



*Schade, dass man den Duft
dieser Rosen nicht auf dieses
Papier zaubern kann!*

Besucht unsere Homepage unter: www.nfw.de
Adresse: Vereinshaus/ Sitz der Naturfreunde
Feodor-Lynen-Str. 7, 82152 Planegg



Inhalt

Persönliche Änderungen/ Info Mitgliedsausweis	Seite	3
Einverständnis/ Gebühren für Nichtmitglieder/ Max-Irlinger Hütte – Familienwochenende	Seite	4
Minigolf Gaudi Turnier	Seite	5
Spiele- und Treffnachmittag/ Um die Osterseen – Inklusionswanderung	Seite	6
Um die Osterseen – Inklusionswanderung	Seite	7
Kraillinger Marktsonntag/ Basteln, Drucken, Reparieren	Seite	8
Vom Luitpoldpark zum Harthof – Spaziergang/ Tanzkreis	Seite	9
Schloss und Park Fürstenried – Kultur	Seite	10
Maria Eich-Wallfahrerweg – Spaziergang für Hochbetagte/ Badminton	Seite	11
Risserkogel – Bergtour	Seite	12
Basteln, Drucken, Reparieren/ Schafkopfen	Seite	13
Yoga/ Stockschießen	Seite	14
Von Planegg nach Gauting – Spaziergang/ Spiele- und Treffnachmittag	Seite	15
Touch the clouds	Seite	16
Basteln, Drucken, Reparieren/ Durch den Ostpark – Spaziergang	Seite	17
Biken auf den Mühltal-Trails – Jugend	Seite	18
Klettern für Alle	Seite	19
Wanderungen Inklusionswochenende	Seite	20 + 21
Biken auf den Mühltal-Trails – Jugend/ Meditation	Seite	22
Besuch und Führung in der Bayerischen Staatsoper – Kultur	Seite	23
Von Martinsried zum Max Plank Institut – Spaziergang für Hochbetagte/ Quartalsversammlung – Grillen am Turm	Seite	24
Bootfahren für Alle auf dem Wörthsee	Seite	25
Geigelstein – Bergtour/ Basteln, Drucken, Reparieren	Seite	26
Durch`s Murnauer Moos – Wanderung/ Tanzkreis im Vereinsheim	Seite	27
Schafkopfen/ Gymnastik	Seite	28
Bootstour auf der Würm – für die Jugend	Seite	29
Klettern für "Alle" am Kletterturm	Seite	30
Von Mitgliedern für Mitglieder	Seite	31
Jahreshauptversammlung/ Vorstandssitzung/ Redaktionsschluss	Seite	32

Liebes Mitglied,

bitte denke daran, Dich bei Umzug, Namensänderung, Wechsel der Bank o. ä. immer auch direkt an die Mitgliederverwaltung zu wenden.

Ebenso bei sämtlichen Fragen zur Mitgliedschaft sowie einer Kündigung, damit eine schnellstmögliche Bearbeitung gewährleistet werden kann.

Vielen Dank für Deine Mitarbeit,

*Peggy Deutschmann und Christine Punscher
mitgliederverwaltung@nfw.de*

Mitgliedsausweis

Liebe Mitglieder,

wie Ihr schon erfahren habt, verschickt die Bundeszentrale der NaturFreunde Deutschlands aus Kostengründen keine gedruckten Mitgliedsausweise mehr.

Eure vorhandenen Ausweise behalten ihre Gültigkeit, Ihr könnt sie also weiterhin verwenden.

Allerdings ist es möglich, sich einen digitalen Mitgliedsausweis zukommen zu lassen.

Hierfür wendet Ihr Euch per Mail an ausweise@naturfreunde.de und bekommt ihn dann verschlüsselt zugesandt. Da es jedoch momentan sehr viele Anfragen gibt, kann die Bearbeitung einige Zeit in Anspruch nehmen.

Wer ausschließlich an Aktivitäten innerhalb der Ortsgruppe teilnimmt, muss ohnehin keinen Mitgliedsausweis vorlegen, bei Unklarheiten wird bei der Mitgliederverwaltung nachgefragt. In NaturFreunde Häusern oder anderen Ortsgruppen genügen ebenso die bisherigen Exemplare als Nachweis.

Sollte es noch Fragen dazu geben, wendet Euch bitte an mich.

Peggy Deutschmann
mitgliederverwaltung@nfw.de

Einverständnis

Die Teilnehmer erklären sich bereit, Bildmaterial das während einer Tour/ Veranstaltung entsteht, für Publikationen in jeder Form freizugeben, sofern dem nicht ausdrücklich widersprochen wird.

Gebühren für Nichtmitglieder

Tagestouren/ Tagesveranstaltungen **10,00 Euro** und für

Halbtagesveranstaltungen 5,00 Euro
(z. B. Badminton, Turnen, Vorträge).

Es wird nicht zwischen Senioren-, Kinder-, Jugend-, Kulturveranstaltungen usw. unterschieden.

Diese Veranstaltung wurde bereits im Heft 2 unserer NaturFreundezeitung beschrieben.

Donnerstagabend, 30. April bis
Sonntagmittag, 3. Mai

Verlängertes Familienwochenende auf der Max-Irlinger Hütte Unterammergau

Unsere gemeinsame Fahrt zur **Max-Irlinger-Hütte** verspricht ein ganz besonderes Erlebnis für Groß und Klein zu werden!



Samstag, 2. Mai

Minigolf Gaudi-Turnier

Kind - Teeny - Mann - Frau - Familie – Oma – Opa - Hund - Katze - Hamster
Alle kommen. Spielen oder schauen zu.

