BERGSCHULE
KLEINWALSERTAL

E5 Alpenüberquerung mit Gepäcktransport - Premium

Von Oberstdorf nach Meran mit Übernachtung in ****Hotels

Zu Fuß über die Alpen, von Nord nach Süd durch drei Länder, mehrere Täler und über oder vorbei an zahlreichen Gipfeln. Nicht nur bei der klassichen Alpenüberquerung kannst Du Dir diesen Traum erfüllen. Bei unserer ****Premium-Variante kannst Du die Landschaft und die Natur erleben und genießt abends den Komfort in ausgesuchten Sterne-Hotels. Auf den Tagesetappen trägst Du nur einen leichten Rucksack, das Gepäck steht Dir in den Unterkünften bei Ankunft dann zur Verfügung.

Anforderungen

Kondition

Auf- und Abstiege bis zu 1.200 Höhenmeter. Gehzeit zwischen 6 und 8 Stunden (größere Pausen nach etwa 2 Stunden Gehzeit), abhängig von der Witterung, der Wegbeschaffenheit und der Kondition der Gruppe.

Technik

Du wanderst überwiegend auf mittelschweren Bergwegen. Die Beschaffenheit der Wege kann felsig und auch verblockt sein. Abhängig von der Witterung und der Schneelage in den Bergen kann es rutschig sein. Vereinzelt gibt es Passagen, die mit Drahtseilen abgesichert sind. Für diese Touren solltest Du bereits Erfahrung im Wandern haben, trittsicher (sicheres Gehen auf unebenen, steinigen und auch unbefestigten Wegen) und schwindelfrei sein. Für sportliche Einsteiger ohne Höhenangst ist diese Tour machbar.

Tourenbeschreibung

Tag 1: Bärgunttal - Hochalppass - Hochkrumbach / z.B. Warther Hof

Mit dem Bus fahren wir zunächst bis nach Baad am Ende des Kleinwalsertals. Durch das wildromantische Bärgunttal wandern wir zunächst auf einem leicht ansteigenden Weg bis zur Bärgunthütte. Ab hier wird der steilgen und wir lassen die Baumgrenze hinter uns bis wir bald den Hochalppass erreichen. Hier haben wir erstmals einen traumhaften Weitblick und gönnen uns dieses Panorama bevor wir nach Hochkrummbach absteigen. Die letzte Teilstrecke nach Warth fahren wir mit dem Taxi ins Hotel.

Höhenunterschied: bergauf 800m | bergab 400m

Gehzeit: ca. 04:30 Std.

Tag 2: Kaisertal - Kaiserjochhaus - Pettneu / Waldhof St. Anton

Die Strecke von Warth nach Kaisers fahren wir mit Taxi. Hier, im abgelegenen Kaisertal steigen wir mit schönen Ausblicken auf zum Kaiserjochhaus. Der Ausblick auf die Lechtaler Alpen begleitet uns beim Abstieg nach Pettneu. Ein Taxi bringt uns zum Hotel in St. Anton.

Höhenunterschied: bergauf 900m | bergab 1100m

Gehzeit: ca. 06:00 Std.

Tag 3: Zams - Venet - Wenns - Mittelberg / Verwöhnhotel Wildspitze

Auch heute bringt uns ein Shuttle zum nächsten Ausgangspunkt. Wir starten in Zams mit einer Seilbahnfahrt zur Bergstation Venetberg. Über die Goggelsalm wandern wir vorbei an der Larcheralm. Es folgt der Abstieg nach Winkel in Wenns über den alten Almweg. Je nach Wetter passen wir unsere Route entsprechend an. Unser Hotel im Pitztal erreichen wir mit dem Bus oder dem Taxi.

Höhenunterschied: bergauf 200m | bergab 1000m

Gehzeit: ca. 04:00 Std.

Tag 4: Braunschweigerhütte - Pitztaler Jöchl - Sölden Gletscher - Taxi bis Sölden / Hotel Regina

Heute steht uns ein langer Aufstieg bevor. Mit dem Taxi fahren wir bis ans Ende des PItztals. An der Gletscherstube vorbei steigen wir gemächlich bis zur Braunschweiger Hütte auf knapp 2.800 m auf. Nach einer ausgiebigen Rast meistern wir die letzten Höhenmeter zum Pitztalerjöchel (2.995 m). Zur Gletscherbahn-Talstation steigen wir über den Rettenbachferner ab. Mit dem Taxi geht es hinunter bis nach Sölden ins Hotel

Höhenunterschied: bergauf 1300m | bergab 300m

Gehzeit: ca. 06:00 Std.

