

## Bemerkungen:

- Für Touren in den Bergen ist aus versicherungstechnischen Gründen eine Mitgliedschaft im Gay Outdoor Club oder einer anderen Sektion des DAV dringend empfohlen.
- Bei unsicherer Wetterlage bitte den Tourenbegleiter kontaktieren.
- Wir unterscheiden die Touren nach Bergwanderungen (Wanderungen auf befestigten Bergwegen) und Bergtouren (Wanderungen auf alpinen Steigen oder teils auch im weglösen Gelände). Bergtouren verlangen im Allgemeinen Trittsicherheit und eine gewisse Erfahrung. Bei Unklarheiten wende Dich vor der Tour an den Tourenbegleiter.
- **Kondition (K) und Technik (T) werden in je 5 Stufen eingeteilt, von einem Symbol (z. B. KT•••••) für einfach und für jeden machbar bis zu 5 Symbolen (z. B. KT••••••••) für äußerst anstrengend bzw. technisch anspruchsvoll und nur für gute, bergfahrene Geher möglich.**
- Als Richtschnur kann gelten, dass Touren bis 500 Höhenmeter leicht (ehemals A), von 500 bis 1000 Höhenmeter mäßig schwer (ehemals B) und über 1000 Höhenmeter konditionell anspruchsvoll (ehemals C) sind.
- **Notwendige Ausrüstung für Bergwanderungen und Bergtouren:** Festes Schuhwerk, wetterfeste Kleidung und Rucksackverpflegung. Bei Eis oder Schnee unbedingt Girdel oder Schürspikes mitnehmen! Wander- bzw. Skistöcke sind empfehlenswert.
- **Notwendige Ausrüstung für Skitouren:** Lawnenpieps etc., Tourenski mit Tourenbindung, Harschseisen und Felle oder Snowboard mit Schneeschuhen.
- **Notwendige Ausrüstung für Mountainbike-Touren:** Helm, Trinkflasche, Brotzeit, Ersatzschlauch, etc.
- Bei Autofahrten ist die Anzahl der Plätze begrenzt. Bring deshalb, wenn möglich, Dein eigenes Auto mit!
- Bei Bahnfahrten werden verbilligte Fahrkarten(Bayerrtticket) nach Bedarf gemeinsam gekauft. Darum bitte pünktlich am angegebenen Treffpunkt sein.

Vor der Reise • Nach der Reise

# GEORBUCH

Rosental 6 am Viktualienmarkt  
Landkarten • Reiseführer



Sektion  
**Gay Outdoor Club**  
des DAV e.V.



Zukunft schützen

# DAV

Deutscher Alpenverein  
Sektion Gay Outdoor Club  
München

# Skiprogramm Winter 2005/2006

## Über den GOC

Der Gay Outdoor Club wurde 1986 von John Heeley gegründet und ist seit 2003 als eingetragener, gemeinnütziger Verein registriert. 2004 wurde der Verein als erste schwul lesbische Sektion in den Deutschen Alpenverein aufgenommen.

## Das Programm des GOC

Neben Wanderungen bietet der GOC ein breit gefächertes Bergsportprogramm in allen Schwierigkeitsgraden an. Das Spektrum reicht von Städtewanderungen bis zu Hochgebirgstouren, von einträgigen Unternehmungen bis zu mehrwöchigen Reisen. Es umfasst alle Arten des Wintersports, auch Mountainbiken und Inlineskaten gehören zum Angebot. Die Tourenbegleiter des GOC sind erfahrene Wanderer und Alpinisten, die sich einer regelmäßigen Fortbildung durch den DAV unterziehen.

## Wen spricht der GOC an?

Das Programm des GOC ist offen für alle Lesben und Schwule, sowie deren Freunde und Familien. Ob jung oder alt, Anfänger oder Halbprofi, beim GOC sind alle gut aufgehoben. Gemeinsames Erleben in der Natur steht im Vordergrund.

## Teilnahme an den Touren

Die Touren sind für die Mitglieder des GOC organisiert.

Man kann aber auch als Nichtmitglied an den Unternehmungen teilnehmen, um den Verein kennen zu lernen.

Die Touren sind von den Tourenbegleitern nach Kondition (K) und Technik (T) bewertet worden.

Wer sich unsicher ist, ob die beabsichtigte Tour dem eigenen Können entspricht, sollte unbedingt den Tourenbegleiter vorher kontaktieren!