- Um 13.00 Uhr geht's los.
- Minigolf-Anlage in Planegg, Georgenstraße 6A, wenig Parklätze!
- Ganz wichtig: Es soll ein Gaudi-Turnier sein, Spaß steht vor Ehrgeiz.
- **Eintritt:** Erwachsene 5,00 Euro, Kinder 4,50 Euro.
- Getränke und Eis gibt's zu kaufen.
- Breezn / Kuchen / Süßigkeiten übernimmt der Verein.
- Wegen der Organisation, bitte eine

unverbindliche Anmeldung bis:

Donnerstag, 30. April,

Anmeldung bei:

Irmi.Bohnenberger@nfwat.de

**Bei zweifelhaftem Wetter wird
am Samstag, 2. Mai, bis 12.00 Uhr ein Newsletter versendet.**

Es gibt keinen Ausweichtermin!

<http://www.minigolf-planegg.de>



Freitag, 8. Mai

Spiele- und Treffnachmittag



Dieser Nachmittag ist für alle, die Gesellschaftsspiele lieben und/ oder gesellig beisammen sein wollen.

Wir treffen uns um 15.00 Uhr im NaturFreunde Haus.
Informationen bei Marion Fiedler, ☎ 859 82 77.

Samstag, 9. Mai

Inklusionswanderung um die Osterseen

Wir fahren mit der S6 nach Tutzing und weiter mit dem Regionalzug RB 66 Richtung Kochel nach Iffeldorf. Von dort beginnen wir unsere Wanderung.

Die Osterseen sind ein wunderschönes Wandergebiet, in dem Touren mit unterschiedlicher Länge möglich sind.

Je nach Anzahl der Teilnehmer und Wetterbedingungen werden wir die geeignete Tour auswählen.

Zu Mittag essen wir im Stüberl am Campingplatz, von dem wir in einer guten halben Stunde den Bahnhof Iffeldorf erreichen und zurück nach München fahren.



Es sind alle Naturfreundinnen und Naturfreunde zum Mitwandern eingeladen.

Wir freuen uns, wenn sich jemand bereit erklärt, eine Teilnehmerin oder einen Teilnehmer mit Sehbehinderung auf der Wanderung zu begleiten.

Tourdaten:

Gesamtgehzeit:	3 bis 4 Stunden
Länge:	7 bis maximal 12 km
Ausrüstung:	Wanderschuhe, Brotzeit, Trinken, Sitzkissen, je nach Witterung Sonnenschutz oder Wind- und Regenschutz, Mückenschutz
Treffpunkt	Um 8.20 Uhr S-Bahnhof Planegg Gleis 2, S6 Richtung Tutzing
Naturfreunde	Um 8.32 Uhr Abfahrt
Treffpunkt Gäste	<p>Wir treffen uns in der S6 Richtung Tutzing im vorderen Zugteil. Der Zug fährt um 8:23 Uhr in Pasing Gleis 7 ab und ist um 8:32 in Planegg. Dort steigen die Naturfreunde zu. Zusammen fahren wir nach Tutzing und weiter mit dem Zug RB 66 nach Iffeldorf.</p> <p>Zum Redaktionsschluss ist noch unklar, ob die S6 vom Hauptbahnhof nach Pasing und weiter nach Planegg fährt. Derzeit wird der Regionalzug RE 61 angegeben, der um 8:14 Uhr am Hauptbahnhof abfährt. Wir hoffen, dass die Situation bis zur Anmeldung geklärt ist und wir dann weitere Details besprechen können. Zum Umstieg in Tutzing haben wir einen Zeitpuffer vorgesehen.</p> <p>Bei Problemen oder Unregelmäßigkeiten bitte ich um Nachricht unter ☎ 0177-368 90 46</p>
Tourenleitung:	Roman Brugger, Rosa Schwarz.
Anmeldung Gäste und Naturfreunde:	Roman Brugger, ☎ 859 88 30 oder per E- Mail: Roman.Brugger@nfwf.de
Anmeldung bis	Samstag, 2. Mai

Hinweis: Aus Haftungsgründen sind Hunde nicht zugelassen!

Rosa Schwarz und
Roman Brugger



Sonntag, 10. Mai von 12.00 Uhr bis 18.00 Uhr

Kraillinger Marktsonntag

Die Gemeinde Krailling veranstaltet traditionell am Muttertag einen Marktsonntag in der Ortsmitte.

Neben Händlern, Kulinarik und Live-Musik gibt es besondere Attraktionen für Kinder, wie beispielsweise Bungeetrampolin, Karussell oder Waterballs.

Wer jedoch etwas höher hinaus will, kommt zu unserem Stand mit dem mobilen Kletterturm und verschafft sich einen Überblick über das Geschehen.

Wer uns beim Gurte anziehen und Sichern unterstützen möchte, Voraussetzung ist Klettererfahrung und sicherer Umgang mit Sicherungsgerät!, meldet sich gerne bei Peggy Deutschmann unter mitgliederverwaltung@nfwf.de .



Wir freuen uns wieder auf zahlreiche Besucher, gute Gespräche und zufrieden lächelnde Kinder.

Familien Deutschmann & Wied mit ihrem Team

Sonntag, 10. Mai

Basteln, Drucken, Reparieren

Seid Ihr zwischen 6 und 99 Jahre alt? Habt Ihr Lust, mal eine kleine elektronische Schaltung zu bauen?

Interessiert Euch schon lange, wie ein 3D-Drucker funktioniert?
Oder habt Ihr etwas zu reparieren? Stichwort „Repair-Cafè“.

Alles kein Problem!

Kommt einfach zum Basteln.

Wir starten immer zwischen 9.30 und 10.00 Uhr.

Bitte meldet Euch, wenn möglich, bis Freitag vor der Bastelaktion an.

