



Mitgliederzeitschrift der Naturfreunde Oberes Gailtal

# BEWEGUNG

3. Ausgabe 2024/25

Bild: Gartnerkofel 2195 m



Naturfreunde  
Oberes Gailtal



**WANDERN & KÄSE“**  
Genuss-Wanderreise  
nach Tarcento (IT)  
16. – 17. Mai 2025



10 Jahre Forschung an  
lebendgebärenden und eierlegenden  
**BERGEI DECHSEN**  
auf der Straniger Alm



**IN(HALE)EXPEDITION**  
Multi-Media-Vortrag  
1. Feber 2025  
Volksschule Gundersheim



**PILGERN**  
am Cammino delle Pievi  
Samstag, 26. April 2025 und  
Samstag, 20. September 2025

Wandertage in Kaprun  
18. – 20. Juli 2025

*Eines Tages wirst du aufwachen  
und keine Zeit mehr haben  
für die Dinge,  
die du immer wolltest.  
Tu sie jetzt!*

Paulo Coelho, Schriftsteller

## *Liebe Naturfreundemitglieder!*

Herzlich willkommen zur neuesten Ausgabe unserer Vereinszeitung, die sich den vielfältigen Aktivitäten der Naturfreunde widmet! In dieser Ausgabe möchten wir die **Freude am Wandern, Pilgern, Klettern und Biken** in den Mittelpunkt stellen. Diese Aktivitäten bieten nicht nur die Möglichkeit, die Schönheit der Natur zu erleben, sondern fördern auch unsere Gesundheit und unser Wohlbefinden.

Egal, ob du die Ruhe der Wälder beim Wandern genießt, die spirituelle Erfahrung des Pilgerns suchst, die Herausforderungen beim Klettern annimmst oder die Freiheit beim Biken spüren möchtest – jede dieser Aktivitäten hat ihren eigenen Reiz und ihre eigenen Vorteile. Ich lade dich ein, dich inspirieren zu lassen und vielleicht neue Wege zu entdecken, um die Natur zu erkunden und zu genießen.

Die Naturfreunde stehen nicht nur für die Liebe zur Natur, sondern auch für den Respekt und die Verantwortung gegenüber unserer Umwelt. In Zeiten, in denen der Klimawandel die Alpen zunehmend beeinflusst, kommt unserer Gemeinschaft eine wichtige Rolle zu. Der Erhalt der Schönheit und Einzigartigkeit dieser Landschaften liegt in unseren Händen.

Neben den aktuellen Geschehnissen und Entwicklungen findest du in dieser Ausgabe auch eine Nachlese der vielen Touren und Wanderungen des abgelaufenen Jahres. Ich möchte dich ermutigen, Teil dieser lebendigen Gemeinschaft zu sein, sei es durch die Teilnahme an unseren Veranstaltungen oder auch das Teilen deiner eigenen Abenteuer. Denn bei den Naturfreunden sind wir nicht nur Bergfreunde, sondern auch Weggefährten auf dem Weg zu neuen Gipfeln und unvergesslichen Erlebnissen.

**Unsere Website** ([www.oberes-gailtal.naturfreunde.at](http://www.oberes-gailtal.naturfreunde.at)) ist eine wichtige Informationsquelle in unserem Verein. Sie wird von Marlene Hausleitner aktualisiert. Herzlichen Dank dafür!

Wir freuen uns besonders, dass so viele Naturfreunde Mitglieder an unseren Gemeinschaftstouren, sowie Rad- und Wanderausflügen teilnehmen. Ich selbst als Italien-Fan freue mich schon sehr auf die nächste kulinarische Wanderreise unter dem Titel „**Wandern & Käse**“ vom 16. bis 17. Mai 2025 nach Tarcento.

Abschließend darf ich mich recht herzlich bei allen Sponsoren bedanken, die es uns ermöglichen, diese Vereinszeitung für unsere Mitglieder zu finanzieren.



# WIE DER GIPFEL ZUM KREUZ KAM

Es steht für das Erreichen eines Ziels, ist ein populäres Fotomotiv und dient als Markierung von Erhebungen: Das Gipfelkreuz. Aber wie kam der Gipfel eigentlich zum Kreuz?

Die ersten Gipfelkreuze wurden bereits im späten 13. Jahrhundert errichtet, gehen also auf eine über 700 Jahre alte Idee zurück. Ihren Siegeszug

verzeichnen die Gipfelkreuze naturgemäß in den katholisch geprägten Regionen der Alpen. In Italien sieht man oft Madonna-Statuen auf den Gipfeln.

Dem Gipfelkreuz kommt jedoch nicht ausschließlich eine religiöse Symbolik zu. Im 16. Jahrhundert fungierten die Kreuze auch als Markierung von Alm- und Gemeinde-

grenzen. Mit dem Aufkommen des Alpinismus im 19. Jahrhundert wurden die Kreuze im Rahmen der Gipfelvermessungen auch zu Zeichen der Aufklärung: Mit Blitzableitern und wissenschaftlichen Messinstrumenten ausgestattet, symbolisierte das Gipfelkreuz mithin mehr eine Verneigung vor den menschlichen Errungenschaften als vor Gott. Erst im 20. Jahrhundert

fand das Gipfelkreuz zu seiner rein religiösen Bedeutung zurück. Das Ende des 2. Weltkriegs läutete gewissermaßen die Blütezeit der Gipfelkreuze ein. Sie wurden einerseits in Gedenken an Kriegsgefallene und andererseits zum Dank für überlebende Heimkehrer errichtet.

Christina Geyer (Bergwelten)



Gartnerkofel Gipfelkreuz: Die Inschrift erinnert an die zwei Weltkriege und an die Kärntner Volksabstimmung von 1920. Errichtet wurde es im Jahr 1958 durch den Alpenverein und dem Sportclub Hermagor.



Leuchtender Halbmond auf dem Gipfel.

Das Werk des Appenzeller Künstlers Christian Meyer sorgte für Diskussionen. Quelle: Christian Meier/@leichtgedacht/twitter.com/leichtgedacht

## Das Gipfelkreuz als „Humbug“

Der Werdegang des Gipfelkreuzes könnte damit abgeschlossen sein – ist er aber nicht. In Reinhold Messner hat das Gipfelkreuz seinen erbittertsten Gegner gefunden: „Humbug“ seien die Markierungen, wird Messner nicht müde zu behaupten. Die Kreuze würden die Gipfel für religiöse Zwecke instrumentalisieren und missbrauchen. Die Berge aber gehören der ganzen Welt – und nicht nur einer Weltanschauung, so Messner. Er plädiert darum

immer wieder dafür, die Gipfel von den religiös aufgeladenen Symbolen zu befreien und leer zu halten.

Ein Schweizer Künstler hat den Zorn der Wanderer auf sich gezogen. Christian Meier hatte vor einigen Jahren auf einem Gipfel in den Appenzeller Alpen in dem ostschweizerischen Kanton Appenzell Innerrhoden eigenmächtig einen drei Meter hohen Halbmond aufgestellt. Inklusiv Solarpanels, die ihn nachts leuchten ließen. Hintergrund der Aktion war,

einen Gegenpol zu den ganzen katholischen Gipfelkreuzen zu setzen, die Meier bei eigenen Wanderungen immer sah. Den auf 2140 Meter hohen Gipfel namens Freiheit habe er sich gezielt ausgesucht. Die „muslimische Variante zum Gipfelkreuz“ stößt unten im Dorf allerdings auf wenig Begeisterung. Mittlerweile musste dieses Symbol lt. Auftrag von Behörden wieder entfernt werden.

Dieser Argumentation kann man einiges abgewinnen.

Andererseits liegt der Umgang mit Symbolen in unserer Hand. Wir können, müssen aber keine religiöse Botschaft im Gipfelkreuz erkennen. Ganz gleich, ob am Gipfel nun Kreuze, Gebetsfahnen oder Steinmännchen stehen: Es liegt an uns, ihre Bedeutung für uns persönlich zu interpretieren. Das Gipfelkreuz kann so auch einfach nur Sinnbild für das Erreichen eines Ziels sein. Fernab von religiöser Intention.

# PlanCompany

## Bauplanungs GmbH

DER **BAU** MEISTER Planung - Ausschreibung - Bauleitung  
Tel. 04718 81142  
www.plancompany.at

**auto schwarz**  
9632 Kirchbach Nr. 94  
Tel. 04284 2230 Mob.06644168714

Meisterhaft **auto reparatur** KARBERRIE FACH-BETRIEB



Wir verkaufen und reparieren alle Marken und helfen Ihnen, durch preiswerte Reparaturlösungen Geld zu sparen. Durch unsere jahrzehntelange Erfahrung besorgen wir Ihnen Fahrzeuge fast aller Marken. Unsere Devise: Prompt, preiswert, persönlich! Wir hoffen, Sie im Neuen Jahr betreuen zu dürfen!

# WALKING IN THE WINTER WONDERLAND

Der Winter ist eine herrliche Jahreszeit, in der die Natur von einer schneebedeckten Decke eingehüllt wird und sich von seiner schönsten Seite zeigt. Für Outdoor-Fans bietet Schneeschuhwandern eine großartige Möglichkeit, die winterliche Pracht zu genießen.

## Was ist Schneeschuhwandern?

Schneeschuhwandern ist eine winterliche Outdoor-Aktivität, bei der spezielle Schneeschuhe verwendet werden, um sich auf tief verschneiten Oberflächen fortzubewegen. Diese Schuhe sind mit einer rauen Unterseite ausgestattet, die das Einsinken in den Schnee verhindert und es ermöglicht, auf der Schneedecke zu wandern. Schneeschuhwandern ist eine großartige Möglichkeit, die winterliche Natur zu erkunden und abgelegene Gebiete zu erreichen, die im Winter normalerweise schwer zugänglich sind.

**Schneeschuhe:** Wähle die richtige Größe und Art der Schneeschuhe entsprechend deines Gewichts und der Schneebedingungen. Es gibt verschiedene Modelle, von leichteren für flaches Gelände bis zu robusteren für steileres Terrain.

**Kleidung:** Trage warme, schichtbare Kleidung, die vor Kälte und Feuchtigkeit schützt. Denke an wasserabweisende oder wasserdichte Jacken und Hosen, isolierende Schichten darunter, Handschuhe, Mütze und warme Socken.

**Schuhwerk:** Wasserdichte und isolierte Stiefel sind wichtig, um

deine Füße vor Nässe und Kälte zu schützen. Du kannst spezielle Schneeschuhstiefel verwenden oder deine Stiefel mit Gamaschen kombinieren, um den Schnee fern-zuhalten.

**Stöcke:** Wanderstöcke oder Trekkingstöcke bieten Stabilität und helfen, das Gleichgewicht auf unebenem Terrain zu halten. Stöcke mit Schneetellern sind besonders nützlich.

**Rucksack:** Trage einen kleinen Rucksack, um Wasser, Snacks, Erste-Hilfe-Ausrüstung und eventuell eine Karte oder GPS-Gerät mitzuführen.

**Sonnenschutz:** Vergiss nicht,



Sonnenschutzmittel, Sonnenbrille und eine Mütze mitzunehmen, um dich vor der Reflexion des Sonnenlichts im Schnee zu schützen.

**Orientierung:** Informiere dich über die geplante Route im Voraus und trage eine Karte, ein GPS-Gerät oder ein Smartphone mit einer zuverlässigen Navigations-App, falls erforderlich.

**Notfallausrüstung:** Packed eine Notfallausrüstung ein, die eine Notfalldecke, eine Pfeife, ein Feuerzeug und ggf. ein Signalhorn umfasst.

**Wetterbericht:** Überprüfe vor

deiner Wanderung den aktuellen Wetterbericht und passe deine Pläne entsprechend an, um Unwetter zu vermeiden.

**Gruppen oder Notfallkontakt:** Teile deinen geplanten Routenverlauf mit jemandem oder tritt einer Gruppe bei, um sicherzustellen, dass jemand über deine Aktivitäten Bescheid weiß.

**Erfahrung:** Wenn du Anfänger bist, beginne auf einfachen, flachen Strecken und arbeite dich langsam zu anspruchsvollerem Terrain vor.

## Winterwanderung zur Napalnalm



Bei strahlendem Sonnenschein und klirrender Kälte machten wir uns am Samstag, dem 20. Jänner 2024 mit den Schneeschuhen bzw. mit den Tourenskiern, auf den Weg zur Napalnalm. Ausgangspunkt war der Parkplatz bei den Skiliften in Weißbriach. Die Wanderung versprach an diesem Tag ein ganz besonderes Erlebnis zu werden, da der Himmel wolkenlos war und der frisch gefallene Schnee die Landschaft verzauberte. Die schneebedeckten Bäume und der klare Himmel sorgten für eine idyllische Atmosphäre. Je höher wir aufstiegen, desto mehr konnten wir die stille Natur genießen. Es war unglaublich ruhig und friedlich. Der Schnee dämpfte unsere Schritte und so konnten wir die Schönheit der winterlichen Landschaft in vollen Zügen genießen.

