BERGSCHULE
KLEINWALSERTAL

Wildspitze im Winter mit Sicherheitstraining

Kompaktes Lawinencamp mit Besteigung der Wildspitze!

Ein Skiabenteuer, das nicht nur zum Saisonauftakt ein Erlebnis der besonderen Art ist. Sowohl Skitourengeher mit wenig Erfahrung als auch der routinierte Tourengeher werden bei dieser Tour ihren Spaß haben. Der zweithöchste Berg Österreichs, die Wildspitze, ist unser Ziel bei dieser tollen Tour. Eine kompakte Auffrischungseinheit in Sachen Schnee- und Lawinenkunde sowie eine praxisorientierte LVS-Übung geben uns Sicherheit für alle weiteren Skitouren. Die nicht all zu langen Aufstiege und Abfahrten auf unberührten Hängen machen dieses Tourenwochenende zum echten Genuss.

Anforderungen

Kondition

Kondition für Aufstiege bis zu 1000 Höhenmeter, vorherige Akklimatisation empfehlenswert.

Technik

Tourenbeschreibung

Tag 1: Anreise - Materialcheck - Tourenbesprechung

Nach der Begrüßung checken wir unser Material, lassen uns die Handhabung unserer LVS-Geräte erklären und besprechen die kommenden Tage.

Tag 2: Gletscherexpress - linker Fernerkogel - LVS-Übung

Der Gletscherexpress bringt uns hinauf in die Gletscherwelt des Pitztals. Der linke Fernerkogel ist das Ziel unserer heutigen Skitour. Die etwa 600 Höhenmeter haben wir bald hinter uns und können dann die Aussicht auf die umliegende Bergwelt mit der 3.774 m hohen Wildspitze, dem zweithöchsten Gipfel Österreichs, genießen. Über traumhafte Hänge geht es hinunter ins Tal. Bei einer praxisorientierten LVS-Übung vertiefen wir unsere Kenntnisse und bringen uns in Sachen Lawinen- und Schneekunde wieder auf den aktuellen Stand.

Höhenunterschied: bergauf 600m | bergab 600m

Gehzeit: ca. 04:00 Std.

Tag 3: Gletscherexpress - Wildspitze

Auch heute geht es wieder mit dem Gletscherexpress und der Mittelbergbahn nach oben. Vom Mittelbergjoch aus starten wir Richtung Gipfel. Beim Aufstieg haben wir immer wieder Gelegenheit die Gletscherwelt um uns zu bewundern. Nach rund 800 Höhenmetern haben wir dann unser Ziel, die Wildspitze - Österreichs zweithöchsten Berg, erreicht. Nach einer ausgiebigen Rast genießen wir die Abfahrt in vollen Zügen.

Höhenunterschied: bergauf 800m | bergab 800m

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*
- FUNKTIONSSOCKEN
- FUNKTIONSSHIRT LANGÄRMLIG
- WÄRMENDE JACKE
- MÜTZE / STIRNBAND
- SONNENSCHUTZ
- ENERGIERIEGEL / NÜSSE
- BLASENPFLASTER & TAPE
- STEIGEISEN* (Schuhgröße bitte mitteilen)
- TOURENSKI MIT FELLEN
- STÖCKE MIT GROSSEN TELLERN
- ERSATZBATTERIEN FÜR LVS-GERÄT
- SKIHELM
- SICHERHEITSKARABINER 3-WEGE*
- FUNKTIONELLE UNTERWÄSCHE
- WINTERTOURENHOSE
- HARDSHELLJACKE
- GEFÜTTERTE HANDSCHUHE
- THERMOSFLASCHE
- PERSONALAUSWEIS / BARGELD

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)
Technische Ausrüstung (leihweise)

MINDESTTEILNEHMERZAHL
4 Personen
max. 6

WEITERE GRUPPEN MÖGLICH
max. 6 TN pro Guide, abhängig von den Bedingungen
MÖGLICHER AUFPREIS
155,- EUR p.P. Kleingruppe bei 3 Teilnehmern

ZAHLUNGSINFO
Anzahlung 50,- p.P. bei Buchung
Restzahlung 14 Tage vor Tourenstart

ZUSATZKOSTEN
Unterkunft (während der Tourentage)
Verpflegung und Getränke (während der Tour)
nach persönlichem Bedarf ca. 40,- EUR pro Tag
Skipass
Individuelle Trinkgelder
Reiseversicherung

PARKEN
Am Hotel Andreas Hofer oder bei der selbst gewählten Unterkunft

DAUER
2,5 Tage von Freitag - Sonntag

TREFFPUNKT
17:00 Uhr Mandarfen, Hotel Andreas Hofer

RÜCKKEHR
Rückkehr am letzten Tag ca. 16:00 Uhr

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

Preise und Termine

EUR 470.00 pro Person ab 4 Personen

Allgemeine Informationen

Anreise mit dem Auto:

- aus der Schweiz und Vorarlberg über die Arlbergroute, Landeck und Imst
- aus dem süddeutschen Raum, Frankreich sowie aus Holland und Belgien über die deutsche Autobahn A7

und die maut- und vignettenfreie Fernpassroute und Imst
- aus dem norddeutschen Raum über München, Garmisch und die Fernpassroute und Imst oder über München und über die österreichische Autobahn A12 über Kufstein, Innsbruck und Imst

---

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 hast noch keine Hochtourenerfahrung, alpine Bergtouren mit Kletterpassagen im I. Schwierigkeitsgrad bereiten Dir aber keine Probleme. Bei dieser Tour bist Du auf flachen Gletschern, Geröll- und Schneefeldern teilweise mit Steigeisen und am langen Seil, wegen Spaltensturzgefahr, unterwegs. Du musst schwindelfrei und trittsicher sein.

Du hast bereits Hochtourenerfahrung. Das Gehen mit Steigeisen, am langen und kurzen Seil wegen Absturz- und Spaltensturzgefahr sowie Kletterpassagen im II. Schwierigkeitsgrad sind kein Problem für Dich. Bei dieser Tour bist Du auf Gletschern, Geröll- und Schneefeldern mit Neigungen bis zu 40 Grad unterwegs.

Du hast bereits gute Hochtourenerfahrung. Das Gehen mit Steigeisen am langen und kurzen Seil wegen Absturz- und Spaltensturzgefahr, die Anwendung von Frontalzackentechnik sowie Kletterpassagen im III. Schwierigkeitsgrad sind kein Problem für Dich. Bei dieser Tour bist Du auf Gletschern, Geröll- und Schneefeldern mit Neigungen über 40 Grad unterwegs.

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