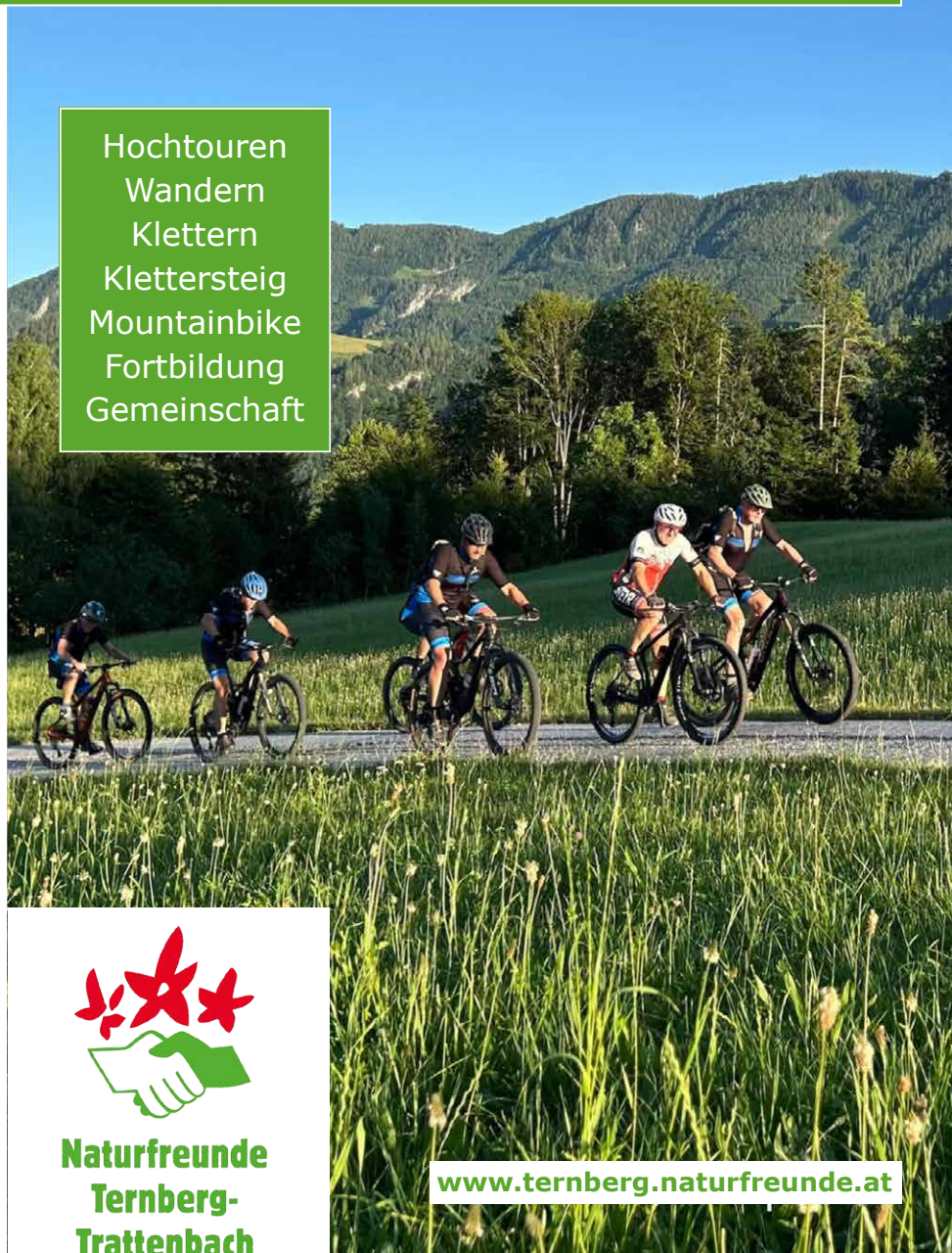


Sommerprogramm 2026

Hochtouren
Wandern
Klettern
Klettersteig
Mountainbike
Fortbildung
Gemeinschaft



**Naturfreunde
Ternberg-
Trattenbach**

www.ternberg.naturfreunde.at

Liebe Naturfreundinnen, liebe Naturfreunde!

