



# **BUSHCRAFT & SURVIVAL** **WINTERGRUNDKURS**

**KURSVORBEREITUNG**



## VERPFLEGUNG, UNTERKUNFT, EQUIPMENT & ANFAHRT

Vielen Dank, dass du einen Kurs bei uns gebucht hast. Wir sind stolz auf unser Programm und freuen uns darauf, Zeit in der Natur mit dir zu teilen. Folgende Informationen sollen dich auf die Zeit bei uns bestmöglich vorbereiten. Viele Fragen zur Verpflegung, Unterkunft, Ausrüstung und Anfahrt werden wir dir hoffentlich ausreichend beantworten können. Auf unserer Webseite gibt es die Rubrik **FAQ**, hier findest du weitere häufig gestellte Fragen. Sollten dann noch Fragen offen bleiben, kannst du uns jederzeit per E-Mail oder telefonisch erreichen. Die aktuellen Kontaktdaten findest du auf unserer Webseite unter **Kontakt**. Grundsätzlich freuen wir uns, wenn während der gesamten Kurszeit die Mobilfunkgeräte und andere elektronische Geräte aus bleiben. Lass dich gerne auf dieses „Experiment“ ein, es wird dir viel zurückgegeben.

## FÜR WEN IST DER BUSHCRAFT & SURVIVAL WINTERKURS

In diesem Winterkurs vermitteln wir an einem Wochenende die wichtigsten Elemente des Lebens und Überlebens in der Natur. Der Fokus liegt auf effektiver Wissensvermittlung in Kombination mit praktischen Übungen, so dass du danach deine eigenen kleinen Abenteuer in der Natur erleben kannst.

Beachte bitte dass es im Winter sehr kalt werden kann und du eine erhöhte körperliche Fitness benötigst, um diesen Kurs genießen zu können. Schätze dies bitte ehrlich und realistisch für dich selber ein.

Wenn der Winter nicht deine Jahreszeit ist, schaue bei unserem **Basiskurs** vorbei. Mit unserem fünftägigen Bushcrafting und Survival Erweiterungskurs bieten wir in den wärmeren Jahreszeiten eine Möglichkeit, noch intensiver in die Themen einzutauchen.



## VERPFLEGUNG

Wir stellen während des Kurses alle Lebensmittel zur Verfügung, wobei wir ausschließlich Lebensmittel aus ökologischem Anbau verwenden. Unser Fleisch kommt von den Jägern aus der Region. Wenn du Fleisch essen willst, sage uns diesbezüglich vorab Bescheid, so dass wir die passende Menge in unserem Lager haben. Wenn das Wetter es zulässt, werden wir über unserer Feuerstelle kochen. Bei hoher Waldbrandstufe ist unsere Feldküche ein einfacher Aufbau mit einem großen Tisch und einer Kochausrüstung, die durch eine große Baumwollplane zwischen den Bäumen geschützt wird. In der Nähe der Feuerstelle steht dir jederzeit eine Obstschale zur Verfügung.

Zum Frühstück gibt es eine Auswahl an Müslis und gutem Brot, das sich hervorragend über dem Feuer rösten lässt. Je nach Witterung besteht das Mittagessen entweder aus einem Buffet mit einer Auswahl an kalten Speisen oder einer warmen Alternative. Das Abendessen wird eine schmackhafte, nahrhafte und warme Mahlzeit sein. Wenn du besondere Ernährungswünsche hast oder Veganer bist, setze dich bitte mit uns vorher in Verbindung, so dass wir auf deine Wünsche eingehen können.

Einige Mahlzeiten werden von dir und den anderen Kursteilnehmern zubereitet, so dass du die Möglichkeit hast, das Kochen über dem Feuer zu lernen. In diesen Fällen stellen wir eine Küchenbox bereit, mit Schneidbrettern, Messern und anderen nützlichen Gegenständen zum Kochen. Für den Einsatz bei offenem Feuer wird ein Satz Edelstahltopfe bereitgestellt.

Frisches Trink- und Washwasser steht in unserem Camp immer zur Verfügung. Wir haben mehrere Kanister in der Nähe des Lagers bereitgestellt. Für den Hunger und Durst zwischendurch gibt es Tee, Kaffee, Milch, Zucker, Kekse und Obst. Gemeinschaftliche Waschschüsseln werden zusammen mit Schwämmen und Spülmittel, Seife und Bürste bereitgestellt.



