



© Allgäu GmbH



© Hemming Werth



## Fahrtziel **Natur**

Fahrtziel Natur lädt Sie ein, 19 Schutzgebiete in Deutschland, Österreich und der Schweiz zu erkunden. Die Kooperation der Deutschen Bahn und der drei großen Umweltverbände BUND, NABU und VCD setzt sich seit zehn Jahren für den Schutz der Natur ein und zeigt, dass wunderschöne Naturschauplätze direkt vor der Tür liegen. Fahren Sie mit dem Bayern-Ticket in das Naturschutzgebiet Allgäuer Hochalpen, den National- und Naturpark Bayerischer Wald, den Naturpark Frankenwald oder den Nationalpark Berchtesgaden.

**Weitere Tipps** zu Anreise, abwechslungsreichen Freizeitmöglichkeiten und Wanderungen ab Haltestelle finden Sie unter [fahrtziel-natur.de](http://fahrtziel-natur.de)

### Kontakt

DB Regio AG  
Regio Bayern  
Richelstraße 3  
80634 München

[www.bahn.de/bayern](http://www.bahn.de/bayern)

Änderungen vorbehalten  
Einzelangaben ohne Gewähr  
Stand: Mai 2011  
VP-Nr. 513811

### Herausgeber

DB Mobility Logistics AG  
Marketingkommunikation (GMK)  
Frankenallee 2-4  
60327 Frankfurt am Main

### Automatische Fahrplanauskunft

Telefon 0800 1 507090  
kostenlos aus dem dt. Festnetz

Ausgabe München und Werdenfels

**Rein ins Erlebnis!**  
Mit Ihrem **Bayern-Ticket**  
zum Wandern – für nur 29 Euro.



**Unser Tipp!** Für Ausflüge zwischen München und Mittenwald: das **Werdenfels-Ticket plus S-Bahn**. 1 Person. 18 Euro. Neu ab 12. Juni 2011.

Das Bayern-Ticket:  
5 Personen. 1 Tag. 29 Euro. Ganz Bayern.

Für Alleinreisende:  
das Bayern-Ticket Single für nur 21 Euro.

Kauf und Infos: [bahn.de/bayern](http://bahn.de/bayern)

Attraktive Gewinne bei unserer  
Wandermarken-Sammelaktion!

**Die Bahn macht mobil.**



## Mit der Bahn **gut zu Fuß.**

Der Süden Bayerns bietet besonders abwechslungsreiche und vielfältige Wandertouren – von leichten und familiengerechten Wegen bis hin zu anspruchsvollen Gipfelbesteigungen für ambitionierte Bergsteiger und Wanderer. Erkunden Sie die Flora und Fauna traumhafter Landschaften, gehen Sie in Ortschaften auf kulturelle Schatzsuche und stärken Sie sich zur Belohnung in einer der vielen gemütlichen Einkehrmöglichkeiten.

Die Bahn bringt Sie bequem, umweltfreundlich und schnell an Ihr Ausflugsziel. Also: Wanderroute auswählen, Rucksack packen und einsteigen. Es winken viele attraktive Vergünstigungen bei Kooperationspartnern sowie tolle Gewinne bei unserer Wandermarken-Sammelaktion. Besuchen Sie die teilnehmenden Wanderhütten, sammeln Sie mindestens drei Wandermarken und senden Sie uns die Seite zur Sammelaktion zu.

### **Schnell und einfach zu mehr Erlebnissen.**

Planen Sie Ihre Ausflüge flexibel von Anfang bis Ende. Unser Erlebnisportal im Internet hält nicht nur viele weitere Wanderrouten für Sie bereit, sondern auch jede Menge interessante Ausflugsstipps für jede Wetterlage oder gewünschte Aktivität: von Erholung über Shopping bis zu kulturellen Veranstaltungen. Sie erhalten Wanderkarten zu ausgewählten Touren und unsere aktuellen Broschüren zum Download unter [bahn.de/bayern](http://bahn.de/bayern) oder [alpenverein.de](http://alpenverein.de)



Die Bayern-Tickets sind auch online erhältlich. Einfach Ticket wählen, ausdrucken und direkt von zu Hause aus ins Ausflugsvergnügen starten.



