den Veranstaltungen und Anmeldung online!

Kontakt

Jugendteamleiter: Kurt Höfler,

Tel.: 0664 / 60 26 01 630

E-Mail: kurt@bergfreunde.at

Jugendteamleiter-Stellvertreter:

Ali Tabloner,

Tel.: 0664 / 60 87 28 234

E-Mail: ali@bergfreunde.at

Im Jahresprogramm 2016/17 findest du die Termine für

alle Aktivitäten, die von der Jugend organisiert werden. Aktuell kannst du sie auch auf unserer Homepage unter <http://www.alpenverein.at/gleisdorf/termine/>

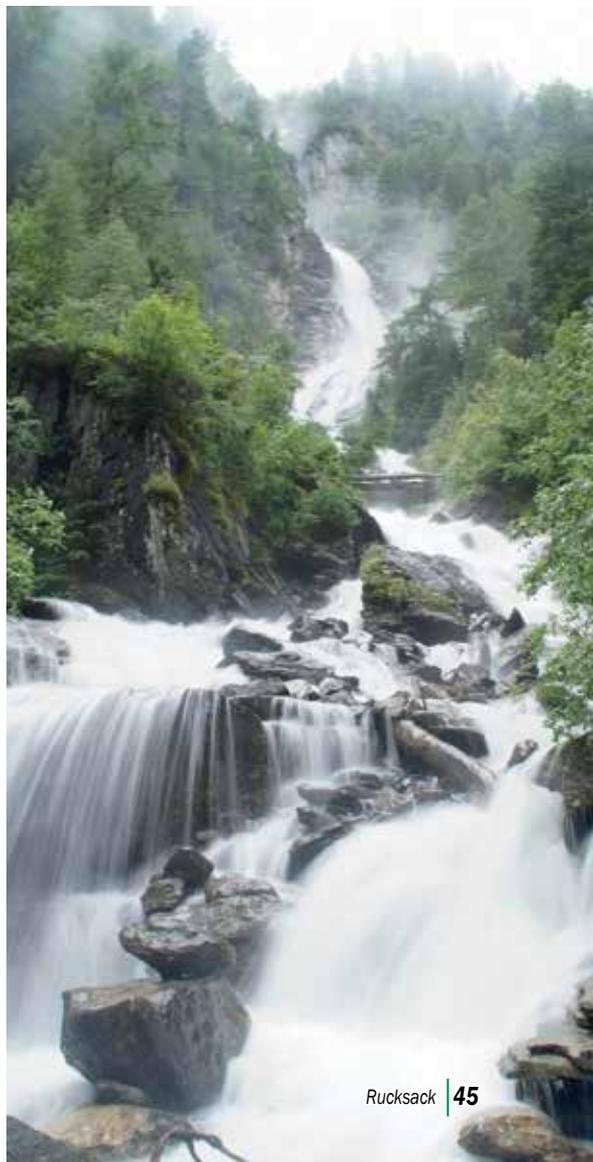
im Schaukasten und im Gleisdorfer Stadtjournal finden. Für Informationen, Auskünfte und Anmeldungen wende dich direkt telefonisch oder per Mail an den zuständigen Veranstaltungs- bzw. Jugendleiter.



