



**Naturfreunde  
Asten**

**WINTER-PROGRAMM**

**2024/25**



# Winterprogramm 2024 / 25

Jeden ersten Dienstag im Monat	Klubabend
Jeden Mittwoch	Kinderturnen, Volksschule
Jeden Dienstag	Body Workout, Volksschule
Jeden 1. Dienstag im Monat	Leichte Wanderung
Termine je nach Schneelage/Wetter (wird kurzfristig festgelegt)	
Sa. 09.11.2024	Schiservice, Klubhaus der Naturfreunde Asten
Sa. 30.11.2024	Adventmarkt
So. 08.12.2024	Adventwanderung
So. 19.01.2025	Schneeschuhwandern, Mayrwipfl und Steyreck
Sa. 25.01.2025	Skitour, Schwalbenmauer
Sa. 01.02.2025	Schneeschuhwandern, Latschenhochmoor
Sa. 08.02.2025	Schneeschuhwandern, Größtenberg
Sa. 15.02.2025	Skitour, Hochgrößen
Sa. 01.03.2025	Schneeschuhwanderung, Waldviertel
Sa. 08.03.2025	Skitour, Torstein
So. 16.03.2025	Schneeschuhwanderung, Wasserklotz
Mi. 02. bis Mo. 07.04.2025	Skitourentage, Schweiz
Sa. 12.04.2025	Frühlingswanderung, Tragwein

## Klubabend



**Naturfreunde  
Asten**

**Jeden ersten Dienstag im Monat um 19:00 Uhr  
treffen wir uns in der Konditorei Penn**

In geselliger Runde informieren wir über gemeinsame Aktivitäten des letzten Monats und bieten einen Überblick über die kommenden.

Alle Mitglieder (oder jene, die es werden wollen) sind herzlich willkommen!



## Liebe Naturfreundemitglieder,

wir freuen uns auf viele TeilnehmerInnen bei unseren Winterveranstaltungen.

Da sich immer wieder Änderungen aufgrund des Wetters oder der Schneelage ergeben können, ist bei jeder Veranstaltung eine Anmeldung erforderlich.

Dadurch wissen wir, wieviele Naturfreundemitglieder teilnehmen und können über eine eventuelle Absage oder Änderung informieren.

Die Aktivitäten sind auch jeweils auf unserer Homepage

<https://asten.naturfreunde.at/> zu finden. Aktuelle Informationen posten wir auf unserer Facebook-Seite <https://www.facebook.com/Naturfreunde4481> .

Seit einiger Zeit senden wir auch einen monatlichen Newsletter per E-Mail aus.

Sollte jemand diesen nicht bekommen und Interesse daran haben, bitte um Bekanntgabe der E-Mail-Adresse.

**Am 8. November 2024 um 19:00 Uhr findet im  
Gasthaus Heimbau unsere  
Mitgliederversammlung mit Neuwahl und Jubilarehrungen statt,  
wir freuen uns auf viele TeilnehmerInnen.**

**Berta Haring**

***Nur Mitglieder mit bezahltem Beitrag  
haben Versicherungsschutz !!!!***

### ***Bedeutung der Schwierigkeitsgrade:***

**blau** gut angelegte Wege, ohne echte Gefahrenstellen, für EinsteigerInnen

**rot** Wege durch anspruchsvolles Gelände, teils steil-steinig-rutschig, kurze abschüssige und ausgesetzte Passagen, Stahlseile und Leitern können vorkommen, Trittsicherheit erforderlich, für Fortgeschrittene

**schwarz** lange und anspruchsvolle Bergtouren, teils in hoch-alpinem Gelände, ausgesetzte und gefährliche Passagen, erforderlich sind Schwindelfreiheit, Kondition und alpine Erfahrung, für trainierte Erfahrene

**Samstag,  
09. November 2024**

## Schiservice

**Kantenschleifen, Belag ausbessern und wachsen**

Ort: Klubhaus der Naturfreunde Asten  
(gegenüber Gasthaus Heimbauverein, Einsiedelstraße 28)

Zeit: von 9 bis 12 Uhr  
Unkostenbeitrag: Freiwillige Spende

Auskunft: Hans Gollner 0664 / 3238997

**Samstag,  
30. November 2024**

## Adventmarkt

Wir beteiligen uns am Adventmarkt  
der Pfarre und Marktgemeinde Asten.



Für das leibliche Wohl wird mit Glühmost, Punsch und Kist'n-Bratl gesorgt.

