

Kurse 2026

Fr., 02.01. + So., 04.01.2026

K 01 26 LVS Kurs

Theorieabend und Ausbildungstag im Gelände

Inhalt : Theoretisches Wissen zur LVS Suche,
Sondieren und Ausgraben von Verschütteten im Gelände

Voraussetzung: ausreichende Skitechnik im Gelände

Ausrüstung : A + E, LVS-Gerät, Schaufel, Sonde

Kondition : gering/mittel

Gehzeit/Hm : bis 2 Std / bis 700 Hm

Ausgangsort : wird kurzfristig aufgrund Wetter und

Schneelage festgelegt

Kosten : 20,00 €

Abfahrt : 07:00 Uhr am Vereinszentrum

Teilnehmende: max. 10 Personen

Leitung : Christian Lang und Christian Kleiner

Besprechung : Theorieabend und Besprechung am Fr.,
02.01.2026, von 18:00 bis ca. 21:30 Uhr im Vereinszentrum,
hierfür bitte LVS-Geräte, Schaufel und Sonde mitbringen.

Übungstag im Gelände am So., 04.01.2026

So., 11.01.2026

K 02 26 Skitourenkurs - Eigenständiges Planen und Durchführen einer Skitour

Der Kurs richtet sich an Skitoureneinsteiger und -aufsteiger, die ihr Können und Wissen erweitern wollen.

Inhalt : Lawinenkunde, Snowcard, Tourenplanung, LVS

Voraussetzung: Sicheres Skifahren abseits der Piste

Ausrüstung : A + E + Snowcard

Kondition : mittel

Gehzeit/Hm : 6 Std./1000 Hm

Ausgangsort : Tannheimer Tal

Kosten : 20,00 €

Abfahrt : 07:00 Uhr, Parkplatz Bahnhof Südseite

Teilnehmende : max. 8

Leitung : Christian Lang, Martin Hecht

Besprechung : Kursvorbereitung und Theorie Fr.,
09.01.2026, 17:00 Uhr, Vereinszentrum, ca. 3 Std.

Sa., 21.03.2026

K 03 26 Pannenkurs MTB

Kleine Pannen selbst beheben

Inhalt : wertvolle Tipps für Unterwegs

Voraussetzung : keine

Ausrüstung : eigenes MTB mitbringen

Stützpunkt : BIKERS DREAMS, Moosmangstr. 6, Kfb.

Kosten : 10,00 €

Abfahrt : Beginn 14:00 Uhr. Ende ca. 18:00 Uhr

Teilnehmende : max. 6

Leitung : Sascha Braun

Besprechung : Bei Fragen: 0170 9005453

Mi., 22.04.2026

K 04 26 Knotenworkshop

Inhalt : Achterknoten, Mastwurf & Co. ... gezeigt und geübt werden die wichtigsten Knoten für die sicherungstechnischen Grundlagen beim Klettern und Bergsteigen.

Voraussetzung : keine

Ausrüstung : Hüftgurt, Seilstück oder Seil oder stärkere Reepschnur, Pruskischlinge (5 – 6 mm), 2 Karabiner, 1 HMS-Karabiner, Bandschlingen

Kosten : 10,00 €

Teilnehmende : max. 8

Leitung : Hermann Heckelsmüller

Theorieabend : 18:00 Uhr, Vereinszentrum, Dauer ca. 2 Std.

Sa., 09.05.2026

K 05 26 MTB-Fahrtechnik für Einsteiger

Fahrtechnik Basics nicht nur für Einsteiger

Inhalt : Gleichgewichtsübungen, Hindernisse überwinden

Voraussetzung : keine

Ausrüstung : H

Stützpunkt : DAV-Vereinszentrum

Kosten : 10,00 €

Abfahrt : 14:00 Uhr Vereinszentrum. Ende ca. 18:00 Uhr

Teilnehmende : max. 10

Leitung : Sascha Braun

Besprechung : Bei Fragen: 0170 9005453

Sa., 09.05.2026

K 06 26 Workshop „Seil im Gebirge“

Workshop über Seiltechniken und Seilhandling fürs Gebirge

Inhalt : Wiederholung der wichtigsten Knoten, richtig Sichern, Abseilen, Ablassen, Aufstiegsmethoden mit Hilfe eines Seiles, sowie Tipps zum Seilhandling allgemein und vielleicht noch das eine oder andere mehr

(Hinweis: dies ist KEIN Kletterkurs!)