## DER KURSORT

Wir sind stolz auf unseren wunderschönen Kursort in Eberswalde bei Berlin. Unser Lagerplatz liegt von Laubwald umgeben. Unweit verläuft der Wildfluss „Schwärze“, an dem wir uns erfrischen und waschen können. Unser Wasser holen wir direkt aus der kristallklaren Herta-Quelle. Hierfür haben wir Kanister, die wir vorher aufgefüllt haben und die immer bereitstehen. Auf unserem Platz haben wir eine große Feuerstelle als zentralen Punkt, an dem wir zusammenkommen, kochen oder uns aufwärmen können. Eine Komposttoilette steht, mit Seifen und frischem Wasser zum Waschen der Hände, direkt auf unserem Kursgelände. Sollte das Wetter einmal nicht mitspielen, haben wir unser großes Tipi, in dem wir für euch ein wärmendes Lagerfeuer entfachen können. Bitte bringe zum Übernachten dein Zelt, deine Hängematte oder dein Tarp mit. Alle weiteren Infos zur benötigten Ausrüstung findest du weiter unten in unserer Checkliste.

## ABLAUF

Um 16.00 Uhr treffen wir uns an unserem Kursgelände. Hier erwarten dich zwei Teamer, die dich und die anderen Teilnehmer das ganze Wochenende begleiten werden. Nach einer kleinen Vorstellungsrunde am wärmenden Lagerfeuer, kannst du dein Nachtlager aufschlagen und etwas essen. Nach einer kurzen Pause zeigen wir dir das Kursgelände. Danach geht es in den Wald. Hier beginnen wir mit einer generellen Sicherheitsunterweisung. Der Fokus unseres ersten Abends liegt auf der Sicherheit mit Werkzeugen und dem sicheren Aufenthalt und Umgang mit Flora und Fauna in der Natur. Am Abend üben wir Feuer zu entfachen und lassen den Tag am Lagerfeuer ausklingen.

Morgens stehen wir um 6.30 gemeinsam auf. Nach einem Frühstück am Lagerfeuer, geht es dann auf eine Wanderung in den Wald, dort behandeln wir die Themen Wasseraufbereitung und Pflanzenkunde. Danach bereiten wir mit dir ein Notlager aus Naturmaterialien vor und lernen mit praktischen Anwendungen viele Survival- und Bushcraft-Themen. Wenn du möchtest und den richtigen Schlafsack und eine passende Isomatte hast, kann du in diesem Notlager die Nacht unter freiem Himmel ohne Zelt verbringen.

Am Sonntag treffen wir uns alle um 7.00 Uhr am zentralen Lagerfeuer und backen mit frischem Teig unser Brot für das Frühstück. Hier werden wir verschiedene Themen vom Vortag vertiefen, Erlerntes auffrischen und Fragen beantworten. Nach einem Mittagessen um ca. 13.00 Uhr und einer Abschlussrunde verabschieden wir uns. Nun kann dein eigenes Abenteuer beginnen!

Bitte beachte, das einige Themen intensiver behandelt werden und andere nur angeschnitten werden können. Jeder Kurs orientiert sich an der Dynamik der Teilnehmer.

### **Was du in diesem Bushcraft und Survival Winterkurs Kurs lernst:**

- Verschiedene Methoden des Feuermachens
- Über dem Feuer kochen
- Feuer löschen und keine Spuren hinterlassen
- Erste Hilfe im Survival- und Bushcrafting-Kontext
- Wissen über nützliche Bäume und Pflanzen im Winter und im Sommer

- Finden von Zunder und Feuerholz
- Notbehausungen im Winter
- Einführung in die Navigation
- Einführung in das Fährtenlesen
- Grundwissen der Wasseraufbereitung
- Knotenkunde
- Sicherer Umgang mit Messer, Säge und Axt
- Basiswissen über Bushcrafting- und Survival-Ausrüstung
- Verhalten bei Wildtieren (Wildschwein / Wolf / Bär)
- Gefahren im Wald zu jeder Jahreszeit

### Highlights:

- Es gibt die Möglichkeit, ohne Zelt draußen in unserem wunderschönen Laubwald übernachten. Besonders im Winter ist dies ein absolutes Erlebnis. Die klare, frische Luft in der Nacht ist einzigartig
- Wir haben die Möglichkeit, Wildfleisch über dem offenen Feuer zu garen
- Du hast die Möglichkeiten unter Anleitung einen Löffel zu schnitzen



## AUSRÜSTUNG

Die folgende Ausrüstung wird von uns für die Dauer des Kurses zur Verfügung gestellt:

**Tarp - Schutzplane** Die Plane ist eine wasserdichte Folie, die dich vor Wind und Regen schützt. Du wirst im Laufe des Kurses lernen, wie man eine Plane richtig aufspannt und sich bequem für die Nacht einrichtet.

