höhenfieber

Skitouren und Freeriden Innsbruck

Powderspass Downtown: So geht ‚urban skiing'

Barock meets Nordkette – gleich hinter der historischen Altstadt von Innsbruck geht's steil zur Sache. Tagsüber erkunden wir die besten Touren- und Freeridespots der Region, abends die kulinarisch-kulturellen Vorzüge der Alpenmetropole. Ab Zürich erreichen wir Tirols Hauptstadt per Zug direkt in nur 3.5 Stunden. Allerdings machen wir in St. Anton einen Zwischenstop und nutzen den ersten Tag für lässige Runs am Arlberg. Von Innsbruck aus braucht es nur einen kurzen Anlauf und wir finden Touren in alle Himmelsrichtungen: Eine echte Höhenfieber NahReise mit vernünftiger Ökobilanz und hoher Schnee-, Schnitzel- und Spassgarantie!

1. Tag Anreise nach St. Anton und Freeriden am Arlberg. Am späten Nachmittag weiterreise nach Innsbruck. **2.-5.Tag** Per ÖV und Skibus erreichen wir in 30 bis max. 60 Minuten die Ausgangspunkte unserer Touren. Zu den lohnendsten Destinationen im nahen Umkreis gehören Axamer Lizum, Praxmar, Stubaier Gletscher, Bergeralm, Kühtai, Rangger Köpfl und viele mehr. Dabei nutzen wir örtliche Bergbahnen, um das Optimum aus Aufstieg und Abfahrt sicherzustellen. Die Heimreise erfolgt am Freitagnachmittag ab Bahnhof Innsbruck.

Anforderungen

Technik: Stufe 2: Ich habe erste Skitourenerfahrung aus einem Grundkurs oder auf geführten Skitouren gesammelt. Die Schwierigkeit der Skitouren wird mehrheitlich als L (leicht) bis WS (wenig schwierig) eingestuft und wir bewegen uns im Gelände um 30° Steilheit. Kurze steilere Passagen bieten genügend Platz zum Schwingen. Die Spitzkehre im Aufstieg kriege ich hin. Tiefschneeerfahrung und Parallelschwung im unpräpariertem Schnee werden vorausgesetzt.

Kondition: Stufe 2: Ich betreibe Ausdauersport wie Wandern, Joggen, Radfahren. Ich bewältige 4 Stunden Aufstieg pro Tag, das sind bis zu 1200 Höhenmeter. Bei einem Tempo von ca. 300 Hm pro Stunde fühle ich mich wohl.

Schlüsselstelle:
Die Abfahrten sind lang. Eine sichere und effiziente Skitechnik ist wichtig.

Leistungen inbegriffen

- 4 Nächte im Doppelzimmer mit DU/WC
- 4x Frühstück
- Transporte vor Ort mit dem ÖV und Taxi
- 10% Einkaufsgutschein bei TRANSA

Leistungen nicht inbegriffen

- Anreise zum Treffpunkt und Heimreise
- nicht erwähnte Mahlzeiten und Getränke
- Kosten für allfällige Transfers
- Liftfahrten in den Skigebieten
- zusätzliche Leistungen in der Unterkunft
- Annullationskostenversicherung

Reiseprogramm

Vorgesehener Tourenablauf

1. Tag

Die Anreise nach St. Anton gestaltet sich denkbar einfach, denn von Zürich aus sind es mit einem Umstieg in Sargans gerade mal 2,5 Stunden Reisezeit. Mit unserem frühen Treffpunkt können wir bereits am Anreisetag das maximale Skierlebnis geniessen. Vom Bahnhof sind es fussläufig keine fünf Minuten zu den Talstationen der Rendl- und Galzigbahnen. Diese bringen uns zum Ausgangspunkt für zahlreiche lässige Warm-Up-Runs. Einmal warmgefahren, gibt's genug Luft nach oben für steileres und waldigeres. Je nach Verhältnissen und unserem Befinden. Am späteren Nachmittag nehmen wir unser deponiertes Gepäck wieder entgegen und reisen in einer weiteren Stunde nach Innsbruck ins Hotel in der Innenstadt.

Abfahrt 1000-3000Hm, Gehzeit ohne Pausen max. 2 Std.