Voraussetzung : Interesse, sich mit dem Thema auseinanderzusetzen, bereits erste „Berührungspunkte mit einem Seil“, sowie etwas Knotenkunde (ggf. im Vorfeld Knoten-Kurs besuchen)
Ausrüstung : wird am Theorieabend besprochen
Kondition : gering
Ausgangsort : Klettergarten Nähe Füssen
Kosten : 20,00 €
Abfahrt : 08:00 Uhr, Parkplatz Bahnhof Südseite
Teilnehmende : mind. 3, max. 6
Leitung : Martin Weinmüller
Theorieabend : Do., 07.05.2026, 19:00 Uhr Vereinszentrum,
Dauer ca. 2 ½ Std.

So., 10.05.2026

K 07 26 Kurs Bergwandern Basics: Bergwandern für Einsteiger und Fortgeschrittene – Was sollte ich wissen, können und üben. Anleitung zum sicheren Gehen in alpinem Gelände durch Theorie und Praxis

Inhalt : Erforderliche Ausrüstung, Alpine Gefahren, Tourenplanung, Gehen im Gelände, Queren von Schnee- und Firnfeldern mit Praxisübung (Auf- und Abstieg)
Voraussetzung : keine
Ausrüstung : A
Kondition : mittel
Ausgangsort : je nach Verhältnissen
Gehzeit/Hm : 6 Std. / bis 1000 Hm
Kosten : 20,00 € + eigene Kosten
Abfahrt : nach Absprache
Teilnehmende : max. 7
Leitung : Hanns-Peter Rehle
Theorieabend : Do., 07.05.2026, 19:00 Uhr, Vereinszentrum
Besonderes : Der Praxistag wird bei schlechter Witterung verschoben

So., 17.05.2026

K 08 26 Women Only: Aufbaukurs Fahrtechnik (Fortgeschrittene)

Dieser Kurs richtet sich an erfahrene Mountainbikerinnen, die regelmäßig auf Trails unterwegs sind und ihre Fahrtechnik auf das nächste Level bringen möchten.
Gemeinsam und ohne Druck analysieren wir Schlüsselstellen und optimieren Linienwahl, Kurventechnik sowie die Position auf dem Bike.
Inhalt : Kurventechnik, Linienwahl, Stufe bergab,

Herangehensweise Schlüsselstellen

Voraussetzung : Sicheres Befahren von Trails der Schwierigkeit S1

Ausrüstung : ein technisch einwandfreies Mountainbike mit Flatpedals, Helm, ggf. Schoner, Wetterschutz, Ersatzschlauch
Ausgangsort : Altstädten bei Sonthofen
Kosten : 20,00 €
Abfahrt : 09:00 Uhr
Teilnehmende : max. 5
Leitung : Andrea Prade
Besprechung : telefonisch / E-Mail

So., 21.06.2026

K 09 26 MTB-Fahrtechnik für Fortgeschrittene

Fahrtechnik Umsetzung im Gelände
Inhalt : Hindernisse überwinden, Spitzkehren
Voraussetzung : Grundlegende Bikebeherrschung
Ausrüstung : H
Kondition : mittel
Ausgangsort : Bad Hindelang
Kosten : 20,00 € + 1 x Auffahrt Hornbahn Hindelang ca. 14,00 €
Abfahrt : 08:00 Uhr Vereinszentrum
Teilnehmende : max. 8
Leitung : Sascha Braun
Besprechung : Info per E-Mail. Bei Fragen: 0170 9005453