**Feststehendes Schnitzmesser** Du erhältst von uns ein Morakniv Companion Heavy Duty MG Messer, um die verschiedenen Messer- und Schnitztechniken bestmöglich üben zu können.

**Feuerstahl** Wir haben ein Set von verschiedenen Feuerstahl Sorten, um das Entfachen eines Feuers auf unterschiedliche Arten üben zu können.

**Kochausrüstung** In diesem Kurs werden wir, wenn möglich, am Feuer kochen. Hierfür stellen wir die Ausrüstung zur Verfügung, die für die Zubereitung der Mahlzeiten benötigt wird. Dazu gehören Kochtöpfe, Rührschüsseln, Utensilien, Messer, und Schneidbretter.

Wir haben selbstverständlich auch sehr gut sortierte Erste-Hilfe-Sets, Feuerlöscher und Löschdecken für deine Sicherheit auf unserem Kursgelände.

Wenn du während des Kurses ein Mobiltelefon verwenden möchtest, nimm bitte Rücksicht auf die anderen Mitglieder der Gruppe und schalte es in den stummen Modus!



## CHECKLISTE FÜR KLEIDUNG UND AUSRÜSTUNG

Diese Bekleidungs- und Ausrüstungsliste soll dir helfen, zu entscheiden, welche Gegenstände du mitbringen musst. Da es sich hier um einen Winterkurs handelt, solltest du lieber etwas mehr Bekleidungsstücke mitnehmen, als zu wenig. Wir werden uns nach dem „Zwiebelsystem“ kleiden und verschiedene Schichten übereinander tragen. Wenn du die passende Kleidung und Ausrüstung zusammengestellt hast, wird deine Erfahrung in der Natur angenehmer und du kannst dich mehr auf das Lernen konzentrieren.

Alle blau markierten Punkte sind für diesen Kurs unerlässlich. Alle anderen Ausrüstungsgegenstände sind Empfehlungen. Gerade am Anfang musst du nicht alles neu kaufen. Es gibt einige recht kostengünstige Armee-Restbestände, die allesamt eine sehr gute Qualität haben. Du kannst dir natürlich auch Gegenstände von deinen Freunden oder Nachbarn ausleihen. Zu einigen Ausrüstungsgegenständen geben wir dir eine Empfehlung. Dieses Equipment und diese Marken sind bei uns seit Jahren im Einsatz und haben sich bewährt.

Bitte beachte, das wir auf unserem Kursgelände keine Möglichkeit haben elektronische Geräte aufzuladen.

## GRUNDSCHICHT

Was du direkt auf der Haut trägst, hängt natürlich vom jeweiligen Wetter ab. Im Hochsommer kann es ausreichen, ein T-Shirt zu tragen, aber beim Winterkurs ist es ratsam, beispielsweise eine Thermoschicht aus Wolle dabei zu haben. Auf diese Weise bist du gut vorbereitet, wenn es kalt wird.

**Empfehlung:** Oberteil: Zip Turtleneck 200, Hose: Brynje Wool Thermo Hose Lang mit Verstärkung am Knie

## MITTELSCHICHT

Diese sollte robust, warm und bequem sein. Ein Pullover wird hier ausreichen.

## ÄUSSERE SCHICHT

Diese Schicht muss wasserdicht und winddicht sein. Gedeckte, natürliche Farben erhöhen die Chancen, die Tierwelt besser beobachten zu können.

## HOSE

Leichte, schnell trocknende Hosen aus einem Baumwoll-Synthetik-Gemisch sind am besten. Jeans sind nicht geeignet, da sie kalt werden und langsam trocknen.

**Empfehlung:** Fjällräven Vidda Pro G1000

## SCHUHWERK

Schuhe sollten stabil, und warm sein, dem Knöchel Halt geben und eine griffige Sohle besitzen. Es ist sehr nützlich, ein leichtes Paar Stiefel oder Turnschuhe für trockene Wetterbedingungen mitzubringen. Bei Schnee oder nassen Bedingungen sollten die Schuhe mit einer wasserdichten Membran bevorzugt werden. Wenn du dir Schuhe neu kaufen willst, lass dich bitte ausführlich von einem Outdoor Geschäft in deiner Nähe beraten.

## WOLLMÜTZE

Die Temperatur kann zu jeder Jahreszeit plötzlich fallen und in Verbindung mit Feuchtigkeit kann es ziemlich kühl werden. Im Winter ist eine Wollmütze unerlässlich.

## WINTER - ARBEITSHANDSCHUE

Finger-Winterhandschuhe schützen vor Kälte und Nässe und lassen dir genug Gefühl, um die wichtigen Aufgaben draußen zu erledigen.