**Bitte beachten Sie**, dass es sich bei den ausgewählten Wanderrouten nur um Vorschläge handelt. Die richtige Vorbereitung und Ausrüstung sind unbedingt notwendig (siehe Seite 14).

## ① Der erste Berg im **Ammergau.**

---

<b>Start/Ziel:</b>	Bad Kohlgrub/Bahnhof Unterammergau
<b>Gehzeit/Länge:</b>	ca. 4,5 Stunden/ca. 8 Kilometer
<b>Anforderung:</b>	leichte Wanderung mit grünen Gipfeln
<b>Höhenmeter:</b>	700 Meter
<b>Einkehrtipp:</b>	Hörnlehütte, DAV Sektion Starnberg

---

Als erster Berg, der sich im Voralpenland abhebt, bietet das Hörnle einen freien Blick auf die atemberaubende Bergkulisse des Wettersteins mit Zugspitze. Von Bad Kohlgrub geht es zunächst auf 1.390 Meter hinauf zur Hörnlehütte, an Vorderem und Mittlerem Hörnle vorbei Richtung Hinteres Hörnle und von dort über herrliche Bauernwiesen oberhalb der Kappel hinunter nach Unterammergau.

## ② Unterwegs zu **hohem See.**

---

<b>Start/Ziel:</b>	Bahnhof Lenggries/Bahnhof Tegernsee
<b>Gehzeit/Länge:</b>	ca. 6 Stunden/ca. 15 Kilometer
<b>Anforderung:</b>	Gipfelwanderung mit teils schmalen Waldwegen
<b>Höhenmeter:</b>	900 Meter
<b>Einkehrtipp:</b>	Lenggrieser Hütte, DAV Sektion Lenggries

---

Über den Grasleitensteig gelangen Sie von Lenggries über Mühlbach hinauf zur Lenggrieser Hütte. Der folgende Aufstieg zum Seekarkreuz hält fantastische Ausblicke über den Isarwinkel bis hin zu Rofan, Karwendel und Wetterstein bereit. Auf der anderen Bergseite führt die Wanderung hinunter nach Wildbad Kreuth und von dort mit dem Bus ans Ufer des Tegernsees, der zu den saubersten Seen Bayerns zählt.



© Luidger



© hohenaschau.de



© Lu.T.: hohenaschau.de



### ③ Zu Besuch im **Kaiser-Reich.**

<b>Start/Ziel:</b>	Bahnhof Kufstein
<b>Gehzeit/Länge:</b>	ca. 6 Stunden/ca. 14 Kilometer
<b>Anforderung:</b>	unterhalb leichte Wege, Gipfelanstieg erfordert Trittsicherheit
<b>Höhenmeter:</b>	1.130 Meter
<b>Einkehrtipp:</b>	Vorderkaiserfeldenhütte, DAV Sektion Oberland

Steigen Sie die Sparchenstiege hinauf ins Kaisertal und gelangen Sie dann auf gut ausgebauten Forstwegen zur Vorderkaiserfeldenhütte. Von dort geht es in steilen Serpentinien über Schrofen- gelände zur Naunspitze auf 1.633 Meter. Auf dem Rückweg lohnt ein Schlenker tiefer hinein in das zwischen Zahmem und Wildem Kaiser liegende Kaisertal. In Kufstein ist die auf ihrem 90 Meter hohen Felsen liegende, mittelalterliche Festung einen Besuch wert.

