

ORTSGRUPPE
ECHING/NEUFARN
DEUTSCHER ALPENVEREIN



Bergsteiger-Mitteilungen

2. Jahrgang

22. Dezember 1974

Nummer 6



FROHE WEIHNACHTEN

und ein gesundes

BERGJAHR 1975

wünschen wir allen unseren
Mitgliedern mit Angehörigen

DIE VORSTANDSCHAFT

==== =====

Ein Mensch nimmt, guten Glaubens, an,
Er hab das Äußerste getan.
Doch leider Gotts versäumt er nun,
Auch noch das Innerste zu tun.

Eugen Roth

ACHTUNG BITTE LESEN, WICHTIG!!!

Unser großer Vereinsdonnerstag findet im Januar wegen der Feiertage nicht am ersten, sondern am zweiten Donnerstag, den 9. Jan. 75, statt. Wir zeigen Ihnen hier einen Skifilm, dessen Titel noch nicht bekannt ist.

Genauso trifft dies im Monat Februar zu. Hier findet unser großes Vereinstreffen wegen der Skimeisterschaft auch erst am zweiten Donnerstag, den 13. Februar 75, statt. Bei dieser Gelegenheit nehmen wir die Preisverteilung der Skimeisterschaft, bzw. Prämierung unseres Fotowettbewerbs vor.

Im März ist es wieder der erste Donnerstag, der Titel des Diavortrags bzw. Films ist heute noch nicht bekannt.

Näheres im Schaukasten.

=====

F o t o w e t t b e w e r b

Liebe Freunde,

nun ist es so weit, unser Wettbewerb geht in die letzte Runde. Sortieren Sie Ihre Fotos, unser Motto lautete "Der Mensch im Gebirge", aus und geben Sie diese unserem Fotoexperten Harry Watzinger oder in der Geschäftsstelle, bzw. am großen Vereinsdonnerstag, den 9. Januar 1975, ab. Bereits prämierte Aufnahmen dürfen nicht abgegeben werden.

Die Aufnahmen werden am Donnerstag, den 13. Februar 75 im Rahmen der Preisverteilung der Skimeisterschaft 75 vorgeführt und prämiert. Näheres in der Vereinszeitung Nr. 4 vom 23. Sept. 74.

=====

M a r t e r l

Hier starb Martin Rausch.
Die Lawine traf in halt
Auf den Leib und macht in kalt.
Auch der Jörg der war darunter
Aber heut noch ist gesund er.

Passcier

=====

B e r g s t e i g e r - F a s c h i n g 1 9 7 5
=====

Auch heuer findet unser großer Faschingsball unter dem Motto
"Bergsteiger - Fasching"

statt. Er wird, wie in den letzten beiden Jahren, beim Fischerwirt
in Neufahrn sein.

Termin ist der 25. Jan. 1975

Halten Sie sich diesen Samstag heute schon frei, damit auch Sie
beim Karussell der guten Laune mit dabei sind.

Wir hoffen, daß alle maskiert kommen. Die J e t - C o m b o
sowie eine Maskenprämierung ist unser Beitrag für das Gelingen des
Abends.

=====

Schutz gegen Wind und Kälte im Hochgebirge

Die Kleidung des Bergsteigers soll Wärmerückhaltevermögen, Schweiß-
transport und Lüftung bieten. Dazu eignen sich am besten Wolle- und
Baumwolle als Ausgangsmaterial. Perlon- und Nylonbekleidung ist am
Berg problematisch, da sich durch den Luftstau zwischen Kleidung und
Haut ein feucht-tropisches "Mikroklima" ausbildet. Gegen den Wind
ist allerdings die Perlonüberkleidung am wirksamsten: große Über-
anoraks, Windhosen, Biwaksack bei der Rast! Ansonsten ist atmungs-
aktive Kleidung zu bevorzugen. Für Lüftungsmöglichkeit soll an der
Kleidung vorgesorgt sein durch aufknöpfbare Verschlüsse oder gut
funktionierende Reißverschlüsse, speziell an Hosenträgern, Ärmelenden,
Kragen. Dann kann man beim Aufsteigen den Wärmehaushalt des Körpers
vorteilhaft ventilieren.

Solange man in Bewegung ist, wird man kaum frieren - außer in ganz
extremen Fällen. Allerdings wird im schwierigen Gelände der Sicherung
oft lange Stehzeiten haben, in denen er bewegungslos auf seinem
Platz verharren muß. Dann muß man versuchen, sich warmzuhalten, ohne
dabei die Sicherung zu vernachlässigen. Isometrische Übungen, Arme
gegen den Körper schlagen, Beine leicht bewegen, soweit dies mög-
lich ist, verhüten die ärgste Kälte. Wohltätig kann sich hier auch
ein kreislaufförderndes Mittel auswirken.

