

ZERMATTERS

ALPINE SCHOOL

Kurs: Skihochtouren (Stufe 3)

HOCH HINAUS! (CH) | 3 TAGE

Hast du bereits Erfahrungen gesammelt auf klassischen Skitouren und möchtest jetzt hochalpine Gipfelziele in Angriff nehmen? Dieser Kurs bietet dir die Chance für einen fundierten Einstieg in die Welt der 3000er und 4000er.

Dieses Angebot eignet sich nur für Skitourengeher.

JETZT BUCHEN (https://alpineschool.skischool.shop/index.php?id=15&tx_wsshop_detail%5Barticle%5D=23&tx_wsshop_detail%5Baction%5D=show&tx_wsshop_detail%5Bcontroller%5D=Article)
(Preis ab CHF 970.00 pro Person)

Unsere Termine:

16.02.2024 - 18.02.2024

01.03.2024 - 03.03.2024

29.03.2024 - 31.03.2024

06.04.2024 - 08.04.2024

19.04.2024 - 21.04.2024

Inhalt

- Tourenplanung im Hochgebirge
- Routenwahl auf Gletscher
- Skitechnik im Aufstieg und bei der Abfahrt
- Gehen/Klettern und Fahren am Seil
- Sicherungstechniken
- Spalten- und Selbstrettung
- Individuelles Feedback

Ziel

Du kannst einfache Skihochtouren selber planen und je nach deiner persönlichen Kondition an mittelschweren bis anspruchsvollen geführten Skihochtouren teilnehmen, z. B. Drei 4000er im Wallis, Spezialtour am Freitag, Skitourstage der Stufe 3 in diversen Gebieten.

Technik

Stufe 3

- Stufe 2 Kurs/Tour oder vergleichbares gemacht
- Regelmässig auf Privattouren unterwegs
- Hochtourenenerfahrung von Vorteil
- SKI: Spitzkehren, sicheres Tiefschneefahren

Kondition

Stufe 3

ZERMATTERS

ALPINE SCHOOL

- Gehzeit von 4 - 6 h
- Bis 1200 hm
- 300 hm / Stunde
- Sehr gute Kondition für ganztägiges Skifahren

Treffpunkt

9.15 Uhr Mammut Store Piazza Gottardo / Imholz Sport, Furkagasse 2, 6490 Andermatt, Zugankunft 9.06 Uhr Andermatt.

Ende des Kurses

Ca. 15.30 Uhr Mammut Store Piazza Gottardo

Unterkunft

Rotondohütte

Leistungen

Inklusive

- Führung und Betreuung durch diplomierten Bergführer / diplomierte Bergführerin
- Übernachtung mit Halbpension: 2x Hütte (Lager)
- Swisstopo Landkarte Val Betretto 1251 (im Wert von CHF 14.-)

Exklusive

- Anreise
- Zwischenverpflegung und Getränke
- Hüttentaxe für Nichtmitglieder von SAC/Alpenverein ca. CHF 12/Nacht
- Mietmaterial (Safety-Kit, Gletscher-Set) falls nicht vorhanden
- Beitrag zum Reisegarantie Fonds (0.25% auf den Gesamtbetrag)

ZERMATTERS

ALPINE SCHOOL

Programm

- Tag 1**
- Individuelle Anreise nach Andermatt, Begrüssung durch den Bergführer / die Bergführerin am Treffpunkt und Programmbesprechung. Im Anschluss geht es gemeinsam mit dem Privatauto, dem Bergschul-Büssli oder dem Zug nach Realp. Zustieg zur Rotondohütte auf 2570 m. Unterwegs bietet sich bereits die Gelegenheit erste Kursinhalte zu vertiefen. (Distanz: 8 km, Gehzeit: 4 h, Aufstieg / Abfahrt: 1000 hm).
- Tag 2**
- Die Gipfel rund um die Rotondohütte bieten ein ideales Übungsgelände. Theoretisches Wissen wirst du direkt in die Praxis umsetzen können und dir in kurzer Zeit fundierte Kenntnisse rund um das Thema Skihochtouren aneignen. Mögliche Ziele sind Witenwasserstock, Rotällhorn oder die Rundtour über den Läckipass. (Distanz: 5-8 km, Gehzeit: 4-6 h, Aufstieg: bis 1000 Hm).

ZERMATTERS

ALPINE SCHOOL

Technische Ausrüstung

- ☐ LVS-Gerät (Lawinen-Verschütteten-Suchgerät)
- ☐ Lawinen-Sonde
- ☐ Lawinen-Schaufel
- ☐ Tourenrucksack (ca. 30 l)
- ☐ Skitourenausrüstung (Ski, Bindung, Felle, Harscheisen)
- ☐ Skitourenschuhe
- ☐ (Teleskop)-Skistöcke
- ☐ Skihelm oder Kletterhelm (optional)
- ☐ Anseilgurt mit 1 Safelock Karabiner (oder 2 Schraubkarabiner)
- ☐ Gletscherpickel
- ☐ Steigeisen mit Antistoll (an Schuhgrösse angepasst)

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

- ☐ Persönliche Toilettenartikel, evtl. Ohrpfropfen
- ☐ Bekleidung für Hüttenleben (Minimum)
- ☐ Hüttenschuhe sind vorhanden
- ☐ Innenschlafsack aus Seide oder Baumwolle (aus Gründen der Hygiene)
- ☐ Mitgliedereausweis SAC/Alpenverein (falls vorhanden)

Verpflegung

- ☐ Frühstück und Abendessen in der Hütte
- ☐ Tee und Lunch muss selber mitgenommen oder kann in der Hütte 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
- ☐ Stirn- oder Taschenlampe mit neuer Batterie
- ☐ Kleine Apotheke für persönlichen Bedarf