

WINTER 2025/26



Naturfreunde
Asten



Winterprogramm 2025 / 26

Jeden ersten Dienstag
im Monat

Jeden Mittwoch

Jeden Dienstag

Jeden 1. Dienstag im Monat Fit und aktiv, leichte Wanderung

Termine je nach Schneelage/Wetter (wird kurzfristig festgelegt)

Sa. 29.11.2025

Adventmarkt

Mo. 08.12.2025

Adventwanderung

Sa. 17.01.2026

Schneeschuhwandern, Plöckenstein

Sa. 24.01.2026

Skitour, Pyhrn-Prielgebiet

Sa. 31.01.2026

Schneeschuhwandern, Rabenstein

Sa. 07.02.2026

Schneeschuhwandern, 4 Tausender-Runde

Sa. 14.02.2026

Skitour, Gesäuse

Sa. 28.02.2026

Schneeschuhwandern, Reichraming

Mi. 04.03.2026

DigiVision Friedhuber, Himalaya

Sa. 07.03.2026

Skitour, Schattnerzinken

Sa. 14.03.2026

Schneeschuhwandern, Ennstal

Do. 02. bis So. 05.04.2026 Skihochtourtage, Ötztal

Sa. 11.04.2026

Frühlingswanderung, Hellmonsödt

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,

im vorliegenden Winterprogramm haben wir wieder ein umfangreiches Angebot an Aktivitäten für verschiedene Zielgruppen in unterschiedlichen Schwierigkeitsgraden zusammengestellt.

Wir hoffen, dass uns nicht wieder der Winter im Stich lässt und wir fast alles absagen oder in Wanderungen umwandeln müssen.

Leider können wir heuer den Schiservice nicht durchführen, da der Platz vor unserem Clubhaus mit den Containern der ÖBB Baustelle blockiert ist. Wir werden den Schiservice ab nächsten Winter wieder in bewährter Manier anbieten.

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> und übermitteln zusätzlich den Mitgliedern (von denen wir eine E-Mail-Adresse haben) in einem Newsletter.

Wir freuen uns auf viele gemeinsame Erlebnisse

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,
29. November 2025**

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 Dienstag seit
16. September 2025
bis Ende April 2026**

Body Workout

Turnsaal Volksschule Asten

Inhalte: Allg. Kräftigung der Muskulatur (mit/ohne Zusatzgeräte)
Mobilisierungsübungen,
Moderates Konditions- und Ausdauertraining

Zielgruppe: Alle, die durch regelmäßiges Training ihre Fitness verbessern oder erhalten wollen.

Mitzubringen: Geeignete Sportbekleidung, Hallenschuhe, Handtuch,
wenn verfügbar Theraband,
Leichthanteln ca. 1kg oder Wasserflaschen

Anmeldung: Anita Dimberger 0699 / 11 05 97 00

**jeden Mittwoch
bis Mai 2026**

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 19. November 2025,
ab 9 Uhr unter **www.fitnesskurse.at**

Informationen/Absagen bitte beim ASKÖ: kursverwaltung@askoe-ooe.at

FIT UND AKTIV in den Monat

Asten und Umgebung mit kurzer Anreise

jeweils am 1. Dienstag im Monat,

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**

**Montag,
8. Dezember 2025**



Adventwanderung

Besuch des Adventmarktes im Stift Kremsmünster

Wir fahren klimafreundlich mit dem Zug nach Rohr/Kremstal

Die Wanderung führt uns
vorbei am Schloss
Achleiten der Krems
entlang nach Kremsmünster.
Dort besuchen wir nach
einem Mittagessen
den Adventmarkt im Stift.



Treffpunkt: 08:30 Bhf. Asten-Fisching, wo wir die Fahrkarten kaufen.
Abfahrt 08:51, Ankunft 10:08.

ÖBB Vorteils card oder andere Ermäßigungskarten nicht vergessen!

Eintritt beim Adventmarkt € 5,00

Heimfahrt nach Asten vom Bhf. Kremsmünster um 16:45
Ankunft in Asten ca. 18:00

Auskunft und Anmeldung bis 5. Dezember bei

Josef Hölzl 0677/63544171; Edith Hölzl 0677/62049180

Schwierigkeit: **blau**

Samstag
17.01.2026

Schneeschuhwandern

Plöckenstein von Oberschwarzenberg

- Route: Eine aussichtsreiche Tour entlang des Nordwaldkammweges und einem kleinen Teilstück des E6 zum Dreiländereck (DE, CZ, AT) und auf den Plöckenstein.
- Anforderungen: Ausdauer für ca. 450 hm, 4 h Gesamtgezeit
- Ausrüstung: normale Schneeschuhausrüstung inkl. LVS, Schaufel, Sonde, Proviant
- Abfahrt: Marktplatz Asten, Uhrzeit nach Vereinbarung
- Anmeldung: bis 15.01.2026, 18 Uhr
bei Stefan Taerner 0699 / 17156528
- 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
24.01.2026

