



Skitourenkurs Kleinwalsertal Level 3

Für Fortgeschrittene - bereit fürs nächste Level!

Für alle, die bereits Skitourenenerfahrung haben, idealerweise sogar unseren Skitourenkurs für Einsteiger im Kleinwalsertal absolviert haben, ist dieses Programm für Fortgeschrittene bestens geeignet. Hier kannst Du Deine Kenntnisse vertiefen oder wieder auffrischen. Bei leichten bis mittelschweren Skitouren übst Du die Handhabung der Sicherheitsausrüstung und erlernst unter fachkundiger Anleitung den Lawinenlagebericht zu verstehen und erste Grundlagen zur selbstständigen Beurteilung der Lawinenlage. Dieser Kurs ist auch für Splitboarder mit guter Kondition geeignet. Bitte beachte, dass Du Dein Rucksack am ersten und letzten Tag mit der gesamten Ausrüstung tragen musst.

Anforderungen

Kondition ❄️ ❄️ ❄️ ❄️

Kondition für Aufstiege bis zu 1000 Höhenmeter

Technik ❄️ ❄️ ❄️ ❄️

Du hast bereits erste Skitouren Erfahrung und kannst sicher im freien Gelände und in allen Schneearten Skifahren.

Tourenbeschreibung

Tag 1: Baad - Litzenscharte - [Schwarzwasserhütte](#)

Nach dem Materialcheck an der Bergschule fahren wir mit dem Bus oder dem eigenen PKW nach Baad. Von hier aus steigen wir mit unserem gepackten Rucksack zur Litzenscharte (1.870 m) auf. Bei diesem Aufstieg können wir an unserer Aufstiegstechnik feilen und diese gezielt verbessern. Alternativ nehmen wir die Bahn, um uns den Aufstieg zu erleichtern. Nach einer kurzen Abfahrt im freien Gelände ziehen wir die Felle auf und erreichen ebenfalls die Litzenscharte. Nach einer Pause geht es über eine wunderschöne Abfahrt Richtung Schwarzwassertal. Von hier aus erreichen wir nach einem kurzen Aufstieg die Schwarzwasserhütte (1.620 m), unsere Basis für die kommenden Tage.

Höhenunterschied: bergauf 800m | bergab 400m

Dauer: ca. 06:00 Std.

Tag 2: Steinmandl - Hehlekopf - [Schwarzwasserhütte](#)

Von der Schwarzwasserhütte steigen wir nach dem Frühstück mit leichtem Gepäck zum Steinmandl (1.982 m) auf. Wenn sich die Gelegenheit bietet, graben wir ein Schneeprofil und begutachten gemeinsam den Aufbau der Schneedecke oder üben den Umgang mit dem LVS-Gerät noch einmal. Vom Gipfel genießen wir den traumhaften Ausblick bevor wir uns für die erste Abfahrt an diesem Tag bereit machen. Ein zweiter Anstieg führt uns dann hinauf auf den Hehlekopf (2.058 m). Von hier aus geht es über sanfte Hänge zurück zur Schwarzwasserhütte.

Höhenunterschied: bergauf 800m | bergab 800m

Dauer: ca. 06:00 Std.

Tag 3: Ochsenhoferscharte - Grünhorn - Baad

Unser heutiger Gipfelanstieg führt uns zunächst auf die Ochsenhoferscharte (1.850 m). Von hier aus ist es auf das Grünhorn (2.039 m) nicht mehr weit. Der Ausblick vom Gipfel lässt uns die Anstrengung ganz schnell vergessen. Die Abfahrt nach Baad ist dann der krönende Abschluss, bevor wir mit dem Bus oder dem eigenen PKW zurück nach Hirschegg zur Bergschule fahren.

Höhenunterschied: bergauf 500m | bergab 800m

Dauer: ca. 06:00 Std.

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.

Die **Ausrüstungsliste zum Ausdrucken** gibt es [hier](#). In der Liste findest Du zahlreiche nützliche Hinweise und Erklärungen sowie Links zu Ausrüstungsgegenständen.

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

Ausrüstung

 RUCKSACK 30L - 40L MIT SKIBEFESTIGUNG	 SKITOURENSCHUHE
 TOURENSKI MIT FELLEN	 HARSCHSEISEN
 STÖCKE MIT GROSSEN TELLERN	 LVS-GERÄT, SCHAUFEL, SONDE *
 ERSATZBATTERIEN FÜR LVS-GERÄT	 SKIHELM
 FUNKTIONSSOCKEN	 FUNKTIONELLE UNTERWÄSCHE
 LEICHTE HÜTTENHOSE	 FUNKTIONSSHIRT LANGÄRMLIG
 WINTERTOURENHOSE	 WÄRMENDE JACKE
 HARDSHELLJACKE	 MÜTZE / STIRNBAND
 GEFÜTTERTE HANDSCHUHE	 SONNENSCHUTZ
 THERMOSFLASCHE	 ENERGIERIEGEL / NÜSSE
 HÜTTENSCHUHE	 KLEINER KULTURBEUTEL
 KLEINES HANDTUCH UND WASCHLAPPEN	 HÜTTENSCHLAFSACK (ohne Metallanteile)
 PERSONALAUSWEIS / BARGELD	 TASCHENLAMPE
 OHROPAX (OPTIONAL)	 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
2 x Ü/HP in Hütte (MBZ oder Lager)
LVS-Gerät / Schaufel / Sonde (leihweise)
Transfers

MINDESTTEILNEHMERZAHL

4 Personen
max. 6

PARKEN

Kostenpflichtiger Parkplatz am Treffpunkt. Bitte löse zunächst nur ein Kurzzeitticket, da wir mit dem Bus oder dem PKW in Fahrgemeinschaften weiterfahren. Am Ausgangspunkt gibt es kostenpflichtige Parkplätze, die über die Parkapp Parkster buchbar sind.

ZAHLUNGSINFO

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

ZUSATZKOSTEN

Getränke, Zwischenmahlzeiten und Rucksackproviant
nach persönlichem Bedarf ca. 40,- EUR pro Tag
Skipass
Parkgebühren
Individuelle Trinkgelder
Reiseversicherung

MÖGLICHER AUFPREIS

145,- EUR p.P. in Kleingruppe bei 3 Teilnehmern

DAUER

3 Tage von Montag - Mittwoch

TREFFPUNKT

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

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 595.00 pro Person ab 4 Personen

Allgemeine Informationen

Kartenmaterial - optional, zur Information vor der Tour:

Alpenvereinskarte BY-2, Kleinwalsertal, Hoher Ifen, Widderstein 1:25.000

Unterbringung

Wir bitten um Verständnis, dass individuelle Reservierungswünsche nicht berücksichtigt werden können. In der Schwarzwasserhütte sind wir im Mehrbettzimmer oder im Lager untergebracht. Es gibt Waschräume und eine Duschmöglichkeit. Du musst einen Hüttenschlafsack mitbringen.

Verpflegung:

In der Unterkunft werden wir reichhaltig (Halbpension) verköstigt. Es ist auch vegetarische Verpflegung möglich (bitte bei Buchung, spätestens zwei Wochen vor Tourenstart angeben).

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.

Parken:

Kostenpflichtiger Parkplatz am Treffpunkt. Bitte löse zunächst nur ein Kurzzeitticket, da wir mit dem Bus oder dem PKW in Fahrgemeinschaften weiterfahren. Am Ausgangspunkt gibt es kostenpflichtige Parkplätze, die über die Parkapp Parkster buchbar sind.

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.: 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.

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 Auslandsrankenversicherung.

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



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)

