BERGSCHULE
KLEINWALSERTAL

Schneeschuhtour bei Vollmond

… durch die romantische Winternacht!

Wenn mit der Dämmerung in den Bergen Ruhe einkehrt, starten wir bei hellem Mondschein unseren Streifzug durch die verschneite Natur. Wir lauschen dabei den Stimmen der Bäume, dem Knacken des Holzes und dem Rauschen des Windes. Das Mondlicht schafft eine beinahe unwirkliche Atmosphäre, die wir mit all unseren Sinnen wahrnehmen. Abseits der Piste wandern wir durch den Wald und genießen die Stimmung sowie das besondere Licht des hellen Mondes. Zur Ausgabe und Anpassung der Schneeschuhe treffen wir uns vor der Tour an der Bergschule Kleinwalsertal. Der Transfer zum Ausgangspunkt der Tour erfolgt mit dem eigenen PKW (Transfer im Bus der Bergschule in Ausnahmefällen nach Anmeldung möglich).

Anforderungen

Kondition

Auf- und Abstiege bis zu 400 Höhenmetern mit einer maximalen Gehzeit von 5 Stunden.

Technik

Für Einsteiger und Genießer: Du hast noch keine Erfahrung im Schneeschuhwandern, bist aber trittsicher und bewegst dich sicher im Schnee sowie in unebenem Gelände.

Die **Ausrüstungsliste zum Ausdrucken** gibt es hier. In der Liste findest du zahlreiche nützliche Hinweise und Erklärungen sowie Links zu Ausrüstungsgegenständen.

Ausrüstung

- Tagesrucksack mit Regenhülle (25L)
- Schneeschuhe* (Gr. 36 bis 50)
- LVS-Gerät, Schaufel, Sonde*
- Mütze/Stirnband
- Sonnenschutz
- Gamaschen (optional)
- Stirnlampe
- Wasserdichter Bergschuh KAT. B/C
- Stöcke mit grossen Tellern*
- Wintersportbekleidung
- leicht gefütterte Handschuhe
- Thermosflasche
- Ausweis/Bargeld

Die mit einem *Stern gekennzeichneten Ausrüstungsgegenstände werden von der Bergschule für die Dauer der Tour kostenfrei zur Verfügung gestellt. Eine Vorreservierung ist nicht notwendig. Gerne kannst du auch deine eigene Ausrüstung mitbringen.

Zimmervermittlung bei vorzeitiger Anreise:
Wenn du vor oder nach deiner Tour eine Übernachtungsmöglichkeit im Kleinwalsertal suchst, dann könntest du hier fündig werden.
Alternativ: Kleinwalsertal Tourismus (Tel.: +43 5517 5114-0)

Sei dabei! Auf Instagram und Facebook. Wir sind das ganze Jahr in den Bergen unterwegs und teilen unsere Bergmomente. #willkommendraußen #visitbergschuleat

Details im Überblick

LEISTUNGEN
Schneeschuhguide
LVS-Gerät / Schaufel / Sonde (leihweise)
Schneeschuhe & Stöcke (leihweise - Gr. 36 bis 50)

MINDESTTEILNEHMERZAHL
4 Personen
max. 11

FAMILIEN
Für lauffreudige Kinder ab 12 Jahren geeignet (mind. Schuhgröße 36)

ZAHLUNGSINFO
Komplettzahlung bei Buchung oder vor Ort

ZUSATZKOSTEN
Verpflegung und Getränke während der Tour
Parkgebühren

MÖGLICHER AUFPREIS
15,00 € p. P. in Kleingruppe bei 3 Teilnehmern

DAUER
1 Abend bei Vollmond

TREFFPUNKT
17:30 Uhr Bergschule Kleinwalsertal, Walserstraße 262, 6992 Hirschegg (Je nach Termin im Jahr kann sich die Uhrzeit auch nach hinten verschieben)

RÜCKKEHR
ca. 20:00 Uhr

PARKEN
Kostenpflichtige Parkplätze am Walserhaus

HINWEIS FÜR MENSCHEN MIT EINGESCHRÄNKTER MOBILITÄT
Dieses Programm ist für Menschen mit eingeschränkter Mobilität nicht geeignet

Preise und Termine

80,00 € pro Person

Kartenmaterial

Kompasskarte Nr. 03, 1:25000, Oberstdorf/Kleinwalsertal

Allgemein

Verpflegung
Wir empfehlen dir eine kleine Brotzeit und genügend zu trinken mitzunehmen.