Ihr habt nun das neue Sommerprogramm in den Händen. Das ist nicht selbstverständlich, sondern nur durch die freiwillige Ehrenamtliche Tätigkeit unserer Instrukto:innen, Übungsleitern und allen Mitarbeitern der Naturfreunde Ternberg-Trattenbach möglich.

Einige opferten wieder ihren Urlaub und Freizeit um Aus- und Weiterbildungen zu absolvieren.

Darum ist es wieder möglich ein hoffentlich entsprechendes, umfangreiches und abwechslungsreiches Programm anzubieten.

Finanziell haben wir wieder einiges gestemmt und aufgrund des Alters mussten die Kletterausrüstungen und die Klettersteigsets für unsere Mitarbeiter und Kursteilnehmer ausgetauscht und erneuert werden.

Bei Interesse an den Veranstaltungen bitte direkt mit den angeführten Personen in Verbindung treten. Es gibt auch WhatsApp Gruppen wo die nötigen Informationen wie Orte, Treffpunkte, Zusatzveranstaltungen, Ausrüstungslisten oder Terminverschiebung bei Schlechtwetter und dergleichen bereitgestellt werden.

Auf unserer Homepage <https://ternberg.naturfreunde.at> werden auch aktuelle Termine, Aktionen (Einkaufsaktionen) oder Zusatzveranstaltungen bekannt gegeben. Nutzt auch die Angebote der Landes- und Bundesorganisation und der Naturfreunde-Hütten.

Unser Vereinsbus und der Fahrradanhänger erleichtert das Vereinsleben enorm. Diese können auch für Vereinstätigkeiten und Veranstaltungen je nach Verfügbarkeit gegen Gebühr ausgeliehen werden.

Besonders hervorheben möchte ich das „Klettersteig und Kletterteam“. Nicht nur der laufende Betrieb der bewerkstelligt wird und unzählige Stunden an Aufwendungen erfordert sondern auch mittlerweile anstehende Sanierungen werden durchgeführt. So muss das Holz des „Brunnerbankerls“ oder die Aussichtsplattform Schritt für Schritt erneuert werden. Seile oder Hacken werden immer nach Bedarf erneuert. Heuer wird auch der Klettersteig wieder einer TÜV Prüfung unterzogen. Ein Besonderer Dank gilt natürlich den Grundstücksbesitzern des Kletterzentrums. Im besonderen unseren „Hausherren“ und „Hofstadel“ der Familie Mitterhumer für die tolle Zusammenarbeit und Unterstützung.

Einladen möchte ich wieder zum Marktfest. Unterstützt uns auch Bitte wieder durch eure Mithilfe oder durch euren Besuch und kommt auf einen „Bauernkrapfen“ und ein paar gesellige Stunden vorbei.

Ein großer Dank an das gesamte Naturfreunde Ternberg-Trattenbach Team. Es macht richtig Spaß mit so einer motivierten Truppe zusammenarbeiten zu dürfen. Einen Dank auch unseren Sponsoren und Unterstützern die die Finanzierung des Programmheftes ermöglichen. Wir, das gesamte TEAM freuen uns, wenn wir euch bei unseren Veranstaltungen begrüßen dürfen

Ein freundschaftliches BERG FREI

Johann Hager
Vorsitzender

Terminübersicht Sommer 2026

April

Fr	24. 04.	16:00 Uhr	Klettern im Ennstal
So	26. 04.	08:00 Uhr	Autofreier Sonntag Attersee

Mai

Di	05. 05.	17:45 Uhr	Start Dienstagsradausfahrten
Fr	22. 05.	16:00 Uhr	Klettern im Ennstal
Sa	30. 05.		Gebietswandertag Schoberstein

Juni

Sa	13. 06.	07:00 Uhr	MTB Blahalmrunde
Fr	19. 06.	16:00 Uhr	Klettern im Ennstal
Fr-Sa	19.-20. 06.		Hochtour Schönfeldspitze
Sa-So	20.-21. 06.		100Jahrfeier Schoberstein

Juli

Sa-So	04.-05. 07.		Marktfest Ternberg
Sa	11. 07.	07:00 Uhr	MTB Grimming Umrundung
Fr	17. 07.	16:00 Uhr	Klettern im Ennstal
Fr-So	24.-26. 07.		Hochtour Monte Cevedale