Ansprechpartner und Anmeldung: [wolfram.schecher\(at\)nfwf.de](mailto:wolfram.schecher(at)nfwf.de)

Mittwoch, 13. Mai

Vom Luitpoldpark zum Harthof

Spaziergang

Diese Tour ist ein Spaziergang durch zwei Parks und entlang eines Grünzugs. Wir spazieren durch den Bayernpark zum Luitpoldpark, besteigen den Luitpoldhügel, um die Aussicht auf München zu genießen.

Vorbei am Freibad, dem Biedersteiner Kanal geht's zum Petuelpark. Ab hier führt uns der Weg entlang eines Grünzugs, wo vor etlichen Jahren noch die Trambahn fuhr.

Der Bau der U -Bahn hat diese Linie überflüssig gemacht, ein Glück für uns Wanderer.

Wir folgen der Strecke bis zur U-Bahnstation Harthof und kehren dort beim Wirtshaus am Hart ein.

Tourdaten:

Länge:	Zirka 4 bis 5 km
Gehzeit	Zirka 2 ½ Stunden
Treffpunkt:	Um 9.15 Uhr beim Bahnhofskiosk Planegg
Abfahrt:	Um 9.28 Uhr
Anmeldung bis:	Montag, 11. Mai
Anmeldung bei:	Rosa Schwarz, ☎ 718 210 (bitte auf Anrufbeantworter Name und Tel. Nr. hinterlassen).

Sonntag, 17. Mai

Tanzkreis

Alle, die Freude am Tanzen haben, sind herzlich zu einer offenen Tanzrunde im Vereinsheim von 16.00 bis 18.00 Uhr eingeladen.



Gespielt wird Musik für jeden Geschmack, von Standard, Latein bis Discofox, Boogie,
Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

Auf Euer Kommen freuen sich Elfriede und Ewald Lankes.

Informationen unter ☎ 895 84 25.

Donnerstag, 21. Mai

*Kultur - Kunst - Tradition - Gesellschaft -
Bildung - Lifestyle - Events*

**Schloss und Park Fürstenried
mit Führung ab 10.00 Uhr, zirka 1 ½ Stunden**

Das Schloss blickt auf eine bewegte Vergangenheit zurück. Ursprünglich von Kurfürst Max II Emanuel als Jagd- und Lustschloss gebaut, diente es als Witwensitz, Rückzugsort, Lazarett, Ausweichort für die Theologische Fakultät und schließlich als Exerzitenhaus.

So verband das Schloss Fürstenried eine Allee (die heutige Fürstenrieder Straße) mit dem Schloss Nymphenburg.

Eine weitere Besonderheit ist die Sichtachse zwischen dem Schloss und den Türmen der Frauenkirche in der Münchner Innenstadt.

Dazwischen gibt es noch viele interessante Ereignisse.

Von 1972 bis 1976 wurde das Schloss modernisiert und weiter ausgebaut. 2015 fand eine Jubiläumsfeier zu 300 Jahre Schloss und 90 Jahre Exerzitenhaus der Erzdiözese München und Freising statt. Lasst Euch bei der Führung von weiteren Details überraschen. Nach der Führung können wir in der Fürstenrieder Schwaige einkehren.



Foto: Christian Schraner / Erzdiözese München und Freising

Tourdaten:

Gesamtzeit:	Zirka 4 Stunden
Treffpunkt:	Um 8.45 Uhr Kiosk Planegg
Abfahrt:	Um 9.02 Bus 260 Planegg/West bis Fürstenried West von dort eine Station mit dem Bus 56 bis Bellinzonastraße oder wir laufen zu Fuß zirka 10 bis 15 Minuten
Anmeldung bis:	Freitag, 15. Mai
Anmeldung bei:	Eva Stollmann, ☎ 0179-4676 043 (bitte auf Anrufbeantworter Name und Tel. Nr. hinterlassen). Mail: evastollmann@gmail.com

Donnerstag, 21. Mai

Spaziergang für Hochbetagte ab 80 Jahren Maria Eich-Wallfahrerweg - Waldkirche

Regelmäßige Bewegung im Alltag und körperliche Aktivitäten tragen zur Gesundheit und einem verbesserten körperlichen und geistigen Wohlbefinden bei.

Mit Bewegung wird unter anderem das Gleichgewicht trainiert und die Beweglichkeit von Muskeln und Gelenken gefördert.



Tourdaten:

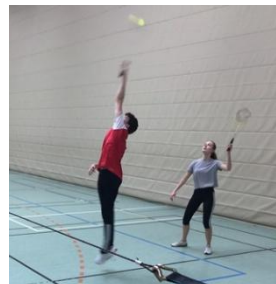
Länge:	Zirka 2 km
Treffpunkt:	Um 13.30 Uhr S-Bahn Planegg -Kiosk
Gehzeit:	Zirka 1 Stunde
Voraussetzung:	Selbstständigkeit beim Gehen, ggfs. eigene Gehilfe mitbringen.
Anmeldung bis:	Spätestens Mittwoch, 20. Mai
Anmeldung bei:	Stephan Fiedler, ☎ 859 82 77 e-mail : stephan.fiedler@nfwat.de

Jeden Donnerstag, 18.00 Uhr bis 20.00 Uhr

Badminton – Badminton Badminton

In der Dreifachturnhalle am
Feodor-Lynen-Gymnasium in Planegg.

Informationen bei
Helga Hanke, ☎ 859 71 62.



Samstag, 23. Mai

Risserkogel, 1825 m

Bergtour

Ausgangspunkt für diese mittelschwere Bergtour in den Tegernseern ist der Parkplatz Schwaiger-Alm bei Wildbad Kreuth (793m).

Vorbei an der Scheuerer Alm führt der Aufstieg zur Ableiten-Alm, dann auf teils abgelegenen Pfaden zu einem Kamm. Weiter durch Latschengassen und felsdurchsetzt am Kamm zum Gipfel.

