



## Zu den Kessellöchern

Entlang des Schwarzwasserbaches zu den Kessellöchern

---

Kurz hinter der Auenhütte tauchen wir in die winterliche Waldlandschaft ein. Entlang des Schwarzwasserbaches wandern wir zu den Kessellöchern und den Strudellöchern. An einem romantischen Wasserfall lauschen wir dem Rauschen des Baches und genießen die Ruhe. Bitte beachte, dass der Parkplatz an der Ifenbahn Talstation nur begrenzte Kapazitäten hat. Besonders am Wochenende kommt es bereits morgens zu Engpässen. Wir empfehlen Dir ab Riezlern mit dem Bus Nummer 5 zu fahren.

---

# Anforderungen

## Kondition



Kondition für Aufstiege bis 200 Höhenmeter und Gehzeiten bis 2,5 Stunden

## Technik



Für Einsteiger geeignet, keine Schneeschuhwandererfahrung aber Trittsicherheit 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

---

## Ausrüstung

- |  |  |
|--|--|
|  TAGESRUCKSACK MIT REGENHÜLLE (25L) |  WASSERDICHTER BERGSCHUH KAT. B/C |
|  SCHNEESCHUHE* (GR. 36 BIS 46)      |  STÖCKE MIT GROSSEN TELLERN*      |
|  LVS-GERÄT, SCHAUFEL, SONDE *       |  WINTERSPORTBEKLEIDUNG            |
|  MÜTZE / STIRNBAND                  |  GEFÜTTERTE HANDSCHUHE            |
|  SONNENSCHUTZ                       |  TAGESVERPFLEGUNG                 |
|  GAMASCHEN (OPTIONAL)               |  PERSONALAUSWEIS / BARGELD        |
|  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

Schneeschuhide  
Schneeschuhe & Stöcke (leihweise - Gr. 36 bis 46)

### MINDESTTEILNEHMERZAHL

4 Personen  
max. 11

### PARKEN

Der Parkplatz an der Ifenbahn ist kostenpflichtig und hat nur begrenzte Kapazität. Am Wochenende kann es bereits schon um 9:00 Uhr zu Engpässen kommen. Bitte beachte auch, dass im Winter, abhängig von den Straßenverhältnissen, Schneeketten vorgeschrieben sein können. Wir empfehlen ab Riezlern mit dem Bus Nummer 5 zu fahren.

### ZAHLUNGSINFO

Komplettzahlung bei Buchung oder vor Ort

### ZUSATZKOSTEN

Verpflegung und Getränke (während der Tour)  
Parkgebühren

### HINWEIS FÜR MENSCHEN MIT EINGESCHRÄNKTER MOBILITÄT

Dieses Programm ist für Menschen mit eingeschränkter Mobilität nicht geeignet

### DAUER

1/2 Tag Montag und Sonntag, ca. 2,5 Stunden - bei Nachfrage täglich

### TREFFPUNKT

13:30 Uhr Ifenbahn Talstation - vor der Snowcompany

### RÜCKKEHR

Rückkehr ca. 16:00 Uhr

### FAMILIEN

Für lauffreudige Kinder ab 12 Jahren geeignet (Mindestschuhgröße 36)

---

## Preise und Termine



**EUR 52.00 pro 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 nach Riezlern Post, dort

in die Linie 5 Richtung Ifen - Haltestelle Ifen.

### 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 Riezlern Breitachbrücke. Dort biegest Du rechts ab in die Schwarzwassertalstraße, ca. 4 Kilometer aufwärts Richtung Talstation Ifen.

### Tipps zum Packen des Rucksacks

Wir empfehlen einen Rucksack mit Regenhülle mit einem Volumeninhalt von ca. 20 l. Bei dieser Tour gibt es keine Einkehrmöglichkeit. Wir empfehlen Dir Verpflegung und (warme) Getränke für den Tag einzupacken.

### Wichtiger Hinweis

Du benötigst für diese Tour feste Winterschuhe zum Schnüren oder wasserdichte Bergschuhe, an denen die Schneeschuhe gut befestigt werden können.

### Zur Buchung von Unterkünften im Kleinwalsertal

Kleinwalsertal Tourismus, Tel.: +43-5517-5114-0, [www.kleinwalsertal.com](http://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>

---

## Anforderungen

### Kondition



Kondition für Aufstiege bis zu 400 Höhenmeter und Gehzeiten bis zu 5 Stunden



Kondition für Aufstiege zwischen 500 und 700 Höhenmetern und Gehzeiten bis 6 Stunden



Kondition für Aufstiege bis zu 1000 Höhenmeter und Gehzeiten bis 8 Stunden

### Technik



Du hast noch keine Erfahrung im Schneeschuhwandern, bist aber trittsicher (sicheres Gehen auch in unebenem Gelände).



Du hast bereits erste Erfahrung im Schneeschuhwandern (von Vorteil), bist sportlich und hast eine gute Kondition. Sicheres Gehen in unebenem und auch steilerem Gelände bereitet Dir keine Schwierigkeit.



Du bist ein erfahrener Schneeschuhwanderer und bist auch in anspruchsvollem, steilem Gelände sicher mit Schneeschuhen unterwegs.

---

# 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



## 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:

1 Minute Kniebeugen



1 Minute Skipping



1 Minute Ausfallschritte



1 Minute Strecksprünge



10 Minuten Balance Ball  
(einbeinig, beidbeinig)



### 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)

