



Verband für Umweltschutz, sanften Tourismus, Sport und Kultur
www.naturfreunde-weilheim.de

Joseph Wurm Tel: 61234 | Monika Welchert-Schlecht Tel: 1369 | Otto Regauer Tel: 7272

VERANSTALTUNGEN Januar 2023

**Wir wünschen Euch Allen
ein Gutes Neues Jahr!**

2023



Die NaturFreunde Weilheim haben 6 Paar Schneeschuhe zur Verfügung, können ausgeliehen werden. Interessenten melden sich bitte bei Hildegard Tenhumberg Tel. 0881 6627 zwecks Abstimmung.

Mittwoch, 11.01.2023
17:30 Uhr
 NaturFreundeHaus
 Ammerstüberl

Vorstandssitzung
 Jahresrückblick 2022
 Vorschau auf das Jahr 2023
 Verschiedenes

Mittwoch, 18.01.2023
 10:00 Uhr
 Ammerschule Nordseite

Wandern
 Wir wandern an der Ammer entlang zur STOA und weiter nach Polling.
 Gehzeit ca. 2 ½ Std. Einkehr in der Alten Ziegelei in Polling.
 Leitung und Info: Hildegard Tenhumberg

Freitag, 20.01.2023
Kletterhalle Trifthof

15 -18 Uhr
 Kletterhalle

**Aktive Familie: Betreutes
 Klettern für Kinder und
 Jugendliche**
 Unkostenbeitrag: Eintritt und ggf.
 Leihgebühr für Kletterschuhe.
 Anmeldung und Info: Otto Regauer



Freitag, 20.01.2023
19:30 Uhr
Eintritt frei!

Sinti & Roma kennenlernen
Gemeindesaal der evang. Kirchengemeinde, Münchener Str. 4, WM
Anmeldung und Info: www.nf-bayern.de/anmeldung-bildungsveranstaltung

Seelisch gesund und Bouldern - Stage I.

Termin: 26.01.2023

Ort: NaturFreunde Kletterhalle Dachau

Beschreibung:

Der Stage 1 ist für alle geeignet, die sich einem Burn-Out nahe fühlen, sich in einer depressiven Episode/ einer Lebenskrise befinden oder präventiv etwas für ihre seelische und mentale Gesundheit tun möchten. Ohne Leistungsdruck, dafür lösungsorientiert erarbeiten wir individuelle Bewältigungsstrategien, stärken das Selbstvertrauen und verbessern die Stressresistenz. Die Boulderwand dient dazu, sich selbst und seinen Körper wieder zu spüren und das Gelernte direkt in die Praxis umzusetzen. Dabei spielen weder das Alter noch die Vorerfahrung eine Rolle. Jede Stunde beginnt mit einer Achtsamkeitsübung und endet mit einer Entspannungsübung. Termine bestehen aus 8 Einheiten à 2 Stunden.

Kursstart: 26.01.2023 jeweils 18:00 - 20:00 Uhr

Lehrgangsleitung: Larissa Kranisch und Martin Meyer

Anmeldung an info@kletternundtherapie.de
post@kletterhalle-dachau.de

Donnerstag, 26.01.2023

Fotogruppe: Fotoaktion im Botanischen Garten in München

Es ist unbedingt eine Voranmeldung bei Johann oder Heiner notwendig, damit wir planen können, ob wir mit der Bahn oder PKW fahren und wo und wann wir uns dann treffen. Wir werden wahrscheinlich etwas früher als üblich losfahren, also vor 10 Uhr. Leitung /Info: Heiner Welchert

Freitag, 27.01.2023

14:30 Uhr

Neue Berufsschule WM
Am Narbonner Ring

Kleine Wanderung rund um den Dietlhofer See

Wenn es möglich ist, machen wir eine Kaffepause im Gut Dietlhofen.
Leitung /Info: Hildegard Tenhumberg

Vorschau:

Freitag, 17.02.2023 und Freitag, 17.03.2023, Betreutes Klettern für Kinder und Jugendliche

Seelisch gesund und Bouldern - Stage I. am 20.04.2023 und am 14.09.2023

Jugend- und Familienkletterkurs für Anfänger und Fortgeschrittene

07. - 15.04.2023 Arco-Rovereto im Trentino

Bei unserem Kletterkurs lernen wir die Grundkenntnisse des Kletterns, Knotenkunde, Sicherungstechnik verbessern, wir üben die Erste Hilfe sowie Bergrettung. Wir beachten die Besonderheiten bei der Durchführung von Kletter- und Bergtouren mit Kindern, trainieren verschiedene Klettertechniken und das Begehen von Klettersteigen mit den Kindern.

