



Skitouren Sellrain II

Standorttour "Neue Pforzheimer Hütte" im Gleirschtal

Im Sellrain warten nicht nur landschaftlich reizvolle Aufstiege, sondern auch atemberaubende Abfahrten auf Dich. Schon der Zustieg durch das bezaubernde Gleirschtal zu unserem gemütlichen Standort „Neue Pforzheimer Hütte“ auf 2.308 m ist ein ganz besonderes Highlight. Von hier aus starten wir täglich zu unseren Touren. Die zahlreichen Gipfelmöglichkeiten machen uns die Entscheidung schwer. Der Bergführer beurteilt vor Ort je nach Können, Kondition und den vorherrschenden Verhältnissen die Situation und sucht die besten Varianten für uns aus. Unverspurte Hänge für genussreiche Tiefschneeabfahrten finden wir hier zuhauf. Diese Tour ist der ideale Anschluss an unseren Skitourenkurs.

Anforderungen

Kondition ❄️ ❄️ ❄️ ❄️

Kondition für Aufstiege bis zu 1000 Höhenmeter

Technik ❄️ ❄️ ❄️ ❄️

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

Tourenbeschreibung

Tag 1: Ausrüstungscheck - Aufstieg zur [Neuen Pforzheimer Hütte](#)

Nach einem genauen Materialcheck starten wir durch das romantische Gleirschtal unseren Aufstieg zur "Neuen Pforzheimer Hütte. Auf 2.308 m angekommen, beziehen wir unser Quartier und besprechen die Touren für die nächsten Tage.

Höhenunterschied: bergauf 800m

Dauer: ca. 03:00 Std.

Tag 2: südl. Sonnenwandferner - südlichste Sonnenwand (3.094 m) - [Neue Pforzheimer Hütte](#)

Heute starten wir auf die Südlichste Sonnenwand (3.094 m). Über den südlichen Sonnenwandferner geht es hinauf zum Gipfel. Diese nicht allzu lange Tour durch meist unverspurte Hänge macht Lust auf mehr. Zum Beginn wollen wir unsere Kräfte noch ein bisschen schonen und erholen uns auf der Terrasse. Abends lassen wir uns dann kulinarisch verwöhnen.

Höhenunterschied: bergauf 800m | bergab 800m

Dauer: ca. 04:00 Std.

Tag 3: Walfeskar - Zwiesselbacher Roßkogel (3.082 m) - [Neue Pforzheimer Hütte](#)

Von der Hütte starten wir zunächst in nordwestlicher Richtung durch das Walfeskar. In mäßig steilem Gelände geht es hinauf auf den Zwiesselbacher Roßkogel. Nach dem schweißtreibenden Aufstieg bis auf 3.082 m genießen wir die Aussicht, bevor wir uns für die Abfahrt über die traumhaften Hänge entlang der Aufstiegsroute bereit machen.

Höhenunterschied: bergauf 800m | bergab 800m

Dauer: ca. 04:00 Std.

Tag 4: Walfeskar - Gleirschjöchl - Samerschlag - Scharthkopf (2.831 m)

Am letzten Tag unserer Tourentage geht es auf den Hausberg der Pforzheimer Hütte, den Samerschlag/Scharthkopf. Nach den gut 550 Höhenmetern Aufstieg genießen wir noch einmal den Blick über die umliegenden Gipfel. Eine herrliche Abfahrt erwartet uns vom Gipfel bis zur Hütte. Ein letzter Einkehrschwung direkt vor der Terrasse der Neuen Pforzheimer Hütte, bevor wir dann mit unserem ganzen Gepäck die Abfahrt ins Tal antreten.

Höhenunterschied: bergauf 550m | bergab 1350m

Dauer: ca. 04:00 Std.

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

Ausrüstung

 RUCKSACK 30L - 40L MIT SKIBEFESTIGUNG	 SKITOURENSCHUHE
 TOURENSKI MIT FELLEN	 HARSCHWEISEN
 STÖCKE MIT GROSSEN TELLERN	 LVS-GERÄT, SCHAUFEL, SONDE *
 ERSATZBATTERIEN FÜR LVS-GERÄT	 BIWAKSACK
 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
 POWERBANK (OPTIONAL)	 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.

Grundsätzlich gilt: So wenig wie möglich aber so viel wie nötig. Halte Dich bitte genau an die Ausrüstungsliste und frag bei Unklarheiten vor der Tour nach.

Details im Überblick

LEISTUNGEN

Staatlich geprüfter Berg- oder Skiführer
3 x Ü/HP in Hütte (MBZ oder Lager)
LVS-Gerät / Schaufel / Sonde (leihweise)

MINDESTTEILNEHMERZAHL

5 Personen
max. 6

WEITERE GRUPPEN MÖGLICH

pro Guide max. 6 Personen

HINWEIS FÜR MENSCHEN MIT EINGESCHRÄNKTER MOBILITÄT

Dieses Programm ist für Menschen mit eingeschränkter Mobilität nicht geeignet

ZAHLUNGSINFO

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

ZUSATZKOSTEN

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

MÖGLICHER AUFPREIS

175,- EUR p.P. Kleingruppe bei 4 Teilnehmern

DAUER

4 Tage von Donnerstag - Sonntag

TREFFPUNKT

12:00 Uhr Parkplatz Gleirsch, St. Sigmund im Sellrain

RÜCKKEHR

Rückkehr am letzten Tag ca. 16:00 Uhr

PARKPLATZ

Parkmöglichkeit am Parkplatz Gleirsch Alm, gebührenpflichtig.

Preise und Termine



EUR 785.00 pro Person ab 5 Personen

Allgemeine Informationen

Kartenmaterial - optional, zur Information vor der Tour:

AV-Skitouren Karte 31/2 Stubai Alpen/Sellrain

Unterbringung

Wir bitten um Verständnis, dass individuelle Reservierungswünsche nicht berücksichtigt werden können. In der Hütte sind wir im Matratzenlager untergebracht. Wenn die Möglichkeit besteht, reservieren wir Plätze im Mehrbettzimmer. Dies können wir aber nicht garantieren. Es stehen Waschräume und Duschen zur Verfügung.

Anreise:

In den meisten Fällen über A7, Reutte, Fernpaß, Nassereith, Mötz, A12 Richtung Innsbruck, Ausfahrt Zirl West, Unterpfuss u. Oberpfuss, weiter Richtung Sellrain, St. Sigmund
Von München kommend über die A93, Kufstein, A 12 über Innsbruck und Zirl Ost, weiter Richtung Sellrain, St. Sigmund.

Parkmöglichkeit:

Parkplatz Gleirsch Alm. Gebührenpflichtig.

Zimmervermittlung bei vorzeitiger Anreise:

Regionsbüro Kühltal-Sellrain
www.sellraintal.at, Tel. +43 5236 224

Möglicher Verleih Tourenausrüstung:

Sport Seppel in Gries - von der Inntal-Autobahn über Telfs und Zirl kommend, fahren Sie direkt vorbei
www.sport-seppel.at/

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)

