



PROGRAMM 2011



Liebe Naturfreundin, lieber Naturfreund!

Für Jeden etwas – mit diesem Vorsatz entsteht jedes Jahr aufs neue ein abwechslungsreiches Programm. Gepaart mit einer sorgsamten Planung gelingen uns immer wieder Aktivitäten, an die sich alle gerne zurückerinnern.

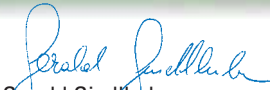
Verantwortlich für das gute Gelingen sind aber letztlich alle, Führer und Teilnehmer.

Auf unserer Homepage www.naturfreunde-pucking.at gibt es immer topaktuell Berichte unserer Veranstaltungen und Informationen über unser Vereinsleben.

Ich möchte mich bei meiner Familie, bei allen Referenten, Freunden, Gönnern und Sponsoren recht herzlich für euer Engagement bedanken.

Eine schöne Zeit in der freien Natur und auch ein paar unterhaltsame Stunden beim Genuss der vielen Berichte wünscht Ihnen das Team der Naturfreunde Pucking.

In diesem Sinne
ein herzliches Berg Frei!



Gerald Gindhuber
Ortsgruppenvorsitzender

Klettersteig Seewand, Hallstatt

Mitgliedsbeiträge für 2011

€ 40,30 Vollmitglied

€ 24,70 Ermäßigter Beitrag

€ 16,30 Kinder und Jugendliche bis 19 J.

€ 71,60 Familienmitgliedschaft

€ 49,00 Alleinerzieher (mit Kinder)

Infos bei allen Referenten!

Öffnungszeiten Sekretariat / Verkauf Chipkarten für Kletterturm

Jeden Donnerstag von 19.00 – 20.00 Uhr
im Naturfreundehaus.

Infos zu Vorträgen findet Ihr in den Schaukästen
bzw. werden mit dem monatlichen Newsletter
per Mail bekannt gegeben.

Anmeldung zum Newsletter online unter
www.naturfreunde-pucking.at



Naturfreunde Pucking, 4055 Pucking, Parkstraße 13, Tel/Fax 072 29/88 249, naturfreunde-pucking@aon.at

Vorstand und Referenten der Naturfreunde Pucking Periode 2009–2012



Vorsitzender	Gerald Gindlhuber	0650/8330013	geier.gindi@gmx.at
Stellvertreter I	Andreas Hofreither	0680/1292902	andi.faris@gmx.at
Stellvertreter II	DI Erhard Kirchmayr	0664/4655860	erhard.kirchmayr@aon.at
Ehrevorsitzender	Albert Gindlhuber	0664/73851850	albert.gindi@gmx.at
Schriftführerin	Gabriele Wolf	0664/3327823	gabriele.wolf@ooegkk.at
Stellvertreter	Daniela Bruckner	0650/8330014	bruckner.dani@gmx.at
Finanzreferent	Franz Grabner	050100642381	grabnerF@neuhofen.sparkasse.at
Stellvertreter	Nicole Costa	05010042305	costaN@neuhofen.sparkasse.at
Rechnungsprüfer	Walter Mayr, Johann Metzbauer, Mirsad Dautovic		

Bergsteigen und Skitouren	Peter Koblmüller Chris Lyke	0664/88600344 0680/1129650	peter.koblmueeller@schenker.at chrislyke@hotmail.com
Bergwandern	Josef Hauser Josef Teuschl	07229/80190 07229/79692	hauser.jo@aon.at
Wintersport	Sabine Koblmüller Daniela Bruckner	0676/6600691 0650/8330014	sabi.kobi@gmx.at bruckner.dani@gmx.at
Naturfreundehaus	Albert Gindlhuber Adelheid Gindlhuber	0664/73851850 07229/78996	
Familienreferat	Gerald Gindlhuber Karin Pelzeder	0650/8330013 0650/3608760	pelzeder@yahoo.de
Laufen u. Triathlon	Andreas Hofreither Silvester Gruber	0680/1292902 0699/18064660	s.gruber@realhyraulik.com
Lauftreff	Josef Rumpelmayr	0699/11230185	j.rumpinul@gmx.at
Mountainbiken Rennradfahren	Otto Pühringer Markus Marhann	0664/3106714 0676/69212916	o.puehringer@linz.wicknorm.at markus.marhann@tmo.at
Radfahren 60+	Johann Hehenberger Albert Gindlhuber	0650/7429324 0664/73851850	
Badminton	Barbara Hauser	0650/7600186	barbara.hauser1@gmx.at
Sportklettern Kinder	DI Erhard Kirchmayr Ernst Leitner	0664/4655860	

EDV
Daniela Bruckner
0650/8330014

Homepage
Gerald Gindlhuber
0650/8330013



Gerald Gindlhuber

Werkmeister
Maschinenbau-Betriebstechnik
0 650 / 83 300 13



Fenster und Türen
Wintergärten - Balkonverbauten
Alu-ter-Zauneelemente
Sonnenschutz
Garagentore

Fa. Kurt Bruckner
A-4055 Pucking
Pelikanstr. 13
Tel. 0 72 29 / 83 300
e-mail, gerald@bka-fenster.at
www.bka-fenster.at

ZVR-237782794
www.naturfreunde-pucking.at

Internorm® Fachhändler

Skifahren/Snowboarden



Sabine Koblmüller (li.)
und Daniela Bruckner

Leitung: Sabine Koblmüller 0676/6600691, sabi.kobi@gmx.at
Stv.: Daniela Bruckner 0650/8330014, bruckner.dani@gmx.at

Liebe Naturfreundemitglieder, macht euch fit für die Piste!!

