



der Dachstein-Rieseneishöhle. - Austria Nachrichten, ÖAV, 1999, 3, 7-10.

**SIMONY, A.** (1871): Mineralvorkommnisse des Hallstätter Salzberges. - Mineralog. Mitt. 1871, 60.

**SIMONY, F.** (1847): Über die Höhlenbildung in den geschichteten Kalken, sowie über gewisse, mit dem Namen "Karstbildung" bezeichnete Gestaltungen der Gebirgsoberfläche. - Haidingers Berichte I, 55-59.

**SIMONY, F.** (1847 a): Meteorologische Beobachtungen während eines dreiwöchigen Winteraufenthaltes auf dem Dachsteingebirge. - Haidingers Berichte I, 319-341.

**SIMONY, F.** (1851): Das Vorkommen von Urgesteinsgeschieben auf dem Dachsteinplateau. - Jb. D. k.k. Geol. Reichsanstalt (Wien) 2, 159-160.

**SIMONY, F.** (1851a): Über die allgemeinen Verhältnisse der Lufttemperatur im Salzkammergut zu verschiedenen Jahreszeiten und in verschiedener Höhe. - Jb. K.k. Reichsanstalt Wien, 2.

**SIMONY, F.** (1895): Das Dachsteingebiet. Ein geographisches Charakterbild aus den österreichischen Nordalpen. - Verlag Ed. Hölzl, Wien.

**ZEMAN, E.** (1999): Die Simonyhütte - wichtiger Stützpunkt am Dachstein. - Austria Nachrichten, ÖAV 99, 3, 3.

## Kletterzentrum Hallenkletterkurse:

Im modern ausgestatteten Kletterzentrum der Sektion Austria werden neben der Möglichkeit zum selbständigen Trainieren, auch Kurse für alle Alters- und Leistungsstufen angeboten. Infos über Öffnungszeiten und Tarife im Sekretariat, vor Ort oder im Internet unter [www.oav-events.at/austria](http://www.oav-events.at/austria)

### Kurse für Kinder, Schüler und Jugendliche

Die Kinderkurse starten immer im Oktober (Anmeldung ab September 2002 möglich), werden aber in zwei Semester unterteilt, und es ist auch ein Einstieg in der Halbzeit (nach Maßgabe freier Plätze) möglich. Vorreservierungen sind sofort möglich, die Plätze werden Anfang Februar vergeben.

- **Altersgruppen:** Kinder: 8 - 10-jährige (Jahrgang 92 - 94)  
Schüler: 11 - 14-jährige (Jahrgang 88 - 91)  
Jugend: 15 - 18-jährige (Jahrgang 84 - 87)
- **Gruppengröße:** maximal 8 Kinder pro Betreuer
- **Anforderungen:** **Anfänger:** Einsteigerkurs für jeden



**Fortgeschrittene 1:** Für alle, die bereits einen Anfängerkurs mitgemacht haben. Als Kursziel ist der Mini-Schein angesetzt; Kletterschuhe erforderlich.

**Fortgeschrittene 2:** Knoten und Sicherungskennnisse des Mini-Scheines, Teilnahme an mindestens einem Fortgeschrittenenkurs nötig; Kletterschuhe erforderlich. Als Abschluss wird der Spiderschein angestrebt (Klettern im Vorstieg).

**Kurseinheiten:** (individuelle Einteilung in den Einheiten durch die Betreuer !)  
Beginn in der Woche vom 7. - 10. Oktober

Tag	Kurszeiten:	Altersgruppe	Anforderung	Betreuer	Aktiv Nr.:
Mo.:	14.00 - 15.30	Kinder	Anfänger	Lisetta/Franz	230
	15.30 - 17.00	Kinder/Schüler	Fortgeschrittene	Lisetta/Franz	231
Di.:	15.00 - 16.30	Kinder/Schüler	Anfänger/Fortg. 1	Lisetta/Günther	232
	16.30 - 18.00	Kinder/Schüler	Fortg. 1+2	Lisetta/Günther	233
Do.:	15.00 - 16.30	Jugend	Anfänger/Fortg.	Lisetta/Laura	234
	16.30 - 18.00	Jugend	Fortg. 2	Lisetta/Laura	235

**Kosten / Leistungen:** € 85.-; Betreuung durch Sportkletter-Lehrwarte und Jugendführer; Benützungsgeld und Leihusrüstung, auch Schuhe; Semesterbetrieb (ca. 12 Einheiten).

**Kursprogramm:** Spielerisches Erlernen von Klettertechniken, Aufwärmübungen, Bouldern, Klettern mit Gurt und Seil, Sicherungstechnik.