Tag 5: Sölden- Timmelsjoch - Passeiertal / Hotel Pfeldererhof

Die ersten Höhenmeter erleichtert uns ein Taxi bevor wir dann Richtung Timmelsjoch wandern. Von hier aus

steigen wir uns auf einem äußerst reizvollen Wanderweg ins Passeiertal ab. Ein Taxi bringt uns nach Pfelders ins Hotel Pfeldererhof.

Höhenunterschied: bergauf 700m | bergab 700m

Gehzeit: ca. 05:00 Std.

Tag 6: Pfelders - Sponserseen - Mutkopf - Dorf Tirol

Durch einen schönen Lärchenwald wandern wir zur Faltschnalalm und weiter zum Faltschnaljöchl. Über das Spronserjoch geht es weiter zu den Spronser Seeen. Auf der Oberkaseralm stärken wir uns für die letzte Etappe zum Mutkopf. Von hier aus können wir bereits unser heutiges Etappenziel, das wir zu Fuß erreichen, nämlich das Berggasthaus Hochmuth sehen. Hier lassen wir uns, wenn genügend Zeit bleibt, den Apfelstrudel schmecken. Er soll zu den besten im ganzen Südtirol gehören. Anschließend nehmen wir die Bahn hinunter nach Dorf Tirol.

Höhenunterschied: bergauf 950m | bergab 1200m

Gehzeit: ca. 07:00 Std.

Tag 7: Meran / z.B. City Hotel

An unserem letzten Wandertag lassen wir es ganz gemütlich angehen. Den Abstieg nach Meran genießen wir in vollen Zügen und erreichen die Blumenstadt Meran bereits am Vormittag. So haben wir genügend Zeit zur Regeneration, für Sightseeing oder einfach um die Tour Revue passieren lassen.

Höhenunterschied: bergab 300m

Gehzeit: ca. 01:30 Std.

Tag 8: Heimreise

Zeitig in der Früh treten wir die Heimreise an um dem Rückreiseverkehr zu entgehen. Wir werden, normales Verkehrsaufkommen vorausgesetzt, am frühen Nachmittag in Hirschegg ankommen.

Details im Überblick

LEISTUNGEN
Gepäcktransport (kleines Gepäckstück max. 10kg)
Transfers
7 x Ü/HP im Hotel (DZ oder MBZ)
Staatlich geprüfter Berg- oder Wanderführer
Rücktransfer
Seilbahnfahrten

MINDESTTEILNEHMERZAHL
6 Personen
max. 11

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

ZUSATZKOSTEN
Einzelzimmer (nach Verfügbarkeit - gegen Aufpreis)
Reiseversicherung
Getränke, Zwischenmahlzeiten und Rucksackproviant

DAUER
8 Tage von Sonntag bis Sonntag

TREFFPUNKT
10:00 Uhr Bergschule Kleinwalsertal, Walserstraße 262, Hirschegg

RÜCKKEHR
Rückkehr am letzten Tag ca. 14 Uhr

Preise und Termine

EUR 1995.00 pro Person

Allgemeine Informationen

Kartenmaterial - optional, zur Information vor der Tour:
Kompass Karten: Lechtaler Alpen/Hornbachkette Nr. 24; Ötztaler Alpen/Ötztal-Pitztal Nr. 43, 1:50.000

Unterbringung
Diese Tour ist eine Komforttour, Du bist in ****Hotels im Doppelzimmer untergebracht. Einzelzimmer können nur kurzfristig bei Verfügbarkeit gegen einen Aufpreis vergeben werden.

Verpflegung:
In den Unterkünften werden wir reichhaltig (Halbpension) verköstigt. Es ist auch vegetarische Verpflegung möglich (bitte bei Buchung, spätestens zwei Wochen vor Tourenstart angeben). Unterwegs haben wir oftmals einladende Einkehrmöglichkeiten oder Sie können sich am Morgen ein Lunchpaket (kostenpflichtig) zusammenstellen lassen. Deshalb reicht es aus, wenn Sie für den Tourenstart genügend zu Trinken und einen kleinen Snack (Energieriegel) für zwischendurch mitnehmen. An den folgenden Wandertagen informiert Sie Ihr Guide.

