BERGSCHULE
KLEINWALSERTAL



# Skidurchquerung Bernina

## Für den konditionsstarken Skialpinisten

Das Südliche Bernina Massiv ist die perfekte Spielwiese für den anspruchsvollen Skialpinisten. Aufstiege über weite Gletscherflächen, Abfahrten durch enge Rinnen und Eisformationen erhöhen den Adrenalinspiegel. Die Marinelli Hütte liegt inmitten dieser einzigartigen Berglandschaft, bietet kulinarische Köstlichkeiten und sogar eine Dusche. Folge uns bei dieser wunderbaren Skidurchquerung.

## Anforderungen

**Kondition** ❄ ❄ ❄ ❄

Kondition für Aufstiege bis zu 1500 Hm

**Technik** ❄ ❄ ❄ ❄

Du hast Skitourenerfahrung auch im Hochgebirge, kannst sehr gut Fahren auch in anspruchsvollem Gelände und in allen Schneearten Skifahren und hast auch Erfahrung im Umgang mit Steigeisen und Pickel.

## Tourenbeschreibung

**Tag 1:** Seilbahn Corvatsch - Il Chapütschin - Coazhütte

Mit der Seilbahn geht es hinauf zum Corvatsch. Nach einer kurzen Abfahrt auf der Piste geht es ins Gelände. Hier queren wir zunächst, bevor wir auf einen schönen Hang nach Osten abfahren. Nach einer weiteren Querung steigen wir über eine Mulde hinauf bis zu einer Scharte (3.172 m) und weiter bis zum Skidepot auf 3.300 m. Den Gipfel mit 3.336 m erreichen wir, je nach Bedingungen, über Felsen oder Schnee. Es folgt eine wunderbare Abfahrt zu Coazhütte (2.610 m).

Höhenunterschied: bergauf 700m | bergab 700m

Gehzeit: ca. 04:00 Std.

**Tag 2:** La Sella - Fuorcla Sella - Vadrett Scerscen - Rifugio Marinelli Bombardieri

Über den La Sella (3.584 m) zur Fuorcla Sella. Abfahrt über den Vadrett Scerscen zum Rifugio Marinelli (2.813 m).

Höhenunterschied: bergauf 1000m | bergab 800m

Gehzeit: ca. 05:00 Std.

**Tag 3:** Vadrett Scerscen Inferiore - Piz Tremoggia - Pizzo Tremoggia - Pizzo Malenco - Sassa d´Entova - Rifugio Marinelli Bombardieri

Gipfeltour über dem Vadrett Scerscen Inferiore. Piz Tremoggia (3.435 m), Pizzo Malenco (3.438 m), Sassa d´Entova (3.329 m). Übernachtung Rifugio Marinelli.

Höhenunterschied: bergauf 1000m | bergab 1000m

Gehzeit: ca. 05:00 Std.

**Tag 4:** Passo Marinelli - Passo di Sasso Rosso - Fuorcla Bellaviste - Rifugio Marco e Rosa - Rifugio Marinelli Bombardieri

Über den Passo Marinelli und den Passo di Sasso Rosso (3.510 m) zur Fuorcla Bellavista. Über die Bellavista-Terrasse zum Rifugio Marco e Rosa. Abfahrt durch den Col Crast`Agüzza zum Rifugio Marinelli.

Höhenunterschied: bergauf 1200m | bergab 1200m

Gehzeit: ca. 05:00 Std.

**Tag 5:** Bocchetta Caspoggio - Alp Fellaria - Pass da Cancian - Poschiavo - Räthische Bahn - Surlej

Aufstieg zur Bocchetta Caspoggio (2.990 m). Abfahrt über die Alp Fellaria zum Pass da Cancian (2.460 m) und hinab nach Poschiavo. Rückfahrt mit der Räthischen Bahn

Höhenunterschied: bergauf 300m | bergab 1000m

Gehzeit: ca. 04:00 Std.

**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
- HARSCHEISEN
- LVS-GERÄT, SCHAUFEL, SONDE *
- BIWAKSACK
- SITZGURT*
- PICKEL*
- FUNKTIONELLE UNTERWÄSCHE
- FUNKTIONSSHIRT LANGÄRMLIG
- WÄRMENDE JACKE
- MÜTZE / STIRNBAND
- SONNENSCHUTZ
- ENERGIERIEGEL / NÜSSE
- KLEINER KULTURBEUTEL
- HÜTTENSCHLAFSACK (ohne Metallanteile)
- POWERBANK (OPTIONAL)
- OHROPAX (OPTIONAL)
- STEIGEISEN* (Schuhgröße bitte mitteilen)
- TOURENSKI MIT FELLEN
- STÖCKE MIT GROSSEN TELLERN
- ERSATZBATTERIEN FÜR LVS-GERÄT
- SKIHELM
- SICHERHEITSKARABINER 3-WEGE*
- FUNKTIONSSOCKEN
- LEICHTE HÜTTENHOSE
- WINTERTOURENHOSE
- HARDSHELLJACKE
- GEFÜTTERTE HANDSCHUHE
- THERMOSFLASCHE
- HÜTTENSCHUHE
- KLEINES HANDTUCH UND WASCHLAPPEN
- PERSONALAUSWEIS / BARGELD
- TASCHENLAMPE
- BLASENPFLASTER & TAPE

Die mit einem *Stern gekennzeichneten Ausrüstungsgegenstände können bei der Bergschule für die Dauer der Tour kostenfrei ausgeliehen werden. Bedarf bei Buchung bitte angeben. Zusätzlich 2 HMS Karabiner oder 1 Ball Lock

**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
4 x Ü/HP in Hütte (MBZ oder Lager)
LVS-Gerät / Schaufel / Sonde (leihweise)

**MINDESTTEILNEHMERZAHL**
3 Personen
max. 4

**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
nach persönlichem Bedarf ca. 40,- EUR pro Tag
Zug- und Seilbahnfahrt
Individuelle Trinkgelder
Reiseversicherung

**PARKEN**
Corvatsch-Bahn, Surlej, kostenpflichtig

**DAUER**
5 Tage von Montag - Freitag

**TREFFPUNKT**
08:00 Uhr Corvatsch-Bahn, Surlej

**RÜCKKEHR**
Rückkehr am letzten Tag ca. 16:00 Uhr

**HINWEIS**
In Zusammenarbeit mit Hafenmair "Berge erleben"

## Preise und Termine

**EUR 1100.00 pro Person**

| | | | |
|---|---|---|---|
| W38-24-1 | 08.04.2024 - 12.04.2024 | W38-24-2 | 15.04.2024 - 19.04.2024 |

## Allgemeine Informationen

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

eine Duschmöglichkeit.

**Parken**

Corvatsch-Bahn, Surlej, kostenpflichtig

---

## 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.

---

## 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. Skitourenerfahrung ist nicht notwendig. |
| ❄ ❄ | Du hast bereits erste Skitourenerfahrung 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 Skitourenerfahrung 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. |

# 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 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