



Skiplus Arlberg

Die kleine Transalp auf Ski

Bei dieser dreitägigen Skidurchquerung vom Kleinwalsertal zum Arlberg profitierst Du vom Insiderwissen unserer geprüften Berg- und Skiführer. Beim Variantenfahren durch zwei faszinierende Regionen garniert mit genussvollen Aufstiegen stehen ganz klar die Abfahrts- und Tiefenmeter im Vordergrund – also wenig aufsteigen, dafür umso mehr abfahren. Diese Disziplin, bekannt auch unter der Bezeichnung Ski Plus, ist für den anspruchsvollen Tiefschneefahrer, der gerne viele Abfahrtshöhenmeter abseits der Piste sammeln möchte, dafür aber auch kleinere Aufstiege in Kauf nimmt, ein absolutes Highlight. Fern ab vom Trubel der Pisten finden wir außergewöhnliche Abfahrten oft über unberührte Hänge. Nach oben kommen wir soweit wie möglich mit Seilbahnen und Liften, dazwischen liegen wenige Aufstiege von 10 Minuten bis max. 2 Stunden. Abfahrten bis zu 2000 Höhenmetern hinterlassen ihre Spuren nicht nur im Schnee! Mit guter Skitechnik wird Dich auch Dein Rucksack nicht stören.

Anforderungen

Kondition ❄️ ❄️ ❄️ ❄️

Kondition für Aufstiege bis zu 800 Höhenmeter

Technik ❄️ ❄️ ❄️ ❄️

Du hast bereits erste Skitourenenerfahrung und kannst sicher im freien Gelände und in allen Schneearten Skifahren.

Tourenbeschreibung

Tag 1: Hahnenköpfe - Schönebach - Taxitransfer nach Warth - Lech - Pettneu - [Arlberg Boutique Hotel](#)

Nachdem wir unsere Ausrüstung kontrolliert haben, fahren wir zunächst mit dem PKW oder dem öffentlichen Bus zur Ifenbahn. Mit der Gondel geht es auf knapp 2.000 m. Nach einem kurzen Aufstieg auf das Hahnenköpfe kann das Vergnügen losgehen. Unsere erste Abfahrt nach Schönebach ist bereits ein erster Höhepunkt an diesem Wochenende. Von dort geht es mit dem Skidoo und dem Taxi weiter nach Warth. Hier können wir die Ski wieder anschnallen und weiter nach Lech und Pettneu fahren.

Höhenunterschied: bergauf 100m | bergab 2000m

Tag 2: Freeride- oder Skitour je nach Können & Verhältnissen - [Arlberg Boutique Hotel](#)

Von St. Anton aus gibt es zahlreiche Möglichkeiten zum Freeriden oder für Skitouren. Je nach Können und den vorherrschenden Verhältnissen werden wir das Beste aus diesem Tag machen. Dank der Ortskenntnisse unserer Guides ist ein erlebnisreicher Skitag garantiert.

Höhenunterschied: bergauf 800m | bergab 2000m

Tag 3: Valluga - Zürs - Lech - Hochalppass - Baad

Am letzten Tag unserer alpinen Rundreise durch das Arlberggebiet fahren wir zunächst mit der Vallugabahn hinauf. Die Abfahrt hinunter nach Zürs gehört zu den schönsten in dieser Gegend. Von hier aus geht es nach Lech und weiter Richtung Hochtannbergpass. Nun kommt unser letzter Aufstieg der Tour bis zum Hochalppass. Unsere Abfahrt nach Baad ist noch einmal ein Highlight und macht diese Tour zu einem unvergesslichen Erlebnis.

Höhenunterschied: bergauf 300m | bergab 3000m

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.

Die **Ausrüstungsliste zum Ausdrucken** gibt es [hier](#). In der Liste findest Du zahlreiche nützliche Hinweise und Erklärungen sowie Links zu Ausrüstungsgegenständen.