Nach etwa zwei Stunden erreichten wir schließlich die Napalnalm mit der Weißbriacher Hütte, die auf einem kleinen Höhenrücken mit herrlichem Ausblick über das Gitschtal liegt.



# „Sentiero della Fede“ Weg des Glaubens

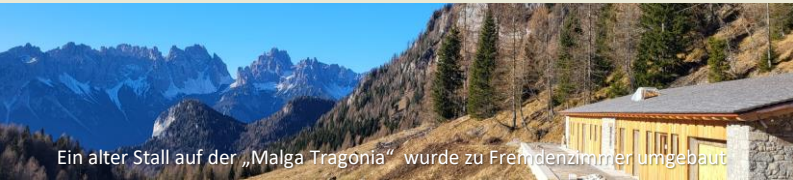
Die schöne Wanderung von Forni di Sopra über die „Malga Tragonia“ nach Sauris ist eine wunderbare Möglichkeit, die atemberaubende Natur der Alpen zu erleben und gleichzeitig in die historische Bedeutung dieses Weges einzutauchen. Vor Jahrzehnten pilgerten über diesen Pfad schon viele Menschen zum Marienheiligtum nach Maria Luggau. So ist es auch nicht verwunderlich, dass man auf der „Forcella Risumiela“ bei einem Marterl vorbeikommt, auf dem die Gottesmutter von Maria Luggau abgebildet ist. Darunter ist die die Innschrift „*Sentiero della Fede – Geign Maria Luggau*“ (Weg des Glaubens – Richtung Maria Luggau) zu sehen.

Die erste Wallfahrt fand 1804 statt, als die Plodner den Beistand der Muttergottes gegen die Viehseuche erbaten. Später nahmen dann auch Gruppen aus Sauris, Forni di Sopra und Ampezzo an der Wallfahrt teil, die mittlerweile über 400 Teilnehmer zählt. Diese findet immer am dritten Septemberwochenende statt.

**Der Naturfreunde Pilgertag am „Cammino delle Pievi“ findet am Samstag, dem 26. April 2025 entlang dieses alten Wallfahrsweges statt. Wir freuen uns auf viele Teilnehmer!**



Oben: Blick nach Süden vom „Col di San Giacomo“ auf die Friulanischen Dolomiten  
Rechts: Marterl auf der „Forcella Risumiela“ mit der Gottesmutter von Maria Luggau  
Unten: Wegverlauf von Forni di Sopra nach Sauris ca. 1300 hm, 19 km

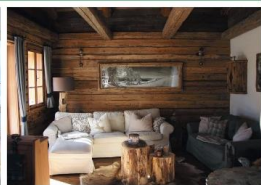


Ein alter Stall auf der „Malga Tragonia“ wurde zu Fremdenzimmer umgebaut



## Mietgeräte vom Profi

Nicht nur in Sachen Holzbau sind wir Ihr regionaler Ansprechpartner. Seit 2022 vermieten wir Arbeitsgeräte wie Hubsteiger, Bagger und vieles mehr. Grabungs-, Montage- und Streifarbeiten werden hiermit zum Kinderspiel.



HBT-Holzbau Team GmbH  
Kötschach-Mauthen 404  
9640 Kötschach-Mauthen  
Tel. 04715 8671  
office@holzbauteam.at  
www.holzbauteam.at

## Werdet Teil unseres Teams!

Wir suchen:  
Techniker, Vorarbeiter,  
Facharbeiter, ganze Montageteams



## Strenge Regeln für Wintersportler in Italien

Wer in Italien Skitouren unternimmt, braucht eine komplette Lawinenausrüstung, selbst wenn man nur einen Waldweg entlang geht. Seit zwei Jahren muss von jedem Wintersportler auch ein Brief der Haftpflichtversicherung mitgeführt werden, der bestätigt, dass sie für Schäden aufkommt. Im Jänner 2022 trat das Gesetz in Kraft, es ist aber noch immer bei Vielen unbekannt. Ein Brief der Versicherung, in Englisch oder Italienisch, ist mitzuführen, der bestätigt, dass diese bei Unfällen Schäden an dritten übernimmt.

Die Kärntnerin Helga G. kennt das Gesetz und wurde auch schon überprüft. Auf dem Weg zum Monte Lussari fragten sie zwei

uniformierte Männer auf dem Büsserweg durch den Wald nach der Versicherungsbestätigung. Da sie eine mit hatte, war der Fall erledigt. Sie ersparte sich ein Bußgeld in der Höhe von 100 bis 150 Euro.

## Auch Schneeschuhwandlerer brauchen Bestätigung

TIPP: Mitglieder der Naturfreunde haben eine Haftpflichtdeckung von drei Millionen Euro. Eine Kopie der Versicherungsbestätigung in Italienisch oder Englisch, der Naturfreundeausweis und ein Lichtbildausweis sollten bei Wanderungen im benachbarten Italien daher mitgenommen werden.

WIR MACHT'S MÖGLICH.



RAIFFEISEN UNFALLVERSICHERUNG:

# WEIL IMMER ETWAS PASSIEREN KANN.



Raiffeisen Versicherung ist eine Marke von UNIQA Österreich Versicherungen AG.  
Versicherer: UNIQA Österreich Versicherungen AG, Untere Donaustraße 21, A-1020 Wien, Telefon 01 26 11 11 11, 1163  
Service +31 1 21 19 119, Service Center: 0900 22 65 65, service@uniqua-versicherung.at, office@uniqua-versicherung.at  
Sitz: Wien, FN 63197m Handelsgericht Wien, UID-Nr.: ATU 15362907



raiffeisen-versicherung.at



# Der Berg ruft!

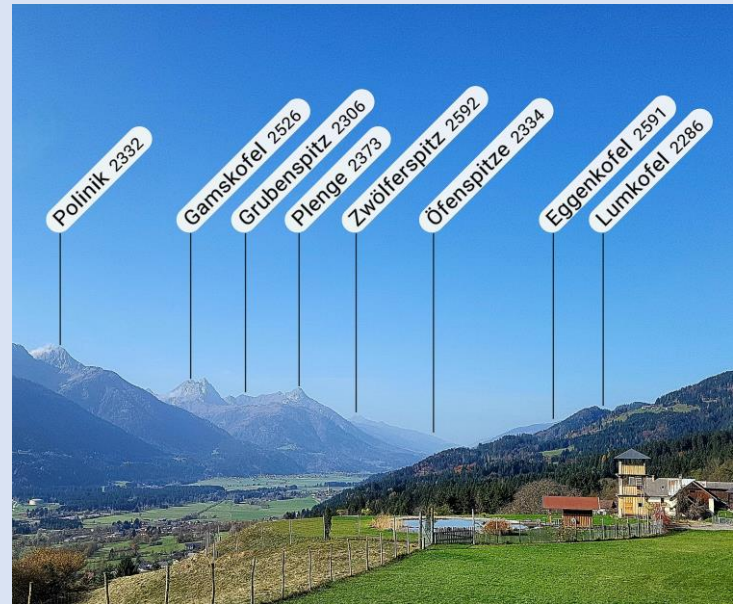
## Bergnamen herausfinden mit der PeakFinder App

Wir alle kennen diese Situation. Wir sind unterwegs, genießen die Augenblicke samt beeindruckender Bergpanoramen. Aber wie heißen denn eigentlich die Berge, die wir im Blickfeld haben? Zum Glück gibt es die App PeakFinder, die in Echtzeit Berge erkennt und die Namen verrät. Auch ohne Internetverbindung.

Die Peak Finder App gibt es im Play Store fürs Android ↗ Smartphone und im App Store fürs iPhone ↗. Auf deinem Kamerabild erscheinen über den Berggipfeln die Namen dieser. Zusätzlich zu den Namen wird die Höhe der Berge angezeigt. Stehst du gerade selbst auf einem Berggipfel, so wird dir auch deine

aktuelle Höhe angezeigt. Über einen Klick kannst du ein Foto von dem Bergpanorama inkl. aller Informationen machen. Das Bild kannst du natürlich auch mit anderen teilen. Du kannst das Bild aber auch später nochmal überarbeiten Anpassungen vornehmen. PeakFinder funktioniert am besten, wenn du „Automatisch drehen“ in den Einstellungen aktiviert hast. Ansonsten kann es passieren, dass die Bergnamen bei der Anzeige überlappen und dadurch nicht lesbar sind.

Kosten: Ca. 5 Euro kostet die geniale PeakFinder App im Play Store oder im App Store.



Fotoaufnahme: Wieserberg mit Blick ins Obere Gailtal / Lesachtal



Schneeschuhwanderung auf den „Madritschengupf“

### Frühling im Februar!

Bei frühlinghaften Temperaturen, jedenfalls viel zu warm für Anfang Februar, machten wir uns vom Nassfeldpass aus auf den Weg auf die Madritschen-Höhe. Den Madritschengupf haben wir absichtlich links liegen gelassen, um den umfangreichen Ausrüstungsvorschriften auf der italienischen Seite zu entgehen. So erreichten wir recht bald unser Gipfelziel auf der Madritschen. Nach einer kurzen Pause mit herrlicher Aussicht, machten wir uns wieder an den Abstieg über die Rossalm. Zum Schluss konnten wir uns aber dem Italienischen Flair doch nicht ganz entziehen und belohnten unsere Strapazen mit einer kurzen Einkehr bei einem renommierten Italiener...  
(Paul Dollinger)

# Naturerlebnis Mauthner Alm



Mauthner Alm Gipfelkreuz 1783 m

mit herrlicher Aussicht auf Cellon, Kellerwand, Mooskofel und über das Lesach- und Gailtal

Nicht wissend, ob wir die Schneeschuhe brauchen werden, packten wir diese trotzdem auf unsere Rucksäcke und so starteten wir mit einer kleinen Gruppe, bei optimalem Wanderwetter beim Parkplatz „Lamprechtbauer“. Über den Wanderweg 432 gelangten wir problemlos bis zur Enzianhütte, wo wir uns nach einer ausgiebigen Rast, dann doch mit den Schneeschuhen, Richtung Gipfel aufmachten. Unterwegs trafen wir auch den „Hausmeister“ der Mauthner Alm, der mit einem Kollegen

ebenfalls am Weg war und uns mit „Gschichtlan“ von einst, und Interessantem von jetzt, die Zeit des Aufstieges verkürzte. Nach mehrmaligem Aus- bzw. Anziehen der Schneeschuhe konnten wir dann über die Mittagszeit die überwältigende Aussicht beim Gipfelkreuz genießen. Den Abstieg erledigten wir recht zügig, und über eine Abkürzung kamen wir wieder zurück zu den Autos. Der kulinarische Abschluss musste nach Mauthen verlegt werden, weil der „Lamprechtbauer“ zu dieser Zeit wegen Umbau geschlossen hatte. Hanni, Gerlinde, Anton, Siegfried und ich hatten eine interessante, wenn auch anstrengende Wanderung und einen wunderschönen Tag. (Paul Dollinger)



**Naturfreunde  
Oberes Gailtal**

## WANDERTAGE in Kaprun

**Freitag, 18. – Sonntag, 20. Juli 2025  
im Hotel.Wirtshaus **tauernhex****

Kosten: € 250,- pro Person im Doppelzimmer Halbpension  
Einbettzimmerzuschlag € 80,- (begrenzte Anzahl)  
max. Teilnehmeranzahl 32 Personen



Wandern bei den Hochgebirgstauseen Kaprun © Zell am See-Kaprun Tourismus

Herzliche Einladung zu unserer 3-Tages-Wanderung. Kaprun bietet tolle Tourenvarianten in allen Höhenlagen im schönen Salzburger Land. Der bekannte Skiort ist auch im Sommer ein absolutes Traumziel für Wanderfans, denn sowohl im Tal als auch in hochalpinen Lagen winden sich hier Wanderwege durch die einmalige Landschaft der Hohen Tauern rund um das Kitzsteinhorn. Diese Vielseitigkeit macht die Region ideal für unsere Wandertage. Ein Blick auf die Panoramakarte genügt und du weißt: Hier bist du mit deinen Wanderschuhem gut aufgehoben! In Zell am See-Kaprun warten mehr als 400 Kilometer markierte Wanderwege sowie Bergtouren auf dich.

