BERGSCHULE
KLEINWALSERTAL



Klettersteige am Lago d´Idro

Das Paradies für Klettersteigfreunde!

Abseits vom Trubel finden wir hier am idyllischen Lago d´Idro ein bislang relativ unbekanntes Klettersteig-Revier mit zahlreichen Möglichkeiten in allen Leistungsklassen. Die Klettersteige bieten atemberaubende Tiefblicke auf den See und spektakuläre Aussichten auf die Berge zwischen Gardasee und dem Idrosee. Unsere Tourenbeschreibung dient der ersten Orientierung. Vor Ort wird der Bergführer in Abstimmung mit Euch aus den vielen Varianten die besten Touren raussuchen. Und nach getaner Arbeit sorgt ein Sprung in den See für Erfrischung und schnelle Regeneration. Unser Standortquartier für diese Woche wird das Bed & Breakfast Fiore (oder einer ähnlichen verfügbaren Unterkunft) in Idro sein.

Anforderungen

Kondition

Auf- und Abstiege bis zu 1.000 Höhenmeter. Gehzeit zwischen 6 und 8 Stunden, abhängig von der Witterung, der Wegbeschaffenheit und der Kondition der Gruppe.

Technik

Klettersteige der Kategorien B (vereinzelt), überwiegend C und D. Du bewegst Dich gesichert mit Deinem Klettersteigset in steilem, felsigem Gelände. Mit Hilfe von zum Teil weiter auseinanderliegenden Stiften und Klammer durchsteigst Du sehr steile und vereinzelt auch überhängende Passagen. Du hast ausreichend Armkraft um auch längere Touren zu bewältigen. Erfahrung im Klettersteiggehen, absolute Schwindelfreiheit und Trittsicherheit werden vorausgesetzt.

Tourenbeschreibung

Tag 1: Via Ferrata Chrench - Punta Pelada - Unterkunft in Idro / B & B Fiore

Nachdem wir unsere Ausrüstung kontrolliert haben, steigen wir über die Via Preonde bis zu deren Ende hinauf. Von hier gelangen wir zum Einstieg zum Ferrata Crench. Auf abwechslungsreichem Steig mit unterschiedlichen Herausforderungen erreichen wir das Gipfelkreuz der Punta Pelada (632 m). Nun haben wir noch die Möglichkeit auf den Cima Crench aufzusteigen oder direkt abzusteigen. Nach dem Abstieg beziehen wir unsere Unterkunft und besprechen die kommenden Tage.

Höhenunterschied: bergauf 400m | bergab 400m

Gehzeit: ca. 03:00 Std.

Tag 2: Klettersteige in der Umgebung

In den kommende Tagen werden wir uns in der Region die schönsten und am besten geeigneten Klettersteige vornehmen. Je nach Leistungsniveau können wir es gemütlicher oder anspruchsvoll gestalten. Im Parco delle Fucine gibt es zahlreiche Möglichkeiten - allein hier gibt es 20 Via Ferrata. Weitere Möglichkeiten sind der Via Ferrata Nasego, Via Ferrata Sasse, Via Ferrata Caspei und noch mehr. Die angegebenen Höhenmeter und Gehzeiten sind Durchschnittsangaben und können je nach gewählter Tour variieren.

Höhenunterschied: bergauf 800m | bergab 800m

Gehzeit: ca. 05:00 Std.

Tag 3: Klettersteige in der Umgebung

In den kommende Tagen werden wir uns in der Region die schönsten und am besten geeigneten Klettersteige vornehmen. Je nach Leistungsniveau können wir es gemütlicher oder anspruchsvoll gestalten. Im Parco delle Fucine gibt es zahlreiche Möglichkeiten - allein hier gibt es 20 Via Ferrata. Weitere Möglichkeiten sind der Via Ferrata Nasego, Via Ferrata Sasse, Via Ferrata Caspei und noch mehr. Die angegebenen Höhenmeter und Gehzeiten sind Durchschnittsangaben und können je nach gewählter Tour variieren.

Höhenunterschied: bergauf 800m | bergab 800m

Gehzeit: ca. 05:00 Std.

Tag 4: Klettersteige in der Umgebung

In den kommende Tagen werden wir uns in der Region die schönsten und am besten geeigneten Klettersteige vornehmen. Je nach Leistungsniveau können wir es gemütlicher oder anspruchsvoll gestalten. Im Parco delle Fucine gibt es zahlreiche Möglichkeiten - allein hier gibt es 20 Via Ferrata. Weitere Möglichkeiten sind der Via Ferrata Nasego, Via Ferrata Sasse, Via Ferrata Caspei und noch mehr. Die angegebenen Höhenmeter und Gehzeiten sind Durchschnittsangaben und können je nach gewählter Tour variieren.