Über einen an mehreren Stellen mit Drahtseilen gesicherten, nicht ganz einfachen Steig steigen wir ab zum Grubereck (1664m). Nun, zunächst auf felsigem Pfad Richtung Wallberg, nach einer Weile auf einer Forststraße hinunter zum Kreuther Ortsteil Riedlern. An der Weißsach zurück zum Parkplatz.



Tourdaten:

Aufstieg: Zirka 3 ½ Stunden, 1030 Hm

Abstieg: Zirka 2 ½ Stunden

Die Gesamtzeit der Rundtour beträgt zirka 6 Stunden.

Verpflegung aus dem Rucksack.

Details zu Abfahrt und Anreise, evtl. in Fahrgemeinschaften, werden bei der Anmeldung besprochen.

Anmeldung bis: Dienstag, 19. Mai

Anmeldung bei: Ludwig Punscher, ☎ 0175-4025597

Sonntag, 24. Mai

Basteln, Drucken, Reparieren

Seid Ihr zwischen 6 und 99 Jahre alt? Habt Ihr Lust, mal eine kleine elektronische Schaltung zu bauen?
Interessiert Euch schon lange, wie ein 3D-Drucker funktioniert?



Oder habt Ihr etwas zu reparieren? Stichwort „Repair-Cafè“.

Alles kein Problem!
Kommt einfach zum Basteln.
Wir starten immer zwischen 9.30 und 10.00 Uhr.

Bitte meldet Euch, wenn möglich, bis Freitag vor der Bastelaktion an.
Ansprechpartner und Anmeldung: wolfram.schecher(at)nfwmt.de.

Dienstag, 26. Mai

Schafkopfen



Wir treffen uns um 19.00 Uhr im NaturFreunde Haus.

Nach der Pause geht es am 26. Mai wieder los!

Yoga



Jeden Dienstag

1. Gruppe von 9.30 Uhr bis 10.30 Uhr im Naturfreundehaus
2. Gruppe von 10.45 Uhr bis 11.45 Uhr im Naturfreundehaus

Jeden Mittwoch

von 18.15 Uhr bis 19.45 Uhr beim TV Planegg- Krailling
(Sportplatz 1, Krailling) in der Halle 2.

Da es nur eine begrenzte Anzahl von Plätzen gibt, ist die Anmeldung vorab wichtig!

Anmeldung bei Stephan Fiedler,

Email: stephan.fiedler@nfw.de oder ☎ 859 82 77.

Jeden Mittwoch ab 13.30 Uhr

Stockschießen

Wir schießen Stock auf einer Betonpflaster-Bahn (nicht Eis) des EC Planegg - Stocksport, Feodor-Lynen-Str. 5.

Kosten je Spielnachmittag und je Bahn: 10,00 Euro.
Diese werden auf alle Mitspieler umgelegt.



Der Verein hat ein paar Stöcke zum Verleihen.

Samstag, 30. Mai

Planegg – Würmtal-Hochufer – Krailing – Gauting

Spaziergang

Wir starten am Naturfreunde-Vereinsheim in Planegg, gehen durch den Friedhof und spazieren auf Wirtschaftswegen in den „Grund“.

Von dort aus erreichen wir das Würmhochufer und auf naturnahen Waldwegen Gauting, wo wir uns im italienischen Restaurant „Foresta“ stärken.

Anschließend bummeln wir durch den Park von Schloss Fußberg zum Bahnhof Gauting.

Tourdaten:

Reine Gehzeit:	Zirka 2 Stunden
Weglänge:	Zirka 7 km
Höhenunterschied:	flach, höchstens leichtes Auf und Ab
Treffpunkt:	Um 10.30 Uhr beim Naturfreunde-Vereinsheim Planegg
Anmeldung bis:	Mittwoch, 27. Mai
Anmeldung bei:	Gabriele Rettenmeier, ☎ 859 65 17 (bitte auf Anrufbeantworter Name und Tel. Nr. hinterlassen).



Freitag, 5. Juni

Spiele- und Treffnachmittag



Dieser Nachmittag ist für alle, die Gesellschaftsspiele lieben und/ oder gesellig beisammen sein wollen.

Wir treffen uns um 15.00 Uhr im NaturFreunde Haus.
Informationen bei Marion Fiedler, ☎ 859 82 77.

Samstag, 6. Juni bis Sonntag, 7. Juni

Touch the clouds

Wir sind wieder mit dem mobilen Kletterturm bei **Touch the clouds...**, Europas größtem Stabhochsprung-Festival in Gräfelfing mit dabei, wenn Athleten aus der ganzen Welt zum Greifen nahe an Dir vorbeifliegen.

Start der Wettkämpfe ist bereits am Freitag, 5. Juni ab 13.00 Uhr.

Der genaue Zeitplan ist unter <https://touchtheclouds.de> zu finden.



Daneben gibt es noch Mitmachaktionen für Kinder, wie eine Hüpfburg, eine kleine Sprunganlage und für Groß und Klein, die Möglichkeit mit einem Kran hoch über die Anlage zu schweben.

Wem 7,70 m Höhe reicht, ist bei uns genau richtig, kommen wir doch höher hinaus als die letztjährigen Topspringer Angelica Moser (4,73 m) und Juho Alasaari (5,50 m). 😊

Wir starten mit dem Klettern am Samstag, 6. Juni ab 11.00 Uhr bis voraussichtlich 17.00 Uhr und Sonntag, 7. Juni ab 10.00 Uhr bis 16.00 Uhr.

Wir freuen uns auf tolle Wettkämpfe, viele Kletterer und bekannte Gesichter!

Herzliche Grüße im Namen des Inklusionsteams,
Andrea und Martin

Fragen gerne an:

Andrea Merkle-Wied

Mail: merkle-wied@nfwf.de oder

☎ 89 89 09 02



Sonntag, 7. Juni

Basteln, Drucken, Reparieren

Seid Ihr zwischen 6 und 99 Jahre alt? Habt Ihr Lust, mal eine kleine elektronische Schaltung zu bauen?