### ④ Ein Anblick mit **Weitblick.**

<b>Start/Ziel:</b>	Bahnhof Oberstaufen
<b>Gehzeit/Länge:</b>	ca. 5,5 Stunden/ca. 10 Kilometer
<b>Anforderung:</b>	breite Wege, zum Gipfel etwas steiniger
<b>Höhenmeter:</b>	1.000 Meter
<b>Einkehrtipp:</b>	Staufner Haus, DAV Sektion Oberstaufen-Lindenberg

Im Oberallgäu beherrschen die Gipfel von Rindalphorn und Hochgrat den südlichen Horizont. Genießen Sie den Rundblick von den zwei höchsten Bergen der Nagelfluhkette. Von der Talstation der Hochgratbahn über die Untere und Obere Lauchalpe gelangen Sie zum Staufner Haus. Wandern Sie von da aus vorbei an der Bergstation der Bergbahn zum Gipfel des Hochgrats auf 1.834 Meter.

### ⑤ **Vom See** bis in die Berge.

<b>Start/Ziel:</b>	Bahnhof Aschau im Chiemgau
<b>Gehzeit/Länge:</b>	ca. 7 Stunden/ca. 23 Kilometer
<b>Anforderung:</b>	überwiegend breite, mäßig steile Wanderwege
<b>Höhenmeter:</b>	950 Meter
<b>Einkehrtipp:</b>	Hochrieshütte, Sektion Rosenheim/Riesenhütte, Sektion Oberland

Das Panorama mit Blick auf die Bergkämme von Kaiser, Alpenhauptkamm und Chiemgauer Alpen sowie zum Chiemsee macht diese Wanderung so beliebt. Sie führt von Aschau über Hammerbach und das Riesenplateau zur Hochries und anschließend über den Predigtstuhl zurück nach Aschau. Auf Ihrem Weg können Sie in Hohenaschau im gleichnamigen Schloss mit dem Priental-Museum vorbeischaun.

### ⑥ Auf **glühenden Bergen** wandern.

<b>Start/Ziel:</b>	Bahnhof Bad Reichenhall/Bahnhof Piding
<b>Gehzeit/Länge:</b>	ca. 6,5 Stunden/ca. 15 Kilometer
<b>Anforderung:</b>	breite Wege, zum Gipfel etwas steiniger
<b>Höhenmeter:</b>	1.000 Meter
<b>Einkehrtipp:</b>	Reichenhaller Haus, DAV Sektion Bad Reichenhall

Von der Kurstadt Bad Reichenhall mit ihren zahlreichen Solequellen und -bädern geht es hinauf bis zur Bartlmahd, von dort zum 1.771 Meter hohen Hochstaufen, dem östlichen Eckpfeiler der Chiemgauer Alpen. Gegen Ende des Abstiegs in Richtung Piding können Sie am Schloss Staufeneck vorbeischaun oder beim Blick zurück den hellen Wettersteinkalk der Nordwand in der Abendsonne leuchten sehen.



## 7 Im Zickzack auf den **Wank**.

<b>Start/Ziel:</b>	Bahnhof Garmisch-Partenkirchen
<b>Gehzeit/Länge:</b>	ca. 5 Stunden/ca. 13 Kilometer
<b>Anforderung:</b>	leichte Wanderroute
<b>Höhenmeter:</b>	1.080 Meter
<b>Einkehrtip:</b>	Wank-Haus, DAV Sektion Garmisch-Partenkirchen

Über einen Wirtschafts- und einen Bergweg gelangen Sie zur Eckenhütte. Ab hier schlängeln sich Serpentin, die immer wieder den Verlauf der Bergbahn berühren, den Wank hoch. Auf dem Gipfel überwältigt der Rundblick auf das Ester-, Ammer-, Karwendel- und Wettersteingebirge mit Alpspitze, Zugspitze und auf den Waxenstein mit seinen markanten Gipfeln sowie hinunter ins Werdenfelser Land.

## 8 Dem **Mandl** zu Kopf steigen.

<b>Start/Ziel:</b>	Bahnhof Oberau/Bahnhof Oberammergau
<b>Gehzeit/Länge:</b>	ca. 4,5 Stunden/ca. 10 Kilometer
<b>Anforderung:</b>	leichte Wanderwege, Gipfelaufbau anspruchsvoll
<b>Höhenmeter:</b>	800 Meter
<b>Einkehrtip:</b>	Laberjochhaus

Blickfang und bergsteigerische Herausforderung des Ettaler Mandls ist sein markanter Felskopf. Ansonsten bestehen der Aufstieg ab Ettal durch den Tiefentalgraben und den Hochwald sowie der Abstieg über den Westgrat und ein steileres Waldstück nach Oberammergau aus gut begeharen Pfaden. In Ettal lohnt sich ein Abstecher zur Klosterkirche, die von den großen Meistern des bayerischen Barock mitgestaltet wurde.