Ort: Pfarrzentrum / Marktplatz

Zeit: von 11 Uhr bis 19 Uhr

**jeden Mittwoch  
bis Mai 2025**

## Kinderturnen



**Hopsi Hopper**

**Kinder von 3-6 Jahren**

Ort: 1. Gruppe: 16 bis 16:50 Uhr, Turnsaal Volksschule Asten  
Ort: 2. Gruppe: 17 bis 17:50 Uhr, Turnsaal Volksschule Asten

**Koordi**

**Kinder von 6-10 Jahren**

Ort: 18 bis 19 Uhr, Turnsaal Volksschule Asten

Anmeldungen für den Jänner-Kurs ab 13. November 2024,  
ab 9 Uhr unter [www.fitnesskurse.at](http://www.fitnesskurse.at)

Informationen/Absagen bitte beim ASKÖ: [kursverwaltung@askoe-ooe.at](mailto:kursverwaltung@askoe-ooe.at)

## Unser Fahrgeld ...

Die Anreise zu den verschiedenen Veranstaltungen  
erfolgt per PKW in Fahrgemeinschaften.

Dazu ersuchen wir die Mitfahrenden jeweils einen  
Beitrag von 7 Cent pro km an den Fahrer/die Fahrerin zu leisten.

# FIT UND AKTIV in den Monat

Asten und Umgebung mit kurzer Anreise



jeweils am 1. Dienstag im Monat,  
Beginn 5. November 2024

Leichte Wanderung mit jeweils 1 ½ - 2 Stunden Dauer in  
der näheren Umgebung

Treffpunkt: Marktplatz Asten, 9:00 Uhr  
Anmeldung: bis Montag vor der Wanderung bei  
Berta Haring, 0664 / 4643447  
Josef Hölzl, 0677 / 63544171  
Schwierigkeit: **blau**

Sonntag,  
8. Dezember 2024

## Adventwanderung Besuch des Garstner Adventmarktes

Auf vielfachen Wunsch  
geht es heuer wieder  
zum Garstner Advent.

Wir fahren gemeinsam mit dem Zug vom Bahnhof  
Asten-Fisching nach Steyr.

Von dort wandern wir zuerst durch die Stadt, dann weiter  
entlang der Enns nach Garsten - Gehzeit ca. 2 Stunden

In Garsten Mittagessen im Gasthaus „Wirt am Platzl“  
Danach Besuch des Garstener Adventmarktes.



Treffpunkt: 9:45 Bhf Asten-Fisching, wo wir die Fahrkarte kaufen.  
ÖBB-Vorteilscard oder andere Ermäßigungskarten nicht  
vergessen!  
Zug-Abfahrt: 10:07 nach Steyr

Heimfahrt nach Asten vom Bhf Garsten um 16:09, 17:09 usw. stündlich möglich.

**Auskunft und Anmeldung bis 6. Dezember bei**

Josef Hölzl 0677/63544171; Edith Hölzl 0677/62049180

Schwierigkeit: **blau**

Neu im Programm:

## Body Workout Kurs

Termine:

jeweils dienstags von 19:00 bis 20:00 Uhr im Turnsaal der Volksschule Asten, ausgenommen Schulferien und Feiertage. Änderungen vorbehalten.

Genauere Termine 1. Kurs:

17.09., 24.09., 01.10., 08.10., 15.10., 22.10., 05.11., 12.11., 19.11., 26.11., 03.12., 10.12.2024  
Ersatztermin 17.12.2024 (AUSGEBUCHT)

Genauere Termine 2. Kurs:

14.01., 21.01., 28.01., 04.02., 11.02., 25.02., 04.03., 11.03., 18.03., 25.03., 01.04., 08.04.2025,  
Ersatztermin: 22.04.2025

Zielgruppen:

Alle, die durch regelmäßige Bewegung, die Spaß macht ihre Fitness und Gesundheit verbessern oder erhalten wollen. Ab 18 Jahre.

Inhalte und Ziele:

Abwechslungsreiches Workout zur Verbesserung der Ausdauerfähigkeit und Kräftigung der Muskulatur (vorwiegend durch das eigene Körpergewicht), sowie gezielte Übungen zum Training der koordinativen Fähigkeiten.

Mitzubringen:

geeignete Sportbekleidung, Hallenschuhe, Handtuch, wer möchte seine eigene Gymnastikmatte, Trinken

Info und Anmeldung:

Anita Dirnberger +43 699 / 11 05 97 00

**Sonntag**  
19.01.2025

## Schneeschuhwandern

Mayrwipfl 1.736m und Steyreck 1.592m

Route:



Auf der Forststraße zum Haslersgatter, über den Blossboden zur Mayralm Jagdhütte und über den oberen Eisboden zum Mayrwipfl. Abstieg über den Eisboden, weglos zum Steyreck und Abstieg am Jagdsteig zur Jagdhütte. Am Anstiegsweg zum Haslersgatter hinab und zurück zum Ausgangspunkt.