## Mitgliedschaft im GOC

Die Mitgliedschaft im GOC bietet vielfältige Vorteile. Mitgliedsanträge sind bei jedem Tourenbegleiter erhältlich oder können über [www.gocmuenchen.de](http://www.gocmuenchen.de) abgerufen werden.

## Wo kann ich mich informieren?

Eine gute Möglichkeit sich umfassend über den GOC zu informieren zum einen der Stammtisch an jedem 3. Donnerstag im Monat im MORO, zum anderen das SUB an jedem ersten Freitag, wenn der GOC den Thekendienst organisiert.

## Kontakt

[www.gocmuenchen.de](http://www.gocmuenchen.de)

[info@gocmuenchen.de](mailto:info@gocmuenchen.de)

Sektion Gay Outdoor Club e.V. des Deutschen Alpenvereins

Müllerstr. 43, 80469 München

Münchner Bank

BLZ: 701 900 00 Kontonummer: 758 10 41

BIC: GENODEF1M01 IBAN: DE 35 7019 0000 0007 5810 41

**Achtung!**  
**Neue Bankverbindung!**

Fr. 16.12.-So. 18.12. **Skiwochenende Umer Hütte, St. Anton, Arlberg**

Hüttenübernachtung im Skigebiet.

2x Übernachtung mit HP: 110 € Nichtmitglieder 125 €.

Anmeldeschluss 04.12.2005

Info bei: Wieland

[wieland@gocmuenchen.de](mailto:wieland@gocmuenchen.de)

089-2020 6082 oder 08621-7307

Sa. 14.01.-Do. 19.01. **Skitouren in Bivio, Julierpass, Schweiz**

Hotelübernachtung, Anmeldegebühr 100 € Nichtmitglieder 115 €.

Anmeldeschluss 15.12.2005

Info bei: Andreas

[andreas@gocmuenchen.de](mailto:andreas@gocmuenchen.de)

089-1212 8569 oder 0176-7008 2748

Sa. 28.01.-So. 29.01. **Skiwochenende Zell am See, Tirol**

Hotel oder Hütte

Info bei: Erich

[erich@gocmuenchen.de](mailto:erich@gocmuenchen.de)

089-5704065

Sa. 04.02.-So. 12.02. **Grande Traversée Jurasienne a Ski Nordic**

Durchquerung des Schweizer und Französischen Jura mit Langlaufski und Begleitfahrzeuge. Gile d'Etape oder Hotelübernachtung.

Anmeldegebühr 100 € Nichtmitglieder 115 €.

Anmeldeschluss 10.01.2006

Info bei: Andreas

[andreas@gocmuenchen.de](mailto:andreas@gocmuenchen.de)

089-1212 8569 oder 0176-7008 2748

Sa. 11.02.-Sa. 18.02. **Skiwoche in Verbier, Schweiz**

Alpinski, Snowboard, Langlauf und Skitouren. Chalet neben der Piste mit Sauna und Kamin, Selbstversorgung. Anfahrt mit Privat PKW

Anmeldegebühr 195 € Nichtmitglieder 210 €

Anmeldeschluss 31.12.2005

Info bei: Wieland

[wieland@gocmuenchen.de](mailto:wieland@gocmuenchen.de)

089-2020 6082 oder 08621-7307

Do. 02.03.-So. 05.03. **Skiwochenende in den Dolomiten, Südtirol**

Hotelübernachtung

Info bei: Max

089-61079413 oder 0160-91761247

Do. 09.03.-So. 12.03. **Skiwochenende in Livigno, Südtirol**

Hotelübernachtung

Info bei: Erich

[erich@gocmuenchen.de](mailto:erich@gocmuenchen.de)

089-5704065

# Skiprogramm Winter 2005/2006

# GOC REISEN 2006

Do. 23.03.-So. 26.03. **Skiwochenende im Zillertal, Tirol**

Selbstversorgerhütte,  
Anmeldegebühr 20 € Nichtmitglieder 35 €, Anmeldeschluss 23.02.06

Info bei: Robert

robert@gocmuennenchen.de  
089-12162858 oder 0172-8341721

Fr. 31.03.-So. 02.04. **Skiwochenende in Heiligenblut am Großglockner**

Hotelübernachtung(\*\*\*\*) mit Frühstück und 4-Gang Abendessen,  
inkl. 2 Tagesskipass  
Anmeldegebühr 195 € Nichtmitglieder 210 €, Anmeldeschluss 03.03.06