2.-5. Tag

Die Auswahl an Ski- und Freeridetouren reicht für ein ganzes Leben. Je nach aktuellen Wetter- und Schneeverhältnissen wählt unser Bergführer gemeinsam mit der Gruppe das beste Tourenziel aus. Für die Transfers vor Ort nutzen wir unkompliziert den ÖV und die Skibusse vor Ort oder bestellen uns ein Taxi. In 30 bis 60 Minuten pro Wegstrecke gelangen wir zu den Ausgangspunkten unserer Touren. So haben wir maximale Flexibilität und können das volle Potential dieses Freeridemekkas ausschöpfen. Mit Liftunterstützung verkürzen wir die Aufstiege und sorgen für möglichst lange, genussvolle Abfahrten. Die Heimreise erfolgt am 5. Tag nach der Abschlusstour um 15.48 ab Hauptbahnhof Innsbruck.

Auswahl möglicher Tourenziele

Nordkette

Die Nordkettenbahn, katapultiert uns von der Altstadt zum 2256m hohen Hafelekar hinauf. Hier erwartet uns "urban skiing": rassige Abfahrten und eine beeindruckende Sicht auf Innsbruck und die umliegenden Skitourenberge. Wenn es nach einer Nordstaulage bis tief hinunter geschneit hat, ist der ideale Zeitpunkt da für einen Freeridetag in der Nordkette mit lässigen Tree-runs bis hinunter zur Hungerburg. Abends lassen wir uns in einem feinen Restaurant der Altstadt von der lokalen Küche überzeugen. Wer mag, kann sich anschliessend ins Nachtleben stürzen.

Aufstieg 100Hm, Abfahrt 2800Hm, Gehzeit ohne Pausen 0.5 Std.

Axamer Lizum

20 Kilometer südwestlich von Innsbruck liegt dieses kleine Freetouring-Paradies. Mit einer Vormittagsliftkarte starten wir den Tag mit einigen kurzweiligen Variantenabfahrten. Anschliessend powdern wir vom Hoadl zum Dohlennest und steigen zum Gipfel des Widdersberg (2327m) auf. Eine finale Traumabfahrt führt uns anschliessend zurück zur Talstation.

Aufstieg 200-500Hm, Abfahrt ca. 3000Hm, Gehzeit ohne Pausen max. 2 Std.

Kühtai

45 Fahrminuten westlich finden wir in Kühtai ein weiteres Tourenparadies. Nach den ersten Warm up-Runs aus dem Skigebiet starten wir zur besonders lohnenden Tour auf den Pirchkogl (2828m) mit der grandiosen Westabfahrt nach Marail. Dank der Bergbahn zum Schwarzmoossee bleiben uns nur noch wenige Höhenmeter Aufstieg zu diesem wunderbaren Aussichtspunkt. Spätestens hier wird allen klar, dass die Region noch Stoff für viele Tourenwochen zu bieten hat.

Aufstieg 400Hm, Abfahrt 1100 - 4000Hm, Gehzeit ohne Pausen ca. 1.5 Std.

Praxmar / Lisens

Falls es mal einen Tag ohne Liftunterstützung auf Tour gehen soll, finden wir im Lisenstal eine Routenauswahl, welche jedes Skitourenherz höher schlagen lässt. Besonders empfehlenswert ist beispielsweise die Lampsenspitze (2875m). Neben einem packenden Rundblick verspricht dieser Gipfel mit seiner prächtigen Ostflanke erstklassiges Skigelände.

Aufstieg 1180Hm, Abfahrt 1180Hm, Gehzeit ohne Pausen 4 Std.

Schlick 2000

Auch das Stubaital ist von Innsbruck her gut zu erreichen. Ein Geheimtipp unter den Locals ist das kleine Skigebiet Schlick 2000. Neben den schönen Freeridemöglichkeiten zählt die Tour auf den Hohen Burgstall (2611m) zu den Highlights, denn hier werden 700 Höhenmeter Aufstieg mit 1800 Abfahrtsmetern belohnt.

Aufstieg 700Hm, Abfahrt 1800Hm, Gehzeit ohne Pausen 2.5 Std.

Bergeralm

Dieses kleine, aber feine Skigebiet liegt ca. 40 Minuten südlich von Innsbruck. Vom obersten Lift am Nösslachjoch folgen wir fast ohne Steigung dem Grat zum Eggerberg (2280m). Die Nordhänge hinunter zur Gerichtsherrnalm sind oft ein Garant für Pulverschnee. Bequem gelangen wir zurück zum Lift und wieder hoch zum Grat. Diesmal wählen wir die weiten Osthänge hinunter nach Nösslach, von wo wir per Bus zurück zum Ausgangspunkt in Steinach fahren.