Wir freuen uns darauf, mit dir gemeinsam die Schönheit der Natur in Kaprun zu entdecken!  
Eine detaillierte Ausschreibung in Ausarbeitung.

**HINWEIS:** Es sind keine Vorreservierungen möglich! Anmeldungen bitte erst ab 15. April 2025 bei Sepp Pirgler unter Tel. 0664 73588066. Eine verbindliche Platzreservierung erfolgt dann nach Reihenfolge der Anmeldung und Einzahlung des Teilnahmebetrages auf das Konto der Naturfreunde Oberes Gailtal mit IBAN: AT09 4073 0334 0197 0000 (Dolomitenbank)

Wir bitten dafür um Verständnis!



Naturfreunde Pellegrini am Taufkirchenweg in Friaul

# Pilgern am Taufkirchenweg

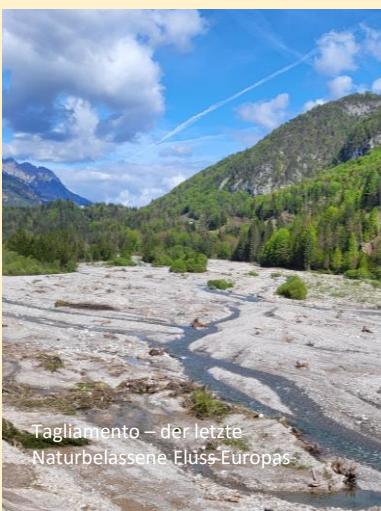
Es gehört schon fast zur Tradition, dass sich die Naturfreunde St. Stefan, gemeinsam mit der Ortsgruppe Oberes Gailtal auf den Pilgerweg am „Cammino delle Pievi“ im benachbarten Friaul begeben. Anfang April wurde auf der achten Etappe von Socchieve bis Forni die Sotto gepilgert. Dass Pilgern immer beliebter wird, beweist die Tatsache, dass sich diesmal knapp 30 Personen auf den Weg machten. Waren es anfangs Bekanntschaften, so kann man nun durchaus behaupten, dass mittlerweile schöne Freundschaften unter den Teilnehmern entstanden sind. Ganz erfreulich auch, dass diesmal einige neue „Quereinsteiger“ mit dabei waren.

Da wir uns gerademal eine Woche nach Ostern auf den Weg machten, nahmen wir dies zum Anlass, uns über dieses Thema tiefere Gedanken zu machen. Welche Gemeinsamkeiten eine Blumenzwiebel und die Auferstehung Jesus hat, konnten wir im Verlaufe dieses Pilgertages bei zwei Andachten

eindrucksvoll erfahren.

In der „Chiesa di San Martino“ in Socchieve und in der „Chiesa San Lorenzo“ in Forni die Sotto, hatten wir zudem die Möglichkeit, die wunderschönen Malerein und Fresken von den in dieser Gegend geborenen Künstler „Gianfrancesco da Tolmezzo“, zu bestaunen.

Mit einem gemeinsamen Abendessen mit Pasta und Vino im Restaurant „Al Pino“ in Forni di Sotto, beendeten wir einen schönen, und hoffentlich noch lange in Erinnerung bleibenden Pilgertag am Taufkirchenweg in Friaul.



Tagliamento – der letzte Naturbelassene Fluss Europas

... und wir pilgerten weiter von **Forni di Sotto** nach **Forni die Sopra** auf der Etappe 9 des **Cammino delle Pievi**

## Sonntag, 15. September 2024

Das Wetter war trocken, jedoch ein wenig windig – ein besonderer Atemhauch des Ewigen. Wärmende Gespräche und ein nettes Miteinander: spirituelles Unterwegssein ist Wachsen und Reifen. Lebenslang.

„Die Zeit gibt, bevor sie nimmt. Und jeder Tag ist ein Geschenk“. Diesem Thema waren wir beim Pilgertag der Naturfreunde entlang des Tagliamento nach Forni di Sopra auf der Spur. Er ist der letzte naturbelassene Fluss Europas und stellt eine Brücke zwischen den Alpen und der Adria dar. Eine stimmige Andacht in der „Chiesa San Giacomo“ ließ diesen Tag für alle Pellegrini zu etwas Besonderem werden.

Natürlich durfte ein kulinarischer Abschluss mit wohlschmeckenden Antipasti und Pasta in einem typisch friulanischen Restaurant nicht fehlen, bevor wir wieder die Heimreise antraten.

Danke auch für das Achtsame Gehen. So macht Guiding Spaß!  
(Hans Goldberger)



Naturfreunde St. Stefan und Oberes Gailtal am Cammino delle Pievi



# VIERBERGELAUF – Wir waren dabei!

Für viele Gailtaler ist der uralte Brauch, am Dreinagel-Freitag (zwei Wochen nach dem Karfreitag - 11./12. April 2024) über vier Berge Mittelkärntens zu gehen, längst lieb-gewonnene Tradition. An ihr wird auch dann festgehalten, wenn der Wetterbericht Regen meldet. Heuer herrschte übrigens ein perfektes Pilgerwetter mit idealen Temperaturen. So ist es nicht verwunderlich, dass sich weit mehr als 50 Personen zum gemeinsamen Bustransfer, welcher von den Naturfreunden Oberes Gailtal organisiert wurde, anmeldeten.

Gestartet wird um Mitternacht, wenn sich die Kreuzträger nach der heiligen Messe auf dem Magdalensberg auf den Weg machen. Wer in der ersten Talsohle, dem Zollfeld, angekommen ist, weiß, dass auch das Bergabgehen Kraft kostet. Und der Weg bis zum nächsten Etappenziel, dem Gipfel des Ulrichsbergs, wird ebenfalls noch in der Nacht

zurückgelegt. Ein schwer zu beschreibendes Gefühl stellt sich ein, wenn man durch das nächtliche Zollfeld wandert. Kaum jemand hat jetzt Lust zu sprechen und jeder weiß, dass es noch einiger Entbehrungen bedürfen wird, bis man am Gipfel des Ulrichsbergs ankommt.

Der Tag bricht an, und mit ihm kehren bei vielen „Vierberglern“, wie man die TeilnehmerInnen am Marsch nennt, die Lebensgeister zurück. Vergessen sind die langen, oft schweigend zurückgelegten Passagen der vergangenen Nacht. Ein Stück Reindling mit Kaffee oder eine kräftige Jause sind jetzt genau das Richtige. Weiter geht es über Zweikirchen und das Glantal bis der nächste Anstieg beginnt. Der Veitsberg steht auf dem Programm und verlangt so manchem Vierbergler alles ab. Aber es werden weitere Stunden vergehen, bis er über Sörg seinen Weg bis auf den Lorenziberg, dem Ziel des Vierbergmarsches gefunden hat.

Vorausgesetzt es ist ein sonniger oder zumindest niederschlagsfreier Tag, stellt sich bei den Teilnehmern des Vierbergelaufs während der letzten Stunden eine wunderbare Beschwingtheit ein. Freundschaften, oft fürs Leben, werden geschlossen, man genießt die Natur in vollen Zügen. Vergessen sind Blasen und Muskelschmerzen und freudvoll geht man dem Ziel des Marsches, der Kirche des Lorenzibergs entgegen. Es ist dieses Gefühl, das viele Vierbergler nennen, wenn man sie fragt, warum sie sich Jahr für Jahr auf den Weg machen.

Den Vierbergelauf zu beschreiben fällt schwer. Jeder der selbst daran teilgenommen hat, weiß die vielen Eindrücke, Gespräche und Begegnungen zu schätzen. Schon aus diesem Grund sollte man den Vierbergelauf einmal selbst in Angriff nehmen. Und noch einen weiteren Grund gibt es, am Vierbergelauf teilzunehmen. Einer Legende zufolge ist jedem, der den Marsch über die vier

Berge dreimal mitgemacht hat, das Paradies sicher.

(Textauszug [www.kaernten.at](http://www.kaernten.at))



Kreuzträger am Vierbergelauf



Wolkenloses Wetter begleitet die Vierbergler



## Herzlichen Glückwunsch zum 80er

Am 7. September 2024 feierte unser Naturfreunde Mitglied Ewald Kreiner seinen 80. Geburtstag. Eine kleine Abordnung der Naturfreunde Oberes Gailtal überbrachte ihm dazu die besten Glückwünsche. Ewalds Leidenschaft für die Natur und die Gemeinschaft ist inspirierend und wir sind dankbar ihn als Mitglied zu haben. Möge sein weiteres Leben gefüllt sein mit frischer Luft, strahlendem Sonnenschein und der Schönheit der Natur die ihn umgibt.

 **Zaunteam**

Zaunteam Kärnten-West-Osttirol  
Kirchbach 89 | 9632 Kirchbach



**Florale Werkstatt**  
Meisterfloristin Elisabeth Zobernig  
9640 Kötschach 12a  
[www.floralewerkstatt.at](http://www.floralewerkstatt.at)



# Aufblühen in der Brda

## Wandern und Wein

Zwischen den Alpen und Meer mitten in den Weinbergen Sonne tanken, zwischen bunten Blüten wandern und sich kulinarisch verwöhnen lassen. All das und noch mehr durfte eine Wandergruppe der Naturfreunde Oberes Gailtal Mitte April 2024 erleben. Es ist eine Region für Entdecker, Genießer und Aktive, die einem nicht mehr so schnell loslässt.

Es waren zwei unvergessliche Tage, welche wir bei schönstem Wetter erlebten. Die in dieser Region beheimatete Wander- und Naturführerin Sabrina erzählte uns beim Ausflug durch

die Weinberge sehr viel über die Geschichte, aber auch über die wertvollen Lebensmittel wie Kirschen, Oliven, Wein und vielen anderen Köstlichkeiten, die hier im Collio/Brda produziert werden. Seit Generationen kümmern sich hier die Winzerfamilien um die Reben und produzieren mit viel Liebe edle Tropfen.

Gegen Abend bezogen wir unser Quartier im italienischen Collio und konnten die Gastfreundschaft im Agriturismo „Tinello di San Urbano“ in Prepotto von Mauro und seiner Familie in vollen Zügen genießen. Ein Essen von höchster Qualität und Geschmackserlebnissen, ver-

bunden mit einer Verkostung, machten den Abend zu etwas Besonderem.

## Sveti Valentin – Monte Sabotino

Nach einer ruhigen Nacht und einem herzhaften Frühstück freuten wir uns auf die nächste Wanderung. Der Friedensweg hinauf auf den Monte Sabotino stand auf unserem Programm. Diese historische Rundwanderung startet in Solkan und verläuft über den Gebirgskamm entlang der italienisch-slowenischen Grenze. Unterwegs immer wieder tolle Ausblicke auf die Soča – dem

Wein- smaragdgrünen Fluss nahe der driesen Sabotin-Kamms erhebt sich der ganz Gipfel des Sv. Valentin, wo die restaurierten Ruinen dieser einstigen Wallfahrtskirche sichtbar sind. Die strategisch bedeutsame Rolle dieses Berges im Ersten Weltkrieg wird im Museum des Friedensparkes beim Gipfelhaus präsentiert. Bei unserer Heimfahrt gönnten wir uns noch ein „tipico gelato italiano“ am Hauptplatz von Tarvis und beendeten so ein wunderschönes Wanderwochenende bei unseren Nachbarn.

**Jede Reise hat ein Ende. Aber die Erinnerung daran ist unvergänglich!** (Hans Goldberger)

Naturfreunde Oberes Gailtal bei der Kirche „Sveti Valentin“



# RADTOUR Radniger Wasserfall

Nach einer wetterbedingten Verschiebung konnte am Pfingstmontag, dem 20. Mai 2024 ein Sonntag im sonst wechselhaften und regnerischen Mai für eine erste gemeinsame Radtour genutzt werden.



16 Radbegeisterte trafen sich beim Kraftplatz neben der Gailbrücke in Gundersheim. Nach einer kurzen Einweisung durch Guide Michael radelten wir entlang dem Radweg R3 nach Möderndorf und weiter über das Burger Moos nach Obervellach. Dem Wanderweg stetig bergauf folgend gelangten wir zum Naturschwimmbad in Radnig (zu diesem Zeitpunkt leider geschlossen). Nach einer kurzen Pause weiter längs dem Waldrand über eine Forststraße und einem kurzen Single Trail zum Radniger Wasserfall.

TIP: Der kleine aber schöne Wasserfall bietet im Sommer eine willkommene Abkühlung und ist durch seine beruhigende Wirkung ein Ort um die Seele baumeln zu lassen.