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

Ausrüstung

 RUCKSACK 30L - 40L MIT SKIBEFESTIGUNG	 SKITOURENSCHUHE
 TOURENSKI MIT FELLE	 HARSCHISEN
 STÖCKE MIT GROSSEN TELLERN	 LVS-GERÄT, SCHAUFEL, SONDE *
 ERSATZBATTERIEN FÜR LVS-GERÄT	 BIWAKSACK
 SKIHELM	 FUNKTIONSSOCKEN
 FUNKTIONELLE UNTERWÄSCHE	 LEICHTE HÜTTENHOSE
 FUNKTIONSSHIRT LANGÄRMIG	 WINTERTOURENHOSE
 WÄRMENDE JACKE	 HARDSHELLJACKE
 MÜTZE / STIRNBAND	 GEFÜTTERTE HANDSCHUHE
 SONNENSCHUTZ	 THERMOSFLASCHE
 ENERGIERIEGEL / NÜSSE	 HÜTTENSCHUHE
 KLEINER KULTURBEUTEL	 PERSONALAUSWEIS / BARGELD
 TASCHENLAMPE	 OHROPAX (OPTIONAL)
 BLASENPFLASTER & TAPE	

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. Bitte achte unbedingt auf das Gewicht des Rucksacks. Gerade im Winter gilt: Weniger ist mehr! Weniger Gewicht beim Aufstieg, dafür mehr Spaß bei der Abfahrt.

Grundsätzlich gilt: So wenig wie möglich aber so viel wie nötig. Halte Dich bitte genau an die Ausrüstungsliste und frag bei Unklarheiten vor der Tour nach.

Details im Überblick

LEISTUNGEN

Staatlich geprüfter Berg- oder Skiführer
2 x Ü/HP im Hotel (DZ oder MBZ)
Transfers
Seilbahnfahrten
LVS-Gerät / Schaufel / Sonde (leihweise)

MINDESTTEILNEHMERZAHL

4 Personen
max. 6

PARKEN

Kostenpflichtiger Kurzzeit-Parkplatz am Treffpunkt. Am Ausgangspunkt kostenpflichtige Parkmöglichkeit für mehrere Tage auf dem Tourenparkplatz 500 m vor der Ifenbahn.

ZAHLUNGSDATEN

Anzahlung 100,- p.P. bei Buchung
Restzahlung 14 Tage vor Tourenstart

ZUSATZKOSTEN

Getränke, Zwischenmahlzeiten und Rucksackproviant
nach persönlichem Bedarf ca. 40,- EUR pro Tag
Individuelle Trinkgelder
Reiseversicherung

HINWEIS FÜR MENSCHEN MIT EINGESCHRÄNKTER MOBILITÄT

Dieses Programm ist für Menschen mit eingeschränkter Mobilität nicht geeignet

DAUER

3 Tage von Sonntag - Dienstag

TREFFPUNKT

08:00 Uhr Bergschule Kleinwalsertal, Walserstraße 262, 6992 Hirschegg

RÜCKKEHR

Rückkehr am letzten Tag ca. 16:00 Uhr

MÖGLICHER AUFPREIS

150,- EUR p.P. in Kleingruppe bei 3 Teilnehmern

Preise und Termine



EUR 975.00 pro Person ab 4 Personen

Allgemeine Informationen

Unterbringung

Wir bitten um Verständnis, dass individuelle Reservierungswünsche nicht berücksichtigt werden können. In der Hütte sind wir im Matratzenlager untergebracht. Wenn die Möglichkeit besteht, reservieren wir Plätze im Mehrbettzimmer. Dies können wir aber nicht garantieren. Es gibt Waschräume und Duscmöglichkeit.

Verpflegung:

In den Unterkünften werden wir reichhaltig (Halbpension) verköstigt. Es ist auch vegetarische Verpflegung möglich (bitte bei Buchung, spätestens zwei Wochen vor Tourenstart angeben). Unterwegs haben wir oftmals einladende Einkehrmöglichkeiten oder du kannst dir am Morgen ein Lunchpaket (kostenpflichtig) zusammenstellen lassen. Unser Guide wird dich bei Tourenstart und an den folgenden Tagen darüber informieren.

Anreise:

Der Treffpunkt zu Deiner Tour ist mit den öffentlichen Verkehrsmitteln innerhalb des Kleinwalsertals gut und einfach zu erreichen. Wenn Du bereits am Vortag anreist und eine Unterkunft im Kleinwalsertal beziehst, kannst Du von dort aus bequem mit dem Bus zum Treffpunkt kommen.

PKW:

Mit dem Auto von Kempten (Allgäu) auf der B 19 bis Oberstdorf – Kreisverkehr rechts Richtung Kleinwalsertal B 12 – Straßenverlauf folgend bis Hirschegg/gegenüber dem Walserhaus/Tourismusamt.