Zusatzkosten:
Nach persönlichem Bedarf ca. € 35.- pro Tag für Getränke, Rucksackproviant, etc.

Anreise:

Der Treffpunkt zu Deiner Tour ist mit den öffentlichen Verkehrsmitteln innerhalb des Kleinwalsertals gut und einfach zu erreichen. Wenn Du bereits am Vortag anreist und eine Unterkunft im Kleinwalsertal beziehst, kannst Du von dort aus bequem mit dem Bus zum Treffpunkt kommen.

PKW:

Mit dem Auto von Kempten (Allgäu) auf der B 19 bis Oberstdorf - Kreisverkehr rechts Richtung Kleinwalsertal B 12 - Straßenverlauf folgend bis Hirschegg/gegenüber dem Walserhaus/Tourismusamt.

Bahn und Bus:

Bahnverbindungen nach Oberstdorf mit Anschluss an das öffentliche Busnetz Linie 1 nach Hirschegg Haltestelle Walserhaus.

Flughäfen:

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

Zimmervermittlung bei vorzeitiger Anreise:
Kleinwalsertal Tourismus, Tel.: 43-5517-5114-0, www.kleinwalsertal.com
Kleinwalsertal Aktuell, www.kleinwalsertal-aktuell.com

Gerne senden wir Ihnen bei Bedarf eine Zimmerliste mit einer kleinen Auswahl an Pensionen und Hotels zu.

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

Auf- und Abstiege bis 800 Höhenmeter, Gehzeiten pro Tag zwischen 4 und 6 Stunden (größere Pausen nach etwa 1 bis 2 Stunden Gehzeit), abhängig von der Witterung, der Wegbeschaffenheit und der Kondition der Gruppe

Auf- und Abstiege bis zu 1200 Höhenmeter. Gehzeiten zwischen 6 und 8 Stunden (größere Pausen nach etwa 2 Stunden Gehzeit), abhängig von der Witterung, der Wegbeschaffenheit und der Kondition der Gruppe

Auf- und Abstiege bis zu 1400 Höhenmeter (und mehr), Gehzeiten zwischen 8 und 10 Stunden, abhängig von der Witterung, der Wegbeschaffenheit und der Kondition der Gruppe. Bei Touren in Höhenlagen über 3.000 m ist eine vorherige Akklimatisation empfehlenswert.

Technik

Du wanderst auf einfachen Bergwegen. Diese sind überwiegend schmal und zum Teil auch steil. Je nach Witterung kann es auch mal rutschig sein. Du musst nicht unbedingt Bergerfahrung haben und auch nicht schwindelfrei sein. Trittsicherheit hingegen setzen wir bei allen Wanderungen in den Bergen voraus. Für Einsteiger ist diese Tour geeignet.

Du wanderst überwiegend auf mittelschweren Bergwegen. Die Beschaffenheit der Wege kann felsig und auch verblockt sein. Abhängig von der Witterung und der Schneelage in den Bergen kann es rutschig sein. Vereinzelt gibt es ausgesetzte Passagen, die mit Drahtseilen abgesichert sind. Für diese Touren solltest Du bereits Erfahrung im Wandern haben, trittsicher und schwindelfrei sein. Für sportliche Einsteiger ohne Höhenangst ist diese Tour machbar.

Du wanderst streckenweise auf schweren, alpinen Bergwegen. Ausgesetzte Passagen, die zum Teil mit Drahtseilen abgesichert sind, bereiten Dir keine Probleme. Du hast Erfahrung im alpinen Bergsteigen und bist auch in schrofigem und verblocktem Gelände, auf Geröllfeldern und größeren Schneefeldern trittsicher und schwindelfrei. Witterungsbedingt können die Anforderungen auch noch anspruchsvoller sein.

Guter Rat ist nicht teuer!

