



Die Alpinsportschule

Seite 1

SKITOURENBASISKURS IM AVERS



- Ort:** Avers, Graubünden, CH
Termine: 04.-08.01.12, 28.01.-01.02.12, 03.-07.03.12 (5 Tage)
Können: ● ● ●
Ausdauer: ● ● ●
Preis: € 455,- pro Person
Teilnehmer: 4-6
Leistungen: Betreuung und Führung durch staatl. gepr. Bergführer, Leihhausrüstung,

-
- Skitouren lernen für Anfänger
 - Skitouren oberhalb der Waldgrenze bis 3.000 m
 - Wunderbares Hochtal der Walser über 2.000 m
 - Regionale Verpflegung im genossenschaftlich geführten Hotel Bergalga
 - Walserkultur in der höchst gelegenen Gemeinde der Schweiz

Viele Alpinisten sagen: Skitouren gehören zum Schönsten, was es in den Bergen zu unternehmen gibt. Eine eigene Aufstiegsspur durch unberührten Schnee ziehen, gemeinsam am Gipfel den Blick in die Ferne schweifen lassen und dann die Abfahrt genießen - das ist unüberbietbar. Das nötige Knowhow lernen Sie in diesem Kurs: den Umgang mit der Ausrüstung, die Tourenplanung und das Risikomanagement, die Spuranlage und die Fahrtechnik.

Im Averstal finden wir ideale Rahmenbedingungen für unseren Kurs. In dem absolut einsam gelegenen Hochtal wohnen wir im Hotel Bergalga auf einer Höhe von 2.000 m. Die Fahrt dorthin führt schon fast abenteuerlich ca. 25 km ins Tal, an dessen Weg kleine Walsersiedlungen liegen. Die weiten, baumlosen Hänge der Gipfel bieten viele Möglichkeiten für unsere Übungseinheiten und Skitouren.

Bergfuehlung – Die Alpinsportschule GmbH

Büro: Kimmichwiesen 5, 75365 Calw · **Fon:** *49 (0) 7051-15 96 828 · **Fax:** *49 (0) 7051-15 96 827 · www.bergfuehlung.de · info@bergfuehlung.de

Informationen zur Veranstaltung

Tag 1: Wir treffen uns um 11 Uhr am Hotel Bergalga und lernen anschließend bei einer kleinen Skitour das Gebiet und die Ausrüstung kennen.

Tag 2: Erste Einführung in das Risikomanagement und die Vorgehensweise der Tourenplanung in Anlehnung an die 3x3-Filtermethode sowie Anwendung der Tourenausrüstung. Bei einer Skitour lernen wir zunächst lawinenbildende Faktoren im Gelände kennen. Am Abend Rückblick und Vertiefung der Tourenplanung.

Tag 3: Auf Tour erfahren wir viel Interessantes über die Spuranlage im Aufstieg und bei der Abfahrt. Erstes Entscheidungstraining anhand der Reduktionsmethode und der Snowcard. Am Abend wieder Theorie: Risikomanagement, Reduktionsmethode, Snowcard, Lawinen- und Wetterkunde. Anwendung des Gelernten: jeder Teilnehmer bereitet eine Tour vor.

Tag 4: Eine der vorbereiteten Touren wird durchgeführt. Dabei lässt sich enorm viel lernen. Es steht das Treffen der richtigen Entscheidungen im Vordergrund. Außerdem: Skitechniktraining bei der Abfahrt.

Tag 5: Noch einmal werden von den Teilnehmern vorbereitete Touren in Angriff genommen. Schwerpunktthema: Spuranlage. Rückblick und Abschlussbesprechung.

Teilnahmevoraussetzungen

Sie benötigen für alle unsere Veranstaltungen eine gute Gesundheit, körperliche und geistige Fitness sowie Teamgeist und Verantwortungsbewusstsein.

Ausdauer:

Aufstiege bis 5 Stunden und Abfahrten von 1-2 Stunden. Bis 1.100 Höhenmeter.

Können:

Sie sollten mit dem Einsatz der Skitourenausrüstung vertraut sein. Erfahrungen aus anderen Unternehmungen sind von Vorteil. Sicheres und kontrolliertes Abfahren ist für die Touren erforderlich. Sie sollten den Parallelschwung und/oder die Bergstemme gut beherrschen.

Risikohinweis

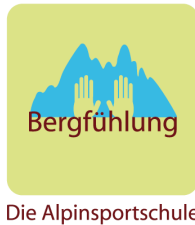
Bitte beachten Sie, dass Bergsteigen auch bei größtmöglicher Sorgfalt durch Veranstalter und Bergführer Risiken birgt, die nicht vollständig ausgeschlossen werden können.

