

ZERMATTERS

ALPINE SCHOOL

Val Müstair

GEPFLEGTE BERGDÖRFER, LICHTER ARVENWÄLDER UND EINSAME HOCHEBENEN (CH) | 4 TAGE

Das Val Müstair, in der südöstlichsten Ecke der Schweiz, ist eine eigene kleine Welt für sich. Die schönen Bergdörfer mit ihren historischen Bauten im sanften Talboden stehen im Kontrast zu der wilden und natürlichen Bergwelt. Diese urtümliche Natur erkundest du mit den Schneeschuhen Tag für Tag und lernst das Tal, die lichten Wälder und einsamen Hochebenen von einer ganz besonderen Seite kennen. Eine Vielzahl an Möglichkeiten stehen zur Auswahl und bieten immer wieder aufs Neue wunderschöne Ein- und Ausblicke in die Landschaft und auf die Berggipfel.

Technik	leicht Alpintechnik: keine Vorkenntnisse notwendig, Gelände: mehrheitlich mässig steil
Kondition	leicht Gehzeiten von 2-4 Std., bis ca. 700 Höhenmeter, ca. 250 Höhenmeter/Std.
Treffpunkt	11.30 Uhr Hotel Central La Fainera, Bauorcha 19, 7535 Valcava (Busankunft 11.25 Uhr Valchava, Cumün)
Abreise	Ca. 15.00 Uhr am Ausgangsort
Dein Vorteil	Durchführungsgarantie ab drei Personen
Unterkunft	Hotel Central La Fainera, Bauorcha 19, 7535 Valcava

Leistungen

Inklusive	• Führung und Betreuung durch Bergführer/Wanderleiter • Übernachtung mit Halbpension: 3x Hotel (Basis Doppelzimmer) • Mammut Safety Equipment zum Testen (Lawinenausrüstung im Wert von CHF 99.-) • 15% Rabatt für deinen Einkauf auf mammut.com
Exklusive	• Anreise • Transporte • Zwischenverpflegung und Getränke • Mietmaterial (Schneeschuhe inkl. Stöcke CHF 70.-, Tourenrucksack CHF 25.-)

ZERMATTERS

ALPINE SCHOOL

Programm

- Tag 1** Individuelle Anreise ins Val Müstair und Begrüssung des Bergführers im Hotel. Gemeinsame Besprechung des Programms und Abgabe des Mietmaterials. Direkt vor der Haustür schnallst du die Schneeschuhe an. Auf einer gemütlichen Eingetour bleibt Zeit für eine LVS-/Safety Instruktion.
- Tag 2** Ob ganz zuoberst im Tal vom Ofenpass über einsame Hochebenen, ob durch die lichten Arvenwälder zur Alp Sadra oder auf der Sonnenterrasse vom Weiler Lü – die Tourenmöglichkeiten im Biosphärenreservat Val Müstair könnten kaum vielseitiger sein. Nach den Schneeschuhwanderungen darf die Entspannung nicht zu kurz kommen. Die gastfreundliche Hotellerie mit ihrer vorzüglichen regionalen Küche sorgt dafür, dass sich Körper und Geist rasch und gut erholen. (Distanz: ca. 6-10 km, Gehzeit: ca. 2-4 Std, Auf-/Abstieg: 400-700 Hm).

ZERMATTERS

ALPINE SCHOOL

Mietmaterial

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

- ☐ Barryvox (LVS-Gerät)
- ☐ Lawinen-Sonde
- ☐ Lawinen-Schaufel
- ☐ Tourenrucksack (ca. 30 l)
- ☐ Schneeschuhe von MSR
- ☐ (Teleskop)-Skistöcke von Leki

Technische Ausrüstung

- ☐ LVS-Gerät (Lawinen-Verschütteten-Suchgerät)
- ☐ Lawinen-Sonde
- ☐ Lawinen-Schaufel
- ☐ Tourenrucksack (ca. 30 l)
- ☐ Schneeschuhe mit Laufbindung und Steighilfe
- ☐ (Teleskop)-Skistöcke
- ☐ Gamaschen (empfohlen)

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
- ☐ Warme, robuste, schnürbare Winterschuhe mit stabiler Sohle oder Bergschuhe

Übernachtung Hütte

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

Verpflegung

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

Diverses

- ☐ Sonnen- und Skibrille
- ☐ Sonnen- und Lippencreme (LSF 30 oder mehr)
- ☐ Fotoapparat und Feldstecher (optional)
- ☐ Halbtax Abonnement (falls vorhanden)
- ☐ Thermosflasche aus bruchsicherem Material

ZERMATTERS

ALPINE SCHOOL

☐ Kleine Apotheke für persönlichen Bedarf