



# Spitzbergen - Ski & Sail EXKLUSIV!

Unterwegs im Reich der Eisbären und Polarfüchse!

---

Spitzbergen - der nördliche Archipel zwischen dem norwegischen Festland und dem Nordpol ist eine Inselgruppe der Superlative. Neben der faszinierenden Landschaft zwischen riesigen Eisflächen, markanten Bergen und einer beeindruckenden Tierwelt, die ihresgleichen sucht, sind es die Skitouren in absoluter Abgeschiedenheit, die diese Reise so besonders machen. Auf dieser Skitourenreise können wir Natur und Stille intensiv erleben und vielleicht ist sogar eine Erstbesteigung oder eine Erstbefahrung eines Gipfels dabei. Den genauen Reiseverlauf werden wir erst kurzfristig festlegen können, weil wir vor Ort, angepasst an die Bedingungen und durch die Informationen aus erster Hand, die besten und lohnendsten Touren aussuchen. Die Yacht steht uns exklusiv auf Spitzbergen komplett privat zur Verfügung. Sie ist unsere "Homebase" während wir auf See unser nächstes Ziel ansteuern. Eine "lifetime experience" - unvergesslich, eindrücklich und außergewöhnlich. Frühe Anmeldung empfohlen! Spätere Anfragen können meist nicht mehr berücksichtigt werden.

---

# Anforderungen

**Kondition** ❄️ ❄️ ❄️ ❄️

Kondition für Aufstiege bis zu 1400 Hm

**Technik** ❄️ ❄️ ❄️ ❄️

Du hast schon viel Erfahrung im Skitourengehen und kannst sicher im freien Gelände und in allen Schneearten Skifahren.

## Tourenbeschreibung

### Tag 1: individuelle oder gemeinsame Anreise bis Oslo

Anreise nach Oslo. Flüge nach Spitzbergen sind nicht ohne einen Zwischenstopp in Oslo möglich. Je nach Flugzeit ist ggf. noch eine Stadtbesichtigung oder der Besuch des Fram Museums möglich. Selbstständiges Abendessen in der Stadt und Übernachtung im Hotel. Hier triffst Du spätestens auch weitere Teilnehmer die von verschiedenen Abflughäfen eintreffen. Der Abend klingt gemütlich aus und die Vorfreude auf die "Arktik" in Spitzbergen steigt.

### Tag 2: Weiterreise Spitzbergen – Longyearbyen

Flug am Vormittag von Oslo nach Longyearbyen. Größer könnte der Kontrast nicht sein, denn hier triffst Du auf die rauhe und wilde Arktis. In Longyearbyen, dem mit 2.000 Einwohnern größten Hauptort Spitzbergens, erwartet Dich bereits unser Bergführer, der aus organisatorischen Gründen bereits auf Spitzbergen ist und die notwendigen Vorbereitungen für den Ski & Sail Trip getroffen hat. In einem guten Hotel beziehen wir unsere Unterkunft für die heutige Nacht. Bereits am Nachmittag / Abend ist eine erste Skitour oder auch Erkundung von Longyearbyen möglich. Der Tag hat 24 Stunden und eine späte Tour im arktischen Licht stimmt auf die Skitourenwoche ein. Wir starten unmittelbar am Hotel. Frühstück

### Tag 3: Skitour Spitzbergen – Longyearbyen

In der direkten Umgebung von Longyearbyen erheben sich einige spannende Berge, wie z. B. der 850 m hohe Trollsteinen oder das Nordenskjöldfjellet (1050 m). Bei guten Bedingungen können wir vom Gipfel einen gigantischen Ausblick auf die Fjorde und Berge rund um Longyearbyen genießen, bevor es an die Abfahrt im arktischen Schnee geht. Am Nachmittag bietet sich ein Streifzug durch die Ortschaft. Die Pfarrkirche und das Svalbard-Museum mit seiner Ausstellung zur Bergbauindustrie und Polargeschichte sind auf jeden Fall einen Besuch wert. Am späten Nachmittag schiffen wir auf unserem Segelschiff ein und das Abenteuer Skitouren vom Boot in Spitzbergen beginnt. Noch am selben Tag laufen wir aus und verlassen die Zivilisation durch den eisfreien Isfjorden mit Kurs "Südwest" zum Oscar II Land. Im Trygghamma Fjord ankern wir am spätern Abend und genießen das erste Abendessen an Bord. Der rund 6 km lange Fjord liegt südlich des Oscar II Lands und ist eigentlich immer eisfrei. Vollpension