Info bei: Frank

frank@gocmuennenchen.de  
089-69708666 oder 0172-8189808

Do. 20.04.-So. 23.04. **Saisonabschlusswochenende**

Ziel wird noch bekannt gegeben

Hotel oder Hütte, Anmeldeschluss 20.03.06

Info bei: Robert

robert@gocmuennenchen.de  
089-12162858 oder 0172-8341721

Sa. 29.04.-Mo. 01.05. **Wanderwochenende, spirituell**

1.Tag: Bad Kohlgrub - Bad Bayersjoien - Rottenbuch  
2.Tag: Rottenbuch - Steingaden - Wieskirche  
3.Tag: Wieskirche - Saulgrub  
Anmeldeschluss 15.04.2006

Info bei: Max

089-61079413 oder 0160-9176124

Mai 2006

**Eine Woche Biken im Tessin**

Touren in fast allen Schwierigkeitsstufen sind hier möglich, auch mit Seilbahnnutzung. Bitte wegen Einzelheiten bzw. gemeinsamer Planung bald melden.

Info bei: Werner

werner@gocmuennenchen.de  
08063-83632

Sa. 03.06.-Sa. 17.06. **Wanderung von Andorra ans Mittelmeer**

Entlang des Pyrenäenhauptkammes wandern wir vom Frühling in den Sommer. An- und Abreise über Barcelona möglich.  
Anmeldeschluss 07.04.2006

Info bei: Volker

volker@gocmuennenchen.de www.der-bergkater.de  
089-8508995

Juli 2006

**Biken im Piemont**

Eine Woche oder mehr Tages- und Mehrtages Touren mit dem MTB. Bitte wegen Einzelheiten bzw. gemeinsamer Planung bald melden.

Info bei: Werner

werner@gocmuennenchen.de  
08063-83632

Mo. 31.07.-Sa. 12.08. **Lapplandtour, die Vierte**

Wanderung von Selbstversorgerhütte zu Selbstversorgerhütte auf dem Norkalottenleden von Kautokelino nach Kipisjätvi. Anreise über Alta. Rückreise ab Tromsø. Gut mit der Lofoltenreise zu kombinieren.

Info bei: Volker

volker@gocmuennenchen.de www.der-bergkater.de  
089-8508995

Mo. 14.08.-Mo. 21.08. **Berg und Meer auf den Lofoten**

Wir wohnen in allen Rorbuer (Fischerhütten) auf Moskenes und erforschen von dort sowohl Küste als auch Bergwelt der Lofoten. Die Rorbuer sind mit Duschbad, Schlafraum (2 Pers.) und Wohn/Schlafraum (2 Pers.), Küche, TV, Terrasse ausgestattet und liegen direkt am Meer mit Blick auf die Berge.

Info bei: Volker

volker@gocmuennenchen.de www.der-bergkater.de  
089-8508995



## Die Wirtshausbar **moro**

Jeden Sonntag und Feiertag, großer

**Frühstücksbrunch**

von 11.00 bis 15.30 Uhr !

Täglich wechselnde Tagesgerichte !

**Happy Hour**

täglich ab 22.00 Uhr,

... jeder Cocktail : 5,50 Euro

Müllerstrasse 30-80469 München

Tel.: 089-23002992

Fax.:089-23002994

www.moro-munich.de

### An alle Skitoureninteressierten:

Martin bietet an fast allen Wochenenden wieder Skitouren an, jeweils an die jeweiligen Wetter- und Schneelagen angepasst. Wenn ihr also interessiert seid, und des Tiefschneefahrens mächtig, meldet euch bei Martin.