Michael Stranzinger

michael.stranzinger@gmx.de

Donnerstag, 14.09.23

Führung durch die Umweltforschungsstation auf der Zugspitze

Garmisch-Partenkirchen. Wir besuchen Deutschlands höchst gelegene Forschungseinrichtung, das Schneefernerhaus in 2650 m Höhe. Wir erhalten einen Überblick über die dort tätigen 10 weltweit renommierten Forschungsorganisationen und ihre Aufgabenfelder. In 9 in den Fels gebauten

Stockwerken erwartet uns Hightech vom Feinsten, z.B sehen wir ein Wolkenmobil, das mit 3 rotierenden Kameras mit jeweils 10.000 Aufnahmen pro Sekunde die Konsistenz einer Wolke in ihrem Inneren messen kann. Wir betreten einen Stollen, in dem das Auftauen des Permafrosts gemessen wird. **Anmeldung an: ch.eben@freenet.de**

Weitere interessante Touren und Aktivitäten findet Ihr unter :

<https://www.naturfreunde-bayern.de/naturfreunde-erlebnis-akademie>

Aus-und Fortbildung

Das Ausbildungsprogramm für 2023 liegt vor. Das Programm enthält eine Fülle interessanter Lehrgänge. Das Ausbildungsprogramm liegt im Ammerstüberl und bei Joseph Wurm vor.

Ihr findet es auch unter www.natursport.naturfreunde.de

Unsere Wander- und Gruppenleiter im Überblick:

Name	Festnetz	Mobil	Email
Heilbock Hans	0881 62 672		joheilbock@gmx.de
Königbauer Claus	0881 92 77 98 08	0174 9 52 58 25	clauskoenigbauer@kabelmail.de
Nowak Peter	0881 61251	0176 95 54 28 78	Pi.nowak@kabelmail.de
Prechtel Johanna	0881 140 72716	0170 7 04 75 39	johannasneue@web.de
Regauer Otto	0881 7272	0160 5 99 53 90	arego@posteo.de
Riedel Elfriede	0881 925 6886	0170 9 34 67 41	elfiweilheim45@gmail.com
Tenhumberg Hildegard	0881 6627	0151 43 20 59 84	hiueutenhumberg@t-online.de
Welchert Heinrich	0881 1369		Hwelchert@aol.com
Welchert-Schlecht Monika	0881-1369	0176 396 10 393	moschlecht@posteo.de
Wickmann Nancy		0176 82 67 76 72	Familie.wickmann@gmx.de
Zahradnik-Fuchtmann Gisela	08845 / 5659985	01520 / 8838 568	giselle.fu@gmx.de

Alles Gute zum Geburtstag im Januar:

Theres Lisius (2.), Franz Obermeier, Miriam Beukenkamp(4.), Thomas Heilbock (5.), Corina Resseguie (7.), Peter Hoyer, (10.), Franz Markl, (11.), Steffi Dusel, , Susanne Meisel, Helga Reichelt (13.), Helga Scherenberger (14.), Christian Heilbock, Karl Artur Klingner (15.), Marianne Klingner (16.), Elfriede Bühler, Irmgard Haas (19.), Helga Vollmer (21.), Elisabeth Hehl (22.), Florian Haueis, Richard Kunkel (25.), Gödan Lennert (26.), Frank Fischer (28.), Oliver Spuhler, Angelika Bergerhoff (30.), Agnes Bitter (31.).

Liebe NaturFreundinnen, liebe NaturFreunde,

schon wieder beginnt ein Neues Jahr. Das vergangene war „suboptimal“, aber auch nicht so schlecht, wie in den Medien überwiegend dargestellt. Natürlich ist der Ukraine-Krieg für die Betroffenen ganz schlimm und man sollte alles unternehmen, um ihn so schnell wie möglich zu beenden und die territoriale Integrität der Ukraine wieder herstellen. Aber die Auswirkungen für uns hier in Deutschland sind dann doch nicht so schlimm, wie befürchtet und vorhergesagt. Wir müssen zusammenrücken und positiv eingestellt unseren Weg fortsetzen.

Sollte der Winter mit Schnee noch kommen, werden wir eine Ski-Wanderung in unserer unmittelbaren Umgebung anbieten. Ankündigung und Einladung erfolgt dann über What's App.

Wir wünschen Euch Allen und vor allem den Kindern einen schönen Winter mit viel Spaß beim „Schneesporteln“.

Mit naturfreundlichen Grüßen und „Berg frei“

Joseph Monika Otto