



Genussvolle Skitourentage Kleinwalsertal

Erholung pur mit exklusivem Hotel!

Mit unseren Guides bist Du klar im Vorteil, denn Dank der Ortskenntnis der Bergführer finden wir immer unverspurte Hänge auf wenig begangenen Skitouren. Im Naturhotel Lärchenhof, eine feine Adresse in Mittelberg, kannst Du Dich nach allen Regeln der Kunst verwöhnen lassen. Sowohl kulinarisch als auch beim Wellness. Dieses verlängerte Tourenwochenende ist als Gesamtpaket ein voller Genuss. 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!

Anforderungen

Kondition



Kondition für Aufstiege bis zu 1000 Höhenmeter

Technik



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

Tourenbeschreibung

Tag 1: Anreise und Begrüßung im [Naturhotel Lärchenhof](#)

Zum Auftakt unserer genussvollen Skitourenwoche treffen wir uns im Naturhotel Lärchenhof. Wir besprechen die Möglichkeiten und die Bedingungen und prüfen das Material. Im Anschluss werdet Ihr dann im Hotel kulinarisch verwöhnt.

Tag 2: Skitouren in den Walser Bergen

Wir nutzen die zahlreichen Möglichkeiten im Kleinwalsertal für unsere Skitouren. Möglicherweise nutzen wir eine der Bergbahnen (Zusatzkosten), um gleich an Höhe zu gewinnen und in gutes Terrain zu gelangen. Nach getaner Arbeit kannst Du Dich in der Wellness-Abteilung des Naturhotel Lärchenhof verwöhnen lassen.

Tag 3: Skitourtour in den Walser Bergen

Wir nutzen die zahlreichen Möglichkeiten im Kleinwalsertal für unsere Skitouren. Möglicherweise nutzen wir eine der Bergbahnen (Zusatzkosten), um gleich an Höhe zu gewinnen und in gutes Terrain zu gelangen. Nach getaner Arbeit kannst Du Dich in der Wellness-Abteilung des Naturhotel Lärchenhof verwöhnen lassen.

Tag 4: Skitour in den Walser Bergen

Wir nutzen die zahlreichen Möglichkeiten im Kleinwalsertal für unsere Skitouren. Möglicherweise nutzen wir eine der Bergbahnen (Zusatzkosten), um gleich an Höhe zu gewinnen und in gutes Terrain zu gelangen. Nach getaner Arbeit kannst Du Dich in der Wellness-Abteilung des Naturhotel Lärchenhof verwöhnen lassen.

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

Ausrüstung

 RUCKSACK 25L MIT SKIBEFESTIGUNG	 SKITOURENSCHUHE
 TOURENSKI MIT FELLEN	 HARSCHHEISEN
 STÖCKE MIT GROSSEN TELLERN	 LVS-GERÄT, SCHAUFEL, SONDE *
 ERSATZBATTERIEN FÜR LVS-GERÄT	 BIWAKSACK
 SKIHELM	 FUNKTIONSSOCKEN
 FUNKTIONELLE UNTERWÄSCHE	 FUNKTIONSSHIRT LANGÄRMIG
 WINTERTOURENHOSE	 WÄRMENDE JACKE
 HARDSHELLJACKE	 MÜTZE / STIRNBAND
 GEFÜTTERTE HANDSCHUHE	 SONNENSCHUTZ
 THERMOSFLASCHE	 ENERGIERIEGEL / NÜSSE
 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

Staatlich geprüfter Berg- oder Skiführer
3 x Ü/HP im Naturhotel Lärchenhof (DZ oder MBZ)
LVS-Gerät / Schaufel / Sonde (leihweise)

MINDESTTEILNEHMERZAHL

5 Personen
max. 6

HINWEIS FÜR MENSCHEN MIT EINGESCHRÄNKTER MOBILITÄT

Dieses Programm ist für Menschen mit eingeschränkter Mobilität nicht geeignet

PARKEN

Kostenfreie Parkplätze am Hotel

ZAHLUNGSINFO

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

ZUSATZKOSTEN

Getränke, Zwischenmahlzeiten und Rucksackproviant
Einzelzimmer (nach Verfügbarkeit - gegen Aufpreis)
Skipass
Transfers
Individuelle Trinkgelder
Reiseversicherung

MÖGLICHER AUFPREIS

130,- EUR p.P. in Kleingruppe bei 4 Teilnehmern

DAUER

4 Tage von Donnerstag bis Sonntag

TREFFPUNKT

17:00 Uhr Naturhotel Lärchenhof, Schützabühl 2, 6993 Mittelberg

RÜCKKEHR

16:00 Uhr am letzten Tourentag

Preise und Termine



EUR 925.00 pro Person ab 5 Personen



W23-25-1

16.01.2025 - 19.01.2025



W23-25-2

13.03.2025 - 16.03.2025

Allgemeine Informationen

Unterbringung

Wir sind im Naturhotel Lärchenhof in Mittelberg im Doppelzimmer untergebracht. Einzelzimmer sind auf Anfrage gegen einen Aufpreis und, sofern verfügbar, möglich. Die Gastgeber legen großen Wert auf

regionale Küche.

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 nach Mittelberg. Kurz vor der Kirche rechts abbiegen zum Hotel Lärchenhof

Parken:

Kostenfreie Parkplätze am Hotel

Bahn und Bus:

Bahnverbindungen nach Oberstdorf mit Anschluss an das öffentliche Busnetz Linie 1 nach Mittelberg, Haltestelle Alpenrose, Umsteigen in den Talbus und Weiterfahrt bis zur Station Mittelberg/Verkehrsamt. Von dort nur wenige Meter zu Fuß bis zum Hotel Lärchenhof

Flughäfen:

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

Bei vorzeitiger Anreise:

Hotel Lärchenhof Mittelberg / Kleinwalsertal

Kontakt

Naturhotel Lärchenhof

Schützabühl 2

A-6993 Mittelberg / Kleinwalsertal

Tel.: (+43) 0 55 17 / 65 56

Fax: (+43) 0 55 17 / 65 56-54

info@naturhotel-laerchenhof.at

<http://www.naturhotel-laerchenhof.at/hotel/#roomJumpMarker>

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 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.

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



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)