martink@gocmuennenchen.de 089-333617

# NOVEMBER 2005

Datum	Tourenart	Ziel	Bemerkung	Treffpunkt	Tourenbegleiter
<b>Der GOC macht Thekendienst im SUB, Müllerstr. 43</b>					
Fr. 04.11.					
Sa. 05.11.	<b>Wanderung</b> 24 Km, 6 h Keeooo Tmoooo	Tutzing, Wilzhofen, Hardt, Bemried	Einkehr	München HBF vor Gleis 30 08:20 Uhr	Max 089-6107 9413 0160-9176 1247
Sa. 06.11.	<b>Bergwanderung</b> 800 Hm, 6 h Keeooo Tmoooo	Rabenkopf (1555m) Kochler Berge	Keine Einkehr	München HBF vor Gleis 30 07:25 Uhr	Florian florian@gocmuennenchen.de 0171-288 7190
Do. 10.11.	Letztmalig: Stammtisch in der „Schwallbe“ Schwantalerstr. 149 Ab 19:30 Uhr				
Sa. 12.11.	<b>Stadt-Wanderung</b> 13 Km, 4 h Keeooo Tmoooo	Am Nymphenburger-Biedersteiner Kanal		Pasing am Buchladen im Bhf 10:00 Uhr	Peter peter@gocmuennenchen.de 089-20239703
Sa. 12.11.	<b>Bergwanderung</b> 1000 Hm, 6 h Keeooo Tmoooo	Nottarspitze (1889 m) Armergäuer Alpen	Keine Einkehr	München HBF vor Gleis 30 07:20 Uhr	Volker volker@gocmuennenchen.de 089-850 8995
Sa. 13.11.	<b>Wanderung</b> 21 Km, 5,5 h Keeooo Tmoooo	König Ludwig Weg, Etappe 2 Starnberg, Andechs, Herrsching	Einkehr erst nachmittags	München HBF S6 Starnberg 08:53 Uhr	Martin martin@gocmuennenchen.de 089-560694
Sa. 13.11.	<b>Bergwanderung</b> 900 Hm, 7 h Keeooo Tmoooo	Schmitz, Gierschklamm Solsteinhaus, Hochzirf	Keine Einkehr	München HBF vor Gleis 30 06:20 Uhr	Andreas andreas@gocmuennenchen.de 089-1212 8569 0176-7008 2748
Sa. 20.11.	<b>Bergwanderung</b> Keeooo Tmoooo	Je nach Witterung		Info unter: www.goc.lazzo.de	Charly charly@gocmuennenchen.de 089-7670 3561
Sa. 27.11.	<b>Bergwanderung</b> 800 Hm, 6 h Keeooo Tmoooo	Über den Kanwendelsteig zur Pleissenhütte	Einkehr	München HBF vor Gleis 30 07:20 Uhr	Albert albert@gocmuennenchen.de 0174-3044552

**!!!ACHTUNG!!!ACHTUNG!!!ACHTUNG!!!ACHTUNG!!!ACHTUNG!!!**

Am 04.12. ist Fahrplanwechsel bei der Bahn. Die folgenden Treffzeiten sind nur voraussichtliche, da bei Programmlegung die neuen Fahrpläne noch nicht bekannt waren. Bitte informiert euch auf der Homepage des GOC unter [www.gocmuennenchen.de](http://www.gocmuennenchen.de) oder beim Tourenbegleiter über eventuelle Änderungen.

# DEZEMBER 2005

Datum	Tourenart	Ziel	Bemerkung	Treffpunkt	Tourenbegleiter
<b>Der GOC macht Thekendienst im SUB, Müllerstr. 43</b>					
Fr. 02.12.					
Sa. 03.12. bis So. 04.12.	<b>Tourenbegleiterwochenende</b> Fortbildung, Aussprache und Geselligkeit für die Tourenbegleiter und Interessierte Info und Anmeldung bei Volker: volker@gocmuennenchen.de 089-8508995				
Sa. 03.12. bis So. 04.12.	<b>Wanderwochenende</b> Besinnlicher Advent	Benediktbeuern Weihnachtsmarkt	Übernachtung im Kloster	Anmeldeschluss 17.11.2005	Max 089-6107 9413 0160-9176 1247
Sa. 10.12. Nikolaustour	<b>Bergwanderung</b> 1200 Hm, 8 h Keeooo Tmoooo	Heimgarten (1790 m) und Herzogsstand (1731 m)	Keine Einkehr	München HBF vor Gleis 30 07:20 Uhr	Volker volker@gocmuennenchen.de 089-850 8995

## Der GOC feiert Weihnachten und den neuen Stammtisch im **MORO**

Wir freuen uns am 15.12.2005 den Jahresausklang gemeinsam mit unseren Mitgliedern und den Freunden des GOC in unserem neuen Stammlokal feiern zu dürfen. Reservierung notwendig!

