



Genussvolle Skitourentage Kleinwalsertal

Erholung pur mit exklusivem Hotel!

Mit unseren Guides bist Du klar im Vorteil, denn Dank der Ortskenntnis der Bergführer finden wir immer unverspurte Hänge auf wenig begangenen Skitouren. In dieser Woche sind wir an 4 Tagen in den Bergen des Kleinwalsertals unterwegs. Dabei warten wir immer die besten Bedingungen ab. Die anderen Tage stehen Dir zur freien Verfügung. Im Naturhotel Lärchenhof, eine feine Adresse in Mittelberg, kannst Du Dich nach allen Regeln der Kunst verwöhnen lassen. Sowohl kulinarisch als auch beim Wellness. Diese Tourenwoche ist als Gesamtpaket ein voller Genuss. 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!

Anforderungen

Kondition ❄️ ❄️ ❄️ ❄️

Kondition für Aufstiege bis zu 1000 Hm

Technik ❄️ ❄️ ❄️ ❄️

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

Tourenbeschreibung

Tag 1: Anreise und Begrüßung im [Naturhotel Lärchenhof](#)

Zum Auftakt unserer genussvollen Skitourenwoche treffen wir uns im Naturhotel Lärchenhof. Wir besprechen die Möglichkeiten und die Bedingungen und prüfen das Material. Im Anschluss werdet Ihr dann im Hotel kulinarisch verwöhnt.

Tag 2: 4 Skitourtage in den Walser Bergen

Wir nutzen die zahlreichen Möglichkeiten im Kleinwalsertal für unsere Skitouren. Da wir zwei Ruhetage eingeplant haben, sind wir bei den Tourentagen selbst sehr flexibel. Sollten das Wetter oder die Bedingungen passen, starten wir morgens auf eine Skitour. Nach getaner Arbeit kannst Du Dich in der Wellness-Abteilung des Naturhotel Lärchenhof verwöhnen lassen.

Tag 3: 4 Skitourtage in den Walser Bergen

Tag 4: Ruhetag (flexibel)

Tag 5: 4 Skitourtage in den Walser Bergen

Tag 6: Ruhetag (flexibel)

Tag 7: 4 Skitourtage in den Walser Bergen

Tag 8: Abreise

Am Samstag ist die Abreise geplant. Dieser Tag steht aber selbstverständlich auch als Reservetag für unsere Skitouren zur Verfügung.

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

Ausrüstung

- | | |
|---|--|
|  RUCKSACK 25L MIT SKIBEFESTIGUNG |  SKITOURENSCHUHE |
|  TOURENSKI MIT FELLE |  HARSCHISEN |
|  STÖCKE MIT GROSSEN TELLERN |  LVS-GERÄT, SCHAUFEL, SONDE * |
|  ERSATZBATTERIEN FÜR LVS-GERÄT |  BIWAKSACK |
|  SKIHELM |  FUNKTIONSSOCKEN |
|  FUNKTIONELLE UNTERWÄSCHE |  FUNKTIONSSHIRT LANGÄRMLIG |
|  WINTERTOURENHOSE |  WÄRMENDE JACKE |
|  HARDSHELLJACKE |  MÜTZE / STIRNBAND |
|  GEFÜTTERTE HANDSCHUHE |  SONNENSCHUTZ |
|  THERMOSFLASCHE |  ENERGIERIEGEL / NÜSSE |
|  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
7 x Ü im Naturhotel Lärchenhof (DZ oder MBZ)
6 x HP im Naturhotel Lärchenhof (Dienstag Ruhetag im Hotel)
4 Tourentage zwischen Samstag und Samstag
LVS-Gerät / Schaufel / Sonde (leihweise)

MINDESTTEILNEHMERZAHL

5 Personen
max. 6

MÖGLICHER AUFPREIS

100.- EUR p.P. in Kleingruppe bei 4 Teilnehmern

ZAHLUNGSINFO

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

ZUSATZKOSTEN

1 x Abendessen
Getränke, Zwischenmahlzeiten und Rucksackproviant
nach persönlichem Bedarf ca. 40,- EUR pro Tag
Einzelzimmer (nach Verfügbarkeit - gegen Aufpreis)
Skipass
Transfers
Individuelle Trinkgelder
Reiseversicherung

DAUER

4 Tourentage zwischen Samstag und Samstag

TREFFPUNKT

17:00 Uhr Naturhotel Lärchenhof, Schützabühl 2, 6993 Mittelberg

PARKEN

Kostenfreie Parkplätze am Hotel

HINWEIS FÜR MENSCHEN MIT EINGESCHRÄNKTER MOBILITÄT

Dieses Programm ist für Menschen mit eingeschränkter Mobilität nicht geeignet

Preise und Termine



EUR 1395.00 pro Person ab 5 Personen

Allgemeine Informationen

Unterbringung

Wir sind im Naturhotel Lärchenhof in Mittelberg im Doppelzimmer untergebracht. Einzelzimmer sind auf Anfrage gegen einen Aufpreis und sofern verfügbar möglich. Die Gastgeber legen großen Wert auf regionale Küche.

Verpflegung:

In der Unterkunft werden wir reichhaltig (Halbpension) verköstigt. Es ist auch vegetarische Verpflegung möglich (bitte bei Buchung, spätestens zwei Wochen vor Tourenstart angeben). Am Dienstag ist Ruhetag im Hotel. An diesem Tag ist das Abendessen nicht in der Pauschale inkludiert.

PKW:

Mit dem Auto von Kempten (Allgäu) auf der B 19 bis Oberstdorf - Kreisverkehr rechts Richtung Kleinwalsertal B 12 - Straßenverlauf folgend bis nach Mittelberg. Kurz vor der Kirche rechts abbiegen zum Hotel Lärchenhof

Parken:

Kostenfreie Parkplätze am Hotel

Bahn und Bus:

Bahnverbindungen nach Oberstdorf mit Anschluss an das öffentliche Busnetz Linie 1 nach Mittelberg, Haltestelle Alpenrose, Umsteigen in den Talbus und Weiterfahrt bis zur Station Mittelberg/Verkehrsamt. Von dort nur wenige Meter zu Fuß bis zum Hotel Lärchenhof

Flughäfen:

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

Bei vorzeitiger Anreise:

Hotel Lärchenhof Mittelberg / Kleinwalsertal

Kontakt

Naturhotel Lärchenhof

Schützabühl 2

A-6993 Mittelberg / Kleinwalsertal

Tel.: (+43) 0 55 17 / 65 56

Fax: (+43) 0 55 17 / 65 56-54

info@naturhotel-laerchenhof.at

<http://www.naturhotel-laerchenhof.at/hotel/#roomJumpMarker>

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 Prämienspreis 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.

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)