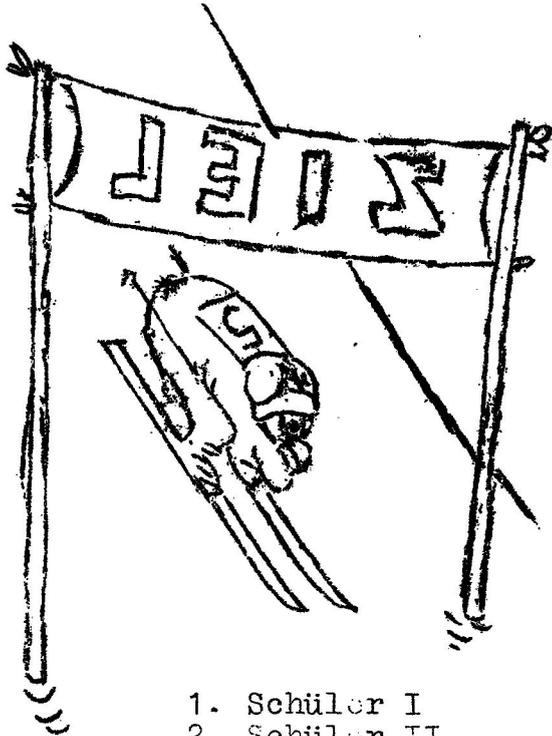
Richtige Ernährung ist bei großer Kälte sehr wichtig. Diese Erfahrun-
gen wurden uns besonders von den großen Expeditionsunternehmen
vermittelt. Im allgemeinen gilt, daß rein pflanzliche Produkte, be-
sonders flüssige Nahrung, ein langanhaltendes Leistungsniveau ga-
rantieren, während man auf schwierigen Touren auf feste Nahrung
und Fleischprodukte weitgehend verzichten kann. Sie sind in großer
Kälte meist ohnedies nicht mehr genießbar und verursachen auch
Komplikationen im Verdauungsapparat. Dazu kommen noch das nachtei-
lige Gewicht und Volumen der konventionellen Nahrungsmittel.

("Gefahren der Alpen", Paulcke/Dueller)

=====

Vereins - Skimeisterschaft 1975

Unsere diesjährige Skimeisterschaft findet am
Sonntag, den 2. Febr. 1975



in Vorder-Thiersee/Österreich
statt.

Wir haben diesmal keinen Bus eingesetzt, sondern fahren selbst mit Privat-PKW. Sie erreichen Vorder-Thiersee über Autobahn Salzburg/Ausfahrt Bayern, weiter über Schliersee und Bayrischzell, sowie Landl/Tirol in Richtung Kufstein. Fahrzeit ca. 2 Std.

Für Samstag, den 1. Febr. 75 haben wir einen Saal reservieren lassen, Musik wird zum Tanz aufgespielt. Außerdem findet am Samstagabend auch die Startnummern-Verlosung statt.

Am Sonntag, den 2. Febr. 75, findet das Rennen statt. Wir starten wieder in 4 Klassen:

- | | | |
|-------------------|--------------|-----------------|
| 1. Schüler I | 6 bis 10 J. | Riesenslalom |
| 2. Schüler II | 11 bis 14 J. | |
| 3. Allgem. Klasse | 15 bis 37 J. | Rsl. u. Abfahrt |
| 4. Altersklasse | ab 38 Jahre | |

Für Klasse I und II beginnt das Rennen um 9.30 Uhr, anschließend findet der Riesenslalom und nachmittags der Abfahrtslauf für die Klassen 3 und 4 statt.

Da sich bereits eine Großzahl der Mitglieder im Voraus für Samstag und Sonntag angemeldet haben, bitten wir Sie, Ihre Anmeldung in der Geschäftsstelle bei Sport-Windisch oder bei Harry Watzinger nachzureichen.

Übernachtung mit Frühstück beträgt ca. 10.00 bis 15.00 DM. Für Kinder können Liegen bzw. Luftmatratzen mitgebracht werden.

Lift-Tageskarten kosten für uns ca. 10.00 DM pro Person.

Für diejenigen, die nicht Skifahren wollen, gibt es herrliche Wanderwege und gut angelegte Länglaufloipen. Rodeln, Schlittschuhlaufen und Eisstockschießen ist ebenfalls möglich.

Treffpunkt: Samstagsfahrer um 16.00 Uhr in Vorder-Thiersee.
Sonntagsfahrer bis spätestens 8.30 Uhr in Vorder-Thiersee.