August

Fr-So	21.-23. 08.	07:00 Uhr	MTB Weinviertel Ausfahrt
So	30. 08.	06:00 Uhr	Wanderung Zeiritzkampl

September

Fr-So	04.-06. 09.		Hochtour Wilder Freiger
Sa	12. 09.	08:00 Uhr	MTB Hanslalm
Fr	18. 09.	16:00 Uhr	Klettern im Ennstal
So	20. 09.	06:30 Uhr	Wanderung Größtenberg
Sa	26. 09.	09:00 Uhr	Schnuppern Klettersteig

Liebe Naturfreundinnen und Naturfreunde!
Ergänzende Angaben und ev. Änderungen zu unseren Programmpunkten sind auf unserer Homepage www.ternberg.naturfreunde.at nachzulesen. Es lohnt sich, einen Blick auf unsere Homepage zu werfen!



Fr,
24. April



Klettern im Ennstal

Voraussetzungen: keine; Anfänger bis Fortgeschrittene aller Altersgruppen, Leihausrüstung vorhanden

Treffpunkt: ab 16:00 Uhr, Ort kurzfristig je Teilnehmer

Dauer: 3 Stunden

Anmeldung und Leitung: Dragan Jelica (0676/64456306)

So
26. April



MTB-Ausfahrt Autofreier Sonntag Attersee

Autofreier Tag am Attersee

Streckenlänge 48km, für das leibliche Wohl ist rund um den See gesorgt.

Anreise mittels Vereinsbus und Anhänger

Genauere Infos über die geplanten Radtouren gibt es, wie gehabt, über die WhatsApp-Gruppe bzw. über unsere Homepage.

Voraussetzungen: funktionstüchtiges Mountainbike, Fahrradhelm, Fahrradbeleuchtung, NF-Mitgliedschaft

Treffpunkt: Sonntag, 08:00 Uhr, NF-Container

Dauer: Tagesausflug

Leitung: Hermann Aschauer

Anmeldung: notwendig

FACTORY OUTLET STEYR

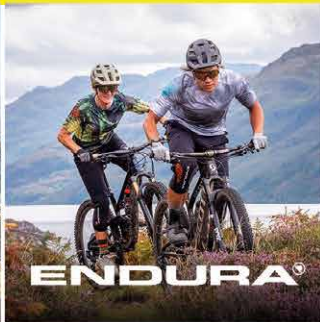
MO – DO 14 – 18 | FR 10 – 18

WIR HABEN FÜR EUCH GANZJÄHRIG GEÖFFNET!

Hochwertige Markenartikel
zum stark reduzierten
OUTLET-PREIS!

Neubaustrasse 15 | 4400 Steyr

mountainsportsgroup.at



jeden
Di
ab 5. Mai



Gemeinsames Mountainbiken im schönen Ennstal auf tollen Wegen – mit gemütlichem Ausklang!

Auch heuer werden wir wieder kräftig in die Pedale treten. Wir fahren jeden Dienstag um 17:45 Uhr beim Pump Track in Ternberg weg.

Beginn ist der 6. Mai. Gefahren wird nur bei Schönwetter. Geplant sind Radausfahrten rund um Ternberg, bei denen jeder mitfahren kann. Sie dauern ca. 2,5 Stunden und es werden ca. 600 - 700 hm und 30 km gefahren. Auch E-Biker sind herzlich willkommen. Es wird auch spezielles Techniktraining angeboten!

Genauere Infos über die geplanten Radtouren bzw. Trainingseinheiten gibt es, wie gehabt, über die WhatsApp-Gruppe bzw. über unsere Homepage.