Ab sofort wieder jeden Mittwoch ab 17:45 Uhr für Kinder, ab 19:00 Uhr für Damen und ab 20:00 Uhr für die Herren Skigymnastik im Spektrum.

Da allerdings die Nachfrage nach Tagesausfahrten in den letzten Jahren immer weniger wurde, haben wir uns schweren Herzens heuer dazu entschlossen keine mehr anzubieten.

Unsere Skikurse für Kinder finden im Dezember und Jänner natürlich wie gewohnt wieder statt:

> 3 Tagesskikurs in Rußbach für Fortgeschrittene vom 26.–28. Dezember 2010

Achtung heuer neu >Preis inklusive Mittagessen!!!

Jahrgang 1995–2004 € 155,- Frühbucherbonus bis 1.12.2010 € 150,-

Jahrgang 1994–1992 € 175,- Frühbucherbonus bis 1.12.2010 € 170,-

Anmeldeschluss ist Freitag, 10.12.2010 (begrenzte Teilnehmerzahl!!!)

> Schnupperski- und Snowboardkurs in St. Johann/Wimberg am 15./16. Jänner 2011

Für Kinder ab 4 Jahre inklusive Mittagessen!

Preis € 95,- Frühbucherbonus bis 23.12.2010 € 90,-

Anmeldeschluss ist der 1.1.2011 (begrenzte Teilnehmerzahl!!!)

ONLINE Anmeldung wieder ab sofort möglich unter www.naturfreunde-pucking.at oder bei der Raiffeisenbank bzw. Sparkasse Pucking. Die Anmeldung ist jedoch nur gültig nach Einzahlung des jeweiligen Preises auf eines unserer Konten bei:

Sparkasse Pucking: BLZ 20.326/Kto. 2200-000053 oder

Raiffeisenbank Pucking: BLZ 34.741/Kto. 2200-104.802

Skiurlaub in Kirchberg/Tirol

Organisator: Albert Gindlhuber, 0664/73851850, albert.gindi@gmx.at

> Familien Skiurlaub in Kirchberg/Tirol von 19.–26. Februar 2011

Unterkunft: Bergschenke Krin www.bergschenke-krin.at

Neue Gondelbahn „Maierl“ und 8er Sessellift „Ochsalm“!



Preise: € 503,- Erwachsene € 466,- Jugendliche Jg. 92–94

€ 406,- Schüler Jg. 95–98 € 266,- Kinder Jg. 99–2005

Leistungen: 7 Tage Halbpension auf Basis 2-, 3- oder 4-Bett-Zimmer und
6-Tagesskipass für das Kitzbühler Skigebiet

Leitung und Anmeldung: Albert Gindlhuber unter 0664/73851850 und

Anzahlung von € 202,- für Erwachsene, € 165,- für Jugendliche und € 105,- für Schüler
und Kinder auf unser Konto bei der Raiffeisenbank bzw. Sparkasse Pucking.

Skitouren



Hoher Zinken

Chris Lyke (li.) und Peter Koblmüller

Leitung: Peter Koblmüller, 0664/88600344,
peter.koblmueLLer@schenker.at
Stv.: Chris Lyke, 0680/1129650, chrislyke@hotmail.com

- So., 9. Jänner 2011 **Schwarzkogel 1.554m (Hengstpass) für Anfänger geeignet!**
So., 27. Februar 2011 **Mondschein Skitour Wurzeralm oder Höss für Anfänger geeignet!**
So., 20. März 2011 **Leobner Nordabfahrt 2.036m (Johnsbach) nur für geübte Tourengerher!**

Klettersteige

Leitung: Peter Koblmüller, 0664/88600344, peter.koblmueLLer@schenker.at
Stv.: Chris Lyke, 0680/1129650, chrislyke@hotmail.com

- Sa., 7. Mai 2011 **Wildfrauen Klettersteig Bosruck 1.992m A+B Klettersteig für Anfänger!**
Sa., 9. Juli 2011 **Gipfelübernachtung Hoher Zinken 1.764m**
So., 11. Sept. 2011 **Der Johann Klettersteig am Dachstein 2.730m nur für Klettersteig-Profis!**
Sa.,–So., 13.+14. Aug. 2011 **Königsjodler Hochkönig 2.875m nur für Klettersteig-Profis geeignet!**