Anforderungen:

Ausdauer für ca. 1.000 hm, 13 km, 5 h Gehzeit

Ausrüstung:

normale Schneeschuhausrüstung inkl. LVS, Schaufel, Sonde, Proviant

Abfahrt:

Marktplatz Asten, Uhrzeit nach Vereinbarung

Anmeldung:

bis 16.01.2025 bei Stefan Taferner 0699 / 17156528

Schwierigkeit:

**rot**

**Samstag**  
**25.01.2025**

## **Skitour**

### **Schwalbenmauer (1.650m)**



- Route: Von Steyrling über den Katzengraben auf die Schwalbenmauer
- Anforderungen: Gehzeit inkl. Abfahrt ca. 5 Stunden 1.200 hm
- Ausrüstung: normale Skitourenausrüstung inkl. LVS, Schaufel, Sonde
- Abfahrt: Marktplatz Asten, Uhrzeit nach Vereinbarung
- Anmeldung: bis 22.01.2025 bei Manfred Kainzbauer 0677 / 61936804  
Richard Lang 0664 / 3923880
- Schwierigkeit: **rot**

**ACHTUNG!!!...ACHTUNG!!!...ACHTUNG!!!**

**Der Abfahrtszeitpunkt und das Tourenziel können sich noch ändern,  
richten sich je nach Wetter und Schneelage!!!**

**Genauere Information bei der Anmeldung.**

**Samstag**  
**01.02.2025**

## **Schneeschuhwandern**

### **Latschenhochmoor im unteren Mühl4tel**

Route:



Die Schneeschuhwanderung vom Parkplatz „Moserwirt“ über Geierschlag, Rubner Teich, Tannermoor und über den Hochwald zurück zum Ausgangspunkt ist nicht nur informativ und beeindruckend, sondern auch für Schneeschuh-Einsteiger bestens geeignet.

- Anforderungen: Ausdauer für 350 hm, 14 km, 5 h Gehzeit
- Ausrüstung: normale Schneeschuhausrüstung inkl. LVS, Schaufel, Sonde, Proviant
- Abfahrt: Marktplatz Asten, Uhrzeit nach Vereinbarung
- Anmeldung: bis 30.01.2025 bei Ercan Sen 0660 / 5201872
- Schwierigkeit: **blau**

**Samstag**  
08.02.2025

Route:



## Schneeschuhwandern

### Ramsauer Größtenberg ab Hopfing

Die abwechslungsreiche Tour in der Nähe von Molln führt über Forststraßen, Waldwege und Wiesen bis zum Ramsauer Größtenberg. Bei gutem Wetter lässt sich am Gipfel ein beeindruckendes Panorama genießen.

Anforderungen:

Ausdauer für ca. 900 hm, 12 km, 5 h Gehzeit

Ausrüstung:

normale Schneeschuhausrüstung inkl. LVS, Schaufel, Sonde, Proviant

Abfahrt:

Marktplatz Asten, Uhrzeit nach Vereinbarung

Anmeldung:

bis 05.02.2025 bei Michael Hintersteiner 0650 / 9979966

Schwierigkeit:

**blau**



**Samstag**  
15.02.2025

Route:

## Skitour

### Hochgrößen (2.115m)

Der Hochgrößen liegt in Oppenberg in der Steiermark und gehört zu den Rottenmanner Tauern. Vom Kirchenwirt gehen wir von Norden über die Steinkaralm auf den Gipfel.

Anforderungen:

Gehzeit inkl. Abfahrt ca. 5 Stunden 1.200 hm

Ausrüstung:

normale Skitourenausrüstung inkl. LVS, Schaufel, Sonde

Abfahrt:

Marktplatz Asten, Uhrzeit nach Vereinbarung

Anmeldung:

12.02.2025 bei Richard Lang 0664 / 3923880

Schwierigkeit:

**rot**

**Samstag**  
**01.03.2025**

Route:



## Schneeschuhwandern

### Waldviertel

Gemütliche Rundtour durch die Wälder bei Karlstift. Vom Parkplatz an der Bundesstraße B41 startend führt der Weg über Ahornstein, Tischberg und Höllauteich.



Zum Abschluss steht einer Besteigung des Eichelberges nichts im Wege. Dieser ist auch bekannt für sein kleines Skigebiet in dieser schneereichen Waldviertler Gegend.