Voraussetzungen: funktionstüchtiges Mountainbike, Fahrradhelmet, Fahrradbeleuchtung, NF-Mitgliedschaft
Treffpunkt: Dienstag, 17:45 Uhr, Pumptrack Ternberg
Dauer: 2 - 3 Stunden
Leitung: Hermann Aschauer
Anmeldung: nicht nötig

Fr,
22. Mai



Klettern im Ennstal

Voraussetzungen: keine; Anfänger bis Fortgeschrittene aller Altersgruppen, Leihhausrüstung vorhanden

Treffpunkt: ab 16:00 Uhr, Ort kurzfristig je Teilnehmer

Dauer: 3 Stunden

Anmeldung und Leitung: Dragan Jelica (0676/64456306)

Sa,
30. Mai



GEBIETSWANDERUNG Schoberstein

Treffpunkt: 09:00 Uhr Parkplatz Klausriegler
Gemeinsamer Aufstieg
zum Schobersteinhaus 1260m und Gipfel 1280m
610 Hm, Gehzeit 1,5 – 2 Std
von 11,30 Uhr – 14 Uhr gemütliches Beisammensein
Abstieg 14 Uhr – Über sog. Schinder (oder Forststrasse) zur
Mandlmais Kapelle und Schreibachfall zum Klausriegler.
Gehzeit; ca. 2 Std.

Kaiser

ORBEA HAIBIKE *corratec*

BIKELEASING



FIRMEN
RADL



WWW.SPORT-KAISER.COM

Sa,
13. Juni



MTB-Ausfahrt Blahalmrunde

Bad Goisern—Bad Aussee—Bad Ischl—Bad Goisern
Mittagsziel Blahalm

Voraussetzungen: funktionstüchtiges MTB , Fahrradhelm, Kondition für ca. 46 km und ca. 700 hm

Treffpunkt: 07:00 Uhr, NF Container, Merkurstr. 5

Dauer: Tagestour

Anmeldung und Leitung: Hermann Aschauer



Fr,
19. Juni



Klettern im Ennstal

Voraussetzungen: keine; Anfänger bis Fortgeschrittene aller Altersgruppen, Leihausrüstung vorhanden

Treffpunkt: ab 16:00 Uhr, Ort kurzfristig je Teilnehmer

Dauer: 3 Stunden

Anmeldung und Leitung: Dragan Jelica (0676/64456306)

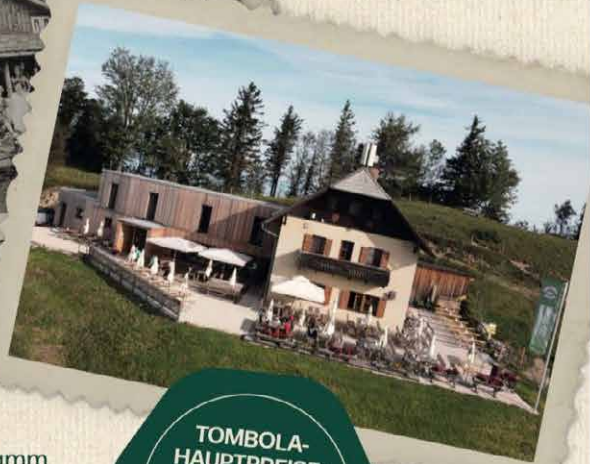
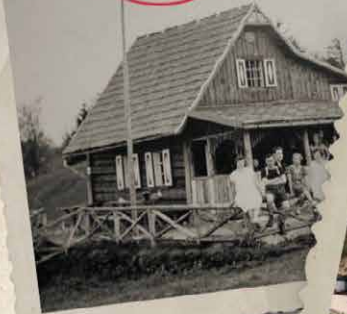
WIR FEIERN

100 Jahre

SCHOBERSTEIN
-haus



20. &
21.06.
2026



Samstag

ab 13.00 Uhr Kinderprogramm
Abends **Sonnwendfeuer**
19.00 Uhr **Livemusik SlapstiX**

Sonntag

ab 11.00 Uhr **Frühschoppen**
mit der Blasmusikkapelle Ternberg
11.30 Uhr Festakt, 15.00 Uhr Tombolaziehung

**TOMBOLA-
HAUPTPREISE:**
E-Bike powered by
Focus, Kletter-
kurs, Tandemflug
Paragleiten

*Findet bei jeder
Witterung statt!*

Fr - Sa
19. - 20.
Juni



Hochtour Schönfeldspitze 2653m

Die Besteigung der Schönfeldspitze über das Riemannhaus ist eine anspruchsvolle, aber landschaftlich grandiose Bergtour im Steirernen Meer (Salzburger Land). Start ist am Parkplatz Sandten bei Maria Alm. Der Weg bietet felsiges Gelände, leichte Kletterei. Trittsicherheit ist zwingend erforderlich. Am Gipfel angelangt wartet eines der wohl außergewöhnlichsten Gipfelkreuze auf uns.