Willkommen im Alpenverein

Ackhofer Alfred	St. Ruprecht an der Raab	Koegeler Christiane	Graz
Allmer-Peyha Silvia	Stubenberg am See	Koller Leonhard Peter	Pischelsdorf in Steiermark
Bäck Franz	Wien	Konrad Sandra	Graz
Bertsch Renate	Gleisdorf	Kröll Daniel	Ilztal
Bisail Hermine	Nestelbach bei Graz	Kulmer Leonhard	Pischelsdorf in Steiermark
Brandsteiner Maria	Graz-Kroisbach	Kulmer Lorenz	Pischelsdorf in Steiermark
Dichtinger Bernadette	Hofstätten an der Raab	Lakner Zita Mária	Budapest
Dichtinger Noah	Hofstätten an der Raab	Langer Anna	Laßnitzhöhe
Donnerer Erna	Studenzen	Laßbacher Lisbeth	St. Ruprecht an der Raab
Donnerer Karl	Studenzen	Lehner Elisabeth	Raas
Donnerer Thomas	Studenzen	Leidorfer Petra	Ilz
Drach Ekkehard	Innsbruck	Linzner Carmen	Hart bei Graz
Ecker Herta	Gleisdorf	Maderbacher Manfred	Hart bei Graz
Egger Gabriela	Großspesendorf	Mahr Lea	Pischelsdorf in Steiermark
Ertl Erna	Gleisdorf	Mahr Pia	Pischelsdorf in Steiermark
Flitsch Adelheid	St. Marein bei Graz	Maier Daniel	Graz-St. Peter
Flitsch Gerald	St. Marein bei Graz	Manuela Gmoser	Sinabelkirchen
Fraiss Helmuth	Gleisdorf	Matzer Peter	Ilztal
Freytag Johann	Pischelsdorf in Steiermark	Mayer Andreas	Gleisdorf
Gasser Elisabeth	Mantscha	Mayer Gudrun	Gleisdorf
Gasser Jakob	Mantscha	Melcher Gerhard	Sinabelkirchen
Gasser Johanne	Mantscha	Mild Gerlinde	Pischelsdorf in Steiermark
Godschachner Monika	Gleisdorf	Moser Josefina	Gleisdorf
Gribitsch Daniela	Laßnitzhöhe	Nuster Alexander	Eggersdorf bei Graz
Großschädl Jasmin	Sinabelkirchen	Nuster Anna	Eggersdorf bei Graz
Guth Helga	Gleisdorf	Nuster Christian	Eggersdorf bei Graz
Guth Johann	Gleisdorf	Nuster Elisabeth	Eggersdorf bei Graz
Hager Ulrike	Gleisdorf	Nuster Josef	Eggersdorf bei Graz
Handler Hermine Christine	Hartberg	Passath Karlheinz	St. Ruprecht an der Raab
Handler Margarete	Pischelsdorf in Steiermark	Peindl Frieda	Großsteinbach
Hannes Gmoser	Sinabelkirchen	Peindl Johann	Großsteinbach
Häusl Roman	Eggersdorf bei Graz	Pendl Gisela	Gleisdorf
Herbst Eduard	Pischelsdorf in Steiermark	Pendl Hermann	Gleisdorf
Hirschmann Werner	Gleisdorf	Pfeifer Viktoria	St. Ruprecht/Raab
Hirzberger Wendelin	St. Ruprecht an der Raab	Picher Leo	Gleisdorf
Höbarth Josef	Graz-St. Peter	Picher Paul	Gleisdorf
Hofer Anita	Eggersdorf bei Graz	Ponhold Franz	Großspesendorf
Hofer Erwin	Eggersdorf bei Graz	Potzinger Josef	Gleisdorf
Hudin Helga	Graz, Sankt Peter	Preiningner Christian	Graz
Jauk Andreas	Stenzengreith	Prem Irmgard	Pischelsdorf in Steiermark
Julian Gmoser	Sinabelkirchen	Prettenhofer Moritz	St. Johann bei Herberstein
Kainz Franz	Gleisdorf	Prettenhofer Paula	St. Johann bei Herberstein
Kandel Fabio	Graz-Liebenau	Prettenhofer Peter	St. Johann bei Herberstein
Kandel Nico	Graz-Liebenau	Prettenhofer Sabine	St. Johann bei Herberstein
Károly Krekó	Kartal	Purkarthofer Anna	St. Ruprecht an der Raab