## 9 **Grat** direkt vor der Haustür.

<b>Start/Ziel:</b>	Bahnhof Kochel a. See
<b>Gehzeit/Länge:</b>	ca. 6 Stunden/ca. 13 Kilometer
<b>Anforderung:</b>	teilweise steiler Abstieg
<b>Höhenmeter:</b>	1.000 Meter
<b>Einkehrtip:</b>	Bergasthaus Herzogstand

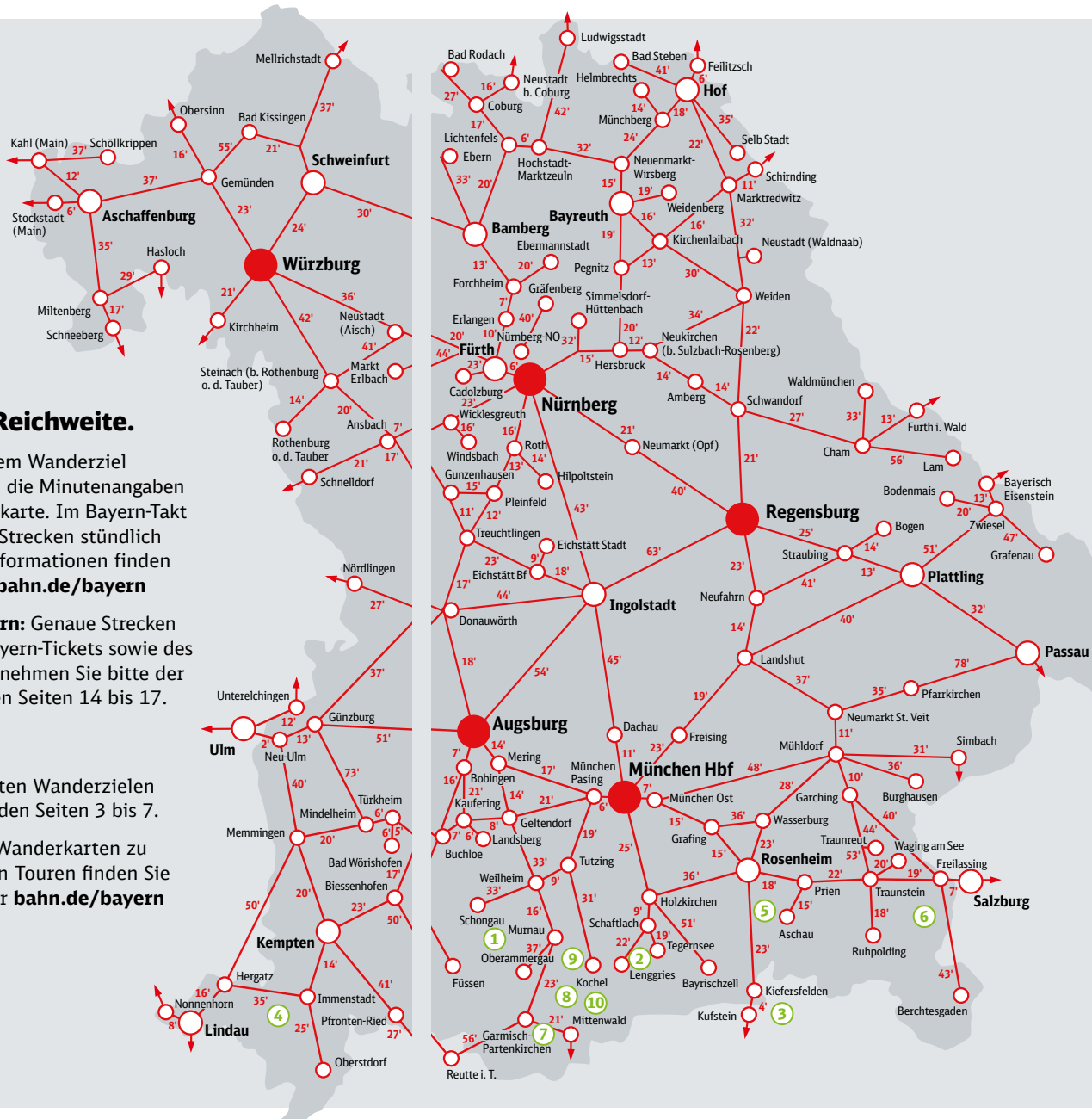
Von Walchensee führt der Weg durch den Wald zum Heimgarten hinauf und anschließend über den Verbindungsgrat zum Herzogstand. Von den beiden beliebten Münchner Hausgipfeln können Sie weit ins Alpenvorland hinunterschauen oder den Blick über Karwendel, Wetterstein und Estergebirge schweifen lassen. Alternativ zum etwas steileren Abstieg ist natürlich auch die Fahrt mit der Bergbahn möglich.