Nach einer Rast und einem obligatorischen Erinnerungsfoto folgte eine kurze Schiebepassage. Anschließend ging es über einen Schotterweg bergab in Richtung Jadersdorf und nach einer teils rasanten Abfahrt durch den Gösseringgraben erreichten wir Hermagor. Bei der Rückfahrt über den R3 wurde ein Zwischenstopp mit Einkehr beim Golfplatzrestaurant in Waidegg eingelegt, wo uns Manuela mit ihrem Team ausgezeichnet bewirtete. Eine empfehlenswerte Tour mit vielen neuen Eindrücken und ein gelungener Start in die Radsaison. (Michael Gassmayer)

## MTB-TOUR Plätzwiese

Eine Gruppe Radsportbegeisterte ließen sich am 20.07.2024 am frühen Morgen von einigen Regentropfen auf der Windschutzscheibe ihres Autos nicht davon abhalten, zur geplanten MTB-Tour auf das Hochplateau Plätzwiese im Naturpark Fanes-Sennes-Prages in den Pragser Dolomiten aufzubrechen.

Bei angenehmen Temperaturen und trockenem Wetter stellten die bei dieser Tour zu bewältigenden rund 75 km und ca. 1000 Hm für alle Teilnehmer kein Problem dar. Von Arnbach aus ging es vorbei am Toblacher See und dem Dürrensee, mit freiem Blick auf die Drei Zinnen und im Angesicht des Monte Cristallo, von Schluderbach hinauf auf das Hochplateau der Plätzwiese, wo auf ca. 2000 Meter Seehöhe im Berggasthof eine verdiente Pause eingelegt wurde.

Auf ein Gruppenfoto vor dem Bergmassiv der Hohen Gaisl folgte die Abfahrt über die asphaltierte Bergstraße nach Brücke in Altprags hinunter und weiter über die Pragser Straße zum Talausgang, wo wir über den Radweg "Pusterbike" sanft aufwärts wieder Toblach erreichten. Nach dem Mittagessen in der Nordic Arena Toblach ließen es sich Erich und Klaus nicht nehmen,

mit ihrem MTB, die über das Gebäude führende Langlauframpe zu überqueren. Der ersten Etappe des Drauradweges R1 folgend erreichten wir, bei leicht abfallendem Gelände gemütlich wieder unseren Ausgangspunkt beim Bahnhof in Arnbach. (Michael Gassmayer)



# Wanderung auf den Oisternig

Anfang Juni 2024 führte uns Wanderführer Sepp auf den östlichsten Zweitausender der Karnischen Alpen, dem OISTERNIG. Ausgehend von der Dolinza Alm wanderten wir zur Feistritzer Alm, und von dort über den Ostgrat hinauf zum 2035 m hohen Gipfelkreuz des Oisternig. Wie bei vielen anderen Gipfeln entlang des Karnischen Höhenweges liegt auch der höchste Punkt des Oisternigs genau auf der italienisch-österreichischen Staatsgrenze. Bevor wir zur Dolinza Alm zurückkehren, machen wir noch einen kurzen Abstecher zur Kapelle Maria Schnee. Diese lohnenswerte und aussichtsreiche Wandertour beendeten wir mit einem Einkehrschwung im „Rifugio Nordio“.



## Naturfreunde am Jukbichl

Am Morgen des 11. Mai starteten 9 Mitglieder der Naturfreunde Oberes Gailtal in Lanz ober Kötschach zur Wanderung auf den Jukbichl.

Der Anstieg über den Wandersteig nach Stelzling und weiter bis zum Gipfel wurde durch interessante Unterhaltungen und Beobachtungen im Wald gefühlsmäßig stark verkürzt. Früher als erwartet erreichten wir das Gipfelkreuz und konnten die tolle Aussicht in das Gail- und Drautal bei strahlendem Frühlingwetter ausgiebig genießen.

Beim Abstieg über den Gailtaler Höhenweg in Richtung Gailberg-Höhe passierten wir einige interessante Plätze, wie die Kötschacher Ochsenalm, die verfallene Marktalm und auch noch letzte Schneefelder vom vergangenen Winter gab es zu sehen. Als kulinarischen Abschluss der Wanderung kehrten wir beim Gasthof Gailberghöhe ein. Gedankt sei neben den Teilnehmern für die gute Gemeinschaft nicht zuletzt auch meiner Frau Gail, die mit dem Bus der Naturfreunde die Hinfahrt zum Start und abschließend die Heimfahrt der Teilnehmer bewerkstelligte. Dieser gelungene Wandertag macht Freude auf die nächste Wanderung mit den Naturfreunden.

Auf bald, euer Paul



Liebe Sponsoren!

**DANKE** für Ihre großzügige Unterstützung. Dies ermöglicht uns unsere Projekte und Veranstaltungen erfolgreich umzusetzen und vielen Menschen unvergessliche Erlebnisse zu bieten.

**Auto Piber**  
Leifling 25 | 9635 Dellach/Gail  
+43 (0) 4718 215  
office@auto-piber.co.at  
www.auto-piber.co.at

**Raiffeisenbank  
Karnische Region**



*Schlägerung - Holzbringung - Winterdienst*



Knotz Bernhard  
A-9652 Birnbaum 3  
Telefon: 0650/4601636

E-Mail: knotz-holzbringung@aon.at

**GTG** GmbH  
**GEBÄUDETECHNIK**

Sanitär | Heizung | Solar | Badsanierung

9634 Grafendorf 160 ☎ +43 664 88941135 ✉ office@gtg-stefan.at

**RAUTER**  
KFZ FACHBETRIEB

9640 Kötschach 181, Tel. +43 664 2055411  
e-mail: office@auto-rauter.at

Fahrzeughandel  
KFZ Reparatur  
§ 57 a Überprüfungen  
Klimaservice  
Bremsen

Zweirad-Service  
Autoglas-Reparatur  
Rad und Reifen  
Motordiagnose  
Chiptuning

# NATUR.ERLEBNIS.TAG



## Vielfältig erleben!



Mit einem abwechslungsreichen Programm für Groß und Klein fand am Samstag, dem 11. Mai 2024 am Kraftplatz bei der Gundersheimer Gailbrücke ein **Erlebnistag der Naturfreunde Oberes Gailtal** statt. Dabei gab es die Möglichkeit die Natur zu entdecken, zu beobachten und zu erforschen, sowie Neues und Spannendes über Tiere und Pflanzen und deren Lebensräume von unseren beiden **Natur-**

**freunde Guides Gabi und Helga** zu erfahren. Ein wesentliches Merkmal der Natur, das wir meist nicht bewusst wahrnehmen, ist ihre ständige Veränderung und Verwandlung. Die Jahreszeiten wechseln, aus Blüten werden Früchte, aus Raupen Schmetterlinge, aus Kaulquappen Frösche und aus wasserbewohnenden Larven entfalten sich Libellen, die Edelsteine der Lüfte. Als kleines Geschenk für den bevorstehenden

Muttertag wurden von den Kids liebevoll Blumenvasen mit Naturmaterialien gebastelt. Als Abschluss erfreuten sich Alle an der Verkostung von Fladenbrot, Kräuteraufstrich und der „Neunkräutersuppe“ welche an der offenen Feuerstelle gekocht wurde. Die Kinder nutzen dann noch mit großer Begeisterung die Möglichkeit unter Anleitung ein Maifeiferl zu schnitzen.

(Gabi Zerza, Helga Waldner)



**CHRISTLER PUTZE**  
Packt mehr als Sie denken!  
**FASSADEN & PUTZ**  
0650 / 4278888  
A-9635 Dellach 191



Bunt leuchtende Blätter, Rascheln unter den Füßen und herrlich klare Herbstluft waren die Begleiter, während die Kinder emsig dabei waren Materialien für ein Naturpuzzle zu suchen. Dabei kamen sie manchen Geheimnissen der Tierwelt auf die Spur. Die teilnehmenden Erwachsenen unterhielten sich über Rezepte, Wildpflanzen und Früchte des Herbstes. Eine gemeinsame Wanderung führte bis zum Heldenfriedhof nach Dellach und wieder retour. Da so eine Wanderung hungrig macht, freuten sich schon alle auf die vorbereitete Kürbiscremesuppe mit Brötchen. Thomas zeigte zum Feuermachen eine interessante Technik, welche vor allem bei feuchtem Wetter sehr hilfreich sein kann. Aus den

gesammelten Naturmaterialien wie Blättern, Zweigen und Steinen gestalteten wir kleine Kunstwerke. Die Kinder waren besonders begeistert und schufen fantasievolle Figuren und Bilder. Es war beeindruckend zu sehen, wie die Kreativität in der Natur sprudelte und jeder seine eigene Interpretation der Waldschätze fand.

„Helga und Gabi möchten noch sagen, dass es wunderschön ist Kindern und Erwachsenen die Aufmerksamkeit zu schenken, denn das macht uns zu den Naturfreunden.“

Wir freuen uns auf weitere interessante Veranstaltungen im nächsten Jahr!

(Gabi Zerza, Helga Waldner)

## Faszination WALD



# Programm 2025

(Schneeschuh-) Wandern – Pilgern –  
Radfahren – Klettern

Aktuelle Infos auf [www.oberes-gailtal.naturfreunde.at](http://www.oberes-gailtal.naturfreunde.at)

**Touren Anmeldung!**  
Bitte um Anmeldung für die Teilnahme an den Tagestouren bis spätestens 2 Tage vor dem Termin beim jeweiligen Tourenführer.