Interessiert Euch schon lange, wie ein 3D-Drucker funktioniert?
Oder habt Ihr etwas zu reparieren? Stichwort „Repair-Cafè“.

Alles kein Problem!

Kommt einfach zum Basteln.

Wir starten immer zwischen 9.30 und 10.00 Uhr.

Bitte meldet Euch, wenn möglich, bis Freitag vor der Bastelaktion an.

Ansprechpartner und Anmeldung: wolfram.schecher(at)nfwtd.de

Mittwoch, 10. Juni

Durch den Ostpark

Spaziergang

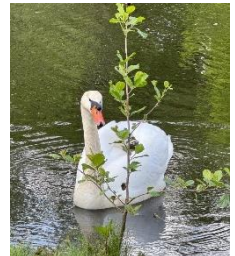
Diesmal geht's durch Berg-am-Laim zum Ostpark.

Wir starten am U-Bahnhof Josephsburg und besichtigen dort die Klosterkirche St Michael.

Weiter spazieren wir auf einem Kiesweg, der zwischen eingezäunten Anlagen hindurchführt.

Am Ostpark umrunden wir den Ostparksee und kehren am Michaelgarten ein.

Zurück geht's mit der U-Bahn.



Tourdaten:

Länge:	Zirka 5 bis 6 km
Gehzeit:	Zirka 2 bis 2 ½ Stunden
Treffpunkt:	Um 9.15 beim Kiosk in Planegg
Abfahrt:	Um 9.28 mit U 6
Anmeldung bis:	Montag, 8. Juni
Anmeldung bei:	Rosa Schwarz, ☎ 718 210 (bitte auf Anrufbeantworter Name und Tel. Nr. hinterlassen).

Freitag, 12. Juni, 15.00 Uhr und Montag, 15. Juni
weitere Termine nach Absprache

Bikegruppe Jugend für 7-11Jährige der Naturfreunde Würmtal und des SC Gauting

Biken auf den Mühlal-Trails

Die neuen Flow Trails im Mühlal laden ein, von uns entdeckt zu werden!



Vorher geht es darum, das Bike und die Ausrüstung zu checken, Sitzhaltung, Lenken und Bremsverhalten zu verbessern und gut einzuüben. Die Touren führen sowohl über breite Forstwege mit Speed sowie über schmale Singletrails mit Wurzeleinlage.

Teilnahme ab 7 Jahre, Kondition und Fahrkönnen auf Kieswegen sollte mitgebracht werden.

Mitbringen: funktionierendes Mountainbike, Helm, Handschuhe, Trinkflasche.

Länge der Tour: Zirka 10 bis 15 km, zirka 200 hm

Treffpunkt: nach Vereinbarung in Planegg oder Gauting



Wenn Ihr an den Terminen nicht könnt aber Interesse an der Jugend Bikegruppe habt, bitte trotzdem melden.

Telefonische Anmeldung bei: Jugendreferent/Teamer MTB
Peter Hein, ☎ 857 96 963

Anmeldung bitte bis spätestens: Donnerstag, 11. Juni

Achtung: begrenzte Teilnehmerzahl, Nichtmitglieder zahlen eine Teilnahmegebühr.



Samstag, 13. Juni bis Sonntag 14. Juni

Klettern für Alle

Wir freuen uns, mit „Klettern für alle“ wieder Teil von „Inklusion im Würmtal“ zu sein.



Dieses Mal gibt es ein ganzes Wochenende mit zahlreichen tollen Veranstaltungen rund um das Thema Inklusion unter Beteiligung vieler Vereine und Träger.



Es wird gerade fleißig am Programmflyer gearbeitet.

Sobald dieser vorliegt, geben wir ihn natürlich bekannt.

So viel sei schon mal verraten:

Wir sind natürlich mit unserem „Klettern für alle“-Team vor Ort und hoffen viele bekannte, wie neue Gesichter am Turm zu sehen.

Zudem findet bei uns im NaturFreundeHaus die offizielle Eröffnung mit den Ehrengästen statt und wir freuen uns sehr, dass das integrative Cafe Cafäleon (instagram: cafaeleon_gauting), in unseren Räumlichkeiten an beiden Tagen bereitsteht, um in netter Atmosphäre zahlreiche Gäste zu verwöhnen.

Es gibt außerdem einen Gebärdensprachkurs für Kinder im Haus, ein Tischtheater kamishibai mit mehreren Aufführungen, Kinderschminken, Basteln....

Auf dem gesamten Gelände und im Kupferhaus gibt es verschiedene Bewegungsparcours, Vorträge, Inklusionswanderungen (genaueres von Roman) und am Samstagabend ein Konzert im Kupferhaus mit Hannah Schlubeck (<https://schlubeck.de>) und Mischpoke....

Lust bekommen? Wir freuen uns auf Euch!

Herzliche Grüße im Namen des Inklusionsteams,
Andrea und Martin

Fragen gerne an:

Andrea Merkle-Wied

Mail: merkle-wied@nfwtd.de oder

☎ 89 89 09 02



Samstag, 13. Juni bis Sonntag, 14 Juni



Wanderungen Inklusionswochenende

Liebe Naturfreundinnen, liebe Naturfreunde, liebe Wanderfreundinnen, liebe Wanderfreunde, am 13. und 14. Juni finden wieder Inklusionsveranstaltungen im Würmtal statt, bei denen wir NaturFreunde traditionell dabei sind und viele inklusive Aktivitäten anbieten.

Zusammen mit dem Integrationsprojekt des DAV und der Gemeinschaft junger Malteser Alpen.Leben.Menschen (A.L.M.) veranstalten wir sowohl am 13. Juni, als auch am 14. Juni jeweils eine Wanderung von Pasing durch den Stadtpark und entlang der Würm zum Naturfreundehaus, wo auf dem Gelände und im Kupferhaus viele inklusive Veranstaltungen anderer Vereine stattfinden werden.