Parken

Kostenpflichtiger Parkplatz am Treffpunkt. Bitte löse zunächst nur ein Kurzzeitticket, da wir mit dem Bus oder mit dem PKW in Fahrgemeinschaften weiterfahren. Kostenpflichtige Parkmöglichkeit für mehrere Tage auf dem Tourenparkplatz 500 m vor der Ifenbahn. Am Parkplatz Sportplatz Au kannst Du ebenfalls für mehrere Tage parken. Von hier aus ist der Treffpunkt ebenfalls mit dem öffentlichen Bus erreichbar. Die Parkplätze im Kleinwalsertal sind über die Parkapp Parkster buchbar.

Bahn und Bus:

Bahnverbindungen nach Oberstdorf mit Anschluss an das öffentliche Busnetz Linie 1 nach Hirschegg Haltestelle Walserhaus.

Flughäfen:

Der nächstgelegene Flughafen liegt in Memmingen, dann Friedrichshafen und München. Von allen bestehen gute Bahnverbindungen nach Oberstdorf.

Zimmervermittlung bei vorzeitiger Anreise:

Kleinwalsertal Tourismus, Tel.: 0043 5517-5114-0, www.kleinwalsertal.com

Wichtiger Hinweis:

Während der Tour kann es aufgrund von witterungsbedingten Einflüssen oder regionalen Veränderungen zu Abweichungen oder Anpassungen des ausgeschriebenen Tourenverlaufs kommen. Der geplante Tourenverlauf kann deshalb nicht im Detail garantiert werden.

Reiseversicherung

Besonders empfehlen können wir den "GuteFahrt-Schutz". Dieser enthält einen Mehrwert an Leistungen und ist preislich vergleichbar mit dem Reiserücktrittskosten-Basischutz.

Folgende Leistungen sind enthalten:



Reiserücktritt-Versicherung



Reiseabbruch-Versicherung



Umbuchungsgebühren-Schutz



Reisegepäck-Versicherung



Reise-Assistance



Reise-Krankenversicherung inkl. Kranken-
Rücktransport (optional)

Bei einer Reisedauer von bis zu 10 Tagen gilt hier ein Prämienvpreis ab EUR 39,- pro Person.

<https://bergschule.at/wir/services/reiseversicherung>

Im Zuge der verbindlichen Buchung empfehlen wir den Abschluss einer Reiserücktrittsversicherung, z.B. bei der Allianz, die Sie über unsere Homepage buchen können: <http://www.bergschule.at/reiseversicherung.html>. Diese Versicherung ist für alle unsere Kunden buchbar. Leistungsstörungen die durch das Wetter, Ausfall von Bahnen oder anderen Einflüssen verursacht werden, und auf die der Veranstalter keinen Einfluss hat sind nicht regresspflichtig. Ebenfalls empfehlen wir jedem Teilnehmer eine Haftpflicht-, Unfall- sowie Auslandsrankenversicherung.

Anforderungen

Kondition



Kondition für Aufstiege bis zu 800 Höhenmeter



Kondition für Aufstiege bis zu 1000 Höhenmeter



Kondition für Aufstiege bis zu 1200 Höhenmeter



Kondition für Aufstiege bis zu 1500 Höhenmeter

Technik



Du beherrschst den Parallelschwung auf der schwarzen Piste.
Skitourenenerfahrung ist nicht notwendig.



Du hast bereits erste Skitourenenerfahrung und kannst sicher im freien Gelände und in allen Schneearten Skifahren.



Du hast schon viel Erfahrung im Skitourengehen und kannst sicher im freien Gelände und in allen Schneearten Skifahren.



Du hast Skitourenenerfahrung auch im Hochgebirge, hast eine gute Fahrtechnik und beherrschst auch anspruchsvolles Gelände und alle Schneearten. Auch im Umgang mit Steigeisen und Pickel bist Du versiert.

Guter Rat ist nicht teuer!

Die Bergschule Kleinwalsertal legt besonderen Wert auf Qualität und individuelle Betreuung. Deshalb sind wir in Kleingruppen mit maximal 6 Personen pro Guide unterwegs. Nur dadurch ist ein Höchstmaß an Sicherheit möglich. Das macht den kleinen aber feinen Unterschied aus, den Du spüren wirst! Gönn dir diesen Luxus!

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. Ver-setze 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



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:

1 Minute Kniebeugen



1 Minute Skipping



1 Minute Ausfallschritte



1 Minute Strecksprünge



10 Minuten Balance Ball
(einbeinig, beidbeinig)



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)