Bosruck



Postalmklamm



Bosruck

Bergwandern

Leitung: Josef Teuschl, Tel. 07229/79692
Stv.: Josef Hauser Tel. 07229/80190

- Sa., 14. Mai 2011 Bergwanderung **Mittagstein (Rauhkogel) 1.260m**
So., 29. Mai 2011 Familien-, Hütten- und Almwanderung um's **Karleck/Spital a. P.**
So., 10. Juli 2011 Bergwanderung **Gumpeneck/Sölkpass 2.226m**
So., 7. Aug. 2011 Bergwanderung **Gr. Größtenberg (Hintergebirge) 1.724m**
So., 4. Sept. 2011 Gebietswanderung **Schobersteinhütte/Schoberstein 1.285m**
Sa., 1. Okt 2011 Bergwanderung **Wurzeralm – Rote Wand 1.872m**



Josef Teuschl (li.) und Josef Hauser

Sportklettern



Leitung: Erhard Kirchmayr, 0664/4655860, erhard.kirchmayr@aon.at

Kinderklettern

Nach vielen Jahren des „freien“ Kinderkletterns haben wir uns entschlossen, auf Kursbetrieb umzustellen. Daher gibt es ab diesem Jahr ein Miniklettern für Kinder von 4–6 Jahren und einen Kinderkletterkurs für die 7–12jährigen.

Die Minis klettern jeden Montag von 15–16 Uhr in spielerischer Form und ohne Seil in der Boulderhalle in Weißkirchen/Tr.

Die älteren Kinder klettern jeden Montag von 16:30 bis 18:00 Uhr in unserem Kletterturm im Naturfreundehaus und lernen dort auch das Sichern und den Vorstieg (das Einhängen des Seils). Durch den Kletterkursmodus erhoffen wir uns eine regelmäßigere Teilnahme der Kinder. Die damit verbundene Limitierung der Teilnehmerzahl ermöglicht ein gezielteres Vermitteln der speziellen Klettertechniken.

Weitere Details (Kosten, ...) zu diesen Kursen entnehmen Sie bitte unserer Homepage. Kletterschuhe aller Größen, Klettergurte und Seile stellen wir zur Verfügung.

Klettertraining für Wettkampfteilnehmer

Die Wettkampfteilnehmer trainieren jeden Montag und Donnerstag von 18:00 bis 19:30 Uhr.

Achtung: An schulfreien Tagen gibt es kein Klettertraining.

Kletterkurse für Jugendliche und Erwachsene

Es werden immer wieder Kletterkurse für Anfänger ausgeschrieben. Details entnehmen Sie bitte der Homepage der Naturfreunde Pucking www.naturfreunde-pucking.at unter der Rubrik Kletterturm. Wettbewerbstermine finden Sie im Internet auf www.wettkampf.sportzentrum.at



Achtung: Während der Sommerferien werden die Klettergriffe großteils gewaschen und die meisten Routen erneuert. Daher nur eingeschränkter Kletterbetrieb. Es stehen derzeit 37 Kletterrouten bis zum 9. Schwierigkeitsgrad auf fast 200 Quadratmetern Kletterfläche und einer Kletterhöhe von über 11 Metern zur Verfügung. Besuch diverser Klettergärten und Kletterwände wird im Training vereinbart.

Betreuerteam – Instruktor Sportklettern: Erhard Kirchmayr
Übungsleiter Sportklettern: Michael Neuböck
Aktives Mitglied der Bergrettung: Ernst Leitner

Falls Sie das Sichern Ihrer Kinder lernen möchten sprechen Sie mit unseren Betreuern. Sie werden sehen, es ist keine Hexerei.

Anmeldungen und Auskünfte zu allen Veranstaltungen bei Erhard Kirchmayr.

Sa., 11. Dez. 2010 **Sportklettern** OÖ. Landesmeisterschaft Bouldern in Linz

Mo., 20. Dez. 2010 **Weihnachtsfeier** für die Kletterer und deren Eltern

Sa., 16. – Do., 21. April 2011 **Kletterwoche** (Karwoche) in Arco (Italien)

Di., 12. und Mi., 13. Juli 2011 **Kletterkurs** Ferienprogramm

Mo., 18. – Do., 21. Juli 2011 **Kletterwoche im Pyhrn-Priel Gebiet**

August 2011 **Klettern** in Kroatien (Paklenica)



Badminton

Leitung: Barbara Hauser 0650/7600186 (Foto ganz rechts)
Stv.: Sabine und Helmuth Fehringer 0664/7832691



Training: ab Oktober jeden Sonntag 18:00 Uhr und
von April bis September jeden Mittwoch 19:00 Uhr im Spektrum

So., 24. Februar 2011 **Badminton Faschingsturnier** Mixed und Doppel, 18:00 Uhr – Spektrum

Familie

Leitung: Gerald Gindlhuber 0650/8330013, geier.gindi@gmx.at
Stv.: Karin Pelzeder 0650/3608760, pelzeder@yahoo.de