<p><b>Sonntag, 12. Jänner 2025</b> Treffpunkt 17.00 Uhr Skilift bei Aquarena Kötschach; Auskünfte: Michael Gasmayer Tel. +43 664 73346144</p>	<p><b>VOLLMOND SKITOUR VORHEGG</b> Wenn der Vollmond die Skipiste erleuchtet, entsteht eine magische Winterlandschaft. Dies wollen wir bei einer gemeinsamen Skitour auf die „Specken“ erleben. Anreise und Tour in Eigenverantwortung</p>
<p><b>Sonntag, 19. Jänner 2025</b> Treffpunkt 8 Uhr Sportplatz Grafendorf 500 hm / ca. 3 Std. Gehzeit Auskünfte: Johann Goldberger Tel. +43 664 4627459</p>	<p><b>WINTERWANDERUNG AUF DIE LACKENALM</b> Die Lackenalm gehört zu den am schönsten gelegenen Almen im Lesachtal. Ausgangspunkt ist St. Lorenzen. Je nach Schneelage wandern wir mit oder ohne Schneeschuhe. TIPP: Wer die Tour noch etwas verlängern will, kann bis zum Lackenkreuz aufsteigen. Zusätzliche 20 Minuten Aufstiegszeit und 100 Höhenmeter kommen dann noch einmal zur Tour dazu.</p>
<p><b>Samstag, 1. Feber 2025</b> Volksschule Gundersheim Gemeinschaftsraum Beginn 19 Uhr Freiwillige Spenden!</p>	<p><b>IN(HALE) EXPEDITION 2024</b> Multivisionsvortrag von der Expedition ins ZANSKAR TAL in Indien David Schneider, Elias Hangweyrer und Lea Goldberger nehmen uns mit auf ihrer eindrucksvollen Indien-Expedition. Insgesamt verbrachten sie dabei 28 Nächte auf über 4900 m.</p>
<p><b>Samstag, 8. Feber 2025</b> Treffpunkt 8.00 Uhr Sportplatz Grafendorf ca. 600 hm; ca. 8 km Paul Dollinger Tel. +43 676 7824955</p>	<p><b>SCHNEESCHUHWANDERUNG GRIFITZBÜHEL</b> (Kornat - Grifitzbühel – Kornat) Leichte Schneeschuhwanderung von Kornat über Forstwege und sanfte Almwiesen mit einem kurzen Gipfelanstieg und denselben Weg wieder zurück. <u>Für eure Sicherheit:</u> Schneeschuhe, LVS, Schaufel und Sonde erforderlich, kann bei Bedarf organisiert werden.</p>
<p><b>Samstag, 22. Feber 2025</b> Treffpunkt 8.00 Uhr Sportplatz Grafendorf ca. 900/600 hm; 12/8 km Paul Dollinger Tel. +43 676 7824955</p>	<p><b>SCHNEESCHUHWANDERUNG GAMSKOFEL</b> (Obergail - Obergailer Berg - Gamskofel) Von Obergail über den Obergailer Berg auf den Gamskofel (nur bei passenden Verhältnissen, optional Hurtenhütte) und wieder zurück. <u>Für eure Sicherheit:</u> Schneeschuhe, LVS, Schaufel und Sonde erforderlich, kann bei Bedarf organisiert werden.</p>
<p><b>Samstag, 15. März 2025</b> Treffpunkt 15.00 Uhr; Kostenbeitrag! Sportplatz Grafendorf Thomas Wassertheurer Tel. +43 664 5034923</p>	<p><b>BOGENSCHIESSEN IM KLE-SCH</b> Für Kinder (ab 8 Jahre) und Erwachsene Spannen, zielen, loslassen ... und mit etwas Übung treffen! Bogenschießen ist eine Sportart, die fasziniert und die wir direkt im KLE-SCH ausprobieren können. Der hier installierte 3D Indoor Parcour ist der modernste in Kärnten.</p>
<p><b>Ostermontag 21. April 2025</b> Treffpunkt 10.30 Uhr „altes Spritzenhaus“ Grafendorf Sepp Pirgler Tel. +43 664 73538066</p>	<p><b>OSTEREIER-SUCHEN</b> mit der ganzen Familie Gemeinsame Wanderung auf den Wieserberg mit Spiel &amp; Spaß (Imbiss, Getränke und Überraschungen für die Kleinsten)</p>
<p><b>SA 26. April 2025</b> Abfahrt: 6 Uhr Sportplatz Grafendorf Strecke: 18 km / 1350 hm Kostenbeitrag € 10,- p.P. Auskünfte: Johann Goldberger Tel. +43 664 4627459 Rückkehr spätestens 21 Uhr</p>	<p><b>PILGERTAG (Wandern mit Mehrwert)</b> Eine anspruchsvolle und landschaftlich schöne Route am Cammino delle Pievi, die zwei wunderschöne Bergorte - „Forni die Sopra“ und „Sauris“ (Zahre) verbindet. Schöne Ausblicke auf die Friaulischen Dolomiten und Karnischen Alpen sind garantiert. Als Abschluss ist ein Besuch im „Bier Khelder“ mit Bierverkostung und gemeinsamen Abendessen in Zahre eingeplant.</p>
<p><b>DO 01.05. – FR 02.05.2025</b> Kosten für Bus € 35,- Auskünfte: Martin Hohenwarter Tel. +43 680 2150939 Eigene Ausschreibung!</p>	<p><b>VIERBERGELAUF</b> Bus-Platzreservierung mit Einzahlung auf Konto IBAN AT09 4073 0334 0197 0000 Name und Einstiegsstelle auf Einzahlung angeben! Abfahrt Kötschach 19.50 Uhr / Grafendorf 20.00 Uhr / Waidegg 20.15 Uhr / Hermagor 20.30 Uhr / St. Stefan 21.00 Uhr</p>
<p><b>FR 16. – SA 17. Mai 2025</b> Abfahrt 6.00 Uhr Sportplatz Grafendorf Kosten € 135,- HP p.P. im DZ EZZ + € 20,-; max. 22 Personen Anmeldung: Johann Goldberger Tel. +43 664 4627459</p>	<p><b>„WANDERN &amp; KÄSE“ (Wanderreise mit Genuss in Tarcento)</b> 1. Tag: Wanderung auf den „Monte Stella“ und „Monte Oussa“ 580 hm / 8 km 2. Tag: Wanderung zur Grottenkirche „San Giovanni D' Antro“ 530 hm / 12 km inkl. Grotteneintritt, Käseverkostung und Hofführung; Unterkunft Hotel „Tarcentino“ HP Platzreservierung mit Einzahlung auf Konto IBAN AT09 4073 0334 0197 0000 Reisepass mitnehmen!</p>



<p><b>Samstag, 24. Mai 2025</b> Treffpunkt 7.00 Uhr Sportplatz Grafendorf ca. 900 hm; 50 km; Asphalt Anton Hörzer Tel. +43 664 73556352 oder Michael Gassmayer Tel. +43 664 73346144</p>	<p><b>RADTOUR durch das VAL D`AUPA</b> Von Pontebba über Studena Alta – Sella Cereschiatis – Aupa – Dordolla durch das Aupatal bis nach Moggio und über den Pontebbana Radweg zurück nach Pontebba</p>
<p><b>Samstag, 31. Mai 2025</b> Treffpunkt 9.00 Uhr Kraftplatz Gundersheimer Gailbrücke Gabi Zerza Tel. +43 664 73253499 oder Helga Waldner Tel. +43 650 3119552</p>	<p><b>NATURWERKSTATT – Verlockende Blüten und Kräuter am Wegesrand</b> “Sag es mir und ich werde es vergessen. Zeig es mir und ich werde mich erinnern. Beteilige mich und ich werde es verstehen”. (Konfuzius) Entdecken wir gemeinsam die Welt der Wildkräuter und lernen wir mit allen Sinnen, wie wir dieses Wissen nachhaltig für uns und unsere Familien einsetzen können. Für Kinder und Erwachsene!</p>
<p><b>Sonntag, 8. Juni – Sonntag, 15. Juni 2025</b> Paul und Gail Dollinger organisieren eine Wanderwoche in England Begrenzte Teilnehmerzahl! Paul Dollinger Tel. +43 676 7824955</p>	<p><b>WANDERREISE NACH ENGLAND</b> Wandern im „Lake-District“ – Englands Wander-Eldorado Eigene Ausschreibung!</p> <p>Ausgebucht!</p>
<p><b>SA 14. Juni – DO 19. Juni 2025</b> Auskünfte/Anmeldung: Karl Sternig Tel. +43 670 3534563 oder Anton Hörzer Tel. +43 664 73556352</p>	<p><b>RADREISE VON PRAG NACH DRESDEN</b> Gemeinsam mit den Naturfreunden St. Stefan/Gail</p> <p>Eigene Ausschreibung in Ausarbeitung! Nur mit Voranmeldung!</p>
<p><b>Sonntag, 22. Juni 2025</b> Abfahrt: 8 Uhr Sportplatz Grafendorf Auskünfte: Thomas Wassertheurer Tel. +43 664 5034923 Anmeldung erforderlich!</p>	<p><b>MILLNATZENKLAMM</b> Einfacher familienfreundlicher Genusssklettersteig entlang des Millnatzenbaches im Lesachtal. Schwierigkeit A/B (kurze Stelle mit C)</p>
<p><b>Sonntag, 29. Juni 2025</b> Abfahrt: 6.30 Uhr Sportplatz Grafendorf ca. 600 hm Sepp Pirgler Tel. +43 664 73538066</p>	<p><b>WANDERUNG MARTISCHNIGSPITZE</b> Die Martischnigspitze ist ein 2364 m hoher Berg in der Goldberggruppe oberhalb von Stall im Mölltal. Aufstieg über den Gußnigberg zur Gußnigbergalm und weiter über die Lärcherhütte zur Martischnigspitze.</p>
<p><b>Samstag, 5. Juli 2025</b> Abfahrt: 6.00 Uhr Sportplatz Grafendorf ca. 1200 hm; 35 km; Asphalt und Schotter Anton Hörzer Tel. +43 664 73556352 oder Michael Gassmayer Tel. +43 664 73346144</p>	<p><b>MTB-Tour PANORAMICA DELLE VETTE</b> Von Ravascletto aus über eine asphaltierte Straße und zahlreiche Kehren bis auf knapp 2000m Seehöhe hinauf – über einen befestigten Schotterweg 7 km den Hängen der umliegenden Berge entlang flach weiter zur Casera Chiadins – Rückfahrt entlang der Straße über Taulis zurück nach Ravascletto</p>
<p><b>Samstag, 12. Juli 2025</b> Treffpunkt 7.00 Uhr Sportplatz Grafendorf ca. 850 hm; 8 km Paul Dollinger Tel. +43 676 7824955</p>	<p><b>RUNDWANDERUNG KÖDERHÖHE</b> (Obere Frondellalm - Köderkopf - Köderhöhe – Lauchek) Über den Kreuzsteig auf den Köderkopf und über die Köderhöhe sowie Lauchek wieder zurück zur Oberen Frondellalm.</p>
<p><b>FR 18. – SO 20. Juli 2025</b> Abfahrt: 5.00 Uhr Sportplatz Grafendorf max. 32 Personen Auskünfte: Sepp Pirgler Tel. +43 664 73538066 Eigene Ausschreibung!</p>	<p><b>WANDERTAGE IN KAPRUN</b> Zell am See-Kaprun liegt eingebettet zwischen den sanften Pinzgauer Grasbergen und den schroffen Wänden der Hohen Tauern: Diese Vielseitigkeit macht die Region ideal für deinen Wanderurlaub ACHTUNG! keine Vorreservierungen möglich! Anmeldung erst ab 15. April 2025 bei Sepp Pirgler möglich. Platzreservierung nach Reihenfolge der Anmeldung.</p>
<p><b>Sonntag, 27. Juli 2025</b> Abfahrt: 8 Uhr Sportplatz Grafendorf Auskünfte: Thomas Wassertheurer Tel. +43 664 5034923 Anmeldung erforderlich!</p>	<p><b>KLETTERSTEIG „LA FARINA DEL DIAVOLO“</b> Als Familien-KS mit größeren klettererfahrenen Kindern geeignet. Es gibt jedoch keinen Notausstieg, die Kondition muss bis oben reichen. Ein toller Eisenweg (viele Tritteisen, trotzdem genial) in der Nähe von Tolmezzo in Villa Santina. Schwierigkeitsgrad C (mittel); 570 hm</p>
<p><b>Sonntag, 3. August 2025</b> Abfahrt: 6.00 Uhr Sportplatz Grafendorf ca. 760 hm; ca. 11 km Sepp Pirgler Tel. +43 664 73538066</p>	<p><b>BERGTOUR GLOREDERHÜTTE</b> Die Gloreder Hütte steht auf 2.641 m am Berger Törl, dem Übergang zwischen Kals in Osttirol und Heiligenblut in Kärnten. Diese hochalpine Tour führt vom Lucknerhaus am Ende der Kalser Glocknerstraße zur Gloreder Hütte und über die Lucknerhütte retour.</p>

<p><b>Samstag, 9. August 2025</b> Sportplatz Grafendorf Treffpunkt 8.00 Uhr Sportplatz Grafendorf ca. 335 hm; 7 km Paul Dollinger Tel. +43 676 7824955</p>	<p><b>ALMWANDERUNG KORDIN</b> Straniger Alm - Valbertad Alta - Großkordin - Kleinkordin - Straniger Alm Der Sommerhitze entfliehen... Einfache und gemütliche Almwanderung zwischen Straniger- und Kordinalm (Einkehrmöglichkeit)</p>
<p><b>Samstag, 23. August 2025</b> Abfahrt: 6.00 Uhr Sportplatz Grafendorf ca. 1000 hm; 44 km; Asphalt und Schotter Anton Hörzer Tel. +43 664 7356352 oder Michael Gasmayer Tel. +43 664 73346144</p>	<p><b>MTB-Tour zur JAGDHAUSALM (Tibet Osttirols) und auf das KLAMMLJOCH</b> Von St. Jakob im Defereggental aus vorbei an Zirbenwäldern zur urigen Jagdhausalm und weiter bis auf das 2288m hoch gelegene Klammljoch an der Grenze zu Italien – über dieselbe Strecke retour zur Jagdhausalm und nach St. Jakob.</p>
<p><b>Sonntag, 31. August 2025</b> Treffpunkt 6.00 Uhr Sportplatz Grafendorf Ca. 770 hm; 12 km Hans Goldberger Tel. +43 664 4627459</p>	<p><b>JULIUS KUGY TRAIL (Uccea Pass – Malga Coot)</b> Tolle Höhenkammwanderung im östlichen Resiatal - mit faszinierenden Ausblicken. Vom schönen Valle di Uccea wandern wir bergwärts zu einem Höhenkamm, den wir über fünf Erhebungen nach Osten entlanggehen. An besonderen Aussichtspunkten erblicken wir das Herzstück des Parco Naturale delle Prealpi Giulie sowie das majestätische Canin-Massiv mit der Baba Grande.</p>
<p><b>Samstag, 13. September 2025</b> Treffpunkt 9.00 Uhr Kraftplatz Gundersheimer Gailbrücke Gabi Zerza Tel. +43 664 73253499 oder Helga Waldner Tel. +43 650 3119552</p>	<p><b>NATURWERKSTATT - WUNDERBARE SCHÄTZE DES HERBSTES</b> Der Herbst wird aromatisch! Gemeinsam begeben wir uns auf eine Entdeckungsreise durch die schöne Herbstlandschaft. Lass dich dabei überraschen, was es alles zu entdecken gibt. Für Kinder und Erwachsene!</p>
<p><b>Sonntag, 14. September 2025</b> Abfahrt: 6.30 Uhr Sportplatz Grafendorf ca. 1080 hm; ca. 11 km Auskünfte: Sepp Pirgler Tel. +43 664 73538066</p>	<p><b>BERGTOUR HOCHGRABE</b> Als "Königin der Villgratner Berge" bezeichnet, besteigt man mit der Hochgrabe den dritthöchsten Berg dieser Gebirgsgruppe. Diesen Beinamen trägt sie zurecht, denn vom Gipfel bietet sich einem ein herrliches Gipfelpanorama</p>
<p><b>Samstag, 20. September 2025</b> Abfahrt: 6 Uhr Sportplatz Grafendorf Strecke: 15 km / 1000 hm Kostenbeitrag € 10,- p.P. Auskünfte: Johann Goldberger Tel. +43 664 4627459</p>	<p><b>PILGERTAG am Cammino delle Pievi (11. Etappe) Sauris – Refugio Tenente Fabbro</b> Nach einem anfänglich steilem Anstieg führt die Route durch Wälder und blumenbedeckten Hochweiden. Diese Etappe gewährt wunderbare Ausblicke auf die Pesariner Dolomiten und die Karnischen Alpen. Hochebenen und Almen säumen den abwechslungsreichen Weg, der uns heute ins westliche Veneto führt.</p>
<p><b>Samstag, 27. September 2025</b> Abfahrt: 7.30 Uhr Sportplatz Grafendorf 905 hm; 9,8 km; 5 Std. Auskünfte Helga Waldner Tel. +43 650 3119552</p>	<p><b>WANDERUNG auf den MONTE AMARIANA</b> Karnische Voralpen; Schöne abwechslungsreiche Wanderung in der Nähe von Tolmezzo die zum Schluss in einen leichten Klettersteig über geht (Südanstieg). Reisepass mitnehmen!</p>
<p><b>Samstag, 8. November 2025</b> Beginn: 19 Uhr Gemeinschaftsraum der Volksschule Gundersheim</p>	<p><b>JAHRESHAUPTVERSAMMLUNG</b> der Naturfreunde Oberes Gailtal mit Foto-Rückblick auf das vergangene Jahr. Alle Mitglieder sind dazu recht herzlich eingeladen!</p>