Antworten auf häufig gestellten Fragen!
* Nach dem Motto „Es gibt kein schlechtes Wetter, nur schlechte Kleidung“ lassen wir uns mit unserer regentauglichen Ausrüstung auch von Regen oder Schnee die Freude am Wandern nicht verderben. Sollte auch Sicherheitsgründen die Tour / Etappe nicht wie geplant stattfinden können, wird der Guide eine Alternative finden.
* Die beste Zeit für eine Alpenüberquerung ist zwischen Mitte Juni und Ende September. Zu Beginn und am Ende der Saison müssen wir unter Umständen mit Schneefeldern rechnen. In den Bergen ist grundsätzlich auch in den Sommermonaten jederzeit auch mal Schneefall möglich.
* Eine Wochentour in den Bergen ist für viele Wanderer eine große Herausforderung. Wir sind auf guten Bergwegen unterwegs. Oftmals sind die Wege steil oder auch felsig, manchmal erdig und auch rutschig. Wenn Du bereits Erfahrung im Wandern hast und entsprechende Ausdauer mitbringst, trittsicher (sicheres Gehen auf unebenen, steinigen und auch unbefestigten Wegen) und weitestgehend schwindelfrei bist, wirst Du auf der Alpenüberquerung genussvoll unterwegs sein. Warst Du bislang noch nicht mehrtägig in den Bergen unterwegs, empfehlen wir Dir als Vorbereitung eine unserer dreitägigen Touren zum Reinschnuppern und Kennenlernen.
*Solltest Du tatsächlich eine Tour abbrechen müssen und dadurch Zusatzkosten entstehen (Taxitransfer, zusätzlich Hotelübernachtung u.ä.), werden diese Kosten nicht von der Bergschule erstattet (siehe AGB der

Bergschule Kleinwalsertal). Deshalb empfehlen wir ausdrücklich eine Reiseversicherung, die auch den Abbruch einer Tour abdeckt.
* In der Ausrüstungsliste findest Du alles was Du für Deine Alpenüberquerung benötigst. Besonderes Augenmerk solltest du auf Deine Bergschuhe verwenden. Schuhe der Kategorie B/C mit einem Schaft über die Knöchel sind ideal. Ein bequemer Bergschuh ist nicht unbedingt für die Alpenüberquerung geeignet. Wichtig sind ein gutes Profil, die Stabilität und der Zustand des Schuhs. Bei alten Schuhen kommt es häufig vor, dass sich die Sohle ablöst. Deshalb lohnt sich besonders bei den Schuhen die Investition in ein neues Paar.
* Wir sind in den Hütten im Lager oder in Mehrbettzimmern, im Hotel bzw. im Gasthof im Doppel- oder auch Mehrbettzimmer untergebracht. Wir bitten um Verständnis, dass individuelle Reservierungswünsche nicht berücksichtigt werden können.
* In den Unterkünften werden wir reichhaltig (Halbpension) verköstigt. Es ist auch vegetarische Verpflegung möglich (bitte bei Buchung angeben). Unterwegs haben wir oftmals einladende Einkehrmöglichkeiten oder wir können uns ein Lunchpaket (kostenpflichtig) zusammenstellen lassen. Deshalb reicht es aus, wenn Du für den Tourenstart genügend zu Trinken und einen kleinen Snack für zwischendurch mitnehmen. An den folgenden Wandertagen informiert Dich dann der Guide.

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. Stell Dir einfach Deine Traumtour vor, dann kommt die Motivation von ganz alleine. Als kleinen Anreiz haben wir Dir hier einen Trainingsplan ausgearbeitet. Mit diesen Ausdauereinheiten und Technikübungen kannst Du Dich auf Dein Abenteuer in den Bergen vorbereiten. **Wir empfehlen schon einige Tage vor Tourenstart anzureisen um sich an die Höhe zu gewöhnen.**

Wandern / Klettersteig

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)

Klettern / Hochtouren

Mindestens 3 unterschiedliche Wahleinheiten pro Woche, ideal über mehrere Monate.

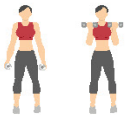
AUSDAUER:

45 Minuten Treppensteigen, Stepper oder Crosstrainer

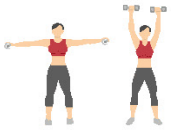
90 Minuten Walken, Joggen oder Radfahren in der Natur

ARMKRAFT: Mit Kurzhantel oder Wasserflasche (0,5 bis 1 kg).

30x Armbeugen



30x über Kopf stemmen und seitlich anheben



5x Liegestütz (Steigerung pro Einheit bis 20)

5x Liegestütz rücklings (Steigerung pro Einheit bis 20)

1 Minute Unterarmstütz

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