

## **Die Wanderungen**

Sind ein freiwilliges Engagement von mir, Dorothee Mühlebruch.

Die teilnehmende Person(TP) erklärt durch die Teilnahme am Wandertag, dass sie an der Wanderung auf eigene Gefahr teilnimmt und ihr sind die Risiken des Wanderns bewusst. Eine Teilnehmersversicherung gibt es nicht. Die TP trägt selber Sorge für ausreichenden Versicherungsschutz. Sie verzichtet gegenüber der Wanderführerin Frau Mühlebruch auf jegliche Ansprüche, die im Zusammenhang mit einem schädigenden Ereignis während der Wanderung entstehen.

Die TP erklärt ausdrücklich, dass keinerlei gesundheitliche Beeinträchtigungen vorliegen, die eine Teilnahme ihrer Person an der Tour ausschließen oder einschränken könnte.

Für Verpflegung – insbesondere Getränke (empfohlen wird 1 l Flüssigkeit) hat die TP selber zu sorgen. Ebenso sind wetterfeste Kleidung und feste Wanderschuhe erforderlich.

Es werden alle Arten von Weg: Trampelpfade, Sandwege, steinige Pfade, starke Steigungen/Gefälle und Trittspuren begangen!

Die Wanderführerin ist jederzeit berechtigt, die Tour ohne Angabe von Gründen als beendet zu erklären oder in eigenem Ermessen den Wanderverlauf abändern. Sie ist außerdem berechtigt bei gesundheitsbedenklichem oder sicherheitsgefährdendem Verhalten einer TP, diese jederzeit von der Tour auszuschließen.

Die TP verzichtet für diesen Fall auf jegliche Ansprüche gegenüber der Wanderführerin.

Sollte die TN die Tour frühzeitig beenden, ist das der Wanderführerin mitzuteilen. Die Verantwortung derselben endet dann hiermit.

Die TP erklärt sich einverstanden, dass Bilddokumentationen im Rahmen der Dokumentation durch die Wanderführerin nachfolgend archiviert und uneingeschränkt kostenfrei verwandt werden dürfen.

Ich habe alle Bedingungen und Regeln gelesen, verstanden und bin mit diesen einverstanden. Außerdem bin ich über die Besonderheiten der heutigen Strecke, Streckenprofil, besondere Wetterbedingungen und Gefahren, Pausenrythmus, informiert worden.

## **Ergänzungen**

In der Regel werden die Wanderstartpunkte mit dem Bus angefahren, der Preis des Busses, sowie andere Unkosten werden auf alle TP umgelegt.

Sollte in Ausnahmefällen eine TP mit dem PKW zum Startpunkt kommen, ist der anteilige Bus Preis trotzdem zu zahlen.

Da die meisten Touren Streckenwanderungen sind, d.h. Start und Ziel sind nicht identisch, hat die TP mit Eigenanreise selber für eine Rückfahrt zu sorgen.

Eine Buchung/ Anmeldung ist immer als verbindlich zu betrachten und muss bezahlt werden.

Für alle angebotenen Wanderungen bitte an ausreichende Getränke, Verpflegung, wetterentsprechende Kleidung und feste Wanderschuhe denken. Zum Abschluss der Wanderung ist meist eine Einkehr vorgesehen.

Abfahrt in der Regel 9.00Uhr am Pendlerparkplatz an der Autobahn Abfahrt Millich, Hückelhoven. Die Anmeldungen sind verbindlich.

Meistens fahren wir mit dem Bus, diese und meine Kosten werden auf die umgelegt.

Die Bankverbindung zur Vorkasse: Dorothee Mühlenbruch, comdirect, IBAN: DE 27200411330414443205.

Weitere Infos und Anmeldungen telefonisch 02432 - 9620317 oder per Mail an [info@wanderfreuden.eu](mailto:info@wanderfreuden.eu)

Alle Aktivitäten auch im Internet: [www.wanderfreuden.eu](http://www.wanderfreuden.eu)

### **Ich biete verschiedene Wanderungen an:**

Manche sind eher leicht, andere dagegen anstrengend dabei. Diese benötigen oft Trittsicherheit und erfordern eine gute Kondition.

### **Klassifizierung meiner Touren**

Nur Ihr selber können Euch richtig einschätzen. Aus diesem Grunde gebe ich hier eine kleine Hilfe: Ich biete 3 unterschiedliche Schwierigkeitsgrade an. +, ++ und +++

+ sind leichte Touren, bis ca. 10km, maximaler An- und Abstieg 180m, diese Touren werden langsam gegangen.

++ diese Touren sind bis ca. 16km, maximaler An – und Abstieg bis 300m, diese Touren werden im gewohnt zügigen Tempo, ca. 4 – 4,5km/Std., gegangen.

+++ sind Touren, die entweder mehr Höhenmeter haben, über schwierigere Wegstrecken führen oder eine längere Distanz haben. Auch diese Touren werden gewohnt zügig 4 km/Std., gegangen.

Solltet Ihr lange Strecken wandern können, aber mehr Schwierigkeiten mit der Höhe haben, kann es durchaus sein, dass Sie Touren mit +++ mitmachen können. Das gleiche gilt für diejenigen, die zwar einen gewisse Zeitlang Höhenmeter machen können, bzw. wollen, aber nicht gerne so sehr weit wandern. Lest bitte aufmerksam die Tourenbeschreibungen und fragt nach, wenn Ihr Euch nicht sicher sind. Ich gebe immer gerne ausführliche Auskunft.

### **Was bedeutet Trittsicherheit?**

Trittsicherheit ist die Fähigkeit, sich beim Wandern und Bergsteigen in unwegsamem Gelände sicher zu bewegen. Hierzu müssen die koordinativen Anforderungen erfüllt ein, zudem sind Kraftreserven und ausreichende Wahrnehmung des Geländes erforderlich