Höhenunterschied: bergauf 800m | bergab 800m

Gehzeit: ca. 05:00 Std.

Tag 5: Klettersteige in der Umgebung

In den kommende Tagen werden wir uns in der Region die schönsten und am besten geeigneten Klettersteige vornehmen. Je nach Leistungsniveau können wir es gemütlicher oder anspruchsvoll gestalten. Im Parco delle Fucine gibt es zahlreiche Möglichkeiten - allein hier gibt es 20 Via Ferrata. Weitere Möglichkeiten sind der Via Ferrata Nasego, Via Ferrata Sasse, Via Ferrata Caspei und noch mehr. Die angegebenen Höhenmeter und Gehzeiten sind Durchschnittsangaben und können je nach gewählter Tour variieren.

Höhenunterschied: bergauf 800m | bergab 800m

Gehzeit: ca. 05:00 Std.

Tag 6: Klettersteig - Heimreise

Bevor wir die Heimreise antreten machen wir noch einen kurzen Klettersteig. Wer möchte kann selbstverständlich die Woche am Lago d`Idro ausklingen lassen.

Höhenunterschied: bergauf 400m | bergab 400m

Gehzeit: ca. 03:00 Std.

Ausrüstung

- TAGESRUCKSACK MIT REGENHÜLLE (25L)
- KLETTERSTEIGHANDSCHUHE (OPTIONAL)
- STEINSCHLAGHELM*
- FUNKTIONSSOCKEN
- FUNKTIONELLE BERGHOSE KURZ
- LEICHTE HÜTTENHOSE
- FUNKTIONSSHIRT KURZÄRMLIG
- REGENSCHUTZ
- GEFÜTTERTE HANDSCHUHE
- TRINKFLASCHE
- HÜTTENSCHUHE
- HÜTTENSCHLAFSACK (ohne Metallanteile)
- BLASENPFLASTER & TAPE
- WASSERDICHTER BERGSCHUH KAT. B/C
- KLETTERSTEIGSET*
- SITZGURT*
- FUNKTIONELLE UNTERWÄSCHE
- FUNKTIONELLE BERGHOSE LANG
- FUNKTIONSSHIRT LANGÄRMLIG
- WÄRMENDE JACKE
- MÜTZE / STIRNBAND
- SONNENSCHUTZ
- ENERGIERIEGEL / NÜSSE
- KLEINER KULTURBEUTEL
- PERSONALAUSWEIS / BARGELD

Die mit einem * gekennzeichneten Ausrüstungsgegenstände werden von der Bergschule für die Dauer der Tour zur Verfügung gestellt. Gerne kannst Du Deine eigene Ausrüstung mitbringen.

Details im Überblick

LEISTUNGEN
Staatlich geprüfter Bergführer
5 x Ü/F im Gasthof (DZ oder MBZ)
Technische Ausrüstung (leihweise)

MINDESTTEILNEHMERZAHL
5 Personen
max. 6

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
Reiseversicherung
Verpflegung und Getränke (während der Tour)

PARKEN
Parken nach Absprache mit Guide.

DAUER
6 Tage von Sonntag - Freitag

TREFFPUNKT
12 Uhr Marktplatz Crone, Lago d´Idro

RÜCKKEHR
Rückkehr am letzten Tag ca. 14 Uhr

Preise und Termine

EUR 1095.00 pro Person

Allgemeine Informationen

Kartenmaterial - optional, zur Information vor der Tour:
Kompass-Karte 103, Le Tre Valli Brecia

Unterbringung
Wir sind in einem Gasthaus im Doppel- oder Mehrbettzimmer mit Dusche untergebracht. Einzelzimmer sind auf Anfrage, gegen Aufpreis und sofern verfügbar, möglich.

Verpflegung:
In der Unterkunft werden wir reichhaltig (Halbpension) verköstigt. Es ist auch vegetarische Verpflegung möglich (bitte bei Buchung, spätestens zwei Wochen vor Tourenstart angeben). Für die Aktiviäten reicht es aus wenn du genügend zu trinken und einen kleinen Snack (Energieriegel) oder Brotzeit für zwischendurch mitnimmst.

Zusatzkosten:
Nach persönlichem Bedarf ca. € 30.- pro Tag für Getränke, Rucksackproviant, etc.

Anreise mit dem PKW:
Brenner - Trient - Ausfahrt Trento-Nord - im Kreisverkehr erste Ausfahrt Circonvallazione Nuova/SP235 Richtung Trento/Riva del Garda/Verona/Padova nehmen - SS45 und SS237 bis zum Ziel folgen

Parken nach Absprache mit dem Guide.