### Berg-Erlebnis Sonnenuntergang Kammleiten

Im Juli und August 2025 finden Sonnenuntergangswanderungen statt. Termine nach Möglichkeit und Absprache. Jeweils mindestens 3 Teilnehmer! Ca. 4 km, 380 hm - Treffpunkt 18.00 Uhr  
Gemeindeamt Kirchbach; Nur wenn das Wetter ein eindrucksvolles Berg-Erlebnis zulässt.  
Anmeldung bei Bergwanderführer  
Paul Dollinger +43 676 7824955



### Hüpfburg mieten

Sie planen eine Feier und suchen eine passende Unterhaltung für Kinder? Die Naturfreunde Oberes Gailtal bieten Ihnen die Möglichkeit eine Hüpfburg auszuborgen.  
Ansprechpartner: Martin Hohenwarter  
Tel. +43 680 2150939



### Vereinsbus mieten

Der Vereinsbus der Naturfreunde Oberes Gailtal ist für 9 Personen zugelassen und kann von Mitgliedern je nach Verfügbarkeit angemietet werden.  
Ansprechpartner: Johann Goldberger  
Tel. +43 664 4627459



10 Jahre Forschung  
an lebendgebärenden und eierlegenden

# Bergeidechsen auf der Straniger Alm

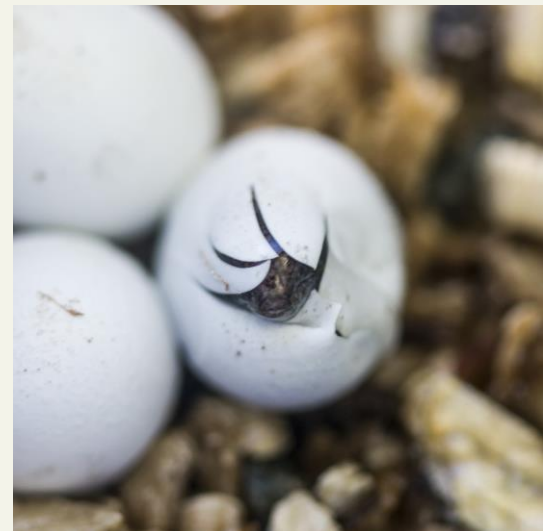
Die Bergeidechse ist eine von wenigen Tierarten die sowohl lebendgebärende als auch eierlegende Populationen aufweist. Dies ist erst seit Anfang der 2000er Jahre bekannt, als eine eierlegende Population von Bergeidechsen im Kärntner Raum entdeckt wurde. Ein paar Jahre später stellte sich heraus, dass eierlegende und lebendgebärende Bergeidechsen sogar direkt nebeneinander vorkommen: nahe der Straniger Alm. Erstaunlicherweise können sich eierlegende und lebendgebärende Bergeidechsen sogar paaren! Dies ist in der Natur einmalig, und bildet die Basis für die nun schon seit 10 Jahren andauernde Forschung an der Bergeidechse und ihrer evolutionsbiologischen Geschichte an der Straniger Alm. Die Bergeidechse ist nicht nur einmalig in ihren beiden Fortpflanzungsstrategien, sondern auch das am weitesten verbreitete Reptil weltweit. Sie ist extrem anpassungsfähig, und die Evolution des Lebendgebärens hat ihr besonders dabei geholfen kältere Regionen zu besiedeln. In wärmeren Regionen hingegen ist die eierlegende Strategie erfolgreicher. Doch was passiert wenn beide Formen zusammen kommen? Die Nachkommen solcher Paarungen sind weder eierlegend noch lebendgebärend, sondern dazwischen: Sie haben eine sehr dünne, fast transparente Eischale, und zum Zeitpunkt der Ablage sind die Embryonen

schon weit entwickelt. Ob eine Bergeidechse eierlegend oder lebendgebärend ist, ist genetisch festgelegt: Nachkommen solcher Paarungen (Hybridisierung) erben die Gene beider Elternpaare, von jedem Elternteil 50%, so dass sie letztendlich halb eierlegend und halb lebendgebärend sind. Wir haben die Gene, die entscheiden ob sich eine Eischale bildet und zu welchem Zeitpunkt die Eiablage oder das Gebären stattfindet entdeckt, und diese sind erstaunlich ähnlich zu den Genen die auch in Säugetieren wichtig während der Schwangerschaft und des Gebärens sind. In unserem laufenden Projekt untersuchen wir die Konsequenzen der Hybridisierung für die Nachkommen solcher Paarungen. Diese sind sicherlich nachteilig, besonders für Weibchen, wohingegen bislang nicht bekannt ist welchen Einfluss dies auf Männchen hat.

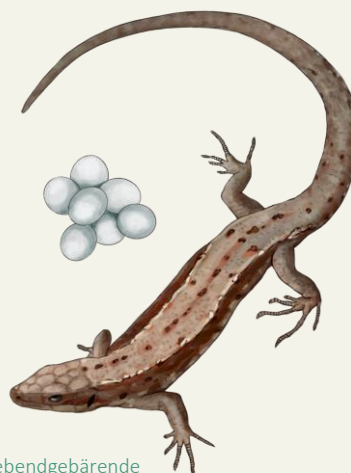
Dr. Hans Recknagel

Recht herzlichen Dank für das Interview mit Herrn Dr. Recknagel. Wir freuen uns auf den Sommer, um dann mit dem Forschungsteam vor Ort auf der Straniger Alm bei einer Exkursion dabei zu sein. Termin wird noch rechtzeitig bekannt gegeben.

Fotos: Hans Recknagel



Dr. Hans Recknagel (zweiter von links)



Erstaunlicherweise können sich lebendgebärende und eierlegende Bergeidechsen sogar paaren

# Wandern im Naturpark



Wandergruppe vor dem mächtigen Peitlerkofel

Es war wieder einmal so weit. Unsere diesjährigen Wandertage standen vor der Tür. Heuer entschieden wir uns für den **Naturpark Fanes-Sennes-Prags** in **Südtirol**. Diesmal war es äußerst schwierig ein geeignetes Quartier, unseren Vorstellungen entsprechend, zu finden. Viele Hotelanfragen wurden abgelehnt, ehe wir mit etwas Glück und Verhandlungsgeschick, eine Zusage für 36 Personen im „**Hotel Antermoia**“ erreichten. Zugeständnisse unserer Teilnehmer sich auch in Mehrbettzimmern unterbringen zu lassen, gingen den gelungenen Wandertagen voraus. Für die hervorragende Hotelverpflegung können wir „3 Hauben“ vergeben, und das Wetter zeigte sich in diesen Tagen Gott sei Dank auch von seiner besten Seite.

Schwindelfreiheit gefragt. Die **Peitlerscharte** auf 2361 m bot sich hierbei als ausgezeichnete Rastmöglichkeit an. Eine weitere Gruppe hat diesen schönen Aussichtsberg umrundet. Hierfür folgten sie dem Weg, der sich im sanften Auf und Ab durch die weitläufigen Peitlerwiesen schlängelte, in denen die gemütliche **Vaciarahütte (Ütia Vaciana)** zur genusslichen Zwischenrast einlud. Ab hier ging es wieder leicht aufwärts zum **Gömajoch**, ehe wir dann abwärts zu unserem Ausgangspunkt wanderten.



## Peitlerkofel

### Bergtour und Umrundung

Startpunkt dieser prächtigen Bergtour war das **Würzjoch** (2.006 m), das wir mit dem öffentlichen Wanderbus nachhaltig vom Hotel aus erreichten. Der Peitlerkofel ist ein markanter Dolomitengipfel, der sich in einer märchenhaften Umgebung steil in den Himmel reckt. Der Aufstieg über die Peitlerscharte bis hin zum Sattel zwischen dem Kleinen und dem Großen Peitlerkofel ist eine sehr schöne Bergtour, welche ein Teil unserer Teilnehmer absolvierte. Im Gipfelbereich war jedoch Trittsicherheit und



Peitlerwiesen

# Fanes – Sennes - Prags



Wallfahrtskirche Heiligkreuz



Edelweiß – die Königin der Alpen

## Naturpark Fanes im Königreich der Natur

"Das war die Tour meines Lebens", so beschrieb ein Teilnehmer die anspruchsvolle Tour am zweiten Tag. Von der höchstgelegenen **Wallfahrtskirche "La Crusc"** (Heiligkreuz) wie sie auf Ladinisch genannt wird durchstiegen wir den Klettersteig unter der mächtigen Felswand des Heiligkreuzkofels. Zu Beginn kletterten wir durch eine kleine Schlucht aufwärts und wanderten anschließend abwechselnd über schuttbedeckte Felsbänder und teils über mit Drahtseilen und Tritten gesicherte Felsstufen weiter bis zur **Kreuzkofelscharte (2.612 m)**. Nach einer ausgiebigen Rast, Fotoshooting und herrlichen Rundumblicken erreichten wir über die **Fanes** und **Sennes Hochfläche** die Schutzhütten **Lavarella** und **Fanes**.

Dieses Hochplateau ist Schauplatz zahlreicher ladinischer Sagen, die von untergegangenen Königreichen und versteinerten Paradiesen erzählen. Der 1980 ausgewiesene **Naturpark Fanes-Sennes-Prags** zählt zu den größten Schutzgebieten Südtirols, in dem sich auf einer Fläche von 25.680 Hektar eine einzigartige Bergnatur frei entfalten kann. Im Juni 2009 wurden die Dolomiten - und damit auch die Fanes und Sennes Hochfläche - in die Liste des **UNESCO Weltnaturerbes** aufgenommen.

Nach einer kurzen Rastpause traten wir eilig unseren weiteren Abstieg zur **Pederühütte** an, um nicht unseren Wanderbus für die Rückfahrt zu verpassen.



Kreuzkofelscharte



Heimkehrerkreuz / Staller Sattel

## Staller Sattel Rundwanderung

Am dritten Tag ließen wir mit einer etwas gemächlicheren Grenzwanderung zum **Heimkehrerkreuz am Staller Sattel** unsere Wandertage ausklingen. Direkt über den Staller Sattel verläuft die Grenze zwischen Österreich und Italien. Von der Passhöhe aus bietet sich eine tolle Aussicht auf den Obersee im Osten und den Antholzer See im Westen.

Einige ließen es sich nicht nehmen, noch um den Obersee zu wandern und sich anschließend darin zu erfrischen. Bei einem Abschlussessen im Gasthof Obersee beendeten wir drei wunderschöne Wandertage. Danke allen Teilnehmern und meinen Wanderführerkollegen, welche zum hervorragenden Gelingen beigetragen haben. Die Tourenplanungen für die nächsten Wandertage sind bereits im Gange.