Höhenunterschied: bergauf 1050m | bergab 1050m

Gehzeit: ca. 05:00 Std.

### Tag 4: Skitouren im Trygghamma Fjord

Am Vormittag gehen wir erstmalig in dieser Wildnis an Land. Mit dem großen Zodiac Boot landen wir an der Küste an und besteigen je nach Verhältnissen den Protektorfjellet (849 m), den Alkhornet (616 m) oder den im Osten gelegenen Värmlandsryggen (575 m). Aufgrund der Mitternachtssonne haben wir ja problemlos 24h Zeit und können daher auch für Unersättliche noch am Abend eine weitere Skitour dranhängen. Alternativ kannst Du den Tag mit einem heißen Bad im Hot Tub an Bord der Yacht und dem Blick auf die Eisberge ausklingen lassen. Vollpension

Höhenunterschied: bergauf 1100m | bergab 1100m

Gehzeit: ca. 06:00 Std.

### Tag 5: Ski & Sail an der Westküste Spitzbergens – Tag 5 bis Tag 9

Das Packeis bestimmt die Route und die Gipfelziele der nächsten Tage. Bei guten Bedingungen erkunden wir den Forlandsundet zwischen Oscar II Land und Prins Karls Forland nach Norden in Richtung Ny Alesund. Die Chance hier oben auf Eisbären zu treffen ist besonders hoch, so dass wir bei den Skitouren an Land immer mit einem Gewehr ausgestattet sind. Sollte das Packeis diese Route nicht zulassen, so erkunden wir die südliche Westküste und erleben hier traumhafte und garantiert einsame Skitouren. Am Abend des 9. Tages laufen wir wieder in Longyearbyen ein. Die Touren dauern durchschnittlich 4 bis 6 Stunden, dabei legen wir zwischen 800 und 1400 hm zurück. Vollpension

Höhenunterschied: bergauf 1400m | bergab 1400m

Gehzeit: ca. 06:00 Std.

#### **Tag 6:** Ski & Sail an der Westküste Spitzbergens

Siehe Tag 5

Höhenunterschied: bergauf 1000m | bergab 1000m

Gehzeit: ca. 05:00 Std.

#### **Tag 7:** Ski & Sail an der Westküste Spitzbergens

Siehe Tag 5

Höhenunterschied: bergauf 800m | bergab 800m

Gehzeit: ca. 04:00 Std.

#### **Tag 8:** Ski & Sail an der Westküste Spitzbergens

Siehe Tag 5

Höhenunterschied: bergauf 1200m | bergab 1200m

Gehzeit: ca. 05:30 Std.

#### **Tag 9:** Ski & Sail an der Westküste Spitzbergens

Siehe Tag 5. Am Abend des 9. Tages laufen wir schließlich wieder im Hafen von Longyearbyen ein.

Höhenunterschied: bergauf 1000m | bergab 1000m

Gehzeit: ca. 05:00 Std.

#### **Tag 10:** Heimreise

Je nach Rückflugzeit kann die Heimreise sehr früh (oft nachts) mit einem Transfer zum Flughafen starten. Wir fliegen über Oslo wieder nach Hause und erreichen die Heimat im Laufe des Tages. Das nächste Abenteuer kann beginnen.