- So., 19. Dez. 2010 Familienrodeln und Bratl-Essen auf der **Gis**
- Sa., 29. Jän. 2011 Zum Abend-Rodeln auf die **Hochsteinalm**
- Sa., 23. April 2011 **Ostereiersuchen** für Kinder
- So., 15. Mai 2011 Familienwanderung **Rinnerberger Wasserfall Klamm**
- Sa., 25. Juni 2011 Almschmankerln auf dem **Hengstpass mit Picknick**
- So., 25. Sep. 2011 Glankerlweg in **Grünau im Almtal**



Foto unten:
Direttissima 2010



Laufen/Triathlon

Leitung: Andreas Hofreither, [NEU 0680/1292902, andi.faris@gmx.at](mailto:NEU_0680/1292902_andi.faris@gmx.at)

Vor kurzem ging eine tolle Saison mit vielen Höhepunkten und gemeinsamen Erlebnissen zu Ende. Erfreulich ist auch der neuerliche Mitgliederzuwachs in unserer Sektion, was mich für die Zukunft natürlich zusätzlich anspricht. Wir werden auch weiterhin versuchen, immer am Puls der Zeit zu sein, dabei aber trotzdem immer auf die Wünsche und Vorlieben der Vereinsmitglieder einzugehen.

Auch in der kommenden Saison 2011 warten wieder große, sportliche, aber auch organisatorische Herausforderungen auf unsere Sektion. Angefangen von einem gemeinsamen Frühjahrsmarathon bis hin zu Half-Ironman-Triathlon im Mai in Linz oder St. Pölten werden wir wieder die gesamte Palette des Lauf- und Triathlonsports abdecken. Auch das Triathlon-Wochenende in Kitzbühel wird sicher wieder ein Highlight werden. Um uns darauf bestens vorzubereiten, steht wieder ein Winter-Schwimmtraining sowie erstmals ein gemeinsames Trainingslager am Programm.

Und natürlich veranstalten wir auch wieder unsere Top-Events, den Puckinger Seelauf am 5. Juni 2011 sowie den Cross-Triathlon am 6. August 2011.

So., 19. Dez. 2010
Fr., 31. Dez. 2010
31.3. - 3.4. 2011
So., 10. April 2011
Sa., 14. Mai 2011
So., 22. Mai 2011
So., 5. Juni 2011
18.-19. Juni 2011
So., 26. Juni 2011
Sa., 6. Aug. 2011
7.-9. Okt. 2011

Vor-Weihnachtslauf auf die „Gis“
Silvesterlauf Pucking
Trainingslager Spital/Pyhrn
Linz-Marathon
Linz-Triathlon
Ironman 70.3 St. Pölten
7. Puckinger Seelauf
Kitzbühel-Triathlon
Mondsee-Radmarathon
Cross-Triathlon Pucking „Löffelstörtrophy“
München-Marathon



Foto: Kitzbühel 2010

Alle Infos zu unseren Aktivitäten und Veranstaltungen findet Ihr im Programm oder auf unserer Homepage unter www.naturfreunde-pucking.at unter „Laufsektion“.

Rennradfahren

Leitung: Markus Marhann 0676/69212916, markus.marhann@tmo.at

Fr., 6. Mai 2011 **Rennrad-Frühlingsausfahrt absolut anfängertauglich!**
Fr., 10. Juni 2011 **Rennradausfahrt entlang der Traun und Donau absolut anfängertauglich!**
So., 3. Juli 2011 **Tour de Traun**



Markus Marhann

Mountainbiken

Leitung: Otto Pühringer 0664/3106714 (im Bild ganz links)
o.puehringer@linz-wicknorm.at



Jeden letzten Donnerstag im Monat von März (18:00 Uhr)
bis September (17:00 Uhr) Ausfahrt in die umliegenden Wälder und Auen.

So., 29. Mai 2011 **Schaubergalm Bestens für Anfänger geeignet!**
So., 19. Juni 2011 **Brunnbach Panorama Tour Mittlere Schwierigkeit**
So., 18. Sept. 2011 **Auf die Brombergalm Mittlere Schwierigkeit**
So., 30. Okt. 2011 **Abschlusstour auf die Gis Mittlere Schwierigkeit**



Radfahren 60+

Leitung: Johann Hehenberger, Tel. 0650/7429324



Unsere Trainingsausfahrten jeden Donnerstag,
beginnen am 21. April 2011.
Treffpunkt und Abfahrt: Naturfreundehaus 18.30 Uhr
Tagesausfahrten: Treffpunkt Naturfreundehaus

Mi., 18. Mai 2011 **Kremstalweg**
Di., 14. bis Sa., 18. Juni 2011 **Radwoche Waginger-See**
Mi., 20. Juli 2011 **Obermühl**
Mi., 24. Aug. 2011 **Radtour St. Georgen/G.**
Mi., 21. Sept. 2011 **Eferdinger Landweg**

Lauf Treff

Leitung: Josef Rumpelmayr 0699/11230185

Jeden Mittwoch ab 6. April 2011 um 19.00 Uhr

Achtung Neu: Juli und August ist Sommerpause,
ab September um 18.00 Uhr

In **drei** verschiedenen, den Bedürfnissen der
TeilnehmerInnen angepassten, Tempogruppen
laufen wir dann ca. eine Stunde in der Seeumgebung
und in der Traunau.