Name des Treffpunkt-Gasthofes erfahren Sie durch Harry Watzinger bzw. durch Aushang im Schaukasten.

Mitglieder, die am Rennen teilnehmen und erst am Sonntag nachkommen, melden sich bitte auch an, da Sie sonst nicht im Rahmen

der Startnummernverlosung berücksichtigt werden können und am Schluß starten müssen.

Wir hoffen, daß wir sehr viele Anmeldungen erhalten, sowie an einer regen Teilnahme am Rennen..

S K I - H E I L

=====

Ein Mensch entschloß sich, Ski zu kaufen
und wieder einmal skizulaufen.
Gesagt, - getan. Mit neuen Brettern
sah man ihn einen Berg erklettern,
den er dann auch hinunterfuhr.
Er war bestimmt recht munter, nur
er merkte jäh mit starrer Miene,
daß eine riesige Lawine
die tausende von Tonnen schwer war,
jetzt hinter ihm, den Mensch, her war.
So kam's, da seine Flucht mißglückte,
daß die Lawine in erdrückte.
Moral: Durch sport sich fitzutrimmen,
der Rat scheint nur bedingt zu stimmen.
Nicht fit zwar, doch am Leben blieb
manch Mensch, der keinen Sport betrieb.

=====

Touren im Winter

Januar: Oberlandhütte - Sportental - Kitzbühler Alpen

Am 5. Januar 75 führt uns Max Watzinger von der Oberlandhütte aus auf einen der unliegenden Gipfel (Brechhorn, Floch, Tanzkogel, Schwarzkogel). Treffpunkt ist Sonntag früh um 7.30 Uhr auf der Oberlandhütte. Gehzeiten zwischen 3 1/2 und 6 Stunden. Bedingung: Tourenski und -Bindung und Steigfelle, sowie der Jahreszeit entsprechender Kleidung. Ab 16 Jahre mit etwas Kondition. Pass nicht vergessen. Tiefschnee-Abfahrt!

Februar und März: Je nach Schneelage werden evtl. Touren am donnerstäglichen Vereinsabend kurzfristig angesetzt bzw. in Schaukasten bekanntgegeben.

=====

S k i g y m n a s t i k : Unsere Skigymanstik beginnt wieder am Mittwoch, den 15. Januar 1975.

Fazit unserer Nikolausfeier!
=====

Im Rückblick auf unsere Nikolausfeier möchte ich mich bei allen anwesenden Vereinsmitgliedern und geladenen Gästen noch einmal aufs herzlichste bedanken! Sie alle haben dazu beigetragen, daß unsere Veranstaltung ein voller Erfolg wurde.

All denjenigen Mitgliedern, die bei der Ausschmückung des Saales, bei der Zusammenstellung der Packerl für die Kinder und für den reibungslosen Ablauf des Abends sorgten, ein herzliches Dankeschön.

Mit großer Freude konnten wir noch am Nikolausabend bekanntgeben, daß unsere fünfköpfige Rupp-Familie, die mit einer wunderschönen, weihnachtlichen Stubenmusik für eine musikalische Umrührung sorgten, auf Anraten des Nikolaus eine Sammlung zu Gunsten behinderter Kinder 140,-- DM nach Freising überweisen konnten!

Nicht nur Vereinsmitglieder, sondern auch Gäste trugen zu diesem gelungenen Abend bei. Besonderer Dank gebührt Herrn Tausch, der nicht nur seine gesamte Hi-Fi Studioanlage zur Verfügung stellte, sondern den ganzen Abend als Platten - Jockey mitwirkte.

Aus unserer Christbaumversteigerung mit Preisen zwischen 10,-- und 50,-- DM, sowie spontanen Spenden des FC-Neufahrn und unserer Vereinsmitglieder "Gemüse" Huber und Jochen Gohla konnten wir einen Reinerlös von 465,-- DM an die Bergwacht überweisen.

Allen Spendern und sonstigen Beteiligten darf ich in Namen unserer Sektion sowie der Bergwacht für die vielen "Fuchzgerln" aufs herzlichste danken.

Werner Wittmann

=====

Aktion: Gutes Beispiel!

Alpine "Drucksäue" gibt es mehr als genug. Helfen Sie bitte mit, "unsere" Berge sauber zu halten. Tragt bitte Unrat, auch freunden, schonstrativ herunter, in Tüten außen auf den Rucksack geschnallt! Mit dem guten Beispiel können Umweltgratler zum Nachdenken gebracht werden. Also bitte!

B E R G H E I L !