Anforderungen:

Ausdauer für ca. 450 hm, 16 km, 6,5 h Gehzeit

Ausrüstung:

normale Schneeschuhausrüstung inkl. LVS, Schaufel, Sonde

Abfahrt:

Marktplatz Asten, Uhrzeit nach Vereinbarung

Anmeldung:

bis 27.02.2025 bei Ercan Sen 0660 / 5201872

Schwierigkeit:

**blau**

**Samstag**  
**08.03.2025**

Route:

## Skitour

### Torstein (2.336m)



Aufstieg und Abfahrt über das schöne und eindrucksvolle Loigistal. Aufstieg über Vorderstoder Schafferiteich bis zu den Zwischenwänden, wo der südliche Gipfelanstieg erfolgt.

Anforderungen:

Gehzeit inkl. Abfahrt ca. 7 Stunden, 1.500hm

Ausrüstung:

normale Skitourenausrüstung inkl. LVS, Schaufel, Sonde

Abfahrt:

Marktplatz Asten, Uhrzeit nach Vereinbarung

Anmeldung:

bis 05.03.2025 bei Richard Lang 0664 / 3923880

Schwierigkeit:

**schwarz**

Sonntag  
16.03.2025

Route:



## Schneeschuhwandern

### Wasserklotz (1.505m)

Vom Hengstpass Richtung Zickerreith Hütte anschließend zur Dorfmoaralm den Weg entlang Richtung Ahornsattel, kurz davor folgt man dem Weg rechts hinauf auf den Wasserklotz (1.505m). Bei guten Schneeeverhältnissen gibt es mehrere Wege bzw. Spuren auf den Gipfel. Danach folgt man dem Grat entlang auf den etwas niedrigeren Astein (1.419m). Hinunter auf dem selben Weg oder querfeldein hinunter durch den Wald. Auf der Forststraße wieder angekommen auf dem gleichen Weg zurück.

Anforderungen:

Ausdauer für ca. 600hm, 11 km, 4 Stunden Gehzeit

Ausrüstung:

normale Schneeschuhausrüstung inkl. LVS, Schaufel, Sonde

Abfahrt:

Marktplatz Asten, Uhrzeit nach Vereinbarung

Anmeldung:

bis 13.03.2025 bei Stefan Taferner 0699 / 17156528

Schwierigkeit:

**blau**

Mittwoch, 02. bis  
Montag, 07.04.2025

## Skitourentage

Stützpunkt Hütte Capanna del Forno SAC 2.574m  
Graubünden (Schweiz)

Route:



Je nach Wetter  
und Schneelage  
vor Ort



Anforderungen:

Gehzeit inkl. Abfahrt ca. 5-7 Stunden,  
Höhenmeter 800hm -1.500hm

Ausrüstung, Abfahrt:

Es wird ein eigener Infoabend stattfinden.

Anmeldung:

bis 25.02.2025 bei Richard Lang 0664 / 3923880

Schwierigkeit:

**schwarz**

Samstag,  
12. April 2025

# Frühlingswanderung Tragwein

Route:



Die Route führt vom Ortszentrum Tragwein durch den Badgraben zu einer seit dem 16. Jahrhundert bekannten radonhaltigen Quelle. Weiter geht es entlang des Lungitzbaches durch den Lungitzer Graben. Danach geht es über Mistelberg zum Greisinghof. Wir wandern weiter Richtung Reichenstein und schwenken Richtung Osten nach Zudersdorf. Von dort führt der Wanderweg zurück nach Tragwein.

Danach Einkehr mit Mittagessen.

Gehzeit:

ca. 3 Stunden - 12 km - 300 hm

Abfahrt:

Marktplatz Asten, nach Absprache bei Anmeldung

Anmeldung:

Josef Hölzl, 0677/63544171  
Edith Hölzl, 0677/62049180

Schwierigkeit:

**blau**



Günter Hager  
0699 / 1005563



Richard Lang  
0664 / 3923880



Josef Hölzl  
0677 / 63544171



Stefan Taferner  
0699 / 17156528



Doris Edlbauer  
0650 / 6471777



Michael Hintersteiner  
0650 / 9979966



## Naturfreunde Asten



Karoline Hager  
0699 / 11198503



Berta Haring  
0664 / 4643447

Manfred Kainzbauer  
0677 / 61936804



Ingrid Kollingbaum  
0664 / 75122200

Edith Hölzl  
0677 / 62049180



Ercan Sen  
0660 / 5201872