Achtung: Neue Laufstrecken!

Tempogruppe 1: Josef Rumpelmayr
Tempogruppe 2: Gerald Gindlhuber, Silvester Gruber
Tempogruppe 3: Andreas Hofreither



Jahreskalender 2010/11

Zeichenerklärung



Info-Veranstaltung



Schwimmen



Ski



Skigymnastik



Laufen



Bergwandern



Familie



Badminton



Bergsteigen/-klettern



Radfahren



Skitouren



Sportklettern



Mountainbiken



Snowboard

November 10

Mi, 10.11. :: Skigymnastik ab sofort wieder jeden Mittwoch im Spektrum



Kinder: 17.45 – 18.45 Uhr Damen: 19.00 – 20.00 Uhr
Herren: 20.00 – 21.00 Uhr

So, 14.11. :: Badminton



jeden Sonntag von 18.00 – 20.00 Uhr im Spektrum
von April bis September 2011 jeden Mittwoch ab 19.00 Uhr

Mo, 15.11. :: Kinderklettern Minis von 15.00 – 16.00 Uhr in Weißkirchen/Tr.



Kinder von 16.30 – 18.00 Uhr in Pucking
Wettkampfkletterer von 18.00 – 19.30 Uhr (auch jeden Donnerstag)

Dezember 10

Sa, 11.12. :: Sportklettern



ÖÖ. Landesmeisterschaft Bouldern in Linz/Auwiesen
Leitung: Erhard Kirchmayr

So, 19.12. :: Vor-Weihnachtslauf und Familienrodeln auf der Gis



Laufstart auf die Gis ist um 10.00 Uhr vom Admira-Linz Sportplatz über
Lichtenberg. Die mitreisenden Familien können inzwischen, bei hoffentlich
schon winterlichen Bedingungen, oben auf der Gis rodeln!
Im Anschluss wartet im „Gasthaus Gis“ für alle, ein Bratln in der Rein.
Abfahrt: 9.15 Uhr, Marktplatz Pucking
Leitung: Andreas Hofreither (Lauf) und Karin Pelzeder (Familien)

Dezember 10

Mo, 20.12. :: Sportklettern Weihnachtsfeier für die Kletterer und deren Eltern.



Anstelle des Kinderkletterns gibt es eine Weihnachtsfeier mit Christbaum und Bescherung, Schmalzbraten, Kinderpunsch und Glühmost.

Leitung: Erhard Kirchmayr

So, 26.12.–Di, 28.12. :: Kinder-Ski- und Snowboardkurs in Rußbach für Fortgeschrittene



(Nähere Infos siehe Seite 6)

Abfahrt: 7.15 Uhr, Marktplatz Pucking

Ankunft: ca. 18.00 Uhr, Marktplatz Pucking

Leitung: Sabine Koblmüller

Fr, 31.12. :: Silvesterlauf Pucking Veranstalter SPÖ-Pucking



5 km und 10 km Lauf

Start: 14.00 Uhr

Jänner 11

Sa, 09.01. :: Skitour auf den Schwarzkogel (Hengstpass) 1.554m



Skitour für Anfänger geeignet! Voraussetzung: Kondition, Schifahren im Gelände. Tourenski und Felle können bei uns ausborgt werden.

Aufstieg: 1,5 – 2 Std. (600 Hm) Abfahrt: 30min.

Abfahrt: 7.00 Uhr Marktplatz Pucking.

Leitung: Gerald Gindlhuber

Sa, 15.01.–So, 16.01. :: Schnupperski- und Snowboardkurs in St. Johann/Wimberg für Anfänger ab 4 Jahre



(Nähere Infos siehe Seite 6)

Abfahrt: 8.30 Uhr, Marktplatz Pucking

Ankunft: ca. 16.00 Uhr, Marktpl. Pucking bzw. Sonntag im Naturfreundehaus

Leitung: Sabine Koblmüller

Sa, 29.01. :: Zum Abend-Rodeln auf die Hochsteinalm (Traunkirchen)



Bitte Stirn- oder Taschenlampe mitnehmen!

Abfahrt: 16.00 Uhr Marktplatz Pucking

Leitung: Gerald Gindlhuber



Hochsteinalm 2010

Februar 11

Sa, 19.02.–Sa, 26.02. :: Familien Skiurlaub Kirchberg/Tirol Nähere Infos siehe Seite 6.



Unterkunft: Bergschenke Krin www.bergschenke-krin.at

Neue Gondelbahn „Maierl“ und 8er Sessellift „Ochsalm“!

Leitung und Anmeldung: Albert Gindlhuber unter 0664/73851850

So, 24.02. :: Badminton Faschingsturnier Mixed und Doppel



Beginn: 18.00 Uhr im Spektrum

Leitung: Barbara Hauser

So, 27.02. :: Mondschein Skitour Wurzeralm oder Höss für Anfänger geeignet!



Voraussetzung: Kondition, Schifahren im Gelände.