## Ausrüstung

|                                                                                                                   |                                                                                                                |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  RUCKSACK 25L MIT SKIBEFESTIGUNG |  SKITOURENSCHUHE              |
|  TOURENSKI MIT FELLEN            |  HARSCHISEN                   |
|  STÖCKE MIT GROSSEN TELLERN      |  LVS-GERÄT, SCHAUFEL, SONDE * |
|  ERSATZBATTERIEN FÜR LVS-GERÄT   |  BIWAKSACK                    |
|  SKIHELM                         |  FUNKTIONSSOCKEN              |
|  FUNKTIONELLE UNTERWÄSCHE        |  FUNKTIONSSHIRT LANGÄRMLIG    |
|  WINTERTOURENHOSE                |  WÄRMENDE JACKE               |
|  HARDSHELLJACKE                  |  MÜTZE / STIRNBAND            |
|  GEFÜTTERTE HANDSCHUHE           |  SONNENSCHUTZ                 |
|  THERMOSFLASCHE                  |  KLEINER KULTURBEUTEL         |
|  PERSONALAUSWEIS / EC-KARTE      |  OHROPAX (OPTIONAL)           |
|  BLASENPFLASTER & TAPE           |                                                                                                                |

Eine genaue Ausrüstungsliste wird vor der Reise verschickt.

## Details im Überblick

### Leistungen

- \* 10 Tage Führung & Organisation
- \* 2 x Ü/F im DZ im Hotel
- \* 7 x Ü/VP auf dem Schiff
- \* Komfortable 2-Personen-Koje mit Dusche & WC
- \* Expeditionserfahrener IVBV Bergführer aus D/A
- \* Zusätzlicher einheimischer Begleiter
- \* Gletscherausrüstung leihweise
- \* Transfers vor Ort laut Programm mit Skidoo & Taxi
- \* GPS/Satellitengestützter Notfallsender auf Tour
- \* IRIDIUM Satellitentelefon / exkl. Gesprächsgebühren
- \* Umfangreiche Medizinische Notfallausrüstung
- \* Permits und Genehmigungen
- \* Großkalibriges Gewehr mit entsprechender Munition

### Mindestteilnehmerzahl

6 Personen

max. 8 Personen

### Hinweis für Menschen mit eingeschränkter Mobilität

Dieses Programm ist für Menschen mit eingeschränkter Mobilität nicht geeignet

### Zusatzkosten

Hin- und Rückflug  
Speisen und Getränke außerhalb der Vollpension an Bord der Duen III  
Abendessen im Hotel in Oslo  
Abendessen im Hotel in Longyearbyen  
Skigepäck/Übergepäck (pro Skisack ca. 70 €)  
Parkplatzgebühren bei PKW-Anreise  
individuelle Trinkgelder  
Die Zusatzkosten können variieren und dienen lediglich zur Orientierung!  
Reiseversicherung

### Zahlungsinfo

Anzahlung 100,- EUR p.P. bei Buchung  
Restzahlung 4 Wochen vor Tourenstart

### Termine

Auf Anfrage

### Treffpunkt

nach Vereinbarung in Oslo

### Hinweis

Abweichend zu unseren AGB gelten bei dieser Reise andere Stornobedingungen.

Wir empfehlen die Flüge für die An- und Abreise erst nach erfolgter Durchführungszusage zu buchen. Die individuell gebuchten Flüge können im Falle einer Absage wegen nicht Erreichen der Teilnehmerzahl etc. nicht zurückerstattet werden. Gerne können wir die Reise auch inklusive Hin- und Rückflug anbieten.

Spitzbergen gehört nicht zum Schengenraum. Für diese Bergreise benötigen Angehörige aus dem

deutschsprachigem EU Raum und der Schweiz daher einen gültigen Reisepass.

---

## Preise und Termine



**EUR 5090.00 pro Person**

---

## Allgemeine Informationen

### Unterbringung

Auf dem Schiff sind wir in Zweierkabinen untergebracht. Im Hotel übernachtest du im Doppelzimmer

---

## 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 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 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.



# 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)