## 10 **Spitzen Aussichten**.

<b>Start/Ziel:</b>	Bahnhof Mittenwald
<b>Gehzeit/Länge:</b>	ca. 4,5 Stunden/ca. 14 Kilometer
<b>Anforderung:</b>	leichte Wanderroute
<b>Höhenmeter:</b>	700 Meter
<b>Einkehrtip:</b>	Hochlandhütte, DAV Sektion Hochland

Ab der Talstation der Materialseilbahn geht es nordöstlich im weiten Bogen hinauf zur Dammkarhütte. Eine Alternative für den Abstieg führt vorbei an der Oberen und Unteren Kälberalm. Vom Gipfel überblickt man das Karwendeltal und die mittlere Karwendelkette von der Pleisenspitze bis zur Birkkarspitze. Nach Norden besteht das Panorama aus der nahen Schöttelkar Spitze und Soiernspitze.

**Weitere Informationen:** Deutscher Alpenverein e. V.,  
Telefon: 089 14003-0, alpenverein.de, alle teilnehmenden  
Hütten unter [dav-huettensuche.de](http://dav-huettensuche.de) und [bahn.de/bayern](http://bahn.de/bayern)



## Ganz Bayern in Reichweite.

Wie schnell Sie zu Ihrem Wanderziel kommen, zeigen Ihnen die Minutenangaben auf unserer Übersichtskarte. Im Bayern-Takt sind Sie auf fast allen Strecken stündlich unterwegs. Weitere Informationen finden Sie im Internet unter [bahn.de/bayern](http://bahn.de/bayern)

**Überblick Regio Bayern:** Genaue Strecken und Endpunkte des Bayern-Tickets sowie des Werdenfels-Tickets entnehmen Sie bitte der Ticketübersicht auf den Seiten 14 bis 17.

## Wandertipps 1 – 10

Zu den hier aufgeführten Wanderzielen erfahren Sie mehr auf den Seiten 3 bis 7.

Diese Broschüre und Wanderkarten zu weiteren ausgewählten Touren finden Sie auch im Internet unter [bahn.de/bayern](http://bahn.de/bayern)



## Jetzt wandern, punkten **und gewinnen!**



Besuchen Sie möglichst viele Wanderhütten in ganz Bayern und sammeln Sie wertvolle Punkte. Die teilnehmenden Hütten finden Sie auch unter [bahn.de/wandern](http://bahn.de/wandern). Damit haben Sie die Chance auf tolle Gewinne:

**25 Profi-Wanderrucksäcke** „Wizzard Air 30+4“ von VAUDE im Wert von je 80 Euro, bei sechs verschiedenfarbigen Aufklebern.