Tourenski und Felle können bei uns ausgeborgt werden.

Aufstieg: 1,5 – 2 Std. (600 Hm) Abfahrt: 20 min.

Abfahrt: 18.00 Uhr Marktplatz Pucking.

Leitung: Chris Lyke und Peter Koblmüller

März 11

So, 20.03. :: Skitour Leobner Nordabfahrt (Johnsbach) 2.036m



Skitour nur für geübte Tourengerher!

Tourenski und Felle können bei uns ausgeborgt werden.

Aufstieg: 3 Std. (1.020 Hm) Abfahrt: 30 min.

Abfahrt: 6.00 Uhr Marktplatz Pucking. Leitung: Chris Lyke

Do, 31.03.–So, 03.04. :: Lauf-/Triathlon Trainingslager in Spital/P.

Leitung und Infos: Andreas Hofreither

April 11

Mi, 06.04. :: Lauftreff ab sofort wieder jeden Mittwoch



Treffpunkt: 19.00 Uhr Naturfreundehaus am See

Leitung: Josef Rumpelmayr

Mi, 06.04. :: Badminton ab sofort wieder jeden Mittwoch



Treffpunkt: 19.00 Uhr Spektrum

Leitung: Barbara Hauser

So, 10.04. :: Linz Marathon



Gemeinsamer Start für ¼-, ½- oder Marathon in der Landeshauptstadt Linz.

Nähere Infos wie immer auf unserer Homepage.

Leitung: Andreas Hofreither

Genauere Infos über die aktuellen Programmpunkte siehe unter

www.naturfreunde-pucking.at

April 11

Sa, 16.–Do, 21.04. :: Kletterwoche (Karwoche) in Arco (Italien)



Übernachtet wird am Campingplatz.

Voraussetzungen: regelmäßige Teilnahme am Klettertraining/Kletterkurs

Anmeldeschluss: Donnerstag, 31. März 2011

Achtung: bei dieser Fahrt können auch Erwachsene mitfahren!!!

Leitung: Erhard Kirchmayr

Do, 21.04. :: Radausfahrten ab sofort wieder jeden Donnerstag



Treffpunkt: 18.00 Uhr Naturfreundehaus am See

Leitung: Johann Hehenberger

Sa, 23.04. :: Ostereiersuchen für Kinder



Treffpunkt: 15.00 Uhr Naturfreundehaus am See

Leitung: Sabine Koblmüller und Daniela Bruckner

Mai 11

Fr, 06.05. :: Rennrad-Frühlingsausfahrt Absolut anfängertauglich!



Ca. 45 km flache Runde an der Traun und Donau entlang. Schnitt ca. 27 km/h

Abfahrt: 16.00 Uhr Kraftwerk Traun-Pucking

Leitung: Markus Marhann

Sa, 07.05. :: Wildfrauen Klettersteig Bosruck 1.992m A+B Klettersteig für Anfänger!



Voraussetzung: Trittsicherheit, Schwindelfreiheit

Klettersteigset und Helm können bei uns ausborgt werden.

Aufstieg: 3–4 Std. Abstieg: 2 Std.

Abfahrt: 7.00 Uhr Marktplatz Pucking

Leitung: Gerald Gindlhuber

Sa, 14.05. :: Bergwanderung Mittagstein (Rauhkogel) 1.260m



Rundwanderung: Steinbach/Ziehberg – Zimmerter Brunnen – Mittagstein – Gschlachtl – Steinbach

Gesamtgehzeit: ca. 4 Std. und ca. 700 Hm

Abfahrt: 7.30 Uhr Marktplatz Pucking

Leitung: Josef Teuschl

Sa, 14.05. :: Linz Triathlon



Gemeinsamer Start bei Sprint- oder Halb-Ironman-Distanz beim Linzer Triathlon am Pleschinger See.

Leitung und Infos: Andreas Hofreither

So, 15.05. :: Familienwanderung Rinnerberger Wasserfall Klamm



Abfahrt: 9.00 Uhr Marktplatz Pucking

Leitung: Gerald Gindlhuber, Karin Pelzeder

Mai 11

Mi, 18.05. :: Radtour Kremstalweg



Pucking – Neuhofen – Piberbach – Kematen – Rohr – Kremsmünster – Wartberg – Kirchdorf und retour.
Abfahrt: 10.00 Uhr Naturfreundehaus Pucking
Leitung: Johann Hehenberger

So, 22.05. :: St. Pölten Triathlon



über die Halb-Ironman-Distanz
Leitung und Infos: Andreas Hofreither

So, 29.05. :: Mountainbiketour auf die Schaumbergalm **Bestens für Anfänger geeignet!**



16,5 Km, 585 Hm
Abfahrt: 8.00 Uhr Marktplatz Pucking Leitung: Otto Pühringer

So, 29.05. :: Familien-, Hütten- und Almwanderung um's Karleck/Spital a. Pyhrn



Auffahrt zur Bosruckhütte 1.048m – Arlingsattel 1.425m – Bacheralm – Rohrauerhaus 1.308m (Einkehr) – Bosruckhütte
Gesamtgezeit: ca. 4 Std. und ca. 500 Hm
Abfahrt: 7.30 Uhr Marktplatz Pucking
Leitung: Josef Teuschl