Info und Reservierung bei Jürgen:  
089-3891 5379 jurguen@gocmuennenchen.de

Der neue Stammtisch findet ab 19. Januar 2006 jeden **3. Donnerstag** statt, und zwar im **MORO** Müllerstr.30 80469 München

**NEU!**

Sa. 18.12.	<b>Bergwanderung</b> ca. 1000 Hm Keeooo Tmoooo	-Bergwanderung ins Weiße	Winterrüstung	München HBF vor Gleis 30 07:15 Uhr	Florian florian@gocmuennenchen.de 0171-2887190
Sa. 24.12.	<b>Bergwanderung</b> ca. 500 Hm, 4 h Keeooo Tmoooo	Noch nicht bekannt, da wetterabhängig	Nachmittags, zurück mit Fackel und Rodel, keine Hütte	Info unter: www.goc.lazzo.de	Charly charly@gocmuennenchen.de 089-7670 3561
Sa. 31.12.	<b>Sylvesterbergtour</b> mit Rodel Keeooo Tmoooo	Herzogstand		Wettersteinplatz 20:00 Uhr	Volker volker@gocmuennenchen.de 089-850 8995



# JANUAR 2006

Datum	Tourenart	Ziel	Bemerkung	Treffpunkt	Tourenbegleiter
So. 01.01.	Bergwanderung 600 Hm K***** T*****	Von Hausham über die Girdelalmschneid nach Tegernsee		München HBF vor Gleis 30 11:20 Uhr	Florian florian@gocmuennenchen.de 0171-2887190
Fr. 06.01.	<b>Der GOC macht Thekendienst im SUB, Müllerstr. 43</b>				
Fr. 06.01.	Bergwanderung 1000 Hm K***** T*****	„Bergwanderung ins Weiße“	Winterausrüstung	München HBF vor Gleis 30 07:15 Uhr	Florian florian@gocmuennenchen.de 0171-2887190
Fr. 06.01.	Winterstadt- randwanderung 4h K***** T*****	Karlsfeld - alte Würm - Schleißheim	Museumsbesuch	S-Bahnhof Karlsfeld 09:10 Uhr	Robert T. Robert_T@gocmuennenchen.de 08131-96830
So. 08.01.	Rodeltour 600 Hm, 3h K***** T*****	Aueralm (1250 m) Tegernseer Berge	Einkehr! Nach dem Rodeln ins Badeländ Bad Wiessee	München HBF vor Gleis 30 08:25 Uhr	Volker volker@gocmuennenchen.de 089-850 8995
So. 08.01.	Langlauf 600 Hm, 3h K***** T*****	Walgau, Krün		Walgau, LL-Parkplatz am südlichen Orstrand	Werner werner@gocmuennenchen.de 08063-83632
Sa.-14.01.	S-Bahn Wanderung 10 km, 3h K***** T*****	Von Lohhof nach Rhrmoos	Mittags-einkehr	München HBF S1 Freising/ Flughäfen	Peter peter@gocmuennenchen.de 089-20239703
So. 15.01.	Schneeschuh- tour 730 Hm, 3h K***** T*****	Hörnle (1548 m) Ammergauer Alpen	Schneeschuhei	Info unter: www.goc-lazzo.de	Charly charly@gocmuennenchen.de 089-7670 3561
So. 15.01.	S-Bahn Wanderung 15 km, 4h K*****	Auf den Petersberg	Mittags-einkehr	München HBF S2 Peterstrassen 08:30 Uhr	Wieland wieland@gocmuennenchen.de 089-2020 6082 08621-7307

## An alle Skitoureninteressierten:

Martin bietet an fast allen Wochenenden wieder Skitouren an, jeweils an die jeweiligen Wetter- und Schneelagen angepasst. Wenn ihr also interessiert seid, und des Teilschneefahrrens mächtig, meldet euch bei Martin.

martink@gocmuennenchen.de 089-333617

# JANUAR 2006

Datum	Tourenart	Ziel	Bemerkung	Treffpunkt	Tourenbegleiter
Do. 19.01.	<b>GOC-Stammtisch im MORO Müllerstr. 30, ab 20:00 Uhr</b>				
Sa. 21.01.	Skitour 900 Hm, 8h K***** T*****	Trainsjoch (1707m) Mangfallgebirge		Anmeldung bis 20.01.	Diemar diemar@gocmuennenchen.de 089-5109 9842
So. 22.01.	Wanderung 24 Km K***** T*****	König Ludwig Weg, Etappe 3 Herschling, Pahl, Diessen	Mittags-einkehr	München HBF S5 Herschling 08:55 Uhr	Martin martin@gocmuennenchen.de 089-560694
So. 22.01.	Winterbergtour Je nach Verhältnissen	Chiemgauer- oder Mangfallberge	Keine Einkehr		Werner werner@gocmuennenchen.de 08063-83632
So. 29.01.	Rodeltour 450 Hm, 2,5 h K***** T*****	Zur Buchnerer Hütte Kitzbühler Alpen	Einkehr	Wettersteinplatz 08:00 Uhr	Frank frank@gocmuennenchen.de 089-6970 8666 0172-818 98 08