Aus organisatorischen Gründen wird die Wanderung am Samstag, 13. Juni nur intern von A.L.M und uns Naturfreunden beworben.

Die Wanderung am Sonntag 14. Juni wird öffentlich beworben und somit auch im Veranstaltungskalender des Inklusionswochenendes erscheinen.

Für die Wanderung am Samstag also ganz normal wie immer anmelden (siehe unten).

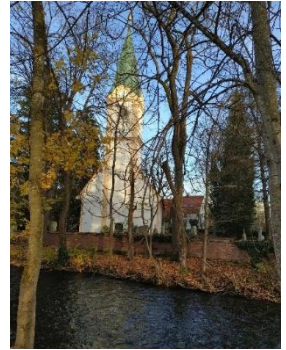
Die Wanderung für Sonntag ist zusätzlich auf der A.L.M Homepage unter

www.alpenlebenmenschen.de zu finden.

Es sind alle Naturfreundinnen und Naturfreunde zum Mitwandern eingeladen.

Wir freuen uns, wenn sich jemand bereit erklärt, eine Teilnehmerin oder einen Teilnehmer mit Sehbehinderung auf der Wanderung zu begleiten, und ebenso auf ein wunderschönes Inklusionswochenende.

Viele Grüße und ein herzliches Berg frei,
Rosa Schwarz und
Roman Brugger



Tourdaten:

Gesamtgehzeit: 2 bis 3 Stunden

Länge: Zirka 7 km

Ausrüstung: Wanderschuhe, Brotzeit, Trinken, Sitzkissen, je nach Witterung Sonnenschutz oder Wind- und Regenschutz, Mückenschutz

Treffpunkt Naturfreunde: Um 9.00 Uhr S-Bahnhof Planegg Gleis 1, S6 Richtung Ebersberg

Abfahrt: Um 9.08 Uhr.
Wir fahren bis Pasing und holen dort unsere sehbehinderten Gäste am Bahnsteig ab

Treffpunkt Gäste: Um 9.30 Uhr am Bahnhof Pasing.
Bitte, falls möglich, bei Anmeldung den Bahnsteig angeben, an dem Ihr voraussichtlich ankommt.

Bei Problemen oder Unregelmäßigkeiten bitte ich um Nachricht unter ☎ 0177 3689046

Tourenleitung: Roman Brugger, Rosa Schwarz

Anmeldung bis Samstag, 6. Juni

Anmeldung für Gäste und Naturfreunde: Roman Brugger, ☎ 859 88 30 oder: nur für Samstag per E-Mail: Roman.Brugger@nfw.de:

Anmeldung: nur für Sonntag Birgit Winter Projektleitung Alpen.Leben.Menschen ☎ 0151 615 70 169 oder per E-Mail: birgit.winter@alpenlebenmenschen.de

Hinweis: Aus Haftungsgründen sind Hunde nicht zugelassen!

Montag, 15. Juni, 15.00 Uhr
weitere Termine nach Absprache

Bikegruppe Jugend für 7-11 jährige der Naturfreunde Würmtal und des SC Gauting

Biken auf den Mühltal-Trails

Beschreibung siehe unter Freitag, 12. Juni!



Jeden 2ten Montag

Meditation

von 19.00 bis 21.00 Uhr
im NaturFreundehaus

**Da es nur eine begrenzte Anzahl von Plätzen gibt, ist
die Anmeldung vorab wichtig!**



Informationen und Anmeldung bei Christa Lohr,
Email: christa.lohr@nfw.de oder ☎ 740 516 27.

Dienstag, 16. Juni um 14.00 Uhr

*Kultur - Kunst - Tradition - Gesellschaft -
Bildung - Lifestyle - Events*

**Besuch und Führung
in der Bayerischen Staatsoper**

Die Bayerische Staatsoper in München ist eines der führenden Musiktheater der Welt.

Die Bayerische Staatsoper ging aus der Hofoper hervor, wobei das Bayerische Staatsorchester schon lange vorher bestand.

Das Nationaltheater wurde im Oktober 1943 durch einen Bombenangriff zerstört. Es dienten andere Spielstätten z .B. das Prinzregententheater weiter als Hauptspielstätten.

Das Nationaltheater wurde im November 1963 wieder eröffnet.

Die Führung bietet uns Einblicke und mehr von der Geschichte des Nationaltheaters/ der Staatsoper zu erfahren und die Möglichkeit einen Blick hinter die Kulissen und die Bühne zu bekommen.

Tourdaten:

Gesamtzeit: Zirka 3 bis 4 Stunden, Führung selbst zirka 75 Minuten
Treffpunkt: Um 12.35 Uhr S-Bahn Kiosk Planegg
Abfahrt: Um 12.48 S6 bis Marienplatz
Anmeldung bis: Mittwoch, 10. Juni
Anmeldung bei: Eva Stollmann, ☎ 0179-4676 043
 (bitte auf Anrufbeantworter Name
 und Tel. Nr. hinterlassen).
 Mail: evastollmann@gmail.com

Leider steht im Hause keine Kantine zur Verfügung.

Wer vorher Essen gehen will, (z. B. Weisses Bräuhaus) oder zum Viktualienmarkt (bei schönem Wetter), teilt es mir bitte zeitnah mit!

Je nachdem wie viele dieses in Anspruch nehmen wollen, müsste ich dann die Abfahrtszeiten ändern!!

Donnerstag, 18. Juni

Spaziergang für Hochbetagte ab 80 Jahren – Martinsried – Klopferspitz – BioKidsTeich – MPI

Regelmäßige Bewegung im Alltag und körperliche Aktivitäten tragen zur Gesundheit und einem verbesserten körperlichen und geistigen Wohlbefinden bei.