**50 Bayern-Tickets** für bis zu 5 Personen im Wert von je 29 Euro, bei mindestens drei verschiedenfarbigen Aufklebern.

Kleben Sie die Wandermarken, die Sie vor Ort erhalten, auf die Seite auf und schicken Sie diese mit Ihren Kontaktdaten bis spätestens 31.10.2011 an: **DB Regio AG, Regio Bayern, Richelstraße 3, 80634 München**

Vorname/Name \_\_\_\_\_

Straße/Hausnummer \_\_\_\_\_ Mobil \_\_\_\_\_

PLZ/Wohnort \_\_\_\_\_

**Teilnahmebedingungen:** Teilnehmen darf jeder außer DB Mitarbeiter und deren Angehörige. Einsendeschluss ist der 31.10.2011. Die Verlosung findet unter allen Teilnehmern statt. Die Gewinner werden schriftlich benachrichtigt. Eine Barauszahlung ist nicht möglich. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Ihre personenbezogenen Daten werden für die Abwicklung der Bonusaktion und für Kundenbindungszwecke der Unternehmen des DB Konzerns automatisiert erhoben, verarbeitet und genutzt.

Ja, ich habe die Teilnahmebedingungen gelesen und stimme diesen zu.

Unterschrift Teilnehmer \_\_\_\_\_

Sie können der Verwendung Ihrer Daten für Kundenbindungszwecke bei der Bahn widersprechen. Ihren Widerspruch senden Sie bitte an: DB Regio AG, Regio Bayern, Richelstraße 3, 80634 München





## Tickets im Überblick.

### Das Bayern-Ticket: 5 Personen. 1 Tag. 29 Euro\*

- Für bis zu 5 Personen oder Eltern/Großeltern (maximal 2 Erwachsene) mit beliebig vielen eigenen Kindern/Enkeln unter 15 Jahren.\*\*
- Für beliebig viele Fahrten in der 2. Klasse.
- In den Nahverkehrszügen aller Eisenbahnverkehrsunternehmen, allen Verbundverkehrsmitteln (S-, U-, Straßenbahnen, Bussen) und fast allen Linienbussen in Bayern.
- Montags bis freitags von 9 bis 3 Uhr des Folgetages, an Wochenenden und an in ganz Bayern gültigen Feiertagen sogar schon ab 0 Uhr.
- In ganz Bayern und im österreichischen Außerfern, bis Kufstein, Salzburg, Ulm Hbf, Sonneberg sowie auf den Strecken Hergatz–Kißlegg–Memmingen, Ansbach–Crailsheim und Hasloch (Main)–Lauda–Würzburg.

### Das Bayern-Ticket Single: 1 Person. 1 Tag. 21 Euro\*

- Für Einzelreisende.
- Sonst gleiche Bedingungen wie das Bayern-Ticket.
- Auch erhältlich für die 1. Klasse für nur 31 Euro\*.

#### Weitere Informationen erhalten Sie:

- Telefonisch über die Service-Nummer der Bahn: 0180 5 996633\*
- Bei der automatischen Fahrplanauskunft: 0800 1 507090 (kostenlos aus dem dt. Festnetz)
- Im Internet unter [bahn.de/bayern](http://bahn.de/bayern)

\* 14 ct/Min. aus dem Festnetz, Tarif bei Mobilfunk max. 42 ct/Min.

### Das Quer-durchs-Land-Ticket: 1 Tag. Alle Nahverkehrszüge. 1 Person 42 Euro\*

- Für Einzelreisende 42 Euro. Jeder Mitfahrer zahlt nur 6 Euro (max. 4 Mitfahrer).
- Vorteil für Eltern/Großeltern (1 oder 2 Erwachsene): Eigene Kinder/Enkel unter 15 Jahren fahren kostenlos mit.\*\*
- Deutschlandweit in allen Nahverkehrszügen (RB, RE, IRE) und S-Bahnen der DB und anderer teilnehmender Eisenbahnen in der 2. Klasse.
- Montags bis freitags von 9 bis 3 Uhr des Folgetages.
- Einsteigen, umsteigen und weiterfahren, so oft Sie wollen.
- Weitere Infos unter [www.bahn.de/quer-durchs-land](http://www.bahn.de/quer-durchs-land)