**NEU!**

# FEBRUAR 2006

Datum	Tourenart	Ziel	Bemerkung	Treffpunkt	Tourenbegleiter
Fr. 03.02.	<b>Der GOC macht Thekendienst im SUB, Müllerstr. 43</b>				
Sa. 04.02.	Winterwanderung 6h K***** T*****	Bad Reichenhall Rund um den Saalachsee	Mittags-einkehr	München HBF vor Gleis 10 07:30 Uhr	Georg 08669-6966
So. 05.02.	Rodeltour K***** T*****	Purtschling (1564m) Ammergauer Berge	Mittags-einkehr	München HBF vor Gleis 28 08:20 Uhr	Wieland wieland@gocmuennenchen.de 089-2020 6082 08621-7307
Sa. 11.02.	Wanderung 14 Km, 4h K***** T*****	Rund um den Elbsee	Einkehr am Tourende	München HBF vor Gleis 30 09:20 Uhr	Peter peter@gocmuennenchen.de 089-20239703
So. 11.02.	Schneeschuh-tour 830 Hm, 4h K*****	Hohe Bleick (1638m) Ammergauer Alpen	Schneeschuhei	Info unter: www.goc-lazzo.de	Charly charly@gocmuennenchen.de 089-7670 3561

# FEBRUAR 2006

Datum	Tourenart	Ziel	Bemerkung	Treffpunkt	Tourenbegleiter
So. 12.02.	Langlaufen	Walchensee, Küssen			Werner werner@gocmuennenchen.de 08063-83 632
So. 12.02.	Bergtour 1100 Hm, 5 h K***** T*****	Hochfelln Chiemgauer Alpen	Einkehr	Wetterstein- Platz 08:00 Uhr	Frank frank@gocmuennenchen.de 089-6970 8666 0172-818 98 08
<b>GOC-Stammtisch im MORO, Müllerstr. 30, ab 20:00 Uhr</b>					
Sa. 18.02.	Skilanglauf 40 km K***** T*****	Von der Ehrvalder Alm nach Mittenwald	ca. 8 km ohne Loipe	München HBF vor Gleis 30 07:20 Uhr	Volker volker@gocmuennenchen.de 089-850 89 95
So. 19.02.	Wanderung 25 km K***** T*****	König Ludwig Weg, Etappe 4 Raisting- Wessobrunn- H. Peissenberg	Mittags- einkehr	München HBF vor Gleis 31 08:40 Uhr	Martin martin@gocmuennenchen.de 089-560694
Sa. 25.02.	Skitour je nach Verhältnissen	Zillertal- oder Tuxer Alpen		Anmeldung bis 23.02.	Werner werner@gocmuennenchen.de 08063-83 632
So. 26.02.	Winter- wanderung 400 Hm K***** T*****	Klais- Hoher Kranzberg (1391m) Mittenwald	Winter- ausrüstung	München HBF vor Gleis 30 08:15 Uhr	Florian florian@gocmuennenchen.de 0171-288 7190

## KONDITION UND TECHNIK

Kondition (K) und Technik (T) werden in je 5 Stufen eingeteilt: von einem Symbol (z. B. K○○○○○○○○○○) für einfach und für jeden machbar, bis zu 5 Symbolen (z. B. K\*\*\*\*\*) für äußerst anstrengend bzw. technisch anspruchsvoll und nur für gute, bergfernhare Geher möglich.

Wer sich unsicher ist, ob die beabsichtigte Tour dem eigenen Können entspricht, sollte unbedingt den Tourenbegleiter vorher ansprechen!