Mit Bewegung wird unter anderem das Gleichgewicht trainiert und die Beweglichkeit von Muskeln und Gelenken gefördert.



Tourdaten:

Länge:	Zirka 2 km
Treffpunkt:	Um 13.30 Uhr Kirchplatz Martinsried
Gehzeit:	Zirka 1 Stunde
Voraussetzung:	Selbstständigkeit beim Gehen, ggfs. eigene Gehilfe mitbringen.
Anmeldung bis:	Spätestens Mittwoch, 17. Juni
Anmeldung bei:	Rosa Schwarz, ☎.718 210 (bitte auf AB Name und Telefonnummer hinterlassen)

Freitag, 19. Juni ab 17.00 Uhr

Quartalsversammlung Grillen ist Programm

Wir treffen uns ab 17.00 Uhr
am Vereinsheim.



Der Grill wird ab zirka 17.30 Uhr einsatzbereit sein.

Grillgut, Salate oder was jeder sonst zum Essen möchte, bringt Ihr bitte selbst mit. Für die notwendigen Getränke sorgt Alex.

Jetzt brauchen wir nur noch schönes Wetter;
für die gute Laune sorgen wir mit Sicherheit selbst.

Ich freue mich auf zahlreiche Besucher und einen schönen Sommerabend.

Berg frei, Karlheinz

Samstag, 20. Juni Ausweichtermin: Sonntag, 21. Juni

Bootfahren für Alle auf dem Wörthsee



Wir paddeln wieder gemeinsam am Wörthsee. Eingeladen sind alle, ob jung oder alt mit oder ohne Erfahrung oder Handicap. Begleitet wird das Bootfahren von erfahrenen Bootsleitern der NaturFreunde.

Die Anweisungen der Bootsleiter müssen unbedingt befolgt werden!

Leihmaterial wie Schwimmwesten und Neopren werden vor Ort gestellt. Wasserfeste Schuhe, Badesachen, sowie Sonnencreme und Kappe bitte mitbringen.

Neben Kanadiern werden wir auch kippssichere Raftingboote und kleine Kajaks zur Verfügung stellen.

Wir wollen das Bootfahren mit einer gemeinsamen Brotzeit (bitte selbst mitbringen oder am Kiosk kaufen) um zirka 13.00 Uhr ausklingen lassen.

Treffpunkt: Camping Dosch am Wörthsee
um 10.00 Uhr

Teilnahme/

Materialgebühr: 15,00 Euro/ Eintritt am Campingplatz 3,00 Euro

Achtung: Kinder und Nichtschwimmer müssen von einer
betreuenden Person begleitet werden.

Anmeldung bis: Spätestens Freitag, 12. Juni

Info und

Anmeldung bei: Peter unter ☎ 857 96 963 oder
Peter.Hein(at)nfw.de



Die Vereinskollegen vom SC Gauting Bergsport sind herzlich eingeladen teilzunehmen.

Samstag, 20. Juni

Geigelstein, 1813 m

Mittelschwere Bergtour

Rundtour im Chiemgau

Ausgangspunkt der Tour ist Ettenhausen (620m),

Parkplatz Geigelsteinbahn (die Bahn ist seit 2014 außer Betrieb).

Der Aufstieg führt über Forst- und Wirtschaftswege zur Wuhrsteinalm und weiter zur Wirtsalm. Nun auf dem kleinen Bergweg hinauf in eine Scharte und in Kehren empor zum Rücken des Geigelstein und unschwierig auf den Gipfel. Nach dem Abstieg in die erwähnte Scharte führt der Weg über den Grat hinüber zum Breitenstein (1661m) und durch eine breite Latschengasse abwärts bis wir auf Höhe der Wuhrsteinalm auf den Anstiegsweg treffen.

Tourdaten:

Aufstieg Geigelstein: Zirka 3 ½ Stunden, 1200 Hm

Abstieg: Zirka 2 ½ Stunden

Variante: Breitenstein-Überschreitung:

Zusätzlich: Zirka 1 ½ Stunden

Die Gesamtzeit der Rundtour beträgt zirka 7 ½ Stunden.

Verpflegung aus dem Rucksack.

Details zu Abfahrt und Anreise, evtl. in Fahrgemeinschaften, werden bei der Anmeldung besprochen.

Anmeldung bis: Dienstag, 16. Juni

Anmeldung bei: Ludwig Punscher, ☎ 0175-4025597

Sonntag, 21. Juni

Basteln, Drucken, Reparieren

Seid Ihr zwischen 6 und 99 Jahre alt? Habt Ihr Lust, mal eine kleine elektronische Schaltung zu bauen?

Interessiert Euch schon lange, wie ein 3D-Drucker funktioniert?

Oder habt Ihr etwas zu reparieren? Stichwort „Repair-Cafè“.

Alles kein Problem! Kommt einfach zum Basteln.

Wir starten immer zwischen 9.30 und 10.00 Uhr.

Bitte meldet Euch, wenn möglich, bis Freitag vor der Bastelaktion an.

Ansprechpartner und Anmeldung: wolfram.schecher(at)nfw.t.de

Samstag, 27. Juni

Durch's Murnauer Moos

Wanderung

Die Wanderung durch das Murnauer Moos, das größte zusammenhängende Moorgebiet Mitteleuropas, ist eine leichte, etwa 11 km lange Tour (zirka 3 Stunden, kaum Höhenmeter). Höhepunkte sind das Ramsachkircherl, der Bohlenweg durch die „Lange Filze“ und der Blick auf die Alpenkette.

Die Tour beginnt am Bahnhof Grafenaschau. Nach zirka 2 Stunden Wanderung durch's Moos erreichen wir das Gasthaus Ähndl.