### Das Schönes-Wochenende-Ticket: 5 Personen. 1 Tag. 39 Euro\*

- Für bis zu 5 Personen oder Eltern/Großeltern (maximal 2 Erwachsene) mit beliebig vielen eigenen Kindern/Enkeln unter 15 Jahren.\*\*
- Am Wochenende (samstags oder sonntags) von 0 bis 3 Uhr des Folgetages.
- Deutschlandweit in allen Nahverkehrszügen (RB, RE, IRE) und S-Bahnen der DB und anderer teilnehmender Eisenbahnen in der 2. Klasse und im österreichischen Außerfern.
- In allen Nahverkehrszügen in Bayern sowie im MVV, AVV und VGN.

\* Preise am DB Automaten, für nur 2 Euro mehr mit persönlicher Beratung in allen DB Verkaufsstellen.

\*\* Anstelle von Personen/Erwachsenen können auch entgeltpflichtige Hunde mitgenommen werden.



## Vier Tickets für das **Werdenfels.**

### Das Werdenfels-Ticket: 1 Person. 1 Tag. 11 Euro\*

- Für beliebig viele Fahrten einer Person.
- In der 2. Klasse der Regionalzüge der DB zwischen Tutzing/Kochel/Oberammergau und Mittenwald, auf der Außerfernbahn zwischen Garmisch-Partenkirchen über Reutte i. T. bis nach Pfronten-Ried sowie bei der Bayerischen Regiobahn GmbH (BRB) im Abschnitt Geltendorf–Weilheim–Schongau.
- In den Bussen von Oberbayernbus (RVO GmbH), von Firma Terne zwischen Garmisch-Partenkirchen und Eibsee und der Linie 1 des Verkehrsbetriebes Reindl in Bad Kohlgrub.
- Montags bis freitags von 9 bis 3 Uhr des Folgetages, an Wochenenden und an in ganz Bayern gültigen Feiertagen sogar schon ab 0 Uhr.
- Eigene Kinder bzw. Enkelkinder unter 15 Jahren reisen in Begleitung eines Eltern-/Großelternanteils gratis.

### Das Werdenfels-Ticket plus: 1 Person. 1 Tag. 14,50 Euro\*

- Gleiche Bedingungen wie das Werdenfels-Ticket.
- Gilt zusätzlich für die Bahnstrecke zwischen Mittenwald und Seefeld in Tirol.

Sie erhalten das **Werdenfels-Ticket** im Geltungsbereich an allen DB Verkaufsstellen und DB Automaten sowie bei allen Fahrern von Oberbayernbus (RVO GmbH), der Firma Terne OHG und an den Verkaufsstellen der Bayerischen Zugspitzbahn. Das Werdenfels-Ticket plus S-Bahn und das Werdenfels-Ticket plus S-Bahn/Seefeld erhalten Sie auch an den DB Automaten an den S-Bahn-Haltestellen.

## Inklusive S-Bahn **München.**

### Das Werdenfels-Ticket plus S-Bahn: 1 Person. 1 Tag. 18 Euro\*

- Gleiche Bedingungen wie das Werdenfels-Ticket, gilt zusätzlich in allen S-Bahnen des Münchner Verkehrs- und Tarifverbundes (MVV) sowie in den Regionalzügen der DB zwischen München Hauptbahnhof und Tutzing.
- Preisvorteil gegenüber dem Bayern-Ticket Single: 3 Euro.

### Das Werdenfels-Ticket plus S-Bahn/Seefeld:

#### 1 Person. 1 Tag. 21,50 Euro\*

- Gleiche Bedingungen wie das Werdenfels-Ticket, gilt zusätzlich in allen S-Bahnen des Münchner Verkehrs- und Tarifverbundes (MVV) sowie in den Regionalzügen der DB zwischen München Hauptbahnhof und Tutzing und für die Bahnstrecke zwischen Mittenwald und Seefeld in Tirol.

