Unterm Grünhorn

Unterm Grünhorn von Berggipfeln umgeben.

Im Bergdorf Baad, dem kleinsten und zugleich höchstgelegenen Örtchen im Kleinwalsertal, starten wir unsere Schneeschuhtour. Zunächst geht´s vorbei an der Lüchlealp, hinauf zur Inneren Stierhofalpe und weiter zur Starzelalpe (alle im Winter unbewirtschaftet). Bei einer ausgiebigen Rast kann jeder seine selber mitgebrachte Jause genießen, während wir das Panorama bestaunen. Abstieg über das Duratal zurück nach Baad.

Anforderungen

Kondition

Kondition für Aufstiege zwischen 500 und 700 Höhenmeter und Gehzeiten bis 6 Stunden

Technik

Mittel - für Fortgeschrittene. Erfahrung im Schneeschuhwandern und Trittsicherheit werden vorausgesetzt.

Unterkünfte für kurzfristige Aufenthalte vor und nach Deiner Tour
Wenn Du vor oder nach Deiner Tour eine Übernachtungsmöglichkeit im Kleinwalsertal suchst, dann könntest Du hier fündig werden.

Sei dabei! Auf Instagram und Facebook. Wir sind das ganze Jahr in den Bergen unterwegs und teilen unsere Bergmomente. #willkommendraußen #visitbergschuleat

---

Ausrüstung

- TAGESRUCKSACK MIT REGENHÜLLE (25L)
- SCHNEESCHUHE* (GR. 36 BIS 46)
- LVS-GERÄT, SCHAUFEL, SONDE *
- MÜTZE / STIRNBAND
- SONNENSCHUTZ
- GAMASCHEN (OPTIONAL)
- WASSERDICHTER BERGSCHUH KAT. B/C
- STÖCKE MIT GROSSEN TELLERN*
- WINTERSPORTBEKLEIDUNG
- GEFÜTTERTE HANDSCHUHE
- TAGESVERPFLEGUNG
- PERSONALAUSWEIS / BARGELD

Die mit einem *Stern gekennzeichneten Ausrüstungsgegenstände werden von der Bergschule für die Dauer der Tour kostenfrei zur Verfügung gestellt. Gerne kannst Du Deine eigene Ausrüstung mitbringen.

Details im Überblick

LEISTUNGEN
Schneeschuhguide
Schneeschuhe & Stöcke (leihweise - Gr. 36 bis 46)
LVS-Gerät / Schaufel / Sonde (leihweise)

MINDESTTEILNEHMERZAHL
4 Personen
max. 11

HINWEIS FÜR MENSCHEN MIT EINGESCHRÄNKTER MOBILITÄT
Dieses Programm ist für Menschen mit eingeschränkter Mobilität nicht geeignet

ZAHLUNGSINFO
Komplettzahlung bei Buchung oder vor Ort

ZUSATZKOSTEN
Parkgebühren
Verpflegung und Getränke (während der Tour)

PARKEN
Kostenpflichtiger Parkplatz am Treffpunkt in Baad

DAUER
1 Tag Freitag, ca. 5 Stunden - bei Nachfrage täglich

TREFFPUNKT
09:30 Uhr Baad, Bushaltestelle

RÜCKKEHR
Rückkehr ca. 14:30 Uhr

Preise und Termine

EUR 78.00 pro Person

Allgemeine Informationen

Anreise

Der Treffpunkt zu Deiner Tour ist mit den öffentlichen Verkehrsmitteln innerhalb des Kleinwalsertals und von Oberstdorf aus gut und einfach zu erreichen. Du kannst Dein Auto an der Unterkunft stehen lassen und den öffentlichen Bus im Kleinwalsertal nutzen.

Mit Bus & Bahn

Bahnverbindungen nach Oberstdorf mit Anschluss an das öffentliche Busnetz, Linie 1 nach Baad - letzte Haltestelle Baad.

Mit dem Auto

Mit dem Auto von Kempten (Allgäu) auf der B 19 bis Oberstdorf - Kreisverkehr 1. Ausfahrt - Richtung

Kleinwalsertal B 12 - Straßenverlauf folgend bis nach Baad. Dort gibt es gebührenpflichtige Parkplätze.