Fr.-So., 03.07.-05.07.2026

K 10 26 Gletscher Grundkurs

Grundlage für die Durchführung einfacher Gletschertouren
Inhalt : Ausrüstungskunde, Umgang mit Steigeisen, Pickel und Seil, Gehtechnik, Fixpunkte in Firn u. Eis, Vorstellen einer Spaltenbergetechnik.
Voraussetzung : einfache Bergtourenenerfahrung
Ausrüstung : A + B + D
Kondition : mittel
Ausgangsort : Pitztal
Stützpunkt : Taschachhaus
Gehzeit/Hm : 6 Std./ bis zu 1000 Hm
Kosten : 60,00 € (Kursgebühr) + Ü/HP + eigene Kosten
Abfahrt : 08:00 Uhr, Parkplatz DAV-Vereinszentrum
Teilnehmende : max. 6
Leitung : Hermann Heckelsmüller
Theorieabend : Mi., 01.07.2026, 18:30 Uhr, Vereinszentrum,
Dauer ca. 2 Std

Do., 16.07.2026

**K 11 26 Feierabend Fahrtechnik Basics 1/2
(Einsteiger)**

Perfekt für MTB-Neulinge und alle, die ihre Fahrtechnik auffrischen möchten! In kompakten 2-Stunden-Einheiten erlernen wir gemeinsam die wichtigsten Grundtechniken – für mehr Sicherheit, Kontrolle und Fahrspaß auf dem Trail.

Inhalt : Aktivposition, dosiertes und kontrolliertes

Bremsen, Balanceübungen, erste Kurven

Voraussetzung : erste MTB-Erfahrung

Ausrüstung : ein technisch einwandfreies Mountainbike mit

Flatpedals, Helm, Wetterschutz, Ersatzschlauch

Ausgangsort : Kaufbeuren und Umgebung

Gehzeit/Hm : Dauer ca. 2 – 2,5 Stunden

Kosten : 10,00 €

Abfahrt : Start 18:00 Uhr

Teilnehmende : max. 6

Leitung : Andrea Prade

Besprechung : telefonisch / E-mail / WhatsApp

Do., 23.07.2026

**K 12 26 Feierabend Fahrtechnik Basics 2/2
(Einsteiger)**

Perfekt für MTB-Neulinge und alle, die ihre Fahrtechnik auffrischen möchten! In kompakten 2-Stunden-Einheiten erlernen wir gemeinsam die wichtigsten Grundtechniken – für mehr Sicherheit, Kontrolle und Fahrspaß auf dem Trail.

Inhalt : Kehren, Kurven, Stufen

Voraussetzung : erste MTB-Erfahrung

Ausrüstung : ein technisch einwandfreies Mountainbike mit

Flatpedals, Helm, Wetterschutz, Ersatzschlauch

Ausgangsort : Kaufbeuren und Umgebung

Gehzeit/Hm : Dauer ca. 2 – 2,5 Stunden

Kosten : 10,00 €

Abfahrt : Start 18:00 Uhr

Teilnehmende : max. 6

Leitung : Andrea Prade

Besprechung : telefonisch / E-mail / WhatsApp

Do., 19.11.2026

**K 13 26 Tourenplanung Digital & Navigation mit GPS
u. Smartphone**

Wie benutze ich Alpenvereinaktiv, Komoot u. Co. für meine Tourenplanung – wie funktioniert die Navigation mit GPS

Inhalt : Grundlagen Orientierung mit GPS und Smartphone, Anwendung div. Tourenplanungs-Portale, Tourenplanung mittels Alpenvereinaktiv

Ausrüstung : Tablet oder Laptop empfohlen

Kosten : 10,00 €

Treffpunkt : Vereinszentrum 18:30-21:00 Uhr

Teilnehmende : mind. 3, max. 10

Leitung : Franz Seifert