Juni 11

So, 05.06. :: **7. Puckinger Seelauf**



Start ab 10.30 Uhr beim Naturfreundehaus
Bereits zum 7. Mal veranstalten wir den Puckinger Seelauf, der im OÖ Laufkalender längst nicht mehr wegzudenken ist!
Infos, Ausschreibung und Anmeldung auf unserer Homepage
www.naturfreunde-pucking.at

Fr, 10.06. :: **Rennradausfahrt Absolut anfängertauglich!**



Ca. 60 km flache Runde an der Traun und Donau entlang. Schnitt ca. 27 km/h
Abfahrt: 16.00 Uhr Kraftwerk Traun-Pucking
Leitung: Markus Marhann

Di, 14.–Sa, 18.06. :: **Radwoche am Waginger-See (Bayern)**



Tagestouren und Preise in Ausarbeitung.
Abfahrt: Di, 10.00 Uhr Naturfreundehaus Pucking
Leitung: Johann Hehenberger

Sa, 18.+So, 18.06. :: **Kitzbühel Triathlon**



Gemeinsames Wochenende in der Bergschenke Krin in Kirchberg/T.
und Start beim Open Race ITU Kitzbühel Triathlon
Details findest du zeitgerecht auf unserer Homepage
Leitung: Andreas Hofreither

Juni 1

So, 19.06. :: Mountainbike Brunnbach Panorama-Tour *Mittlere Schwierigkeit*



44 Km, 1.200 Hm, Abfahrt: 8.00 Uhr Marktplatz Pucking

Leitung: Otto Pühringer

Sa, 25.06. :: Familienwanderung Almschmankerln auf dem Hengstpass mit Picknick



Abfahrt: 10.00 Uhr Marktplatz Pucking

Leitung: Karin Pelzeder

So, 26.06. :: Mondsee Radmarathon



Nähere Infos siehe www.naturfreunde-pucking.at

Juli 1

So, 03.07. :: Rennrad „Tour de Traun“ von Obertraun über Bad Ischl, Gmunden und



Wels nach Traun. Radtourismusveranstaltung der Stadt Traun.

Anmeldung spätestens 4 Wochen vorher. Startgeld ca. 30 Euro.

Abfahrt: Bustransfer um ca. 5.30 Uhr von Traun

Leitung: Markus Marhann

Sa, 09.07. :: Gipfelübernachtung Hoher Zinken 1.764m



Mitzunehmen sind: Schlafsack, Verpflegung, warme Kleidung.

Aufstieg: 2 Std. mit Übernachtung neben dem Gipfelkreuz.

Sonnenaufgang ca. 4.00 Uhr. Abstieg: 1,5 Std.

Abfahrt: 15.00 Uhr Marktplatz Pucking

Leitung: Peter Koblmüller

So, 10.07. :: Bergwanderung Gumpeneck/Sölkpass 2.226m



Großsölk (Parkplatz Koller) – Schönwetterhütte 1.442m – Gumpeneck –

Wachlingerhütte (Einkehr) – Großsölk

Gesamtgehzeit: ca. 6,5 Std. und ca. 1.150 Hm (leichtes Gelände)

Abfahrt: 6.30 Uhr Marktplatz Pucking

Leitung: Josef Teuschl

Di, 12.+Mi, 13.07. :: Kletterkurs Ferienprogramm für die Puckinger und Ansfeldner Kinder.



Nähere Details entnehmen Sie bitte den Ferienprogrammen der Gemeinden.

Leitung: Erhard Kirchmayr

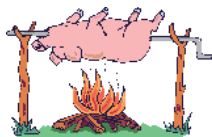
Sa, 16.07. :: Saugrillen



ab 18:30 Uhr beim Naturfreundehaus mit

Live-Musik und Triathlon Bar

Leitung: Gerald Gindlhuber



Juli 11

Mo, 18.–Do, 21.07. :: Kletterwoche im Pyhrn-Priel-Gebiet (vorwiegend Kamper Mauern)



Voraussetzungen: Regelmäßige Teilnahme am Klettertraining.

Anmeldeschluss: Do, 7. Juli 2011

Achtung: Bei dieser Fahrt können auch Erwachsene mitfahren!!

Leitung: Erhard Kirchmayr

Mi, 20.07. :: Radtour Obermühl



Mit dem Rad von Pucking nach Linz (Urfahr) und mit dem Zug nach Rohrbach. Von dort mit dem Rad nach Obermühl und mit der Fähre über die Donau nach Aschach – Kraftwerk Ottensheim – Mühlbach – Pasching – Traun – Pucking.

Abfahrt wird im Clubabend bekannt gegeben.

Leitung: Johann Hehenberger

August 11

Terminaviso

August ::

Klettern in Kroatien (Paklenica)

Übernachtet wird am Campingplatz direkt am Meer.