Skitour

Pyhrn-Prielgebiet

- Route: Hochwintertour im Pyhrn-Prielgebiet. Die genaue Tour wird anhand der aktuellen Bedingungen gewählt.
- Anforderungen: Gezeit inkl. Abfahrt ca. 3-5 Stunden, 800 bis 1.000 hm
- Ausrüstung: normale Skitourenausrüstung inkl. LVS, Schaufel, Sonde, Proviant
- Abfahrt: Marktplatz Asten, Uhrzeit nach Vereinbarung
- Anmeldung: bis 22.01.2026, 18 Uhr
bei Manfred Kainzbauer 0677 / 61936804
- Schwierigkeit: **rot**



Samstag
31.01.2026

Schneeschuhwandern

Rabensteinkogel - Pyhrnpass-Süd

Route:



Vom Parkplatz zur Hintersteinalm, weiter auf der Forststraße zur Hasneralm und in der Spitzkehre nach Norden. Am Gschwandgraben vorbei und Schlussanstieg in der Kahlschlagschneise zum „einsamen“ Rabenstein Kogel (1.478 m).

Anforderungen:

Ausdauer für ca. 600 hm, ca. 4,5 h Gehzeit

Ausrüstung:

normale Schneeschuhausrüstung inkl. LVS, Schaufel, Sonde, Proviant

Abfahrt:

Marktplatz Asten, Uhrzeit nach Vereinbarung

Anmeldung:

bis 29.01.2026, 18 Uhr
bei Ercan Sen 0660 / 5201872

Schwierigkeit:

rot

Samstag
07.02.2026

Schneeschuhwandern

4 Tausender-Runde in Micheldorf

Route:



Ausgehend vom Parkplatz bei der Burg Altpernstein führt uns eine schöne Rundwanderung auf vier 1000er-„Gipfel“ in der Umgebung.



Anforderungen:

Ausdauer für ca. 800 hm, 13 km, 4,5 h Gesamtgezeit

Ausrüstung:

normale Schneeschuhausrüstung inkl. LVS, Schaufel, Sonde, Proviant

Abfahrt:

Marktplatz Asten, Uhrzeit nach Vereinbarung

Anmeldung:

bis 05.02.2023, 18 Uhr
bei Michael Hintersteiner 0650 / 9979966

Schwierigkeit:

rot

Samstag
14.02.2026

Skitour

Gesäuse


- Route: Hochwintertour im Gesäuse. Die genaue Tour wird anhand der aktuellen Bedingungen gewählt.
- Anforderungen: Gehzeit inkl. Abfahrt ca. 4-6 Stunden 900 bis 1.200 hm
- Ausrüstung: normale Skitourenausrüstung inkl. LVS, Schaufel, Sonde, Proviant
- Abfahrt: Marktplatz Asten, Uhrzeit nach Vereinbarung
- Anmeldung: bis 12.02.2026, 18 Uhr
bei Richard Lang 0664 / 3923880
- Schwierigkeit: **rot**



Samstag
28.02.2026

Schneeschuhwandern

Bodenwies – Reichraminger Hintergebirge

- Route: 
- Anforderungen: Ausdauer für ca. 800 hm, 4,5 h Gehzeit
- Ausrüstung: normale Schneeschuhausrüstung inkl. LVS, Schaufel, Sonde, Proviant
- Abfahrt: Marktplatz Asten, Uhrzeit nach Vereinbarung
- Anmeldung: bis 26.02.2026, 18 Uhr
bei Ercan Sen 0660 / 5201872
- Schwierigkeit: **rot**

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.

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**

Manfred Kainzbauer
0677 / 61936804



Berta Haring
0664 / 4643447



Karoline Hager
0699 / 11198503



Edith Hölzl
0677 / 62049180



Ercan Sen
0660 / 5201872



Ingrid Kollingbaum
0664 / 75122200



Samstag
07.03.2026

Skitour **Schattnerzinken (2.156m)** **Oppenberg**



- Route: Sehr schöne Tour durch das weitläufige Schattnerkar in den Rottemanner Tauern.
- Anforderungen: Gehzeit inkl. Abfahrt ca. 4-5 Stunden, ca. 1.000 hm
- Ausrüstung: normale Skitourenausrüstung inkl. LVS, Schaufel, Sonde, Proviant
- Abfahrt: Marktplatz Asten, Uhrzeit nach Vereinbarung
- Anmeldung: bis 05.03.2026, 18 Uhr
bei Richard Lang 0664 / 3923880
- Schwierigkeit: **rot**



Samstag
14.03.2026

Schneeschuhwandern **Ennsberg und Hühnerkogel aus dem Ennstal**

Route:



Von Kleinreifling am Güterweg Ennsberg zum Schranken. Anstieg zum Ennsboden und zum Ennsberg. Gratübergang zum aussichtsreichen Hühnerkogel.