Aufstieg ca. 100Hm, Abfahrt 1500-3000Hm, Gehzeit ohne Pausen 1 Std.

Stubaier Gletscher

Hier am Alpenhauptkamm, zuhinterst im Stubaital, präsentieren sich die Bergketten über dem Stubaier Gletscher deutlich hochalpiner. Vom bekannten Gletscherskigebiet aus erreichen wir unzählige Freeride-Runs und dank der Höhenlage über 3000 Metern immer genügend Schnee. Grund genug also, die etwas längere Fahrt von rund einer Stunde in Angriff zu nehmen.

Unterkunft

Wir übernachten im modernen Boutique-Hotel Nala im Doppelzimmer mit Dusche/WC. Aus einem in die Jahre gekommenen Stadthotel wurde mit viel Liebe zum Detail ein originelles Designhotel mit individuell gestylten Zimmern geschaffen. Keine Angst, für Höhenfieber-Gäste haben wir die Zimmer mit den geschlossenen Bädern reserviert. Allmorgendlich starten wir mit dem reichhaltigen Frühstücksbuffet im Erdgeschoss in einen erfolgreichen Tourentag.

Abendessen und kulturelles Angebot

Abends besuchen wir jeweils gemeinsam nach Wahl ein Restaurant der Stadt. Das Angebot ist wie zu Erwarten riesig, vom schicken Traditionsrestaurant bis zum kultigen „Burrito Kartell“ mit Tex-Mex-Food finden wir alles, was Herz und Magen begehren. Neben reicher Kulinarik bietet Innsbruck auch kulturell so einiges – für ein spannendes (freiwilliges) Abendprogramm ist also gesorgt.

Treffpunkt

Unser Bergführer erwartet dich um 09:01 Uhr in St. Anton am Arlberg am Bahnhof. Fahrplanwechsel vorbehalten.

Anreise

Von deinem Wohnort nach St. Anton, weiter nach Innsbruck und wieder zurück. Die Anreise gestaltet sich dank direkter Zugverbindung ab Zürich sehr unkompliziert.

Zusatzkosten

Für die Liftfahrten in den verschiedenen Skigebieten muss mit Zusatzkosten von ca. 150 EUR gerechnet werden. Ein gutes Abendessen gibt es ab rund 15 EUR.

Wusstest du, dass …

das „Goldene Dachl“ eines von Innsbrucks Wahrzeichen ist und genau 2657 feuervergoldete Kupferschindeln hat? Damit besitzt der spätgotische Altstadt-Prunkerker beinah so viele Schindeln wie Tourenmöglichkeiten rund um Tirols Metropole. Noch eine Besonderheit: Direkt aus der Stadtmitte kann man sich mit der Nordkettenseilbahn, vorbei am Alpenzoo, in nur wenigen Minuten auf eine Höhe von 2256 Meter hinauf beamen lassen. Downtown powdern gehen, wo gibt es das sonst noch? Die Stationen der Hungerburgbahn hat übrigens Star-Architektin Zaha Hadid entworfen, auch die berühmte Bergisel-Schanze im Süden der Stadt stammt aus ihrer Feder – als stylische Landmarke ist die Sprungschanze längst ein Anlaufpunkt für Architekturfans aus aller Welt. Es sind diese Kontraste, die Innsbruck als städtischen Skiing-Standort unschlagbar machen: Historischer Stadtkern und hypermoderne Architektur. Urbanes Leben und hochalpine Gipfeltouren. Wildnis und Weltläufigkeit. Kurz gesagt: Innsbruck ist der Joker!

Durchführung

Wir informieren dich wie folgt über die Durchführung: bei Wochenendtouren 1 Tag vor Tourenbeginn (ab 11 Uhr) und bei Mehrtagestouren 2 Tage vor Tourenbeginn (ab 17 Uhr). Wir senden dir dazu zum angegebenen Zeitpunkt einen Direktlink an deine Mailadresse. Für registrierte Benutzer sind die Last Infos zudem im Memberbereich www.hoehenfieber.ch/member unter 'Bevorstehende Touren' verfügbar.

Reisen ohne Flug

Reisen mit Höhenfieber - fern vom Alltag und doch nicht allzuweit weg

Hat dich das Fernweh gepackt? Wir kennen das. Und gleichzeitig möchten wir dich motivieren, dich zu fragen, was genau die Sehnsucht in dir weckt. Muss ich in die Ferne reisen oder gibt es Alternativen in Auto-, Bus- oder Bahnreichweite? Distanz vom Alltag schaffen durch ein Erlebnis – nicht durch Flugmeilen. Höhenfieber hat sich umgeschaut und erstaunliche Reiseziele in unseren Nachbarländern entdeckt.