**Empfehlung:** Hestra - Falt Guide Glove

## FÄUSTLINGE

Bringen, wenn möglich, auch isolierte warme Fäustlinge mit. Wenn wir einmal etwas länger nicht am Lagerfeuer sind, und du kalte Hände bekommst, werden sie so schnell wieder warm.

## WOLLSOCKEN x 2

**SCHAL** **Empfehlung:** Bundeswehr „Shemagh“

## SCHLAFSACK

Bitte bringe **unbedingt** einen zur Außentemperatur passenden Schlafsack mit. Die erwarteten Temperaturen in der Nacht liegen zwischen +5 und -5 Grad. Entscheide dich für einen, der für einen Wärmebereich über deiner erwarteten Temperatur ausgelegt ist. Wenn du Fragen dazu hast, lasse dich in einem Outdoor Laden in deiner Nähe dazu beraten!

**Empfehlung:** Bundeswehr gebraucht: Winterschlafsack Defence 4 (gebraucht)

## LEICHTES ZELT ODER EINE ÄHNLICHE UNTERKUNFT

Du solltest ein Zelt mitbringen, in dem du die Nacht deiner Ankunft verbringen kannst. An den anderen Abenden hast du die Möglichkeit, unter der von uns bereitgestellten Plane zu schlafen.

## GORE-TEX / ATMUNGSAKTIV BIVI-BAG

Es ist sehr nützlich, wenn du hier im Winterkurs einen Biwacksack (Biwibag) dabei hast, da wir Schutzhütten bauen werden, in denen wir uns während der Woche aufhalten. So bleibt dein Schlafsack trocken und du wirst vor Wind geschützt. Bitte stelle sicher, dass dieser aus einem atmungsaktiven Gore-Tex oder ähnlichem Material hergestellt ist. Es gibt einige recht kostengünstige Armee-Restbestände, die allesamt eine sehr gute Qualität haben.

**Empfehlung:** GORE-TEX Bivy Sack Oliv von Carinthia (Bundeswehr – gebraucht)

## ISOLIERENDE SCHLAFMATTE

Du kannst den wärmsten Schlafsack haben, aber ohne eine isolierende Matte unter dir spürst du, wie deine Körperwärme vom kälteren Boden abgeleitet wird.

**Empfehlung:** Isomatte der holländische Armee aus Polyethylen Schaum

## TAGESRUCKSACK

Für unsere Touren im Wald brauchst du einen komfortablen Rucksack, der idealerweise einen guten Beckengurt hat. Dieser sollte in etwa ein Fassungsvermögen von 40 Litern besitzen. Hier kannst du dann Essen, Wasser, Jacke, Kopflampe und andere Gegenstände transportieren, die du bei einer Tour in unseren Wald benötigen wirst.

**Empfehlung:** Karrimor SF Sabre 45

## BECHER & ESSGESCHIRR

Bitte bringe geeignete Utensilien zum Essen und einen Becher mit. Eine gute Kombination ist die Nato- oder US-Feldflasche mit Becher und Hülle. Dies ist völlig ausreichend und hält die Dinge einfach, aber du kannst natürlich dein eigenes System mitbringen.

## UHR

Wir werden euch zu bestimmten Zeiten bitten, für Vorträge oder Mahlzeiten pünktlich an einem bestimmten Ort zu sein und wir können nicht auf jemanden warten, der nicht pünktlich ist.

## WASSERFLASCHE (1 Liter) x 2

## KLEINES ERSTE-HILFE-KIT UND PERSÖNLICHE MEDIZIN

Unser Personal hat jederzeit schnellen Zugriff auf eine gute Erste-Hilfe-Ausrüstung. Du musst jedoch ein kleines Erste-Hilfe-Set mit Pflastern und persönlichen Medikamenten wie Kopfschmerztabletten, Lesebrillen / Kontaktlinsen, Inhalatoren usw. mitbringen.



## WASCHSATZ & TUCH

Wir bieten Handwaschbecken, einschließlich Schüsseln, Nagelbürsten und Seifen an. Wir haben auch eine abgeschirmte Lagerdusche; wir finden es nützlich, Flip-Flops oder ähnliches dabei zu haben, um schmutzige Füße zu vermeiden.

