



Abseiltour Ifen

Grandiose Skitour mit Abseilpassage in atemberaubender Kulisse

Bei dieser Skitour dürfen wir uns nicht nur auf eine unvergleichbare Abfahrt freuen, sondern erleben beim Abseilen über die Ifenwand alles, was eine hochalpine Skitour bieten kann. Schon der Aufstieg auf den Ifen fordert uns und setzt Erfahrung im Skitourengehen voraus. Wenige Meter vom Gipfel seilen wir uns dann in unverspurtes Gelände ab. Hier warten traumhafte Hänge auf uns. Die Abfahrt Richtung Melköde ist ein purer Genuss. Auf dem Wanderweg erreichen wir auf Skiern die Talstation der Ifenbahn.

Anforderungen

Kondition ❄️ ❄️ ❄️ ❄️

Kondition für Aufstiege bis zu 800 Höhenmeter

Technik ❄️ ❄️ ❄️ ❄️

Du hast bereits erste Skitourenerfahrung und kannst sicher im freien Gelände und in allen Schneearten Skifahren. Ein Aufstieg zu Fuß mit den Skiern am Rucksack bereitet Dir kein Problem. Du bist trittsicher und schwindelfrei.

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

Fehlende Ausrüstung? Auf zu Sport Kessler!

Bei unserem Kooperationspartner **Sport & Mode Kessler** findest Du Top Marken- und Modebekleidung, Sport-Hardware rund um die Themen Wandern, Biken, Klettern und Skifahren sowie den größten Ski- und Bikeverleih im Kleinwalsertal. Bei Sport & Mode Kessler bist Du bestens beraten und bekommst alles aus einer Hand.

Du findest das Sportgeschäft direkt neben der Kanzelwandbahn oder kannst Dich bereits im Netz inspirieren lassen unter www.sport-kessler.com. Mit der Vorab-Buchung online sicherst Du Dir Vorteile und Frühbucherrabatte.

Direkt zur Buchung Deiner Freeride- oder Tourenskier:
<https://www.sport-kessler.com/de/verleih/winter/freeride-tourensk>

Sport & Mode Kessler, Walsertalstraße 73, direkt neben der Kanzelwandbahn

www.sport-kessler.com
info@sport-kessler.com

Tel. 05517 3685-40

Öffnungszeiten in der Hauptsaison:

Sommer: Mo - Sa: 09.00 - 12.30 & 14.00 - 18.00 Uhr, So & Feiertag bis 17 Uhr

Winter: Mo - So: 08.30 - 18.00 Uhr

Dort kannst Du auch zahlreiche Tagesprogramme gleich vor Ort buchen! Alles aus einer Hand, alles in professioneller Hand.

Ausrüstung

- | | |
|---|--|
|  RUCKSACK 25L MIT SKIBEFESTIGUNG |  SKITOURENSCHUHE |
|  TOURENSKI MIT FELLEIN |  HARSCHWEISEN |
|  STÖCKE MIT GROSSEN TELLERN |  LVS-GERÄT, SCHAUFEL, SONDE * |
|  SKIHELM |  SITZGURT* |
|  SICHERHEITSKARABINER 3-WEGE* |  WINTERSPORTBEKLEIDUNG |
|  MÜTZE / STIRNBAND |  GEFÜTTERTE HANDSCHUHE |
|  SONNENSCHUTZ |  TAGESVERPFLEGUNG |
|  PERSONALAUSWEIS / BARGELD |  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.

Details im Überblick

LEISTUNGEN

Staatlich geprüfter Berg- oder Skiführer
LVS-Gerät / Schaufel / Sonde (leihweise)

MINDESTTEILNEHMERZAHL

4 Personen
max. 6

PARKEN

Der Parkplatz an der Ifenbahn ist kostenpflichtig und hat nur begrenzte Kapazität. Am Wochenende kann es schon früh zu Engpässen kommen. Bitte beachte, dass im Winter abhängig von den Verhältnissen Schneeketten vorgeschrieben sein können. Wir empfehlen ab Riezlern mit dem Bus Nummer 5 zu fahren.

ZAHLUNGSINFO

Komplettzahlung bei Buchung oder vor Ort

ZUSATZKOSTEN

Skipass
Verpflegung und Getränke (während der Tour)
Parkgebühren

HINWEIS FÜR MENSCHEN MIT EINGESCHRÄNKTER MOBILITÄT

Dieses Programm ist für Menschen mit eingeschränkter Mobilität nicht geeignet.

DAUER

1 Tag, Termine auf Anfrage

TREFFPUNKT

08:30 Uhr Ifenbahn Talstation

RÜCKKEHR

Rückkehr ca. 13:00 Uhr

Preise und Termine

-  **EUR 130.00 pro Person ab 4 Personen**
-  **EUR 130.00 pro Kind (bis 16 Jahre)**
-  **EUR 430.00 privat bei ein bis zwei Personen**
-  **EUR 40.00 jede weitere Person in Privatgruppe**

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 Riezlern Post, dort in die Linie 5 Richtung Ifen - Haltestelle Ifen.

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 Riezlern Breitachbrücke. Dort biegen Sie rechts ab in die Schwarzwassertalstraße und fahren ca. 4 Kilometer aufwärts zur Talstation Ifen.

Parken

Der Parkplatz an der Ifenbahn ist kostenpflichtig und hat nur begrenzte Kapazität. Am Wochenende kann es schon früh zu Engpässen kommen. Bitte beachte, dass im Winter abhängig von den Verhältnissen Schneeketten vorgeschrieben sein können. Wir empfehlen ab Riezlern mit dem Bus Nummer 5 zu fahren.

Tipps zum Packen des Rucksacks:

Wir empfehlen einen Rucksack mit Regenhülle mit einem Volumeninhalt von ca. 25 l. Es muss eine Lawinenschaufel und eine Sonde Platz haben.

Zimmervermittlung bei vorzeitiger Anreise:

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

Eine Zimmerliste mit einer kleinen Auswahl an Pensionen und Hotels findest Du hier:

<https://bergschule.at/wir/aktuelles/liste-mit-unterkuenfte-fuer-kurzfristige-aufenthalten#c>

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.

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



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)