### Weitere Hallenkletterkurse siehe auch auf Seite 14

**Austria - Trainingsgruppe:** 2 Trainingseinheiten pro Woche, leistungsorientiertes Training, Teilnahme nach Absprache mit dem Leiter.

Tag	Kurszeiten:	Altersgruppe	Anforderung	Betreuer	Aktiv Nr.:
Mo.	16.30 - 18.30	Kinder/Schüler	ambitionierte	Franz/Lisetta	236
Do.	16.30 - 18.00		Fortgeschrittene		

**Kosten/Leistung:** € 125.-; 2 Trainingseinh./Wo., Semesterbetrieb, Betr. bei Wettkämpfen.

### NEU - Winter-Opening

der Austria-Bergsteigerschule in  
Frein a. d. Mürz - Freinerhof



**Samstag und Sonntag 7./ 8. Dezember**  
Schnupperkitouren und Schneeschuhwanderungen sowie Vorträge am Abend.

**Ein intensives Programm sorgt für interessante und abwechslungsreiche Stunden bei viel oder wenig Schnee. Teilnahme an beiden Tagen mit ÜN, oder an den einzelnen Tagen möglich!**

**Kosten/Leistung:** 25 €/Tag, Betreuung, Leihmaterial, Vorträge am Abend.

**Aktiv Nr.:** 260 a/b



### Vortrag

**Vom Yukon nach Alberta - zwischen Gletschern und Prärie in Kanada**

Gerlinde Rosenmayr

Tag: Mittwoch, 2. Oktober

Zeit: 19.00 Uhr

Ort: Alpenvereinshaus, Wien I

Rotenturmstrasse 14, 1. Stock, Saal I

Eintritt frei! Eine Geldspende wird gerne entgegengenommen! Um zahlreiche Besucher bittet die Vortragende.



### NEU ! Seil- und Sicherungstechnik für Fels und Eis.

Inhalt dieser neuen Einheiten sollen ausgewählte Schwerpunkte der Seil- und Sicherungstechnik sein. Jeweils am Samstag Vormittag wird in 3 Stunden intensiv vorgezeigt, geübt und gefestigt.

**Termine:** Jeweils Samstag 10.00 - 13.00 Uhr

**A: 19. Okt.:** Thema: Vorstiegstraining, moderne Sicherungsgeräte, Sturztraining

**B: 9. Nov.:** Thema: Berge- und Rettungstech.: Prusiken, Expressflaschenzug, Abseilen

**C: 7. Dez.:** Thema: Bergung aus Gletscherspalte: Seilrolle / Münchhaustechnik

**Kosten/Leistung:** € 30.- / € 25.-, Betreuung und Leihmaterial.

**Leitung:** Alpinteam

**Aktiv Nr.:** 251 A / B / C

**Info zu Kosten:** Der erste Preis ist für Erwachsene AV-Mitglieder / der zweite Preis für Jugendliche, Junioren und Studenten bis 25 Jahre.

# Hallenkletterkurse:

## NEU! Kurse für Erwachsene:

Es werden heuer erstmals 3 Leistungsklassen unterschieden:

**A: Anfänger/Einsteiger:** keine Kenntnisse nötig, etwas Kraft und Geschicklichkeit

**F: Fortgeschrittene:** absolvierter Anfängerkurs, Kletterkurse am Fels; Ziel: 6-7 Grad

**P: Profis:** Optimierung und Verbesserung der Klettertechnik, technikorientiertes Krafttraining an Kletterwand und Systemwand, mentales Training, Erstellung von individuellen Trainingsplänen und viel Spaß und Spannung

Kurs	Beginn	Zeit	Aktiv Nr.
Sportklettern A1	14. Oktober	Montag 17.00 - 18.30	240
Sportklettern A2	15. Oktober	Dienstag 18.15 - 19.45	241
Sportklettern A3	11. Oktober	Freitag 16.00 - 17.30	242
Sportklettern F 1	14. Oktober	Montag 18.30 - 20.00	243
Sportklettern F 2	15. Oktober	Dienstag 19.45 - 21.15	244
Sportklettern F 3	11. Oktober	Freitag 16.00 - 17.30	245
Sportklettern P	14. Oktober	Montag 18.30 - 20.00	246

**Kosten /Leistung für A u. F:** € 120.- / € 100.- (jeweils max. 8 TN)

**Kosten /Leistung für P:** € 140.- / € 120.- (jeweils max. 6 TN)

10 Einheiten, gezieltes Training zur persönlichen Technikverbesserung, Seiltechnik für Indoor-Kletterwände, Trainingsanleitungen, Spaß und Spannung

**Leitung:** Michi Bajer, Franz Barborik, Martin Hölzl, Michi Merstallinger

## NEU! Wochenend Seminar für Einsteiger und Fortgeschrittene

Aufgrund der akuten Nachfrage für Hallenkletterkurse bieten wir einige Seminare an, die auf ein Wochenende beschränkt sind. Damit wird einerseits Neulingen das Anfangen erleichtert und Fortgeschrittene können gezielt Ihr Können vertiefen.

