

Ein Angebot für Frauen: Ski-/Snowboardtouren für Einsteigerinnen - Andermatt

HINEINSCHNUPPERN IN DIE WELT DES TOURENGEHENS! (CH) | 2 TAGE

Gemütlich mit den Tourenski aufsteigen, die wohlverdiente Rast auf dem Gipfel geniessen und die eigene Spur in den frischen Pulverschnee ziehen? Lerne in diesem Kurs die Schönheit des Tourengehens kennen. Du unternimmst leichte Einsteigerintouren, auf denen dir wertvolle Informationen zur Lawinenthematik und Tipps zur Ski- und Tourentchnik vermittelt werden.

Dieser Kurs eignet sich für Skitourenfahrerinnen und Snowboarderinnen.

Ein Angebot exklusiv für Frauen.

Neu: Nutze die Vorzüge einer hochwertigen aber günstigen Ferienwohnung und übernachtete in einem der Andermatt Alpine Apartments. Im integrierten Wohn- und Schlafbereich mit Küchenzeile lässt sich ein feines Nachtessen oder Frühstück selber zubereiten. Natürlich besteht auch die Möglichkeit, sich das Essen aufs Zimmer servieren oder sich im Restaurant Biselli nebenan bedienen zu lassen.

Oder darf es etwas mehr Luxus sein? Dann genieße nach einem Tag draussen im Schnee und Wind das 4-Sterne-Superior-Hotel Radisson Blu Reussen. Zuerst beim Wellnessprogramm im stylvoll eingerichteten Spa und anschliessend beim Nachtessen im regional inspirierten Gourmet-Restaurant.

Inhalt

- Gefahreninterpretation des Lawinenbulletins, Anwendung der Informationen auf geplanter Tour, Einführung in die 3x3-Methode
- Aufsteigen mit Fellen
- Tipps zum Tiefschneefahren, damit die Abfahrt zu einem Genuss wird
- Umgang mit der Notfallausrüstung (LVS-Gerät, Lawinen-Schaufel, Lawinen-Sonde), Rettungsabläufe
- Kennenlernen des Lawinen-Airbag-Rucksacks

Ziel

Du kannst je nach deiner persönlichen Kondition an leichten bis mittelschweren geführten Kursen und Touren teilnehmen, z. B. Grundkurs Skitouren, Free Touring Andermatt

Technik

leicht

Piste: sichere Fahrweise, Tiefschnee: keine Erfahrung notwendig, Gelände: mässig steil, offenes Gelände
Für Snowboarderinnen: sicheres Traversenfahren (Front-/Backside), Überwindung von Flachstücken mit Schiebetechnik (Skistöcke)

Kondition

leicht

Gehzeiten von 2-4 Std., bis ca. 700 Höhenmeter, ca. 250 Höhenmeter/Std.



Treffpunkt	9.15 Uhr Mammut Store Andermatt / Imholz Sport, Furkagasse 2, 6490 Andermatt (Zugankunft 9.06 Uhr Andermatt) Aufgrund der erforderlichen Schutzmassnahmen hinsichtlich COVID-19 bitten wir darum erst zum vereinbarten Treffpunkt den Store zu betreten. Es besteht die Möglichkeit, sich im direkt nebenan liegenden Café/Restaurant Biselli aufzuhalten.
Abreise	Ca. 16.00 Uhr Mammut Store Andermatt / Imholz Sport
Unterkunft	Andermatt Alpine Appartments, Bärengasse 1, CH-6490 Andermatt Radisson Blu Hotel Reussen, Bärengasse 1, CH-6490 Andermatt