Purkarthofer Bastian	St. Ruprecht an der Raab	Stockner Johannes	Mantscha
Purkarthofer Lisa	St. Ruprecht an der Raab	Strempl Andreas	Großspesendorf
Pusterhofer Margareta	Weiz	Strempl Franz	Ilztal
Raminger Sigrid	Wien	Strempl Waltraud	Ilztal
Ramminger Felix	St. Ruprecht an der Raab	Töglhofer Berta	Pischelsdorf in Steiermark
Ramminger Michael	St. Ruprecht an der Raab	Trummer Anja	Studenzen
Ramminger Nicole	St. Ruprecht an der Raab	Veynandt Francois	Gleisdorf
Ramminger Niklas	St. Ruprecht an der Raab	Weiss Rupert	St. Marein bei Graz
Reif Katharina	Ilztal	Weixler Manuel	Sinabelkirchen
Reif Thomas	Ilztal	Zierler Maria	Dörfel an der Raab
Reiter Heinz	St. Marein bei Graz	Zierler Peter	Dörfel an der Raab
Remes Elise Maria	Gleisdorf	Zisser Gertraud	Pinkafeld
Retter Manfred	Pischelsdorf in Steiermark	Zorn Wolfgang	St. Ruprecht an der Raab
Retter Rosina	Pischelsdorf in Steiermark		
Revy Peter	Hofstätten an der Raab		
Riedl Sylvia	St. Ruprecht an der Raab		
Rosenberger Johann	Sinabelkirchen		
Schadler Christian	St. Stefan im Rosental		
Schadler Niklas	St. Stefan im Rosental		
Schadler Petra	St. Stefan im Rosental		
Schadler Xaver	St. Stefan im Rosental		
Schafzahl Kurt	Eggersdorf bei Graz		
Schanes Gerhard	Gleisdorf		
Schanes Martin	Gleisdorf		
Schanes Rosa	Gleisdorf		
Scherr Thomas	Kirchbach in Steiermark		
Schneidhofer Sandra	Gleisdorf		
Schölnast Christian	Gleisdorf		
Schrampf Bettina	Gleisdorf		
Schreiber Teresa	St. Margarethen an der Raab		
Schuller Luise	Pischelsdorf in Steiermark		
Schwaiger Christoph	Graz-Gösting		
Seidl Alexander	Paldau		
Seidl Christian	Hart bei Graz		
Seidl Jan	Paldau		
Seidl Lena	Paldau		
Seidl Petra	Paldau		
Siegert Gerda	Wien		
Sorger Alexander	Eggersdorf bei Graz		
Sorger Franz	Gleisdorf		
Spindler Gerlinde	Pischelsdorf in Steiermark		
Spindler Reinhold	Pischelsdorf in Steiermark		
Stelzer Karolina	Gleisdorf		
Stelzer Teresa	Gleisdorf		
Stieg Mathias	Großhart		



Freiwilliger Druckkostenbeitrag

Vielen herzlichen Dank für die eingelangten Druckkostenbeiträge! Wir freuen uns sehr darüber!

Gerne könnt Ihr wieder jederzeit, wenn Euch der Rucksack gefällt, die Entstehung und Gestaltung dieser Vereinszeitschrift mit einem freiwilligen Druckkostenbeitrag unterstützen!

Unsere Bankverbindung für Eure freiwillige Unterstützung:

- Steiermärkische Sparkasse
IBAN: AT94 2081 5117 0003 5951
BIC: STSPAT2GXXX
- Verwendungszweck:
Druckkostenbeitrag

Mitgliedsbeitrag – Familienermäßigung

Bei Familien, in denen beide Elternteile dem Alpenverein angehören, erhalten Kinder ohne Einkommen (bis max. 27 Jahre) die Mitgliedschaft inkl. Versicherungsschutz kostenlos, solange die Familienbeihilfe bezogen wird! Dies gilt auch für AlleinerzieherInnen. Die Anmeldung der Kinder ist erforderlich! Ein Nachweis über Schulbesuch, Studium, oder ähnliches ist **JÄHRLICH** bei den Vorständen oder Michaela Stachl, Ludersdorf 156, 8200 Gleisdorf, Tel.: +43 680 21 63 448 (Bürozeiten), m.stachl@awv-gleisdorf.at abzugeben! Unter <http://mein.alpenverein.at> hast du die Möglichkeit, dich zu registrieren und deine Daten selbst zu aktualisieren.

Autohaus Krammer



GEZ west/ Europastraße 1, 8200 Gleisdorf
Tel.: 03112 / 2533, Fax: 03112 / 2533 -85
office@autohauskrammer.at, www.autohauskrammer.at

Leserforum

Wir vom Rucksack-Team freuen uns immer, wenn wir Beiträge von anderen Alpenvereinsmitgliedern erhalten.

