



Sommerprogramm 2020

Mai 2020

Schwalbenwand Brunnkopf von Mitterberg, **Fritz Hammerschmied**
Marbachhöhe—Klingspitz; **Fritz Hammerschmied**

Juni 2020

Gletschertrekking auf der Pasterze zur Oberwalderhütte, **Benjamin Gruber**
Stausee Mooserboden auf die Franz - Josefs - Höhe über das Karlingerkees, **Dietmar Steiner**

Juli 2020

Rundtour Riedingtal: Jakoberalm, Franz Fischerhütte auf den Stierkarkopf
Lungau, **Fritz Hammerschmied**
Tagestour Heukareck in Großarl, **Fritz Hammerschmied**
Tagestour Gernkogel im Oberpinzgau, **Fritz Hammerschmied**
Tagestour Schwarzkopf von Ferleiten, Glocknergruppe, **Robert Mandl**

August 2020

Tagestour Höllwand in Großarl, **Fritz Hammerschmied**
08.08.-09.08. 2 Tagestour auf den Kleinen und Großen Muntanitz mit Übernachtung auf der Sudetendeutschen Hütte (Matrei in Osttirol), **Hans Unterberger und Hannes Heuberger**

September 2020

Klettertour Kopftörlgrat Schwierig. 3(Wilder Kaiser), **Robert Mandl**
Tagestour Hahnbalzköpf (Dorfgastein), **Fritz Hammerschmied**
Überraschungstagestour in den Pinzgauer Grasbergen, **Hans Unterberger**
Bike and Hike ins Krimmler Achenal aufs Gamsspitzl, **Benjamin Gruber**

Oktober 2020

Klettersteig Grandspitz (C-D) ,(Hochköniggebiet), **Robert Mandl**
Felbertauern Wasserfallwanderung Außergschlöss, **Fritz Hammerschmied**

Weitere Touren im November und Dezember bzw. Fototouren und Veranstaltungen werden je nach Witterung rechtzeitig bekanntgegeben

Kontakt:



Benjamin GRUBER
Alpinreferent, Tourenführer
0664 847 41 76
alpinreferent@av-zell.at



Hans UNTERBERGER
Tourenführer
0664 97 66 770
u-hans@sbg.at



Fritz HAMMERSCHMIED
Tourenführer
0664 65 12 571
fritz-hamm@gmx.at



Robert MANDL
Tourenführer
06542 80 56 5
robert.mandl@sbg.at



Dietmar STEINER
Wegereferent, Tourenführer
0664 52 855 030
dietmar.steiner@t-a-p.at



Bettina FRAUENSCHUH
Tourenführerin
0650 24 13 399
frauenschuh.b@gmx.at



Andreas AUZINGER
Obmann, Tourenführer
0676 325 45 13
info@av-zell.at

Ehrenamt im Alpenverein

Wir suchen Dich!

Der Alpenverein Zell am See ist eine Gemeinschaft aus Ehrenamtlichen, die sich mit viel Herzblut um

- Natur
- Bergsport
- Jugend und
- Wegeerhaltung in den Bergen

kümmern.

Sind dies auch Themen, die dich begeistern? Dann melde dich bei uns und werde aktiver Teil des Alpenvereins Zell am See.

Wege ins Freie.



Benjamin
GRUBER
Alpinreferent

Ein durchwachsener Winter geht zu Ende. Relativ wenig Schnee gegenüber dem Vorjahr und dann noch ein verfrühter Abbruch der Wintersaison durch den COVID 19 Virus.

Diesen Sommer gebe ich euch einen Gedankenstoß zum Thema „Erste Hilfe am Berg“.

Erste Hilfe am Berg:

1. Was gehört in meinen Rucksack für die Erste Hilfe (Tourenplanung)?

- Erste Hilfe Paket (sterile Wundauflagen, selbsthaftende und elastische Mullbinde, Pflaster, Wundnahtstreifen, sterile Gummischutzhandschuhe, Dreieckstuch aus Stoff, Beatmungstuch, Alu Rettungsdecke, Schere)
- Aufgeladenes Handy, Sonnenhut und – Brille, Sonnencreme, ausreichend zu Trinken (Tee), 2 Mann Biwaksack, Sam Splint, Feuerzeug, Tape, Leatherman, Wärmepad, eigenen Medikamente, Jause

2. Basic Life Support (BLS) (reglose Person am Boden und nicht ansprechbar)

Überblick der Gefahrenzone machen, von vorne nähern, ansprechen und berühren - um Hilfe rufen - Rettungskräfte alarmieren (Telefonnummer **140**; Achtung: möglicherweise kein Handyempfang) - Atmung kontrollieren (in den Mund schauen + ausräumen) - Kopf überstrecken - Ohr zum Mund (10 sec.) - Blick auf den Brustkorb (ob er sich hebt + senkt) - Atmung vorhanden: stabile Seitenlage; keine Atmung: Herzdruckmassage 30:2 und bis professionelle Hilfe kommt weitermachen.

Hinweise:

Für die Teilnahme an den Touren und Veranstaltungen ist die Mitgliedschaft beim Alpenverein erforderlich. Informationen zur Mitgliedschaft finden Sie unter

<http://www.alpenverein.at/zell-am-see/mitgliedwerden/index.php>

Die Teilnahme an den Touren und Veranstaltungen erfolgt auf eigene Gefahr und Risiko.

Der Veranstalter übernimmt für Unfälle keine Haftung.

Eine Anmeldung zu den Touren ist verpflichtend. Die Kontaktpersonen stehen für Auskünfte gerne zur Verfügung.

Weitere Informationen zu den Veranstaltungen erhalten Sie unter

www.alpenverein.at/zell-am-see