Bei vorzeitiger Anreise:
http://www.bbfiore-idro.com/de

Wichtiger Hinweis:
Während der Tourenwoche kann es aufgrund von witterungsbedingten Einflüssen oder regionalen Veränderungen zu Abweichungen oder Anpassungen des ausgeschriebenen Verlaufs kommen. Der geplante Verlauf 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-Basisschutz.

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 Auslandskrankenversicherung.

Anforderungen

Kondition



Auf- und Abstiege bis 600 Höhenmeter, Gehzeiten zwischen 4 und 6 Stunden, abhängig von der Witterung, der Wegbeschaffenheit und der Kondition der Gruppe



Auf- und Abstiege bis zu 1000 Höhenmeter. Gehzeiten zwischen 6 und 8 Stunden, abhängig von der Witterung, der Wegbeschaffenheit und der Kondition der Gruppe



Auf- und Abstiege mehr als 1000 Höhenmeter, Gehzeiten zwischen 8 und 10 Stunden, abhängig von der Witterung, der Wegbeschaffenheit und der Kondition der Gruppe

Technik



Klettersteige der Kategorie A bis B. Gesichert mit Deinem Klettersteigset bewältigst Du ausgesetzte Passagen mit Hilfe von Leitern, Klammern und Stiften. Für diese Tour benötigst Du noch keine Erfahrung im Klettersteiggehen. Für sportliche Einsteiger mit Trittsicherheit und Schwindelfreiheit geeignet.



Klettersteige der Kategorie C, vereinzelt auch D. Du bewegst Dich gesichert mit Deinem Klettersteigset in steilem, felsigem Gelände. Mit Hilfe von zum Teil weiter auseinanderliegenden Stiften und Klammern durchsteigst Du sehr steile und vereinzelt auch überhängende Passagen. Du hast ausreichend Armkraft, um auch längere Touren zu bewältigen. Erfahrung im Klettersteiggehen, absolute Schwindelfreiheit und Trittsicherheit werden vorausgesetzt.



Klettersteige der Kategorie D und höher. Die Tritthilfen liegen oft weit auseinander. Oftmals hast Du nur das Drahtseil als Aufstiegshilfe, senkrechte und überhängende Passagen sind für Dich kein Problem, weil Du sehr gut trainiert bist und eine sehr gute Ausdauer hast. Klettererfahrung ist von Vorteil. Erfahrung im Klettersteiggehen, absolute Schwindelfreiheit und Trittsicherheit werden vorausgesetzt.

Guter Rat ist nicht teuer!

In den letzten Jahren hat die Nachfrage nach Klettersteigen stark zugenommen. Leider müssen unsere Bergführer immer wieder feststellen, dass nicht jeder ausreichend vorbereitet ist und die Anforderungen einer solchen Tour unterschätzt werden. Wenn Du bislang noch keinen Klettersteig gemacht hast, empfehlen wir Dir als Vorbereitung unseren Tages-Klettersteigkurs oder den zweitägigen Klettersteig Grundkurs.

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. Stell Dir einfach Deine Traumtour vor, dann kommt die Motivation von ganz alleine. Als kleinen Anreiz haben wir Dir hier einen Trainingsplan ausgearbeitet. Mit diesen Ausdauereinheiten und Technikübungen kannst Du Dich auf Dein Abenteuer in den Bergen vorbereiten. **Wir empfehlen schon einige Tage vor Tourenstart anzureisen um sich an die Höhe zu gewöhnen.**

Wandern Klettersteig

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)



Klettern Hochtouren

Mindestens 3 unterschiedliche Wahleinheiten pro Woche, ideal über mehrere Monate.

AUSDAUER:

45 Minuten Treppensteigen, Stepper oder Crosstrainer

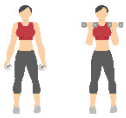


90 Minuten Walken, Joggen oder Radfahren in der Natur

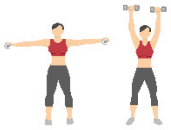


ARMKRAFT: Mit Kurzhantel oder Wasserflasche (0,5 bis 1 kg).

30x Armbeugen



30x über Kopf stemmen und seitlich anheben



5x Liegestütz (Steigerung pro Einheit bis 20)



5x Liegestütz rücklings (Steigerung pro Einheit bis 20)



1 Minute Unterarmstütz



BERGSCHULE KLEINWALSERTAL

BERGSCHULE KLEINWALSERTAL GMBH
WALSERSTR. 262
D-87568 / A-6992 HIRSCHEGG

ATU-NR.: 72922206
STEUER NR.: 97 148 / 6519
FIRMENBUCHNUMMER: FN 484534A

TEL.: +43 5517 30245
INFO@BERGSCHULE.AT
WWW.BERGSCHULE.AT

WALSER RAIFFEISEN BANK
IBAN: AT67 3743 4000 0243 5410
BIC: RANJAT2B