BERGSCHULE
KLEINWALSERTAL

Tages-Skitour Einsteiger im Kleinwalsertal

… einfach mal ausprobieren

Als guter und sicherer Skifahrer auf der Piste möchtest Du einmal das Skitourengehen kennenlernen. Bei unserer Einsteiger-Skitour kannst Du als Anfänger diese Wintersportart ausprobieren. Ausgerüstet mit LVS-Gerät, Schaufel und Sonde bist du mit einem staatlich geprüften Guide unterwegs. Im Kleinwalsertal steht Dir ein vielseitiges Tourenangebot zur Verfügung. Vielleicht wechselst Du nach diesem Erlebnis die Disziplin und kannst Dich künftig für Skitouren begeistern.

Anforderungen

Kondition

Kondition für Aufstiege bis zu 600 Höhenmeter

Technik

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

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-Hartware 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 Online-Rabatte.

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

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

Sport & Mode Kessler, Walserstraße 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
- TOURENSKI MIT FELLEN
- STÖCKE MIT GROSSEN TELLERN
- SKIHELM
- MÜTZE / STIRNBAND
- TAGESVERPFLEGUNG
- BLASENPFLASTER & TAPE
- SKITOURENSCHUHE
- HARSCHEISEN
- LVS-GERÄT, SCHAUFEL, SONDE *
- WINTERSPORTBEKLEIDUNG
- SONNENSCHUTZ
- PERSONALAUSWEIS / BARGELD

Die mit einem *Stern gekennzeichneten Ausrüstungsgegenstände werden für die Dauer der Tour von der Bergschule Kleinwalsertal 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. 7

PARKEN
Kostenpflichtiger Parkplatz am Treffpunkt. Bitte löse zunächst nur ein Kurzzeitticket, da wir abhängig von den Bedingungen mit dem Bus oder dem PKW in Fahrgemeinschaften weiterfahren. Die Parkplätze im Kleinwalsertal sind über die Parkapp Parkster buchbar. Wir empfehlen mit dem öffentlichen Bus zu fahren.

ZAHLUNGSINFO
Komplettzahlung bei Buchung oder vor Ort

ZUSATZKOSTEN
Verpflegung und Getränke (während der Tour)
Skipass
Transfers
Parkgebühren

HINWEIS FÜR MENSCHEN MIT EINGESCHRÄNKTER MOBILITÄT
Dieses Programm ist für Menschen mit eingeschränkter Mobilität nicht geeignet

DAUER
1 Tag, Mittwoch und Donnerstag - bei Nachfrage täglich

TREFFPUNKT
09:00 Uhr Bergschule Kleinwalsertal, Walserstraße 262, 6992 Hirschegg

RÜCKKEHR
Rückkehr ca. 14:30 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 privat (jede weitere Person)**

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 bis zur Haltestelle Hirschegg Walserhaus. An der Heubergarena ist das Büro der Bergschule Kleinwalsertal.

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 Hirschegg/Walserhaus.

Parken

Kostenpflichtiger Parkplatz am Treffpunkt. Bitte löse zunächst nur ein Kurzzeitticket, da wir abhängig von den Bedingungen mit dem Bus oder dem PKW in Fahrgemeinschaften weiterfahren. Die Parkplätze im Kleinwalsertal sind über die Parkapp Parkster buchbar. Wir empfehlen mit dem öffentlichen Bus zu fahren.

Tipps zum Packen des Rucksacks:

Wir empfehlen einen Rucksack mit Regenhülle mit einem Volumeninhalt von ca. 25 l. Eine Lawinenschaufel und eine Sonde müssen Platz haben. Nimm Getränke und etwas Verpflegung mit.

Zimmervermittlung bei vorzeitiger Anreise:

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

Eine Zimmerliste mit einer 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. 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.

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. 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

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