höhenfieber

Ausbildungswoche Skitouren Andermatt

5 Tage Skitouren-Ausbildung, Anwendungstouren und Tiefschneetechnik

Während diesen fünf Ausbildungstagen vermitteln wir dir die Grundlagen für einfache und mittelschwierige Skitouren. Andermatt gilt auch als einer der Topspots der Freerider. Zu Recht, sagen auch wir und werden deshalb auf der einen oder anderen genialen Abfahrt unterwegs sein.

Kursinhalte

Umgang mit Fellen und Tourenskis, Aufstiegstechnik, Skitechnik im Tiefschnee, Verschüttetensuchgerät, Schnee- und Lawinenkunde sowie Tourenvorbereitung.

Kursziel

Nach diesem Skitourenkurs bist du sehr gut darauf vorbereitet, an technisch leichten bis mittelschwierigen, von einem Bergführer geleiteten Skitouren teilzunehmen. Du lernst auch die Grundlagen der Lawinenkunde kennen, um komplexere Zusammenhänge besser verstehen können.

1. Tag Anreise und Einführungstour direkt ab der Sust Lodge.
2. Tag Ausbildungstour ab Realp zur Ochsenalp 2435m.
3. Tag Abstecher ins Goms und schöne Ausbildungstour ab Ulrichen Richtung Blashorn Punkt 2301m.
4. Tag Überschreitung des Pazolastock 2739m vom Oberalppass nach Tschamut.
5. Tag Abschlusstour ab Gemsstock zum Rotstock 2950m mit Abfahrt durchs Guspistal nach Hospental.

Ausrüstung! Wir bringen kostenlos für dich mit:

Tourenskis mit **PIN-Bindung**

Felle

Harscheisen

Suchgerät

Schaufel

Sonde

Anforderungen

Technik: Stufe 1: Ich fahre sicher auf der Skipiste und beherrsche den Parallelschwung. Auch bei schlechten Sicht- und Schneeverhältnissen fahre ich kontrolliert auf schwarzen Pisten. Erste Schwünge im unpräparierten Schnee habe ich bereits gemacht. Ich habe noch keine Skitourenerfahrung.

Kondition: Stufe 1: Ich bewältige 3-4 Stunden Aufstieg pro Tag, das sind bis zu 1000 Höhenmeter. Bei einem Tempo von ca. 300 Hm pro Stunde fühle ich mich wohl.

Leistungen inbegriffen

- 4 Nächte im 4- bis 6-Bettzimmer mit DU/WC
- 4x Halbpension
- Tourentee
- Kursunterlagen
- Sicherheitspaket (LVS, Schaufel, Sonde)
- Tourenskis mit Pin-Bindung
- 10% Einkaufsgutschein bei TRANSA

Leistungen nicht inbegriffen

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

Detailprogramm

Vorgesehener Tourenablauf

1. Tag

Unser Bergführer begrüsst dich in Hospental am Bahnhof. Anschliessend beziehen wir unsere Unterkunft und nach einigen Informationen zur Woche passen wir die Bindungen an, packen den Rucksack und schon kann's los gehen. Den Nachmittag nutzen wir für eine kurze Einführungstour direkt ab der Lodge.

Aufstieg 600Hm, Abfahrt 600Hm, Gehzeit ohne Pausen ca. 2 Std.

2. Tag

Eine kurze Fahrt mit dem Zug bringt uns nach Realp (1538m) von wo aus wir unsere erste Skitour zum Aussichtspunkt (2435m) auf der Ochsenalp starten. Zuerst steigen wir entlang der Furkapassstrasse auf, danach geht es über gleichmässig ansteigende Hänge gemütlich Richtung Albert-Heim-Hütte zu unserem Aussichtspunkt «Auf den Stöcken» (2435m). Eine ideale Tour also um die Gehtechnik mit Fellen und die ersten Spitzkehren zu üben. Das wunderbar offene und mässig steile Gelände lässt in der Abfahrt Freude aufkommen. Eine LVS- und Sondierübung bauen wir in der Abfahrt ein.