Zum Teil werden auch Fragen gestellt, die wir in Zukunft noch in der gleichen Ausgabe des Rucksacks beantworten werden. Allen, die bereits die Möglichkeit des Leserforums genützt haben, möchten wir ein herzliches DANKE-SCHÖN aussprechen. Wir wünschen uns für die Zukunft, dass ihr uns Eure

- Meinung,
- Wünsche,
- Anregungen,
- interessanten Bergerlebnisse,
- Tourenhinweise und
- Erfahrungen mit Hütten und Wegen mitteilt!

Eure Beiträge zum Leserforum richtet bitte mit Namen an Regina Haspl, Mühlgasse 28, 8200 Gleisdorf, regina@bergfreunde.at.

Wer bekommt den Rucksack?

Wir freuen uns, dass es möglich ist, zwei Mal jährlich alle Mitglieder der Sektion über das aktive Vereinsleben zu informieren.

Um in unser aller Sinne Kosten zu sparen, erhalten allerdings nur alle vollzahlenden AV-Mitglieder und Studenten mit einem eigenen Wohnsitz ein eigenes Exemplar des Rucksacks zugeschickt.

Beiträge im Rucksack

Liebe Bergfreunde!

Danke für eure Beiträge für den Rucksack. Damit wir alle Artikel im Rucksack unterbringen können, bitten wir euch die Beiträge kurz und bündig zu halten. Außerdem bitte die Beiträge nur als **Word-Dokument oder Open-Type-Dokument** schicken und die **Fotos** (zwei Fotos für Tagestouren und max. vier Fotos für Mehrtagestouren) **in Originalgröße extra**. PDF-Dateien können leider nicht verwendet werden.

Berichte sollten gleich nach den Veranstaltungen geschickt werden! Für Tagestouren sind max. **3 – 4 Zeilen** vorgesehen. Für Mehrtagestouren **nicht mehr als 10 – 15 Zeilen**.

Wir hoffen auf euer Verständnis, da wir sonst die Texte in Zukunft stark kürzen müssten bzw. lange Texte nicht mehr im Rucksack gedruckt werden!

Das Rucksack-Team

Neu: Beiträge ab sofort bitte unter **rucksack@bergfreunde.at** senden.

Wir werden sie gerne auf unserer Homepage oder in unseren Sektionsnews veröffentlichen.

Jahresprogramm

Das aktuelle Jahresprogramm kann auch von der Website: www.alpenverein.at/gleisdorf heruntergeladen werden.

Familie Wurm, Gleisdorf



Gleisdorfer Dampfbäckerei

Neu: Bio Vollkornbrot und Bio Dinkelvollkornbrot
große Auswahl von Brot und Gebäck

Konditorei und Cafe

Köstliche Torten und Pralinen, Eis, feinste Brötchen auf Bestellung

Knusper Backstube in der Ludwig Binder Straße

Stehcafe mit belegten Weckerln und Pizzastücken

Knusper Backstube in Graz gegenüber Stadion

Stehcafe mit verschiedenen Imbissen

Drive In Neugasse (Nähe Kino)

Willkommen zu allen Tageszeiten (Frühstück, Jause, Mittag, Abend). Riesenpizza auch zum Mitnehmen

Knusper Backstube in Sinabelkirchen

Gemütliches Cafe mit Sitzgarten. Imbisse, Mehlspeisen aus unserer Konditorei und natürlich auch Brot aus unserer Bäckerei

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

Redaktionsschluss der nächsten Ausgabe

Redaktionsschluss Rucksack/Jahresprogramm: 30. September 2017

Bitte alle Beiträge und Fotos an:
rucksack@bergfreunde.at schicken.

Wir bitten um Euer Verständnis, dass später einlangende Beiträge in der nächsten Ausgabe nicht berücksichtigt werden können.

Impressum

Herausgeber und Medieninhaber:
Alpenverein Gleisdorf
Weizer Straße 19, 8200 Gleisdorf
E-Mail: gleisdorf@sektion.alpenverein.at
<http://www.alpenverein.at/gleisdorf>
ZVR-Zahl 295305370, DVR 0751863

Für den Inhalt verantwortlich: Rucksack-Team

Druck: Druckerei Zimmermann

Design & Satz: Dipl.-Ing.(FH) Gregor Moretti-Wimmer

 Moretti Consult

Österreichische Post AG – Info.Mail Entgelt bezahlt