Schwierigkeit: mittel
Höchster Punkt: 2653 m
Leitung: Günter Zemsauer
Anmeldung: nur online!

Auf/Abstieg: 1500 hm
Tiefster Punkt: 1174 m



Restaurant PESSL
Dürnbachstrasse 40
4452 Ternberg
Telefon: 0650/2008264
E-MAIL: zumpessl@gmail.com

ÖFFNUNGSZEITEN:
Montag 11h - 21h
Dienstag 16h - 21h
Mittwoch - Sonntag 11h - 21h

Sa - So
4. - 5.
Juli



Marktfest Ternberg

Besucht uns wieder beim Marktfest in Ternberg und lasst euch mit ganz frischen, selbst gemachten Bauernkräpfen verwöhnen.

Auch für Getränke (Kaffee, Limos, Hollersaft, Bier, usw.) ist gesorgt.

Wir freuen uns auf euren Besuch und auf ein Tratscherl mit euch!



Sa,
11. Juli



MTB-Ausfahrt Grimming Umrundung

Rund um den Grimming,
Ausgangspunkt ist Bad Mitterndorf—Viehbergalm—Gröbming—
Öblarn—Irding—Trautenfels—Bad Mitterndorf

Voraussetzungen: funktionstüchtiges Mountainbike, Fahrradhelm,
Kondition für ca. 65 km und ca. 1000 hm

Treffpunkt: 07:00 Uhr, NF Container, Merkurstraße 5

Dauer: Tagestour

Anmeldung und Leitung: Hermann Aschauer

Fr,
17. Juli



Klettern im Ennstal



Voraussetzungen: keine;
Anfänger bis Fortgeschrittene
aller Altersgruppen, Leih-ausrüstung vorhanden
Treffpunkt: ab 16:00 Uhr,
Ort kurzfristig je Teilnehmer
Dauer: 3 Stunden
Anmeldung und Leitung:
Dragan Jelica (0676/64456306)

Gasthof & Alpenpension
Koglerhof

4452 Ternberg, Wurmbach 35
Telefon: +43 (0) 72 56 / 86 44 · E-Mail: info@koglerhof.at
www.koglerhof.at

b buchberger
Natursteine - Fliesen - Zubehör
www.bgbuchberger.at



FLEISCHEREI
Mandl
WISSEN WO'S HERKOMMT

Qualität aus eigener regionaler Produktion

Betrieb Ternberg: 07256 / 8819 - 15
 Filiale ADEG-Markt: 07256 / 20590
 Filiale Großraming: 07254 / 8221

Schlachtbetrieb Reichraming:
 Telefon: 07255 / 66344



Fr - So
24. - 26.
Juli



Hochtour
Monte Cevedale 3769m

Der Cevedale ist der Höchste Gipfel der Ostalpen. Wir besteigen den Doppelgipfel der Zufallspitze und des Cevedale auf den Normalweg. Ein beeindruckendes Gletscher und Bergerlebnis ist garantiert, von der Martellerhütte geht es über den spattenreichen Zufallferner zur Fürkelescharte und weiter zum höchsten Punkt. Ausblick auf Ortler und Königspitze

- Tag 1:** Anreise über Innsbruck ins Martelltal, Aufstieg zur Martellhütte.
- Tag 2:** Hütte über Zufallsferner Taleinwärts überquert man den Gletscher. Weiter über Randspalte und Verbindungsgrad zum Gipfel
- Tag 3:** Abstieg von der Martellhütte - Heimreise



Schwierigkeit: mittel
Auf/Abstieg: 1500hm
Höchster Punkt: 3769 m
Tiefster Punkt: 2264 m
Leitung: Günter Zemsauer,
 Reinhard Hehenberger
Anmeldung: nur online!



MITTERHUMER'S

**HOFSTADL
HEURIGER**

A-4453 Trattenbach

Kienbergstraße 20

0660 / 55 10 507

most@mitterhumer.at

www.mitterhumer.at



Hofstadl



hofstadlheuriger

Fr - So
21. - 23.
Aug.