Aufstieg 900Hm, Abfahrt 900Hm, Gehzeit ohne Pausen ca. 3.5 Std.

3. Tag

Heute machen wir einen Abstecher ins Wallis. Der Zug bringt uns durch den Furkatunnel ins Goms nach Ulrichen (1356m). Wir folgen kurz der Nufenenpassstrasse, dann steigen wir durch Waldlichtungen und den herrlichen Blasewald hoch. Darüber leiten offene Hänge zu unserem fantastischen Aussichtsgipfel (2301m) hoch über dem Goms. Durch die geschützte Lage finden wir in der Abfahrt oft schöne Pulverschneehänge. Das Ausgraben eines Verschütteten üben wir ebenfalls.

Aufstieg 950Hm, Abfahrt 950Hm, Gehzeit ohne Pausen ca. 3.5 Std.

4. Tag

Heute überschreiten wir den Pazolastock 2739m. Mit dem Zug gelangen wir zu unserem Ausgangspunkt auf dem Oberalppass (2044m) Diese spannende Anwendungstour enthält alle Elemente einer Skitour. Die paar Spitzkehren und die etwas steilere Traverse vor dem Gipfel bereiten uns mittlerweile keine Probleme mehr. Auf dem Gipfel geniessen wir eine packende Aussicht auf die Berge der Oberen Surselva. Auch die rassige Abfahrt über Traumhänge ins Bündnerland nach Tschamut lässt keine Wünsche übrig. Mit dem Zug fahren wir schliesslich wieder zurück nach Hospental.

Aufstieg 750Hm, Abfahrt 1100Hm, Gehzeit ohne Pausen ca. 3 Std.

5. Tag

Zum Abschluss lassen wir es gleich zu Beginn mit einer Abfahrt krachen. Die geniale Rundtour zum Rotstock 2950m startet mit der Abfahrt vom Gemsstock Gipfel nach Süden. Ein kurzer Aufstieg führt uns zur Gafallenlücke (2820m), wo die nächste Abfahrt folgt. Ein letztes Mal montieren wir die Felle für den Aufstieg zum Rotstock (2950m). Schöne Schattenhänge führen durchs Guspis auf die Gotthardpassstrasse, auf welcher wir bis zur Unterkunft fahren können. Die Heimreise erfolgt am Nachmittag ab Hospental.

Aufstieg 700Hm, Abfahrt 2150Hm, Gehzeit ohne Pausen ca. 2.5 Std.

Kursinhalte

Umgang mit Fellen und Tourenskis, Aufstiegstechnik, Skitechnik im Tiefschnee, Verschütteten-suchgerät, Schnee- und Lawinenkunde sowie Tourenvorbereitung.

Kursziel

Nach diesem Skitourenkurs bist du sehr gut darauf vorbereitet, an technisch leichten bis mittelschwierigen, von einem Bergführer geleiteten Touren teilzunehmen. Du lernst auch die Grundlagen der Lawinenkunde kennen, um komplexere Zusammenhänge besser verstehen können.

Was wir von dir erwarten

Begeisterung für eine Woche draussen auch bei Wind und Wetter unterwegs zu sein. Körperliche Fitness, um Touren bis 1100 Höhenmeter mitzugehen. Der Charakter der Touren ist gemütlich. Bei der Abfahrt vom Gemsstock am 1. und 5.Tag ist einen kurze steile Stelle in der Abfahrt zu bewältigen und beim Aufstieg zum Pazolastock eine kurze etwas steilere Stelle im Aufstieg.

Deine Skitechnik

Unser Bergführer kann während den Abfahrten individuelle Tipps zur Tiefschneetechnik vermitteln. Dennoch ist diese Ausbildungswoche keine Skikurswoche. Du bist ein guter Pistenskifahrer und fährst auch auf schwarzen Pisten sicher und solide. Idealerweise bringst du zudem Tiefschneeerfahrung aus dem pistennahen Bereich mit. Im Zweifelsfall empfehlen wir dir, vorgängig einen Grundkurs Tiefschnee zu buchen.