# MÄRZ 2006

Datum	Tourenart	Ziel	Bemerkung	Treffpunkt	Tourenbegleiter
<b>Der GOC macht Thekendienst im SUB, Müllerstr. 43</b>					
Fr. 03.03.					
So. 05.03.	Bergwanderung 750 Hm Aufstieg, 950 Hm Abstieg K*****	Jachenau- Hirschdöml- kopf (1514 m) Kochel		München HBF vor Gleis 30 07:25 Uhr	Florian florian@gocmuennenchen.de 0171-288 7190
Sa. 11.03.	Skitour	Achensee- gebiet		Anmeldung bis 09.03.	Werner werner@gocmuennenchen.de 08063-83 632
So. 12.03.	Schneeschuh- tour 1050 Hm, 5 h K***** T*****	Simetsberg (1840m) Estergebirge	Schnee- schuhe!	Info unter: <a href="http://www.goc-lazzo.de">www.goc-lazzo.de</a>	Charly charly@gocmuennenchen.de 089-7670 3561
<b>GOC-Stammtisch im MORO Müllerstr. 30, ab 20:00 Uhr</b>					
Do. 16.03.					
Sa. 18.03.	Wanderung 4-5 h K***** T*****	Trauntal, von Stein a.T. über Pertenstein nach Traunstein	Schlossbe- sichtigung. Einkehr am Ende der Tour	München HBF vor Gleis 10 08:50 Uhr	Georg 08669-6966
Sa. 18.03.	Skitour K***** T*****	Roter Stein (2366m) Lechtal Alpen		Anmeldung bis 17.03.	Diemar diemar@gocmuennenchen.de 089-5109 9842
So. 19.03.	Schneeschuh- tour K***** T*****	Hochmiesing (1883 m) Mangfall- gebirge	Keine Einkehr	München HBF vor Gleis 30 07:25 Uhr	Andreas andreas@gocmuennenchen.de 089-1212 8569 0176-7008 2748
Sa. 25.03.	Wanderung 14 km, 4 h K***** T*****	Am Stam- berger See Eurasburg, Seeshaupt	Mittags- einkehr	München HBF S7 Wolfrats- hausen 10:05 Uhr	Peter peter@gocmuennenchen.de 089-20239703
Sa. 25.03.	Winterbergtour 1200 Hm, 7 h K***** T*****	Frieder (2050 m) Ammergauer Alpen	Keine Einkehr	München HBF vor Gleis 30 07:20 Uhr	Volker volker@gocmuennenchen.de 089-850 89 95
So. 26.03.	Bergwanderung 900 Hm, 5 h K***** T*****	Spitzstein (1596 m) Chiemgauer Alpen	Mittags- einkehr	Wetterstein- Platz 08:30 Uhr	Wieland wieland@gocmuennenchen.de 089-2020 6082 08621-7307

# Regenbogenapotheke



Hier ist's gesund.

Sonnenstr. 33  
80331 München  
Tel: (089) 593659  
Fax: (089) 5501717  
E-mail: [info@hieristsgesund.de](mailto:info@hieristsgesund.de)

# APRIL 2006

Datum	Tourenart	Ziel	Bemerkung	Treffpunkt	Tourenbegleiter
So. 02.04.	<b>Wanderung</b> 21 km, 350 Hm K●●●●● T●●●●●	König Ludwig Weg, Etappe 5 H. Peilsenberg, Böbing, Echelsbach		München HBF vor Gleis 30 08:20 Uhr	Martin martin@gocmuennenchen.de 089-560694
Mi. 02.04.	<b>Bergwanderung</b> 1080 Hm, 5 h K●●●●● T●●●●●	Schönlalmjoch (1986 m) Kamwendelgebirge		Info unter: www.goc.tazzo.de 089-7670 3561	Charly charly@gocmuennenchen.de
Fr. 07.04.	<b>Der GOC macht Thekendienst im SUB, Müllerstr. 43</b>				
Sa. 08.04.	<b>MTB-Tour</b> 1100 Hm, 50 km K●●●●● T●●●●●	Urn den Herzogsstand	Bitte ammelnden wegen Anreise per Bahn oder KFZ	Ohlstadt Bahnhof 10:30 Uhr	Rudi 0170-7773210 089-4272 4259
So. 09.04.	<b>Wanderung</b> K●●●●● T●●●●●	Palmsontags-spaziergang um die Osterseen		München HBF vor Gleis 30 11:20 Uhr	Florian florian@gocmuennenchen.de 0171-288 7190
Ostermontag Mo. 17.04.	<b>Bergwanderung</b> 900 Hm, 5 h K●●●●● T●●●●●	Großer Riessenkopf (1337m) Mangfallgebirge	Mittags-einkehr	München HBF vor Gleis 5 08:30 Uhr	Wieland wieland@gocmuennenchen.de 089-2020 6082 08621-7307
Do. 20.04.	<b>GOC-Stammtisch im moro Müllerstr. 30, ab 20:00 Uhr</b>				
Sa. 22.04.	<b>Skitour</b> 1050 Hm, 5 h K●●●●● T●●●●●	Griesenkar Wilder Kaiser		Anmeldung bis 21.04.	Diemar diemar@gocmuennenchen.de 089-5109 9842
So. 23.04.	<b>Bergtour</b> 1200 Hm, 6 h K●●●●● T●●●●●	Hochgern (1748m) Chiemgauer Alpen	Einkehr	Westerstein-Platz 07:30 Uhr	Frank frank@gocmuennenchen.de 089-6970 8666 0172-818 98 08
Sa. 29.04.	<b>Bike and Hike</b> 1400 Hm, 6 h K●●●●● T●●●●●	Soierspitze (2200 m) Vorkawandel		München HBF vor Gleis 30 07:20 Uhr	Volker volker@gocmuennenchen.de 089-850 89 95
So. 30.04.	<b>Wanderung</b> 21 km K●●●●● T●●●●●	König Ludwig Weg, Etappe 6 Rottenbuch, Wieskirche, Trauchgau		München HBF vor Gleis 30 07:20 Uhr	Martin martin@gocmuennenchen.de 089-560694