MTB-Ausfahrt Weinviertel Ausfahrt

Es geht ins Weinviertel in die Gegend von Retz,
weitere Infos folgen

Voraussetzungen: funktionstüchtiges Mountainbike, Fahrradhelm,
Treffpunkt: 07:00 Uhr, NF Container, Merkurstraße 5
Anmeldung und Leitung: Hermann Aschauer

So
30. Aug.



Wanderung Zeiritzkampl (2125m) Hinkareck (1932m)

Der Startpunkt der Tour ist der Parkplatz im Haselgraben(Radmer) von hier aus wandert man durch bewaldetes Gebiet zur Kammerlalm. Der Weg führt weiter über den Kammerkogel zum Wiesenkamm des Zeiritzkampl von dort führt der Weg steil bergauf bis zum kurzen Gipfelgrat des Zeiritzkampl. Zurück wandern wir zum Zeiritztörl (Antonikreuz) über das Hinkareck zur Seekaralm bis zum Ausgangspunkt.

Einkehrmöglichkeit: Seekaralm

Voraussetzung: Kondition für Aufstieg von ca. 1200hm 13km Trittsicherheit und Schwindelfreiheit

Gehzeit: ca. 6,5 Std.

Abfahrt: 06:00 NF Container
Anmeldung und Leitung:
Gruber Bert



Fr - So
04. - 06.
Sep.



Hochtour Wilder Freiger 3418m

Hochtour auf einen der höchsten Gipfeln in den Stubai er Alpen
Mit Grandiosen Weitblick in die Italienischen Alpen.

Schwierigkeit: mittel
Auf/Abstieg: 1600 hm
Höchster Punkt: 3418 m
Tiefster Punkt: 1915 m
Leitung: Martin Farveleder
Anmeldung: nur online!

Sa
12. Sept.



MTB Ausfahrt Hanslalm

Hanslalm am Hengstpass
Ausgangspunkt Trattenbach weiter in den Bodinggraben -
Jagahäusl—Haslersgatter—Blahbergalm—Hintergebirge retour
Voraussetzungen: funktionstüchtiges Mountainbike,
Fahrradhelm
Treffpunkt: 08:00 Uhr, NF Container, Merkurstraße 5
Anmeldung und Leitung: Hermann Aschauer

Fr,
18. Sept.



Klettern im Ennstal

Voraussetzungen: keine;
Anfänger bis Fortgeschrittene
aller Altersgruppen, Leihrüstung vorhanden
Treffpunkt: ab 16:00 Uhr,
Ort kurzfristig je Teilnehmer
Dauer: 3 Stunden
Anmeldung und Leitung: Dragan Jelica (0676/64456306)

So
20.
Sept.



Wanderung Kleiner und Großer Größtenberg

Ausgangspunkt der Wanderung auf den höchsten Berg des Reichraminger Hintergebirges ist das Jagahäusl im Bodinggraben. Zu Beginn startet man mit der gut beschilderten Forststraße Richtung Steyrsteg bzw. Biwakplatz/Windischgarsten. Wir wandern immer auf der linken Seite der Krümmen Steyring die Forststraße entlang bis die Straße von einem Steig abgelöst wird, der nun zum Steyrsteg führt. Dort angekommen biegen wir Richtung Weingartalm ab. Nach der Alm folgt ein bewaldetes Stück das rasch in eine große Latschenlandschaft, geschmückt mit steinig, felsigem Untergrund übergeht. Vom Gipfelkreuz hat man eine herrliche Aussicht ins Sengsengebirge, Tote Gebirge und Hallermauern. Der Abstieg führt uns noch zum Gipfel des kleinen Größtenberg danach wandern wir wieder auf dem gleichen Weg retour zum Parkplatz.

Einkehrmöglichkeit: Jagahäusl

Voraussetzung: Kondition für Aufstieg von ca. 1200hm 19km Trittsicherheit und Schwindelfreiheit

Gehzeit: ca. 7,5 Std.