Leitung: Erhard Kirchmayr

Sa, 06.08. :: Cross-Triathlon Pucking „Löffelstörtrophy“



Start um 15.00 Uhr beim Naturfreundehaus

Auch 2011 stehen wieder nur 40 heißbegehrte Startplätze für TriathletInnen, und solche die es noch werden wollen, bereit!

Alle Infos dazu findet ihr auf der Homepage www.naturfreunde-pucking.at

So, 07.08. :: Bergwanderung Gr. Größtenberg (Hintergebirge 1.724m)



Molln/Bodinggraben – Steyrsteg – Weingartalm 1.154m – Größtenalm (Rückkehr gleich) – Einkehr Bodinggraben/Jagahäusl.

Gesamtzeit: ca. 6,5 Std. und ca. 1.150 Hm

Abfahrt: 6:30 Uhr Marktplatz Pucking

Leitung: Josef Teuschl

Sa, 13.+So, 14.08. :: Klettersteig Königsjodler Hochkönig 2.875m



D+E Klettersteig, extrem schwierig, nur für Klettersteig-Profis geeignet!

Aufstieg: 9 Std. Nächtigung am Matrashaus Abstieg: 3,5 Std.

Klettersteigset und Helm können bei uns ausgeborgt werden.

Abfahrt: Sa, 9.00 Uhr Marktpl. Pucking

Leitung: Chris Lyke

Mi, 24.08. :: Radtour St. Georgen an der Gusen



Pucking – Asten – St. Georgen/G. (Kruckenberg) zum Mostbauer und retour.

Abfahrt: 10.00 Uhr beim Naturfreundehaus

Leitung: Johann Hehenberger

September¹¹

So, 04.09. :: Schobersteinhütte/Schoberstein 1.285m – Gebietswanderung



Rundwanderung Molln/Breitenau – Pranzlgraben – Mandlmais – Schoberstein – Rückweg über Koglergut zum Ausgangspunkt. Wir treffen am Weg/auf der Hütte Naturfreunde der Umgebung. Gesamtgehzeit: ca. 4 Std. und ca. 750 Hm
Abfahrt: 7.30 Uhr Marktplatz Pucking Leitung: Josef Hauser

So, 11.09. :: Der Johann Klettersteig am Dachstein 2.730m



D+E Klettersteig, extrem schwierig, nur für Klettersteig-Profis geeignet!

Aufstieg: 5 Std. Abstieg: 30 min. (dann mit der Seilbahn ins Tal)

Abfahrt: 6.00 Uhr Marktplatz Pucking Leitung: Chris Lyke

So, 18.09. :: Mountainbiketour auf die Brombergalm Mittlere Schwierigkeit.



34,6 Km, 1.188 Hm

Abfahrt: 8.00 Uhr Marktplatz Pucking Leitung: Otto Pühringer

Mi, 21.09. :: Radtour Eferdinger Landweg



Pucking – Traun – Pasching – Thening – Fraham – Eferding – Alkoven – Wilhering – Pasching – Pucking

Abfahrt: 10.00 Uhr Naturfreundehaus Pucking

Leitung: Johann Hehenberger

So, 25.09. :: Familienwanderung Glankerlweg in Grünau im Almtal



Abfahrt: 9.00 Uhr Marktplatz Pucking

Leitung: Gerald Gindlhuber, Karin Pelzeder

Oktober¹¹

Sa, 01.10. :: Bergwanderung Wurzeralm – Rote Wand 1.872m



Auffahrt mit der Standseilbahn – Rundwanderung Brunnsteinersee –

Dümlerhütte (Einkehr) 1.495m – Halssattel – Bergstation Wurzeralm

Gesamtgehzeit: ca. 5 Std. und ca. 600 Hm

Abfahrt: 7.00 Uhr Marktplatz Pucking Leitung: Josef Teuschl

Mi, 05.10. :: Schigymnastik ab sofort wieder jeden Mittwoch im Spektrum



Kinder: 17.45 – 18.45 Uhr

Damen: 19.00 – 20.00 Uhr

Herren: 20.00 – 21.00 Uhr

Fr, 07.–So, 09.10. :: München Marathon



Näheres siehe die Homepage www.naturfreunde-pucking.at

Leitung: Andreas Hofreither

So, 30.10. :: Mountainbike-Abschlusstour auf die „Gis“ Mittlere Schwierigkeit



7,0 Km und 700 Hm Abfahrt: 9.00 Uhr Marktplatz Pucking

Mit dem Pkw bis Urfahr. Leitung: Otto Pühringer

IMPRESSUM:

Naturfreunde Pucking

Parkstraße 13

A-4055 Pucking

Tel + Fax: 0 72 29 / 88 2 49

ZVR-237782794

www.naturfreunde-pucking.at

E-Mail: naturfreunde-pucking@aon.at



Redaktion: Gerald Gindlhuber. Die Beiträge wurden von den jeweiligen Fachreferatsleitern erstellt.

Gestaltung & Computersatz: Wolfgang Mairinger, Cover: Stefan Ohneiser.

Druck: Compact-Druck, Pucking