Bei Skitouren handelt es sich dabei insbesondere um die Lawinengefahr und mögliche Verletzungen beim Abfahren in unpräpariertem Gelände.

Des Weiteren ist die Durchführung der Veranstaltung von den allgemeinen Bedingungen sowie vom Wetter abhängig. Diese Bedingungen können sich sehr kurzfristig ändern. Aus Sicherheitsgründen

Bergfuehlung – Die Alpinsportschule GmbH

Büro: Kimmichwiesen 5, 75365 Calw · Fon: *49 (0) 7051-15 96 828 · Fax: *49 (0) 7051-15 96 827 · www.bergfuehlung.de · info@bergfuehlung.de



müssen wir uns vorbehalten, die Durchführung der Veranstaltung zu ändern oder sogar ganz abzusagen. Derartige Maßnahmen sind zu Ihrer eigenen Sicherheit. Selbstverständlich ist unser Team stets bemüht, den Kurs wie geplant durchzuführen. Änderungen am ausgeschriebenen Programm werden nur vorgenommen, wenn keine anderweitigen Lösungen möglich sind.

Versicherungen

In dem vorliegenden Reisearrangement sind keine Versicherungen enthalten. Bitte sorgen Sie selbst für ausreichenden Versicherungsschutz. Vor allem notwendig sind eine Auslandsreise-Krankenversicherung und eine Reiseunfallversicherung. Versicherungscoupons liegen bei oder können bei uns angefordert werden.

Weitere zu erwartende Ausgaben

Übernachtung mit Halbpension (ab ca. 59,- Euro/Nacht), Versicherungen, Verpflegung während des Tages, Reisekosten

Unterkunft

Unser Stammquartier *Hotel Bergalga* (www.bergalga.ch) ist bestens auf Skitourengeher eingestellt. Die Gastfreundschaft der genossenschaftlich organisierten Betreiber und die gute, regionale Küche runden diese Veranstaltung ab.

Wir buchen Matratzenlager mit Halbpension für Sie. Doppel- oder Mehrbettzimmer sind auf Anfrage möglich. Bitte melden Sie sich rechtzeitig bei uns.

Treffpunkt

1.Tag, 11 Uhr am Hotel Bergalga im Avers (Anfahrt über Chur, Thusis, Andeer)
Ihr Auto braucht zwingend Winterausrüstung (Winterreifen, Schneeketten).

Anfahrt Zug

<http://reiseauskunft.bahn.de/bin/query.exe/d>

Zugfahrt bis Thusis (über Chur), von dort mit dem Postbus weiter bis ans Hotel
Oder melden Sie sich zur Bildung von Fahrgemeinschaften



Die Alpinsportschule

Seite 4

Verantwortung

Die Bergfuehlung ist CSR-zertifiziert (Nachhaltigkeits-Audit). D.h. wir uebernehmen mit nachhaltigen Reisekonzepten Verantwortung gegenueber unserer Natur und Umwelt. In diesem konkreten Fall bedeutet dies beispielsweise auf Tour die Meidung von sensiblen Lebensraeumen von Raufuehlnern oder die uebernachtung in einem genossenschaftlich gefuehrten Hotel mit regionaler Bio-Verpflegung.





Die Alpinsportschule

Seite 5

Ausrüstung

In der beiliegenden Ausrüstungsliste können Sie ersehen, was Sie mitbringen müssen. Auf Anfrage können Sie auch einzelne Ausrüstungsgegenstände von uns leihen. Bitte geben Sie diese bei der Anmeldung mit an.

Bergausrüstung

- Tourenski
- Steigfelle und Harscheisen
- Skitourenstiefel
- VS-Gerät
- Schaufel
- Sonde
- Skistöcke

Kleidung

- Wasserdichte Jacke + Hose
- Tourenhose
- Fleecepullover
- Thermounterwäsche
- 2 Paar Handschuhe
- Mütze, Schirmmütze
- Ein wenig Wechselwäsche für die Abende
- Seiden- oder Baumwollschlafsack

Sonstiges

- Sonnenbrille
- Sonnenschutz
- Waschzeug
- Schreibzeug
- Wenn vorhanden: Kartenmaterial

Verpflegung

- Thermos- oder Trinkflasche 1,5 Liter
- Vesper

Bergfuehlung – Die Alpinsportschule GmbH

Büro: Kimmichwiesen 5, 75365 Calw · **Fon:** *49 (0) 7051-15 96 828 · **Fax:** *49 (0) 7051-15 96 827 · **www.bergfuehlung.de** · **info@bergfuehlung.de**