



Kletterkurs für Fortgeschrittene - Kaunergrathütte

Lehrgang in atemberaubender Umgebung

Auf 2.817 Meter Höhe in den Öztaler Alpen und hoch über dem Pitztal thront die Kaunergrathütte. Sie befindet sich etwa 200 Meter unterhalb des Madatschjochs (3.030 m) – zwischen den markanten Hüttenbergen, der Watzespitze (3.533 m) und der Verpeilspitze (3.425 m). Die Berghütte besticht durch ihre Ursprünglichkeit und die hochalpine Umgebung und ist mit zahlreichen Kletterrouten mit unterschiedlichen Anforderungsprofilen der ideale Stützpunkt für unseren Kletterkurs. Kletterer mit Vorkenntnissen können hier an ihrer Technik feilen und vorhandenes Wissen vertiefen.

Anforderungen

Technik 

Du hast bereits Erfahrung mit Kletterrouten im II. und III. Grad, und bist bereits bei einigen Touren vorgestiegen. Selbständiges Abseilen ist kein Problem für Dich.

Tourenbeschreibung

Tag 1: Aufstieg zur [Kaunergrathütte](#) - Knotenkunde - Tourenplanung

Vom Hüttenparkplatz Plangeross (1.612 m) steigen wir gemeinsamer zur Kaunergrathütte auf 2.817 m auf. Den Rest des Tages werden wir unsere Kenntnis in der Knotenkunde verfestigen und uns dem Thema Tourenplanung widmen.

Höhenunterschied: bergauf 1200m

Gehzeit: ca. 02:30 Std.

Tag 2: Sportkletterrouten im Klettergarten in Hüttennähe

Mit der Überprüfung und Verfeinerung der Grundkenntnisse am Fels beginnen wir den heutigen Tag im Klettergarten in Hüttennähe. Mit sehr abwechslungsreichen Sportkletterrouten und Mehrseillängen finden wir hier ein sehr spannendes Terrain.

Tag 3: Mehrseillängen Parstles-Wand

Die Parstles-Wand (3.085 m) eignet sich hervorragend für die nächsten Schritte. Mit vier verschiedenen Routen im Bereich UIAA 2-5, ist für jeden was dabei, um die verschiedenen Abläufe weiter zu festigen.

Tag 4: Mehrseillängen an der Watze-Spitze

Am Wandfuß der Waze-Spitze (3.533 m) gibt es tolle Mehrseillängen-Routen, wie z.B. Sommerwind, Herbstwind, Wachholdermaus. Gegen 13:00 Uhr beenden wir den Kurs mit einer Nachbesprechung, bevor wir dann ins Tal absteigen.

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 MIT REGENHÜLLE 30L - 40L	 WASSERDICHTER BERGSCHUH KAT. B/C
 KLETTERSCHUHE	 STEINSCHLAGHELM*
 SITZGURT*	 SICHERHEITSKARABINER 3-WEGE*
 FUNKTIONELLE KLETTERBEKLEIDUNG	 FUNKTIONSSOCKEN
 FUNKTIONELLE UNTERWÄSCHE	 FUNKTIONELLE BERGHOSE KURZ
 FUNKTIONELLE BERGHOSE LANG	 LEICHTE HÜTTENHOSE
 FUNKTIONSSHIRT LANGÄRMLIG	 FUNKTIONSSHIRT KURZÄRMLIG
 WÄRMENDE JACKE	 REGENSCHUTZ
 MÜTZE / STIRNBAND	 GEFÜTTERTE HANDSCHUHE
 SONNENSCHUTZ	 TRINKFLASCHE
 ENERGIERIEGEL / NÜSSE	 REGENSCHIRM (OPTIONAL)
 HÜTTENSCHUHE	 KLEINER KULTURBEUTEL
 KLEINES HANDTUCH UND WASCHLAPPEN	 HÜTTENSCHLAFSACK (ohne Metallanteile)
 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.

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 Bergführer
3 x Ü/HP in Hütte (MBZ oder Lager)
Technische Ausrüstung (leihweise)

MINDESTTEILNEHMERZAHL

3 Personen
max. 4

GRUPPEN AB 6 BIS MAX. 8 TEILNEHMERN werden von zwei Guides betreut

HINWEIS FÜR MENSCHEN MIT EINGESCHRÄNKTER MOBILITÄT

Dieses Programm ist für Menschen mit eingeschränkter Mobilität nicht geeignet

ZAHLUNGSINFO

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

ZUSATZKOSTEN

Getränke, Zwischenmahlzeiten und Rucksackproviant
Individuelle Trinkgelder
Reiseversicherung

PARKEN

Hüttenparkplatz Planegroß

DAUER

4 Tage von Montag - Donnerstag

TREFFPUNKT

09:00 Uhr Hüttenparkplatz Plangeroß, zwischen Tieflehn und Plangeroß

RÜCKKEHR

Rückkehr am letzten Tag gegen 16:00 Uhr

Preise und Termine



EUR 855.00 pro Person



S63-24-1

08.07.2024 - 11.07.2024



S63-24-3

02.09.2024 - 05.09.2024



S63-24-2

05.08.2024 - 08.08.2024

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. Auf der Hütte gibt es Waschräume und auch eine Duschmöglichkeit. Bitte einen Hüttenschlafsack mitbringen.

Anreise:**PWK:**

Über den Fernpass - Richtung Imst - auf der L16 bis nach Plangeross.(Parkplatz gratis)

Über die Inntalautobahn A12 von Innsbruck oder Landeck kommend - Ausfahrt Imst/Pitztal - auf der L16 weiter bis nach Plangeross

Parken

Hüttenparkplatz Planegroß

Bahn:

Mit dem Zug/Bus nach Imst. Das Pitztal ist bereits ab € 39,- erreichbar. Weitertransfer mit dem öffentlichen Bus ins Pitztal.

Sofern Sie vor dem Kurs noch im Pitztal nächtigen, sprechen Sie mit Ihrem Vermieter. Ggf. kann er Ihnen einen Voucher übermitteln, der die Weiterreise ab dem Bahnhof Imst - Pitztal kostenlos ermöglicht.

Zimmervermittlung bei vorzeitiger Anreise:

Tourismusverband Pitztal
<https://www.pitztal.com/de/plangeross>

Zusatzkosten:

Nach persönlichem Bedarf ca. € 30,- pro Tag für Getränke, Rucksackproviant, etc.

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-Basisschutz.

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 Prämienpreis 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 Auslandskrankenversicherung.

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. Stell Dir einfach Deine Traumtour vor, dann kommt die Motivation von ganz alleine. Als kleinen Anreiz haben wir Dir hier einen Trainingsplan ausgearbeitet. Mit diesen Ausdauereinheiten und Technikübungen kannst Du Dich auf Dein Abenteuer in den Bergen vorbereiten. **Wir empfehlen schon einige Tage vor Tourenstart anzureisen um sich an die Höhe zu gewöhnen.**

 **Wandern**  **Klettersteig**

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

 **Klettern**  **Hochtouren**

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



AUSDAUER:

45 Minuten Treppensteigen,
Stepper oder Crosstrainer



90 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)



ARMKRAFT: Mit Kurzhantel oder Wasserflasche (0,5 bis 1 kg).

30x Armbeugen



30x über Kopf stemmen
und seitlich anheben



5x Liegestütz
(Steigerung pro Einheit bis 20)



5x Liegestütz rücklings
(Steigerung pro Einheit bis 20)



1 Minute Unterarmstütz