Für dich veranstalten wir Heimspiele der besonderen Art – rund um die schönsten Schnee- und Trekkingziele des Alpenbogens. Denn zwischen Wien und Nizza reihen sich versteckte Skitourenperlen und Trekkingtouren zu einer Kette spannender Alpinabenteuer. Persönlich von Höhenfieber geprüft und für lohnend befunden. Jedes dieser ausgewählten Alpentäler besitzt seinen eigenen Charakter. Vor unserer Haustür finden wir wahre Schätze, die wir nur heben müssen. Und zwar nachhaltig. Ohne Flugkilometer. In der Schweiz, Österreich, Frankreich und Italien.

Das verbindet unsere handverlesenen Reisen:

- Kurze Distanzen, langer Genuss. Ohne grossen Anlauf direkt ins Bergvergnügen.
- Kleine Gruppen, grosses Erlebnis. Begegnungen zum Mitnehmen.
- Lokale Vielfalt. Mit viel Insiderwissen vom Höhenfieber-Bergführer.
- Reisen mit gutem Gewissen und vernünftiger Ökobilanz – mit gemeinsamer Anreise ohne Flugzeug, dafür gern mit öffentlichen Verkerhrsmitteln oder Kleinbus. Das schont das Klima und wir sind flexibel.
- Ein Prozent von unserem Umsatz fliesst in Klimaschutzprojekte von myclimate und in die Sensibilisierung der Bevölkerung durch POW Protect Our Winters.

Ausrüstung

Bekleidung

- Gore Tex Jacke
- Skitouren- oder Skihose
- Soft Shell oder Fleecejacke
- Dünne, winddichte Fingerhandschuhe
- Warme Finger- oder Fausthandschuhe
- Mütze, ev. Stirnband oder Buff
- Funktionelle Socken (1 Ersatzpaar)
- Funktionelle Unterwäsche kurz/lang

Diverses

- Separates Gepäckstück (für Hotelaufenthalt)
- Sonnenbrille und Skibrille
- Sonnen- und Lippencrème, Sonnenhut
- Trinkflasche, mit Vorteil Thermosflasche
- Heftpflaster und Compeed
- Identitätskarte/Personalausweis
- Bargeld in Euro
- Ev. Fotoapparat, Feldstecher
- Rucksack mit Hüftgurt (25-35l)
- Taschenmesser

Technische Ausrüstung

- Tourenskis, Felle, Harscheisen
- Skitourenschuhe
- Lawinenverschüttetensuchgerät (LVS): Digitales 3-Antennengerät
- Lawinenschaufel und Sonde
- Ski- oder Teleskopstöcke (grosse Teller)
- Skihelm: wir empfehlen einen Helm

Verpflegung

- Zwischenverpflegung: Diese wird zwischen Frühstück und Abendessen gegessen. Gut geeignet sind Dörrobst, Schokolade, Nüsse, Käse, Vollkornbrot und Energieriegel. Damit der Rucksack nicht zu schwer wird, sollte nicht zu viel Essen mitgenommen werden. Auf den meisten Hütten kann zusätzliche Zwischenverpflegung gekauft werden.

Übernachtung im Hotel

- Einfache Bekleidung für den Hotelaufenthalt
- Bequeme Schuhe für den Hotelaufenthalt
- Ohrenpfropfen
- Toilettenartikel

Packtipps

- Light macht Freude! Der Rucksack sollte nicht mehr als 8-9 Kg wiegen.

Mietmaterial

Folgende Ausrüstung kannst du direkt bei der Anmeldung bestellen. Nachträglich ist dies bis 10 Tage vor Tourenbeginn telefonisch oder via Webformular möglich: hoehenfieber.ch/mietmaterial

- LVS, CHF 45.00
- Schaufel, CHF 15.00
- Sonde, CHF 15.00

Kontakt

Hast du noch Fragen? Wir beraten dich gerne!

Telefon: +41 32 361 18 18
E-Mail: info@hoehenfieber.ch
Homepage: https://www.hoehenfieber.ch/

Büro-Öffnungszeiten

Montag bis Freitag
09:00–12:00 Uhr
13:30–17:00 Uhr

Programm- und Preisänderungen vorbehalten.
Allgemeine Geschäftsbedingungen: https://www.hoehenfieber.ch/AGB
Druckdatum: 09.05.2024 16:11:28