Leistungen

Inklusive	<ul style="list-style-type: none">• Führung und Betreuung durch Bergführer:in• Übernachtung (Basis Doppelzimmer): 1x Apartment (self service) oder 1x Hotel (Halbpension)• Mammut Safety Equipment zum Testen (Lawinenausrüstung und Lawinen-Airbag Rucksack im Wert von CHF 89.-)• Eiger Extreme Hardshell Jacke zum Testen• Kursunterlagen Achtung Lawinen• 15% Rabatt für deinen Einkauf auf mammut.com
Exklusive	<ul style="list-style-type: none">• Anreise• Transporte (evtl. Bergbahnfahrt)• Verpflegung je nach Übernachtung, Zwischenverpflegung und Getränke• Tourenskiset CHF 89.- (Ski, Felle, Harscheisen, Stöcke inkl. Versicherung)• Skitourenschuhe CHF 45.-



Programm

- Tag 1** Nach der Begrüssung und Materialübergabe startest du deine erste Tour. Du steigst mit den Fellen auf und lernst so ganz nebenbei die Fertigkeit des Tourengehens im Aufstieg und später in der Abfahrt. Eine Einführung in den Umgang mit der Notfallausrüstung (LVS, Schaufel, Sonde, Airbag) wird diesen spannenden Tag ergänzen.
- Tag 2** Heute stehen mehrere attraktive Gipfel zur Auswahl. Der/die Bergführer:in wählt gemeinsam mit der Gruppe das Ziel je nach Wetter und Verhältnissen aus. Mögliche Gipfel sind Pazolastock 2740 m, Winterhorn 2662 m oder Tälligrat 2748 m. (Distanz: 5-7 km. Gehzeit: 2-4 h. Aufstieg: ca. 700 Hm).

Mietmaterial

Unser/e Bergführer:in bringt das bestellte Mietmaterial an den vereinbarten Treffpunkt. Folgendes Material kann bei uns gemietet werden:

- Barryvox (LVS-Gerät)
- Lawinen-Sonde
- Lawinen-Schaufel
- Lawinen-Airbag-Rucksack
- Skitourenausrüstung (Ski, Bindung, Felle, Harscheisen, Stöcke)
- Skitourenschuhe
- Schneeschuhe von MSR (für Snowboarder)
- (Teleskop)-Skistöcke von Leki (für Snowboarder)
- Eiger Extreme Hardshell Jacke zum Testen

Technische Ausrüstung

- LVS-Gerät (Lawinen-Verschütteten-Suchgerät)
- Lawinen-Sonde
- Lawinen-Schaufel
- Lawinen-Airbag-Rucksack (ca. 30 l mit Skibefestigung)
- Skitourenausrüstung (Ski, Bindung, Felle, Harscheisen)
- Pistenskische oder Skitourenschuhe
- Anstatt Skitourenausrüstung: Splitboard mit Fellen oder Snowboard und Schneeschuhe inkl. Snowboardschuhe
- (Teleskop)-Skistöcke
- Skihelm

Bekleidung

- 1x Skijacke und 1x Skihose (Gore-Tex oder ähnliches Material)
- 1x Soft Shell und/oder Fleecejacke
- 1x Funktionelle Unterwäsche kurz/lang
- 1x Mütze und 1x Stirnband
- 2x Handschuhe (1x dünn; 1x warm, wind- und wasserdicht)
- 1x Funktionssocken und 1x Ersatzsocken

Übernachtung Hütte

- Bekleidung und Schuhe für den Abend (Unterkunft & Dorfleben)
- Persönliche Toilettenartikel, evtl. Ohrpropfen

Verpflegung

- Frühstück und Abendessen im Apartment/Hotel
- Tee und Lunch muss selber mitgenommen oder kann im Dorf gekauft werden
- Zwischenverpflegung (z.B. Riegel, Trockenfrüchte, Trockenfleisch)

Diverses

- Sonnen- und Skibrille



MAMMUT
ALPINESCHOOL

- Sonnen- und Lippencreme (LSF 30 oder mehr)
- Fotoapparat und Feldstecher (optional)
- Halbtax Abonnement (falls vorhanden)
- Thermosflasche aus bruchsicherem Material
- Kleine Apotheke für persönlichen Bedarf