(Hans Goldberger)

# Radfahren in CESENATICO

Am 25. Mai starteten 34 Teilnehmer der Naturfreunde St. Stefan und Oberes Gailtal früh morgens mit dem Reisebus von Kirchbach nach Cesenatico. Nach der Ankunft war eine Stadt-besichtigung per Fahrrad geplant, die jedoch aufgrund eines unerwarteten Wolkenbruchs leider abgebrochen werden musste.

Am Sonntag, 26. Mai, fand die erste richtige Radtour statt. Die Route führte die Teilnehmer von Ravenna zurück nach Cesenatico, mit besonderen Stops in der historischen Altstadt von Ravenna sowie am berühmten Porto Canale Leonardesco. Der Tag klang entspannt mit einem gemeinsamen Abendessen und einem Spaziergang aus.

Am Montag stand ein weiterer Höhepunkt auf dem Programm: Ein Ausflug in die beeindruckende Republik San Marino. Danach ging es auf zwei Rädern von Verucchio zurück nach Cesenatico. Die Strecke bot zahlreiche landschaftliche Highlights und herrliche Ausblicke.

Den Abschluss bildete ein erfrischendes Bad im Meer, gefolgt von einem geselligen Abend in gemütlicher Runde.

Die Tour am Dienstag führte die Radler nach Rimini und zurück. Rimini ist eine sehr alte Stadt. Hier fanden sich archäologische Reste der Villanovakultur und der Kelten. Die Route verlief größtenteils auf Nebenstraßen und Feldwegen und so konnten die Teilnehmer das gute Wetter und die landschaftliche Vielfalt der Region genießen. Der Tag ging gemütlich bei einem gemeinsamen Abendessen zu Ende.

Am Mittwoch, dem 29. Mai, traten die Teilnehmer die Heimreise an. Die Woche in Cesenatico war geprägt von schönen Erlebnissen, herrlichem Wetter und großem Teamgeist. Ein besonderer Dank gilt den Tourenführern in der Gruppe Josl Karl, Braunmüller Hans und Einetter Gerhard sowie dem Schlussmann Raimund Iskrac.

Euer Tourenführer,  
Karl Sternig



# Bike-Tour mit Panorama (Glockner)Blick

Die Biketour zum Almgasthaus „Glocknerblick“ ist ein beliebtes Ziel für Radfahrer, welche die atemberaubende Aussicht auf den Großglockner und die umliegenden Alpen genießen möchten. Mit einer Mischung aus herausfordernden Anstiegen und einer schönen Abfahrt bietet die Strecke für jeden etwas.

Unser Weg führte uns ausgehend von Mörttschach im Mölltal über Sagritz zum Gasthaus "Glocknerblick". Es befindet sich auf 2050 m Seehöhe inmitten der Kärntner Bergwelt im Nationalpark Hohe Tauern. Die Stimmung war gut, und wir genossen die frische Luft und die herrliche Natur um uns herum. Die Strecke war anfangs steil, und wir mussten uns anstrengen, um weiterzukommen. Die Anstrengung wurde jedoch durch die atemberaubenden Ausblicke belohnt.

Immer wieder hielten wir an, um Fotos zu machen und die Aussicht zu genießen.

Nach knapp zwei Stunden erreichten wir endlich unser Ziel. Die Aussicht war einfach überwältigend! Der Großglockner in seiner vollen Pracht, umgeben von



**Bilderrätsel:** Ordne die Namen den Personen zu

*Konrad, Michaela, Klaus, Greti, Ingrid, Gottfried, Anton, Sieglinde, Helga, Heinz*



grünen Tälern, war ein unvergesslicher Anblick. Wir verbrachten einige Zeit dort, machten Fotos und genossen die friedliche Atmosphäre. Nach einer Kaffeepause fuhren wir weiter zum Sadnighaus, welches sich im Astartal befindet. Dieses ist ein „Juwel“, reich an bewirtschafteten Almen und ein Blumenparadies, umrahmt von Bergen, die auf gut markierten Wegen zu besteigen sind. Nach der eingelegten Mittagspause folgte eine Genussabfahrt über fast 1000

Höhenmeter zu unserem Ausgangspunkt Mörttschach.

Die Biketour zum „Glocknerblick“ war ein voller Erfolg. Die Kombination aus sportlicher Herausforderung und atemberaubenden Ausblicken machte die Tour zu einem unvergesslichen Erlebnis. Danke unserem Bike-Guide Anton für die hervorragende Tourenwahl und Begleitung.

(Hans Goldberger)



**Naturfreunde  
Oberes Gailtal**

Wir freuen uns, auch DICH  
in unserer Naturfreunde-Familie  
begrüßen zu dürfen!

Ein neues Mitglied ist eine wertvolle, nicht nur finanzielle Bereicherung für jeden Verein und trägt zur positiven Entwicklung bei. Gut organisierte und erfolgreiche Veranstaltungen eines Vereins sind keine Glückssache, sondern ausschließlich der Mithilfe aktiver Mitglieder zu verdanken?

Die Mitgliedsbeiträge dienen natürlich nicht der Anhäufung von Vermögen in der Vereinskasse, sondern werden für Aus- und Weiterbildungsmaßnahmen, Jugendarbeit, Freizeitangebote, Naturschutz, sowie zur Anschaffung von Arbeits- und Sportgeräten (Klettern), verwendet.

Mit der Mitgliedschaft bieten wir dir:

- zahlreiche Sport- und Kulturangebote
- Jährliche Vereinszeitschrift „IN BEWEGUNG“ mit vielen Angeboten und nützlichen Informationen
- die Möglichkeit Kurse und Ausbildungen zu besuchen
- Ermäßigungen bei
  - Kletterhalleneintritten
  - zahlreichen Vertragspartner
  - Übernachtungen auf alpinen Hütten, usw.
- Versicherungsschutz
  - eine Freizeit- und Unfallversicherung, weltweit gültig, inklusive Bergrettung
  - Haftpflichtversicherung
  - eine günstige Auslandszusatzversicherung ist ebenfalls möglich

## Neue Mitglieder 2024 – Herzlich willkommen!

Brigitte Hain  
Jürgen Hildebrand  
Herwig Schwarz  
Maria Kreiner  
Ewald Kreiner  
Helena Pichler

Sigrid Huber  
Brigitte Lamprecht  
Elfriede Murn  
Karin Zebedin  
Robert Buchacher  
Sarah Bachmann

Cornelia Grass-Hildebrand  
Roswitha Payer  
Gerd Wastian  
Ferdinand Dogterom  
Brigitte Dogterom  
Sebastian Bachmann

Hiltrud Schwai  
Brunhilde Sagmeister  
Josef Bodner  
Andreas Wieland  
Mona Lenzhofer

# Der Johannesweg

Vom 21. – 26. Sept. 2024 reisten wir in das Mühlviertel, um auf den Johannesweg zu pilgern. Dieser spirituelle Wanderweg in Oberösterreich führt 90 km durch die Mühlviertler Hügellandschaft. 12 Stationen laden zum Verweilen ein und vermitteln Impulse oder Weisheiten. Entlang des Rundwanderweges erwarten einen Kraftplätze, mächtige Steinmonumente, zahlreiche Aussichtsplätze und fünf Gipfelkreuze mit grandiosen Rundblicken. Was mit einer Idee des Linzer Arztes Dr. Johannes Neuhofer begann, hat sich in den letzten Jahren zu einem beliebten Pilgerweg entwickelt. Zeit für sich selbst haben, abschalten und zur Ruhe kommen, die innere Mitte finden. Gerade in einer Zeit, die von Unsicherheiten geprägt ist, in der viele auf der Suche nach Antworten sind, ist es für uns Menschen wichtig, in der Natur zur Besinnung zu kommen und zu wissen wer man selbst ist.

**FINIS TERRAE – ANKOMMEN:** Nach ca. 90 km und 3000 hm durch die Mühlviertler Hügellandschaft erreichten wir glücklich und zufrieden das Ziel in Pierbach. Als Zeichen der Dankbarkeit gestalteten wir gemeinsam aus Naturmaterialien, welche wir am Pilgerweg gesammelt hatten, ein wahres Kunstwerk in Form einer Lilie. Das Symbol des Johannesweges der Pfad zur inneren Einkehr und Zufriedenheit. (Gerlinde)

**GEMEINSAMKEITEN:** Mit Freunden Pilgern. Gemeinsam lachen, beten, singen. Gedanken austauschen. Gemeinsam den Weg gehen und das Ziel erreichen. (Ingrid)

**BEGEGNUNGEN:** Ganz positiv in Erinnerung bleiben werden mir die vielen schönen Begegnungen am Johannesweg. Aufgrund meines langjährigen Berufes als Briefträger bin ich gewohnt auf Menschen zuzugehen und mich mit ihnen zu unterhalten. Durch die vielen schönen Gespräche mit anderen Pilgern und Einheimischen und durch die Freude an der Bewegung werden mir diese Tage noch lange in Erinnerung bleiben. (Gottfried)

**PILGERN IST BETEN MIT DEN FÜSSEN:** Wir 7ben machten uns auf den Weg von Grafendorf ins Mühlviertel. Auf den Johannesweg – „auf dem Pfad zur inneren Einkehr und Zufriedenheit“ – in eine beschauliche, schöne Gegend. „Humor soll dein Leben begleiten, denn er beflügelt deinen Geist und erfreut die Gesellschaft.“ – diese Botschaft steht bei der Station 1 (von insgesamt 12 Stationen). Wir haben uns eine Auszeit genommen – „Pilgern ist beten mit den Füßen“, so sind wir miteinander gewandert und tausende Schritte gegangen – haben uns ausgetauscht, viel gelacht – abschalten können – die Schönheit der Natur und Landschaft wahrgenommen – Dankbarkeit verspürt und sind zufrieden am Ziel angekommen. (Eva)

**GLAUBE, LIEBE, HOFFNUNG:** Ich glaube, dass Pilgern eine wunderschöne Möglichkeit ist die Liebe Gottes zu erfahren, und hoffe du tust es auch einmal. (Gabi)

**AUSZEIT:** Dem Alltag entfliehen. Die neue Umgebung und gute Gesellschaft helfen mir dabei zur Ruhe zu kommen, und zu entspannen, was auch wirklich gelungen ist. (Greti)

**UNTERKUNFT:** Zu einem gelingenden Unterwegsein am Johannesweg gehört auch eine gute „geistige und körperliche“ Fitness. Ganz wesentlich dazu beigetragen hat unser Unterkunftsgeber, Familie Trinkl, in Pierbach. Mit ganz viel Liebe zu ihrem Beruf boten sie uns (Wunsch-)Verpflegung auf höchstem Niveau. Gerne und unkompliziert wurde uns auch ein „Supplement“ angeboten. Auch der Abschlussabend im Hause Trinkl war etwas ganz Besonderes, an welchem wir besonders viel Spaß hatten. (Hans)

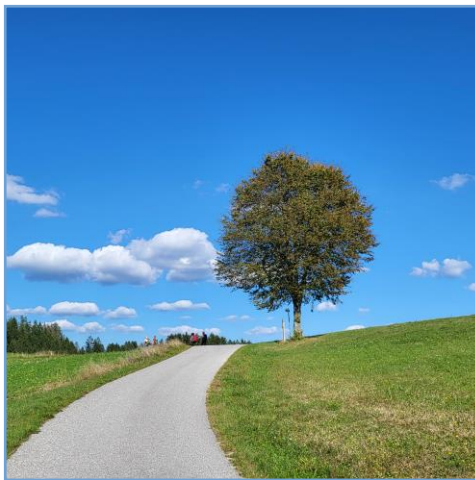


Die weiße Lilie, das Symbol des Johanneswegs steht für Liebe, Frieden und Spiritualität.



# im Mühlviertel

## Impressionen vom Johannesweg



Nur mit dem Nötigsten im Gepäck, kann man die Wanderung und die Natur so richtig genießen

# Naturfreunde Fotowettbewerb „Schmetterlinge - bunte Schönheiten“

Fotografieren hat bei den Naturfreunden seit jeher einen hohen Stellenwert. Diesem Trend wollten auch wir in unserer Ortsgruppe im abgelaufenen Jahr wieder einen Platz geben, und haben in der letzten Vereinszeitschrift zu einem Fotowettbewerb mit dem Thema „Schmetterlinge – bunte Schönheiten“ aufgerufen. Von den insgesamt 46 eingereichten Fotos hat die Fotografin Anna Gastinger – Inhaberin der

Firma „Storymanufaktur“ - die besten drei ausgewählt, welche im Rahmen unserer Jahreshauptversammlung prämiert wurden und einen Reisegutschein erhielten. Schmetterlinge sind mit ihrer Farbenpracht und Zartheit bezaubernde Geschöpfe und zählen wohl zu den hübschesten Gartenbesuchern unserer Tierwelt. Schmetterlinge spielen zudem von der Raupe bis zum Falter eine wesentliche Rolle

im heimischen Artengefüge, ihr Verschwinden hat also Auswirkungen auf viele andere Tier- und Pflanzenarten. Mit über 4.000 Arten gilt Österreich als Schmetterlingshotspot Europas, doch bereits mehr als die Hälfte dieser Artenvielfalt ist ernsthaft gefährdet. Der Schutz unserer Schmetterlinge bedarf deshalb unser aller Aufmerksamkeit.