Retour, in einer Variante zum Jagdhaus und auf der Forststraße zum Ausgangspunkt.

- Anforderungen: Ausdauer für ca. 900 hm, 5 Stunden Gesamtgehzeit
- Ausrüstung: normale Schneeschuhausrüstung inkl. LVS, Schaufel, Sonde, Proviant
- Abfahrt: Marktplatz Asten, Uhrzeit nach Vereinbarung
- Anmeldung: bis 12.03.2026, 18 Uhr
bei Stefan Taferner 0699 / 17156528
- Schwierigkeit: **blau**

**Donnerstag, 02. bis
Sonntag, 05.04.2026**

Skihohtourentage Ambergerhütte 2.135m (Ötztal in Tirol)

- Route:** Es gibt viele Tourenmöglichkeiten vor Ort. Wir werden je nach Schnee- und Wetterlage entscheiden.
- Anforderungen:** Gehzeit inkl. Abfahrt ca. 5-7 Stunden, 1.000 - 1.300 hm
- Ausrüstung:** Skitouren- und Hochtourenausrüstung (LVS, Schaufel, Sonde, Steigeisen, Pickel, Gurt, etc.)
und alles für 3 Tage Übernachtung auf einer Berghütte.
- Abfahrt:** Abfahrtsort inkl. Uhrzeit nach Vereinbarung
- Anmeldung:** bis 09.03.2026, 18 Uhr
bei Richard Lang 0664 / 3923880
- Schwierigkeit:** **schwarz**



**Samstag,
11. April 2026**

Frühlingswanderung Hellmonsödt

Rund um die Sterngartlwarte

- Route:** Eine herrliche ruhige Wanderung vom Marktplatz Hellmonsödt. Aus dem Ort hinaus geht es über Wiesen und durch den Breitfüßler Wald auf schönen Wegen zum Sterngartl-Blick am Weichselbaumer Hügel. Wer die 130 Stufen auf die Sterngartlwarte hinaufstieg hat einen schönen Blick übers Land bis hinein in die Berge. Weiter geht es über Baumgarten nach Pelmberg.
- Einkehr mit Mittagessen im Pelmbergstüberl. Danach geht es zurück auf dem 3 km langen Mostdipfwanderweg nach Hellmonsödt.



- Gehzeit:** ca. 4 Stunden - 15 km - 370 hm
- Abfahrt:** Marktplatz Asten, nach Absprache bei Anmeldung
- Anmeldung:** Josef Hölzl, 0677 / 63544171
Edith Hölzl, 0677 / 62049180
- Schwierigkeit:** **blau**

Mittwoch

04. März 2026
19:30 Uhr

Veranstaltungssaal
der Marktgemeinde Asten im
Gasthof „Heimbau“



FRIEDHUBER

DigiVision

Karten sind bei Johann Gollner,
Edith Hölzl und im Seniorenklub oder
an der Abendkasse zu erhalten.

	Erwachsene	Jgdl./Stud.
Vorverkauf	€ 13,00	€ 6,00
Abendkasse	€ 15,00	€ 7,00

Abenteuer Himalaya

Der Himalaya ist nicht nur das höchste Gebirge der Welt mit grandiosen Landschaften, sondern auch ein bedeutender Kulturraum der Weltreligionen Buddhismus und Hinduismus. Sepp Friedhubers Bilderreise führt uns in den Indischen Garhwal Himalaya. 1981 gelang die erste Besteigung des heiligen Berges Meru 6.660m. 1996 führte er eine Naturfreunde Expedition zu einem der schönsten Berge der Welt, dem Siniolchu 6.888m im Sikkim Himalaya. Eine Umrandung des heiligen Berges Kailash 6.638m in Tibet, ist der bedeutendste Pilgerweg für Hindus und Buddhisten. Die Begegnung mit den Pilgern ist ein besonderes Erlebnis. Im Winter 2019 begab sich Sepp Friedhuber im Ladakh Himalaya auf die Suche nach dem legendären Schneeleoparden.