Nach gemütlicher Einkehr sind es etwa 50 Minuten zum Bahnhof Murnau.

Tourdaten:

Treffpunkt: S-Bahnhof Planegg

Treffpunkt: Um 8.15 Uhr

Abfahrt: Um 8.32 Uhr mit der S6 bis Tutzing.

Abfahrt mit RB 6 von Tutzing um 9.01 Uhr nach Murnau, weiter mit der RB 63 nach Grafenaschau.

Anmeldung bis: Dienstag, 23. Juni

Anmeldung bei: Rosa Schwarz, ☎ 718 210

(bitte auf Anrufbeantworter Name und Tel. Nr. hinterlassen).

Dieser Tourenvorschlag kommt von Werner Aumiller. – Vielen Dank dafür!

Sonntag, 28. Juni

Tanzkreis

Alle, die Freude am Tanzen haben, sind herzlich zu einer offenen Tanzrunde im Vereinsheim von 16.00 bis 18.00 Uhr eingeladen.

Gespielt wird Musik für jeden Geschmack, von Standard, Latein bis Discofox, Boogie,

Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

Auf Euer Kommen freuen sich Elfriede und Ewald Lankes.

Informationen unter ☎ 895 84 25.



Dienstag, 30. Juni

Schafkopfen



Wir treffen uns um 19.00 Uhr im NaturFreunde Haus.

Gymnastik jeden Montag

**Beginn jeweils
um 17.15 bis 18.15 Uhr
(außer in den Ferienzeiten)**



Die beste Grundlage für die Gesundheit!

In der Dreifachturnhalle, am Feodor-Lynen-Gymnasium, Planegg

Freitag, 3. Juli nachmittags (Ausweichtermin Freitag, 17. Juli)

Bootstour auf der Würm

Nachmittagsschnupperbootstour auf dem Starnberger See und der Würm.

Wir fahren mit aufblasbaren Raftingbooten und Kanadiern/ Kajaks vom Verein.

Ihr bekommt eine Einweisung und erlernt das Steuern der Boote. Wenn alles passt, paddeln wir bis nach Leutstetten.

Ihr werdet dabei von einem Bootsführer begleitet. Leihmaterial wie Schwimmwesten und Neopren wird gestellt. Wasserfeste Schuhe, Badesachen sowie Sonnencreme und Kappe mitbringen. Brotzeit und Getränk nicht vergessen.



Treffpunkt:

Planegg Natufreunde Bootshaus beim Minigolfplatz um 15.30 Uhr.

Bei Gewitter oder Dauerregen ist der Ersatztermin Freitag, 17. Juli.

Materialgebühr: 10,00 Euro pro Person.

Teilnahmegebühr: Mitglieder frei; Nichtmitglieder 10,00 Euro



Achtung: Nichtschwimmer müssen von jeweils einer betreuenden Person begleitet werden.

Infos und Anmeldung: Bis spätestens Montag, 29. Juni:

bei: Peter, ☎ 857 96 963 oder
Peter.Hein(at)nfwat.de

Achtung: Anmeldung ist erforderlich.



Die Vereinskollegen vom SC Gauting Bergsport sind herzlich eingeladen teilzunehmen.

Samstag, 4.Juli

Klettern für alle

Nach den vergangenen Großveranstaltungen lassen wir es an diesem Samstag etwas gemütlicher angehen.

Klettern, ratschen, gemeinsam Spaß haben..., wir sind uns sicher, dass wir gemeinsam eine gute Zeit haben werden!

Wie immer treffen wir uns von 10.00 Uhr bis 14.00 Uhr.
Sei dabei - wir freuen uns auf Dich!



Da wir von allem genügend vorbereiten wollen, Routen, Leute zum Sichern, eine Kleinigkeit zu Essen... bitten wir um

Anmeldung bis spätestens: Samstag, 27. Juni

Anmeldung bei: Andrea.Merkle-Wied,
☎ 89 89 09 02
E-Mail: andrea.merkle-wied@nfw.de

Liebe Grüße im Namen des Inklusionsteams,

Andrea und Martin



„Von Mitgliedern für Mitglieder“

Wichtige Termine

Quartalsversammlung

Grillen am Vereinsheim, Freitag, 19. Juni

Vorstandssitzungen

Die Vorstandssitzungen finden um 19.30 Uhr im Vereinsheim statt.

Gesamtvorstand: Dienstag, 19. Mai

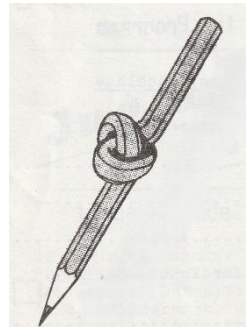
Geschäftsführender Vorstand: Dienstag, 16. Juni

Redaktionsschluss

für alle Berichte bis 30. August ist

Freitag, 15. Mai

Bitte beachtet, dass Ihr den Bericht vorzeitig abgebt, wenn der Anmeldeschluss in diesen Zeitraum fällt!



Herausgeber: NaturFreunde Würmtal e.V. - 82152 Planegg

1. Vorsitzender: Karlheinz Beck – Heimstättenallee 15a - 82152 Planegg, ☎ 899 795 52,
E-Mail: Karlheinz.Beck@nfw.de

Internetadresse: <http://www.nfw.de>

Redaktion: Christine Punscher - Starnberger Straße 32 - 82335 Berg, ☎ 08171/ 81 82 645

E-Mail: redaktion@nfw.de

Herstellung u. Vertrieb: Irmi Bohnenberger - Sonnwendstr. 39 - 82152 Krailling, ☎ 8 57 62 46

Bankverbindung: Kto.Nr. 50 320 266, Kreissparkasse München Starnberg - BLZ 702 501 50

IBAN: DE64702501500050320266, BIC: BYLADEM1KMS