## SIGNALPFEIFE

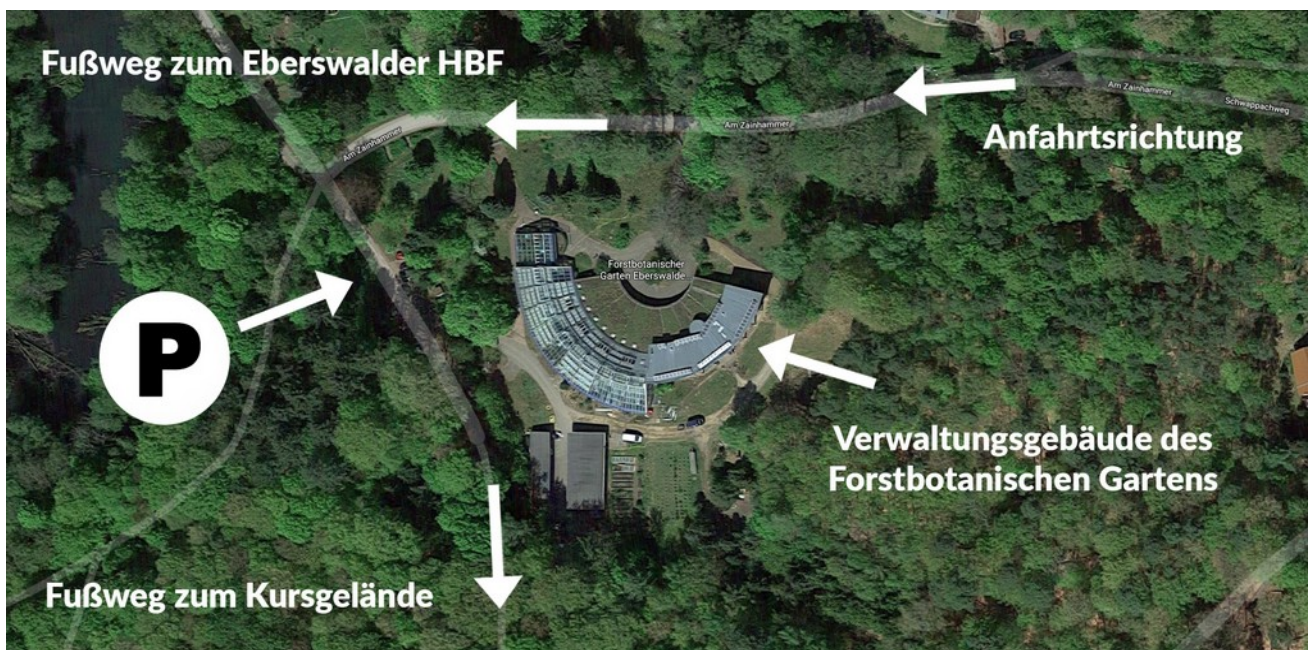
Ein wertvolles Werkzeug für den Fall, dass du verloren gehst, und ein Gegenstand, den du während deines Aufenthaltes im Idealfall dabei hast.

## WASSERDICHTES NOTIZBUCH UND BLEISTIFT

Wir geben dir in unseren Kursen viele Informationen, die du mit einem Notizbuch festhalten kannst.

## KOPFLAMPE MIT FRISCHEN BATTERIEN & AUSSREICHEND ERSATZBATTERIEN

Dies ist ein sehr wichtiger, aber oft vergessener Ausrüstungsgegenstand. Unter dem Blätterdach der Bäume kann es überraschend dunkel sein. Daher kann es nicht nur unbequem sein, sich ohne Licht zu bewegen, sondern auch gefährlich. Eine Stirnlampe ist notwendig, damit deine Hände für andere Aufgaben frei sind.



## ANFAHRT

Unser Kursgelände liegt im Süden der Stadt Eberswalde, 2 km vom Hauptbahnhof entfernt. Eberswalde liegt etwa eine Autostunde nördlich von Berlin. Wenn du mit Öffentlichen Verkehrsmitteln kommst, fährst von Berlin Hauptbahnhof der RE3 jede Stunde in 45 Minuten zum Eberswalder Hauptbahnhof.

Von dort aus sind es mit dem Taxi nur noch 5 Minuten zu uns. Wenn du vom HBF zu Fuß zu uns willst, benötigst du etwa 20 Minuten.

Für die Anreise mit dem Auto ist der Parkplatz in der Nähe unseres Kursgeländes, hinter dem Verwaltungsgebäude des Forstbotanischer Gartens. Die exakte Adresse für Euer Navi lautet: **Am Zainhammer 5, 16225 Eberswalde**

Bitte parkt dort an dem auf der Karte markierten Punkt. Vom Parkplatz aus folgt ihr danach bitte zu Fuß den Markierungen bis zu unserem Kursplatz. Ihr könnt uns jederzeit anrufen, dann holen wir euch gerne am Parkplatz ab oder helfen euch beim Tragen. Wir freuen uns auf Euch.