**Termine:** Jeweils Samstag und Sonntag von 18.00 - 20.30 Uhr

**A: 19./20. Oktober**

**C: 7./ 8. Dezember**

**B: 9./10. November**

**D: 11./12. Jänner**

**Kosten/Leistung:** €40.- / €32.- gezieltes Training zur persönlichen Technikverbesserung, Trainingsanleitungen

**Leitung:** Franz Barborik

**Aktiv Nr.:** 250 A / B / C / D

**Weitere Hallenkletterkurse siehe auch auf Seite 10**

## Zusätzliche Hallenkletterkurse

### Fitnesscenter Wellness-Line Donnerstag

in Kooperation mit dem Fitnesscenter-Wellness-Line, Gudrunstr. 115, 1100 Wien (U1-Keplerplatz und 5 Minuten zu Fuß)

**Räumlichkeiten:** Es stehen uns eine modern gestaltete Kletterwand (Boulderwand), Fitnessgeräte und Sauna zur Verfügung.

**Termine:** Starttermin - Donnerstag, 10. Oktober

Donnerstag	Teilnehmer	Aufwärmen	Klettertraining	Aktiv Nr.:
Anfänger:	6 - 12	17.00 - 17.45	17.45 - 18.45	255
Fortgeschrittene:	6 - 10	18.00 - 19.00	19.00 - 20.00	256
Profis	5 - 8	19.15 - 20.15	20.15 - 21.15	257

wobei die **erste Stunde zum Aufwärmen** und **Trainieren an den Fitnessgeräten** zur Verfügung steht, und die **zweite Stunde zum Klettertraining**.

**Treffpunkt:** Direkt im Center !! (Beim 1. Mal an der Rezeption !!)

**Kosten/Leistung:** Anfänger und Fortgeschrittene: € 130.- / € 115.-

**Profis:** € 140.- / € 120.-

für 10 Einheiten, Klettertraining, Benutzung aller Fitnessgeräte, Saunabesuch.

**Leiter:** Wolfgang Manhart

## Informationsabend Kinder/Jugendliche

Dienstag, 2. Oktober, 18 Uhr

Bücherei der Sektion Austria,  
Rotenturmstr.14

Informationen über Kurse, Veranstaltungen, Anforderungen, Kennenlernen der Betreuer, etc.; anssl. gemeinsame Besichtigung des Kletterzentrums.

*Bitte schon vorher die Kinder bei den in Frage kommenden Kursen anmelden und einzahlen !! Kursplätze, die nicht bis Donnerstag, 4. Oktober bezahlt sind, werden weitergegeben.*

## Körpertraining nach der Grinberg Methode

### Gruppenkurs: Fit und Vital

Durch Bewegungs-, Atem- und Konzentrationsübungen lernen Sie, Ihre Muskeln zu kontrollieren und gezielt aufzubauen, Ihr Atemvermögen zu verbessern und Ihre Konzentration zu steigern.

Durch die erlernten Übungen werden Sie sich vitaler fühlen. Sie können Ihre Aufgaben wacher und konzentrierter erfüllen und Sie werden Ihren Körper als Energiequelle entdecken und erleben.

### Gruppenkurs:

### Entspannung leicht gemacht

In diesem Kurs lernen Sie, wie Sie durch Atem-, Entspannungs- und Stilleübungen Ruhe und Wohlbefinden erreichen können. Die Übungen zielen darauf ab, übermäßige Anstrengung in den Muskeln und in den Augen zu reduzieren, den inneren Monolog abzuschalten, Stress zu bewältigen und die Qualität des Schlafes zu verbessern.

**Ort:** Alpenvereinshaus, Wien 1, Rotenturmstraße 14, Saal 4

**Kursbeginn:** Mittwoch, 18. Sept.

### Fit und Vital

von 9:30 Uhr bis 10:30 Uhr

### Entspannung

von 16:30 Uhr bis 17:30 Uhr

**Kursdauer:** 12 Einheiten

**Kosten:** AV-Mitglieder € 122,-  
Nichtmitglieder € 131,-

**Ausrüstung:** Liegematte, bequeme Kleidung

**Anmeldung:** Für beide Kurse bis 14. Sept. bei Christa Wallner

0676/33 06 977 oder  
in der Geschäftsstelle

**Kursleitung:** Christa Wallner, autorisierte Trainerin der Grinberg Methode