Anreise
Der Treffpunkt zu deiner Tour ist mit den öffentlichen Verkehrsmitteln innerhalb des Kleinwalsertals gut und einfach zu erreichen. Bitte plane genügend Zeit ein, um zum Treffpunkt zu kommen.
PKW:
Mit dem Auto von Kempten (Allgäu) auf der B 19 bis Oberstdorf - Kreisverkehr rechts Richtung Kleinwalsertal auf der B 12 - Straßenverlauf bis Hirschegg gegenüber dem Walserhaus/Tourismusamt folgen.
Parken:
Kostenpflichtiger Parkplatz am Treffpunkt. Alle Parkplätze im Kleinwalsertal sind auch über die Parkapp Parkster buchbar.
Bahn und Bus:
Es bestehen gute Bahnverbindungen nach Oberstdorf mit Anschluss an das öffentliche Busnetz der Linie 1 nach Hirschegg - Haltestelle Walserhaus.
Flugzeug:
Der nächstgelegene Flughafen liegt in Memmingen, dann Friedrichshafen und München. Von allen Flughäfen bestehen gute Bahnverbindungen nach Oberstdorf mit Anschluss an das öffentliche Busnetz der Linie 1 nach Hirschegg - Haltestelle Walserhaus.

Sicherheitsausrüstung
Solltest du keine eigene Sicherheitsausrüstung haben, wird diese von uns gestellt.

Wichtiger Hinweis
Während der Tour kann es aufgrund von witterungsbedingten Einflüssen oder regionalen Veränderungen zu Abweichungen oder Anpassungen des ausgeschriebenen Tourenverlaufs kommen. Der geplante Tourenverlauf kann deshalb nicht im Detail garantiert werden.

Guter Rat ist nicht teuer!

* Solltest du tatsächlich eine **Tour abbrechen** müssen und dir dadurch Zusatzkosten entstehen (Taxitransfer, Bergbahnen, o.ä.), werden diese Kosten nicht von der Bergschule erstattet (siehe AGB der Bergschule Kleinwalsertal). Deshalb empfehlen wir ausdrücklich eine **Reiseversicherung**, die sowohl Rücktritt als auch den Abbruch einer Tour abdeckt.

* In der **Ausrüstungsliste** findest du alles, was du für deine Tour benötigst. Prüfe deine Ausrüstung frühzeitig und erneuere sie gegebenenfalls.

Anforderungen

Kondition

	Auf- und Abstiege bis zu 400 Höhenmetern mit einer maximalen Gehzeit von 5 Stunden.
	Auf- und Abstiege bis zu 700 Höhenmetern mit einer maximalen Gehzeit von 6 Stunden.
	Auf- und Abstiege bis zu 1000 Höhenmetern mit einer maximalen Gehzeit von 8 Stunden.

Technik

Für Einsteiger und Genießer: Du hast noch keine Erfahrung im Schneeschuhwandern, bist aber trittsicher und bewegst dich sicher im Schnee sowie in unebenem Gelände.

Für Geübte: Du hast idealerweise bereits erste Erfahrung im Schneeschuhwandern, bist sportlich und bewegst dich sicher in unebenem sowie steilerem Gelände. Teilweise sind sehr steile Abschnitte im Auf- und Abstieg zu bewältigen.

Für Sportler und Routinierte: Du bist ein erfahrener Schneeschuhwanderer und bewegst dich sicher in anspruchsvollem, steilem Gelände. Die Touren führen durch teilweise technisch anspruchsvolles Terrain. Sicheres Gehen auf Schneeschuhen, insbesondere im Abstieg, ist erforderlich. Erfahrung im Schneeschuhwandern wird vorausgesetzt.

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. Wenn der innere Schweinehund mal wieder ziemlich laut knurrt, dann stell Dir einfach Deine Traumtour vor. Versetze Dich gedanklich in eine wunderschöne Winterlandschaft und erspüre das Gefühl von Freiheit. Wenn Du den Trainingsplan ausschneidest und an den Kühlschrank klebst, dann fällt das Training sicher noch leichter.

Skitouren & Freeriden

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:

1 Minute Kniebeugen

1 Minute Skipping

1 Minute Ausfallschritte

1 Minute Strecksprünge

10 Minuten Balance Ball (einbeinig, beidbeinig)

Schneeschuh-Wandern

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)

Bergschule kleinwalsertal GmbH
Walserstr. 262
D-87568 / A-6992 Hirschegg

ATU-Nr.: 72922206
Steuer Nr.: 97 148 / 6519
Firmenbuchnummer: FN 484534A

Telefon +43 5517 30245
info@bergschule.at
www.bergschule.at

Konto Inh: Bergschule Kleinwalsertal GmbH
Walser Raiffeisen Bank
IBAN: AT67 3743 4000 0243 5410 | BIC: RANJAT2B