# MAI 2006

Datum	Tourenart	Ziel	Bemerkung	Treffpunkt	Tourenbegleiter
Mo. 01.05.	<b>Wanderung in den Mai</b> 20 km, 5 h K●●●●● T●●●●●	Brucknühl-Irschenberg-Miesbach	Mittags-einkehr	München HBF vor Gleis 30 09:25 Uhr	Florian florian@gocmuennenchen.de 0171-288 7190
Fr. 05.05.	<b>Der GOC macht Thekendienst im SUB, Müllerstr. 43</b>				
Sa. 06.05.	<b>Wanderung, mit Besichtigung</b> 5 h K●●●●● T●●●●●	Von Piding zum Salzburger Bauernhofmuseum in Groß Gmain	Mittags-einkehr	München HBF vor Gleis 10 07:30 Uhr	Georg 08669-6966
Sa. 06.05.	<b>Bergtour</b> 1030 Hm, 7 h K●●●●● T●●●●●	Benediktenwand (1801m) Überschreitung	Bei Schnee Einsatztour Info unter: www.goc.tazzo.de	München HBF vor Gleis 30 07:30 Uhr	Charly charly@gocmuennenchen.de 089-7670 3561
So. 07.05.	<b>Bike and Hike</b> 400 Hm + 500 Hm 40 km K●●●●● T●●●●●	Starfel (1532 m) Isarwinkel	Einkehr erst zum Schluss möglich	München HBF vor Gleis 30 07:25 Uhr	Florian florian@gocmuennenchen.de 0171-288 7190
Sa. 13.05.	<b>MTB-Tour</b> 1200 Hm, 44 km K●●●●● T●●●●●	Um die Benediktenwand	Bitte ammelnden wegen Anreise per Bahn oder KFZ	Lengries Bahnhof 10:00 Uhr	Rudi 0170-7773210 089-4272 4259
So. 14.05.	<b>Bergwanderung</b> 1300 Hm, 7 h K●●●●● T●●●●●	Hochstaufen (1771m) Chiemgauer Alpen	Grödel mitnehmen, Einkehr	Westerstein-Platz 07:00 Uhr	Wieland wieland@gocmuennenchen.de 089-2020 6082 08621-7307
Do. 18.05.	<b>GOC-Stammtisch im moro Müllerstr. 30, ab 20:00 Uhr</b>				
Sa. 20.05.	<b>Bike and Hike</b> 800 Hm + 300 Hm K●●●●● T●●●●●	Roß- und Buchstein (1697+1702m) Tegernseer Berge	Einkehr	München HBF vor Gleis 30 07:25 Uhr	Volker volker@gocmuennenchen.de 089-850 89 95
So. 21.05.	<b>Wanderung</b> 26 km K●●●●● T●●●●●	König Ludwig Weg, Etappe 7 Trauchgau, Königsschlosser, Füssen		München HBF vor Gleis 30 07:20 Uhr	Martin martin@gocmuennenchen.de 089-560694