1. Irmgard Bachmann  
Gutschein € 100



2. Erich Buchacher  
Gutschein € 75



3. Raimund Iskrac  
Gutschein € 50



Glückliche Gewinner: Erich Buchacher, Irmgard Bachmann und Raimund Iskrac dürfen sich über NF Reisegutscheine freuen.

## Herzlichen Glückwunsch!

Anfang Dezember feierte unser langjähriges Naturfreunde-mitglied Konrad Tillian seinen 70ziger. Sein Freund Gottfried Zerza überreichte ihm aus diesem Anlass ein selbst gemaltes Bild, auf welchem zahlreiche Highlights seiner vielen Hobbys und Reisen zu sehen sind. Wir bewundern seine Liebe zur Natur, seine Bescheidenheit und seine Abenteuerlust. Er inspiriert uns alle und zeigt uns, wie wichtig es ist, aktiv zu bleiben und die Natur zu genießen. Wir freuen uns auf viele weitere schöne Momente mit dir lieber Konrad! (Hans Goldberger)



## Fotowettbewerb 2025: Thema WASSER

Wasser ist eine der wertvollsten Ressourcen unserer Erde und spielt eine zentrale Rolle in unserem Leben. Mit diesem Wettbewerb möchten wir die Schönheit, Vielfalt und Bedeutung von Wasser in all seinen Formen feiern. Der Kreativität sind dabei keine Grenzen gesetzt, solange ein Bezug zum Thema „Wasser“ hergestellt wird. Von spiegelnden Bergseen über wilde Flüsse und Wasserfälle bis zu erfrischenden Badeteichen oder idyllischen Moorlandschaften. Lass uns gemeinsam die Schönheit und Bedeutung von Wasser durch die Linse deiner Kamera entdecken.

### Teilnahmebedingungen:

- Mitglieder der Naturfreunde
- Bis zu drei Fotografien pro Person
- Sende deine Fotos bis spätestens Ende August 2025 an folgende E-Mail Adresse: [johann.goldberger@naturfreunde.at](mailto:johann.goldberger@naturfreunde.at)
- Eine fachkundige Jury wird die Einsendungen bewerten und die Gewinner auswählen.
- Die besten Einsendungen werden mit tollen Preisen ausgezeichnet

Wir freuen uns auf viele kreative und inspirierende Einsendungen!







© goldi

# wandern & käse

WANDERREISE MIT GENUSS IN FRIAUL

Fr 16. – Sa 17. Mai 2025

Friaul bietet ideale Wanderbedingungen kombiniert mit einem wundervoll milden Klima und der Verkostung typisch regionaler Köstlichkeiten, wie „Formaggi, Prosciutto oder Vino“. Besonders reizvoll ist die Gegend rund um Tarcento, Cividale und im Natisonetal.

- Zwei geführte Wanderungen
- Unterkunft im Hotel „Tarcentino“ in Tarcento inkl. Abendessen und Frühstücksbuffet.
- Eintritt in die Grotte „San Giovanni d'Antro“
- Käseverkostung und Hofführung
- Kosten € 135,- HP pro Person im Doppelzimmer (EZZ + € 20,-) max. 22 Personen (exkl. Fahrtkosten)
- Abfahrt 6.00 Uhr Sportplatz Grafendorf. Rückkehr ca. 19 Uhr. Reisepass mitnehmen!
- Anmeldung/Auskünfte: Johann Goldberger Tel. +43 664 4627459
- Platzreservierung mit Einzahlung auf Konto Naturfreunde Oberes Gailtal IBAN AT09 4073 0334 0197 0000 (Reservierung nach Reihenfolge der Anmeldung ab sofort möglich)

1. Tag: Einfache Wanderung (580 hm, 8 km) auf zwei aussichtsreiche Berge im Hinterland von Tarcento, auf den „**Monte Stella**“ und den „**Monte Oussa**“. Von dort aus hat man hervorragende Ausblicke in die Julischen Voralpen. Bei schönem Wetter kann man Richtung Süden auch das Meer erblicken. Im Anschluss an die Wanderung gönnen wir uns am nahe gelegenen **Wasserfall (Cascate di Crosis)** eine wohlverdiente Abkühlung. Dieser Ort ist besonders in den Sommermonaten bei Einheimischen ein beliebter Platz, welche Entspannung und Erfrischung suchen.

2. Tag: Besuch der **Höhlenkirche „San Giovanni d'Antro“** im **Natisonetal**, welche wie ein Adlerhorst in die Felsen gebaut wurde und über 87 Stufen erreichbar ist. Früher diente sie auch als Verteidigungsanlage für die von Kriegen geplagte Bevölkerung, die sich hierhin zurückziehen konnte. Vom kleinen Vorplatz hat man eine prachtvolle Aussicht über das gesamte Tal. Nach der Besichtigung starten wir die Wanderung weiter bergauf zur idyllisch gelegenen Kirche „Santo Spirito di Spignon“ und zu den sonnigen Wiesen von Kraguojnca (500 hm, 12 km). Im Anschluss an die Wanderung besuchen wir noch die „**Azienda Agricola Manig**“ in Tiglio. Seit 2019 betreibt dort die junge Elisa Manig eine **Hofkäserei**, in welcher die Rohmilch der eigenen Kühe direkt zu verschiedenen Käseprodukten verarbeitet wird. Nach einer interessanten Hof- bzw. Molkereiführung können wir natürlich auch die produzierten Käseprodukte verkosten und als Mitbringsel mit nach Hause nehmen.



# Millnatzenklamm Klettersteig

Ort: Klebas im Lesachtal  
 Datum: 30. Juni 2024  
 Teilnehmer: 5 Erwachsene und 4 Kinder  
 Klettersteig: B/C Var. C/D  
 Aufstieg: ca. 2,5 Stunden  
 Abstieg: ca. 1 Stunde



Wieder einmal im Lesachtal kamen wir an der Millnatzenklamm nicht vorbei. Ausgerüstet mit Helm, Gurt und Klettersteigset starteten wir die Wanderung. Der Zustieg zur Klamm dauerte nur kurze 15 Minuten. Der Klettersteig verläuft entlang eines klammartigen Bachbettes. Wir kletterten neben vier Wasserfällen empor und holten uns dabei nasse Füße. Mutig überquerten wir zweimal den Bachlauf auf spektakulären Seilbrücken. Als Rastplatz mit guter Aussicht in die Klamm bot eine in die Felsen montierte Bank. Der Abstieg verlief über einen Walderlebnisweg und bot Schautafeln zum Thema Wald. Am Ende des Rückwegs wartete ein Spielplatz auf die Kinder.

Es war wieder ein tolles Klettererlebnis! Millnatzenklamm - Wir kommen wieder!  
 (Thomas Wassertheurer)



**Camping & Hüttendorf am Fuße des Reißkofels**  
**WWW.ALPENFERIENPARK.COM**

## Für Ihre Gesundheit

**Sie möchten:** Fit und gesund bleiben, Kraft tanken, stark werden und Muskeln aufbauen, Verspannungen lösen ...

**das Fitnessstudio bietet:** Alles was Sie brauchen!

- 23 versch. Fitnessgeräte
- Infrarotkabine für zwei Personen
- Duschbereich
- TV-Bildschirme
- Öffnungszeiten 7 – 21 Uhr
- Ermäßigungen für Naturfreundemitglieder
- Monats-/Halbjahres-/Jahreskarten
- Anmeldung und Information Tel. 0680 2150937

**Besuchen Sie doch das Fitnessstudio in unserem Gebäude!**





# Klettern an den hohen Bergen Indiens

Ein Reisebericht von Lea Goldberger

Von 9. Juli bis 15. August 2024 begaben sich Lea Goldberger, David Schneider und Elias Hangweyrer auf ihre erste große Expedition ins abgelegene Zaskar-Tal in Indien. 28 Nächte verbrachten sie auf über 4900 Metern und kämpften sich durch atemberaubende Granitwände und anspruchsvolle Routen. Zu den Highlights ihrer Touren zählten die Durchsteigung der „Treasure of Zaskar“ am 6193 Meter hohen Chakdor Ri, die Erstbegehung der Route „Namyang MeJet“ (VII, A2, 60° Eis, 11SL, 500m, 400hm) an der Chareze Ri Nordostwand, die „Rolling Stones“-Route am Shawa Kangri (5728m) sowie die Spark Traverse (P6060).

Die Autofahrt zum Ausgangsdorf Tungri stellte sich als besondere Herausforderung

heraus. Die engen Straßen und steilen Pässe, die sich durch das Gebirge schlängelten, ließen die Fahrt zu einem eigenen Abenteuer werden, als der Fahrer versuchte, mitten im Tunnel ein Überholmanöver sondergleichen zu absolvieren – natürlich mit nur minimalem Abstand zum entgegenkommenden Fahrzeug!

Nach dieser aufregenden Anreise fanden sich die drei schließlich im Basecamp auf 4925 Metern wieder. Die ersten Tage waren von der nötigen Akklimatisierung und der Vorbereitung auf die Routen geprägt. Abends im Zelt gab es dann immer ein wenig Ruhe und Entspannung. Musik hörend, inmitten der völligen Stille des Zaskar-Tals, versuchten sie, sich von den

anstrengenden Tagen zu erholen und neue Energie zu tanken. Und natürlich war der Moment, wenn der letzte Löffel Erdnussbutter verteilt wurde, immer ein Ereignis – niemand wollte sich diesen besonderen Genuss entgehen lassen. Es gab so manche hitzige Diskussion darüber, wer wohl der Glückliche sein würde, der die letzte Portion genießen durfte!

**Erleben Sie diese und viele weitere spannende Geschichten und Eindrücke des Kletterabenteuers in großen Höhen am 1. Februar 2025 beim Vortrag im Gemeinschaftsraum der Volksschule Gundersheim.**

## Im Gleichgewicht: Die Faszination des Einrads



Da staune ich nicht schlecht, als plötzlich bei der Gipfelrast am Kötschacher Berg beim Jukbühel-Gipfelkreuz ein Einradfahrer daherkommt. Schnell komme ich mit diesem sympathischen Sportler ins Gespräch und erfahre von seiner Leidenschaft für das Einradfahren. Es ist dies nicht irgendein Sportler, sondern Christian Gander aus Dölsach – Weltmeister in seiner Altersklasse, welchen er heuer (2024) in Minnesota bei der „Unicycle World Championship“ erreichte. „Das Einradfahren ist ein sehr individueller Sport und nicht einfach zu erlernen. Auch ist die Verletzungsgefahr nicht zu unterschätzen. Ich persönlich habe damit aber das Richtige für mich gefunden“, streicht er sein Faible fürs Einrad heraus.

In den Wettkämpfen demonstrierte er nicht nur technische Finesse, sondern auch kreative Tricks und elegante Manöver, die

die Zuschauer begeisterten. Sein Training umfasst sowohl technische Übungen als auch Konditionstraining, um seine Leistung zu optimieren. Gander ist nicht nur ein talentierter Athlet, sondern auch ein Vorbild für viele junge Einradfahrer. Durch seinen positiven Umgang mit Wettkämpfen und seine Leidenschaft für den Sport inspiriert er andere, sich ebenfalls im Einradfahren zu engagieren.

Sein Erfolg auf der internationalen Bühne hat dazu beigetragen, das Einradfahren als ernstzunehmenden Sport in der Öffentlichkeit zu präsentieren. Mit Blick auf die Zukunft plant Christian Gander, weiterhin an Wettkämpfen teilzunehmen und sein Können weiter zu verbessern, während er gleichzeitig neue Talente im Einradfahren fördert und inspiriert.

(Hans Goldberger)

# IN(HALE) EXPEDITION 2024

MULTIMEDIA VORTRAG



## Samstag, 1. Feber 2025

19 Uhr – Gemeinschaftsraum Volksschule Gundersheim

Freiwillige Spenden!