Weitere Infos unter [bahn.de/regio-oberbayern](http://bahn.de/regio-oberbayern)

\* Preise am DB Automaten, für nur 2 Euro mehr mit persönlicher Beratung in allen DB Verkaufsstellen.



## Beim Bergwandern – **gut zu wissen!**

Wanderungen in den Bergen machen viel Spaß und sind gesund. Allerdings bewegt man sich dort in alpinem Gelände. Daher empfiehlt der Deutsche Alpenverein, folgende Punkte zu beachten:



© Bayern Marketing GmbH

### Wie lang, wie hoch, wie schwierig? Gut genug informiert sein!

- Alpenvereinskarten und sonstige topografische Karten, digitale Alpenvereinskarten erhältlich unter [dav-shop.de](http://dav-shop.de)
- Wanderführer (aus Ihrer Buchhandlung)
- Aktuelle Tourenbedingungen unter [alpine-auskunft.de](http://alpine-auskunft.de)
- Alpine Auskunft: Telefon 089 294940
- Einheimische und Gebietskenner

### Bergwetter

Um nicht ahnungslos in eine Kaltfront oder ein Gewitter zu geraten, sollte man wissen, welches Wetter zu erwarten ist. Die notwendigen Informationen gibt es zum Beispiel im Internet unter [alpenverein.de](http://alpenverein.de)

### Passt die Tour zu Ihrer Fitness?

Wanderungen machen nur Spaß, wenn die eigene Kondition und Trittsicherheit der Länge und Schwierigkeit der Tour angepasst sind. Die DAV BergwanderCard ([alpenverein.de/Breitenbergsport](http://alpenverein.de/Breitenbergsport)) hilft bei der Einschätzung. Auf jeden Fall gilt: mit einfachen und kurzen Touren beginnen!

### Ausrüstung

- Knöchelhohe Bergwanderschuhe mit Profilsohle
- Funktionskleidung nach dem Mehrschichtprinzip (z. B. Funktionsunterhemd, Hemd, Fleece-Pullover und Wetterschutzjacke)
- Im Rucksack: Ersatzwäsche, Mütze und Handschuhe, Erste-Hilfe-Set, Rettungsdecke, Trinkflasche und Tourenproviant

- Schutz gegen UV-Strahlung (Kopfbedeckung, Sonnencreme und Sonnenbrille)
- Eventuell Höhenmesser, Kompass oder GPS-Gerät
- Empfohlen: Teleskopstöcke, Handy für den Notfall (112)

### Begleitung

Wenn Sie unerfahren sind: keine Tour ohne kompetente Begleitung! Fragen Sie am besten bei der nächsten DAV-Sektion nach; als DAV-Mitglied können Sie dort Ausbildungskurse besuchen. Oder buchen Sie eine Tour beim DAV Summit Club im Internet unter [dav-summit-club.de](http://dav-summit-club.de)



### Weitere Infos rund ums Thema Wandern und Gebirge

finden Sie im Internet unter [alpenverein.de](http://alpenverein.de) und [dav-huettensuche.de](http://dav-huettensuche.de), Infobroschüren können telefonisch bestellt werden unter 089 140030.



## VAUDE – Leidenschaft für Natur.

Die Geschichte von VAUDE beginnt mit der Bergsport-Begeisterung von Albrecht von Dewitz. Seit 1974 stehen die Initialen seines Nachnamens (v. D.) für den Anspruch, richtig gute Berg- und Radsportprodukte herzustellen. Genau richtig für Sie. Richtig in Preis und Performance. Richtig in seiner Zeit und richtig zur Umwelt. VAUDE geht achtsam mit Mensch und Umwelt um. Nachhaltigkeit wird glaubwürdig gelebt – durch die ökologische Vergangenheit und Zukunft, durch die Langlebigkeit der Produkte oder durch den Green-Shape-Produktsanspruch.



Weitere Infos zum Outdoor-Ausrüster VAUDE finden Sie im Internet unter [www.vaude.com](http://www.vaude.com)