Treffpunkt

Unser Bergführer erwartet dich um 10:41 Uhr in Hospental am Bahnhof. Fahrplanwechsel vorbehalten. Für Autofahrer 10 Minuten später direkt in der Unterkunft.

Anreise

Von deinem Wohnort nach Hospental und wieder zurück. Autofahrer können ihr Fahrzeug direkt bei der Sust Loge parkieren.

Zusatzinformation Unterkunft

Bei der Zimmereinteilung werden wir nach Möglichkeit darauf achten, dass Frauen und Männer in je einem eigenen Zimmern untergebracht sind.

Zusatzkosten

Zusätzliche Transportkosten für Bergbahnen und Bahntransfers betragen ca. CHF 80.-.

Technisches Material

Wir stellen dir an diesem Kurs auf Anmeldung das technische Material gratis zur Verfügung: Scott Tourenskis mit Pin-Bindung, Felle, Harscheisen, Pieps LVS, Schaufel, Sonde.

Skitourenschuhe und Stöcke müssen selber mitgebracht werden, diese haben wir nicht in der Vermietung (siehe Ausrüstungsliste).

Moderne Pin-Bindungen

Unsere Skis sind mit der Tourenbindung Fritschi Vipec Evo 12 montiert. Diese leichte Pin-Bindung erlaubt ein besonders kraftsparendes Aufsteigen und erfüllt trotzdem alle gängigen Sicherheits-standards einer normalen Skibindung.

Achtung: Für diese Skis benötigst du einen Skitourenschuh mit Inserts. Dies sind kleine Kerben am Schuh, zwei im Bereich der Zehen und eine Aufnahme an der Ferse. Mittlerweile sind praktisch alle aktuellen Skitourenschuhe mit Pin-Inserts ausgestattet. Normale Pistenskischuhe funktionieren nicht. Für weitere Informationen siehe www.hoehenfieber.ch/PIN-Bindungen.

Verschiedenes

In Hospental gibt es kein Lebensmittelgeschäft. Unsere Unterkunft wird auf Bestellung am Vorabend gerne ein Lunchsäckli für dich bereitstellen.

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 Member-Bereich unter 'Bevorstehende Touren' verfügbar.

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

- Sonnen- und Lippencrème, Sonnenhut
- Trinkflasche, mit Vorteil Thermosflasche
- Taschenmesser
- LED Stirnlampe mit neuer Batterie
- Schreibzeug und Notizpapier
- Ev. Fotoapparat, Feldstecher
- Sportbrille und Skibrille
- Heftpflaster und Compeed
- Rucksack mit Hüftgurt (25-35l)

Technische Ausrüstung

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

Landkarten und Literatur (freiwillig)

- Skitourenkarte: Sustenpass 255S und Disentis 256 S, LK 1:25'000: Urseren 1231 und Oberalppass 1232

Verpflegung

- Halbpension: Bei dieser Tour ist Halbpension (Abendessen/Frühstück) inklusive.
- Tourentee: Der Tourentee wird von der Unterkunft jeweils am Morgen bereitgestellt und ist im Preis inbegriffen.
- Zwischenverpflegung: Diese wird zwischen Frühstück und Abendessen gegessen. Gut geeignet sind Dörrobst, Schokolade, Nüsse, Käse, Vollkornbrot und Energieriegel. Damit dein Rucksack nicht zu schwer wird, sollte nicht zu viel Essen mitgenommen werden. In der Unterkunft kann ein Lunchpaket gekauft werden (jeweils am Vorabend bestellen).

Übernachtung im Hotel

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

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

- Ski mit Pin-Bindung, Felle und Harscheisen (ohne Schuhe und Stöcke), Set kostenlos
- LVS, Schaufel und Sonde, Set kostenlos

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: 19.04.2025 17:49:00