Abfahrt: 06:30 NF Container

Anmeldung und Leitung Gruber Bert



Sternwirt



Familie Mayr

4452 Ternberg, Rosenthal 25

Tel. 07256/8787

office@sternwirt.eu · www.sternwirt.eu



LIEBLINGS- SPORTART

Sport braucht starke Partner

rb-ennstal.at

Sa,
26. Sept.



SCHNUPPERTAG AM KLETTERSTEIG Kletterzentrum Trattenbach

Treffpunkt: Kletterzentrum Trattenbach

Termin 1: 09:00 Uhr **Termin 2:** 13:00 Uhr

Dauer: 2 - 3 Stunden, max. 8 Teilnehmer

Voraussetzungen: keine, außer Lust an der Bewegung

Inhalte: Grundwissen Klettersteig, Materialkunde, Begehen des Steiges

Mitzubringen sind: festes Schuhwerk, Handschuhe, Rucksack, Trinkflasche, Klettersteigausrüstung (wenn vorhanden)

Leihhausrüstung: bei Bedarf vorhanden, gegen Gebühr auszuleihen

Leitung und Anmeldung: Thomas Hehenberaer

Gasthof Hubert Mandl

Kirchenplatz 9

4452 Ternberg

Tel. 07256/8848

kirchenwirt-ternberg@gmx.at



Impressum

Herausgeber, Medieninhaber: Naturfreunde Ternberg-Trattenbach, 4452 Ternberg, Albert-Bachner-Str. 4

Redaktion: Präsidium und Fachreferate Naturfreunde Ternberg-Trattenbach.

Druck- und Satzfehler sowie kurzfristige Terminänderungen vorbehalten.

Druck: jographic, 4452 Ternberg, Raiffeisenplatz 1. Erscheinungsort: 4452 Ternberg

Titelbild: MTB Ausfahrt, Foto Seite 8: MTB Aufahrt , Foto Seite 10: Schönfeldspitze, Fotos Seite 11: Marktfest

Ternberg, Foto Seite 12 Kletterfelsen, Fotos Seite 13 Monte Cevedale, Fotos S 15: Zeiritzkampfl

Fotos: Bert Gruber, Reinhard Hehenberger, Patzelt Hannes, Thomas Hehenberger

Vorstand Naturfreunde Ternberg-Trattenbach

Vorsitzender

Johann Hager 0676/9890690 johager@gmx.at

Vorsitzender Stellvertreter

Alfred Wührer 0664/9228205 al.wuehrer@ktv-ternberg.at

Günter Zemsauer 0680/3014048 mg.zemsauer@gmx.at

Schriftführerin

Thomas Hehenberger 0650/3146489 t.hehenberger@hotmail.com

Schriftführerin Stellvertreterin

Greti Mitterhuber 0699/10532908 greti.mitterhuber@gmail.com

Finanzreferentin

Claudia Hehenberger 0660/1464670 c.hehenberger@gmx.at

Finanzreferentinstellvertreter

Ingrid Märkinger 0650/5056722 ingrid.maerkinge@gmx.at

Kassaprüfung Vorsitzender

Rudi Rief 0664/3552618 office@sicher-rief.at

Kassaprüfung

Peter Dietl 0676/9512641

Franz Garstenauer 0676/4745290

Spartenleiter Naturfreunde Ternberg-Trattenbach

Referat Alpin

Günter Zemsauer 0680/3014048 mg.zemsauer@gmx.at

Martin Farveleder 0680/2074830 mfarvele@gmail.com

Referat Klettern

Dragan Jelica 0676/64456306 geca.jelica@gmail.com

Verena Mauler 0650/4423031 maulerverena@gmail.com

Martin Moser 0677/61426567 martin.moser@ktv-ternberg.at

Markus Wührer 0699/18411590 markuswuehrer@gmail.com

Referat Klettersteig

Reinhard Hehenberger 0664/1052824 r.hehenberger@gmx.at

Thomas Hehenberger 0650/3146489 t.hehenberger@hotmail.com

Referat Mountainbiken

Hermann Aschauer 0664/1431615 aschauer.hermann@roteskreuz.at

Referat Skitouren

Martin Farveleder 0664/8128674 mfarvele@gmail.com

Mandi Kiss 0670/4088330 kmandi2210@gmail.com

Referat Wandern

Bert Gruber 0660/7649929 berthold.gruber@outlook.at