Tipps zum Packen des Rucksacks:
Wir empfehlen einen Rucksack mit Regenhülle mit einem Volumeninhalt von ca. 25 l. Bei dieser Tour gibt es keine Einkehrmöglichkeit. Wir empfehlen Dir Verpflegung und (warme) Getränke für den Tag einzupacken.

Wichtiger Hinweis:
Du benötigst für diese Tour feste Winterstiefel zum Schnüren oder wasserdichte Bergschuhe, an denen die Schneeschuhe gut befestigt werden können.

Zur Buchung von Unterkünften im Kleinwalsertal:
Kleinwalsertal Tourismus, Tel.: +43-5517-5114-0, www.kleinwalsertal.com
Eine Zimmerliste mit einer Auswahl an Pensionen und Hotels findest Du hier:
https://bergschule.at/wir/aktuelles/liste-mit-unterkuenfte-fuer-kurzfristige-aufenthalten#c

Anforderungen

Kondition

Kondition für Aufstiege bis zu 400 Höhenmeter und Gehzeiten bis zu 5 Stunden

Kondition für Aufstiege zwischen 500 und 700 Höhenmetern und Gehzeiten bis 6 Stunden

Kondition für Aufstiege bis zu 1000 Höhenmeter und Gehzeiten bis 8 Stunden

Technik

Du hast noch keine Erfahrung im Schneeschuhwandern, bist aber trittsicher (sicheres Gehen auch in unebenem Gelände).

Du hast bereits erste Erfahrung im Schneeschuhwandern (von Vorteil), bist sportlich und hast eine gute Kondition. Sicheres Gehen in unebenem und auch steilerem Gelände bereitet Dir keine Schwierigkeit.

Du bist ein erfahrener Schneeschuhwanderer und bist auch in anspruchsvollem, steilem Gelände sicher mit Schneeschuhen unterwegs.

TRAININGSPLAN

EMPFOHLENE VORBEREITUNG FÜR DEINE TOUREN MIT DER BERGSCHULE KLEINWALSERTAL!

Mit der richtigen Vorbereitung kannst du die Touren mit der Bergschule Kleinwalsertal in vollen Zügen genießen. Wenn der innere Schweinehund mal wieder ziemlich laut knurrt, dann stell Dir einfach Deine Traumtour vor. Versetze Dich gedanklich in eine wunderschöne Winterlandschaft und erspüre das Gefühl von Freiheit. Wenn Du den Trainingsplan ausschneidest und an den Kühlschrank klebst, dann fällt das Training sicher noch leichter.

Skitouren & Freeriden

Mindestens 3 unterschiedliche Wahleinheiten pro Woche, ideal über mehrere Monate.

AUSDAUER:

30 Minuten Treppensteigen, Stepper oder Crosstrainer

60 Minuten Walken, Joggen oder Radfahren in der Natur

TRITTSICHERHEIT UND GLEICHGEWICHT:

1 Minute Kniebeugen

1 Minute Skipping

1 Minute Ausfallschritte

1 Minute Strecksprünge

10 Minuten Balance Ball (einbeinig, beidbeinig)

Schneeschuh-Wandern

Mindestens 3 unterschiedliche Wahleinheiten pro Woche, ideal über mehrere Monate.

AUSDAUER:

30 Minuten Treppensteigen, Stepper oder Crosstrainer

60 Minuten Walken, Joggen oder Radfahren in der Natur

TRITTSICHERHEIT UND GLEICHGEWICHT:

10 Minuten Zehenspitzenlaufen

10 Minuten Ballenstand an einer Treppenkante (einbeinig, beidbeinig)

10 Minuten Balance Ball (einbeinig, beidbeinig)

Balancieren auf der Bordsteinkante

Von Stein zu Stein springen (Fliese zu Fliese, Tempelhüpfen)

BERGSCHULE KLEINWALSERTAL

BERGSCHULE KLEINWALSERTAL GMBH
WALSERSTR. 262
D-87568 / A-6992 HIRSCHEGG

ATU-NR.: 72922206
STEUER NR.: 97 148 / 6519
FIRMENBUCHNUMMER: FN 484534A

TEL.: +43 5517 30245
INFO@BERGSCHULE.AT
WWW.BERGSCHULE.AT

WALSER RAIFFEISEN BANK
IBAN: AT67 3743 4000 0243 5410
BIC: RANJAT2B