ZERMATTERS
ALPINE SCHOOL

SKITOURENTAG FÜR EINSTEIGER IN KITZBÜHEL

HINEINSCHNUPPERN IN DIE WELT DES TOURENGEHENS! (AUT) | 1 TAG

Einen Tag in die wunderbare Skitourenwelt abseits des Trubels in die Natur eintauchen! Bei dieser geführten Schnupperskitour wird dir all das Basiswissen rund um das Thema Skitouren beigebracht welches für deine weitere Skitourenkarriere relevant ist.

Stressfrei werden unsere Bergführer dir alle Basics zum Thema Ausrüstung, Skitechnik im Gelände und uvm. praxisnah näherbringen.

Inhalt

- Ausrüstungskunde
- Tipps & Tricks zur richtigen Anwendung der Ausrüstung z.B. Auffellen, Bindung, Abfellen etc.
- Richtiger Umgang mit dem LVS
- Skitourentechnik – Spuranlage im Gelände
- Kraftsparende Aufstiegs- und Abfahrtstechnik
- Umgang mit der Nofallausrüstung (LVS, Schaufel, Sonde, Airbag)
- Tourenplanung

Ziel

Du erhältst einen ersten Einblick in die Skitourenwelt und wirst in der Lage sein, sehr einfache Skitouren in Pistennähe eigenständig durchzuführen und bist bereit für weiterführende Kurse.

Technik

leicht

Pisten: sichere Fahrweise, Tiefschnee: keine Erfahrung abseits der Pisten notwendig, Gelände: offen, mässig steil, Alpintechnik: keine Erfahrung im Skitourengehen

Kondition

leicht

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

Treffpunkt

Treffpunkt ca. 09:00 Uhr bei der Talstation der KiWest im Spertental zwischen Kirchberg und Aschau

Leistungen

ZERMATTERS
ALPINE SCHOOL

Programm

Tag 1	Individuelle Anreise. Begrüßung und Materialcheck, Ausgabe von Material durch den Bergführer. Danach geht's mit der Bahn rauf: Ab hier erlebst du einen spannenden, lehrreichen Tag. Unsere Bergführer mit jahrelanger Erfahrung bringen dir abwechslungsreich deinen Einstieg in die Skitourenwelt bei. (Distanz: 3-4 km, Gehzeit: 3-4 Stunden, Aufstieg: ca. 500 Hm)

ZERMATTERS
ALPINE SCHOOL

Mietmaterial

Unser Bergführer 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

Technische Ausrüstung

- ☐ LVS-Gerät (Lawinen-Verschütteten-Suchgerät)
- ☐ Lawinen-Sonde
- ☐ Lawinen-Schaufel
- ☐ Tourenrucksack oder Lawinen-Airbag-Rucksack (ca. 30l mit Skibefestigung)
- ☐ Skitourenausrüstung (Ski, Bindung, Felle, Harscheisen)
- ☐ Pistenskischuhe oder Skitourenschuhe
- ☐ (Teleskop)-Skistöcke
- ☐ Skihelm (optional)

Wichtig: Dein persönliches Material muss in einwandfreiem Zustand sein.

Bekleidung

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

Verpflegung

- ☐ Zwischenverpflegung (z.B. Riegel, Trockenfrüchte, Trockenfleisch)
- ☐ Mittagessen nach Infos vom Bergführer im Restaurant oder Gelände

Diverses

- ☐ Sonnen- und Skibrille
- ☐ Sonnen- und Lippencrème (LSF 30 oder mehr)
- ☐ Fotoapparat und Feldstecher (optional)
- ☐ Thermosflasche aus bruchsicherem Material
- ☐ Kleine Apotheke für persönlichen Bedarf
- ☐ Euros, Identitätskarte