höhenfieber

Schnupperkurs Ski- und Splitboardtouren Andermatt - Hospental

Einblick in die Welt des Splitboard- und Skitouren-Gehens am Gotthardpass

Zwischen Andermatt und Realp befindet sich ein ideales Tourengebiet mit vielen sanften Gipfeln. Der schneesichere Abschluss des Urserentals ist schnell erreichbar. Die idealen Voraussetzungen für Anfänger auf Skitouren oder Splitboardtouren: stressfrei und professionell angeleitet kannst du erste Tourenerfahrung sammeln. Wir übernachten in der gemütlichen Sust Lodge in Hospental, ein optimaler Ausgangspunkt.

Kursinhalt Umgang mit Fellen und Tourenskis / Splitboard, Aufstiegstechnik, LVS-Suche, elementare Lawinenkunde, Materialkunde.

Kursziel Du bekommst einen Einblick in Materialkunde und kannst dir ein genaues Bild zu den Anforderungen an Kondition und Techniken machen. Du erlernst die Basics des Skitourengehens und lernst die Schönheit der Natur abseits der Pisten kennen. Nach diesem Kurs bist du optimal vorbereitet, um an einer Ausbildungswoche oder an geführten Touren der Stufe 2 teilzunehmen.

Schneesportgerät

Eine Teilnahme an diesem Kurs ist mit Tourenski oder mit dem Splitboard/Snowboard möglich. Den Boardern empfehlen wir sehr, das Tourengehen direkt mit dem Splitboard zu erlernen. Dies ermöglicht dir mehr Flexibilität und du sparst aufgrund des leichteren Rucksacks viel Kraft im Aufstieg. Dadurch kannst du die Abfahrt umso mehr geniessen.

1. Tag Anreise nach Hospental und Ausbildungstour in Richtung Winterhorn.

2. Tag Ausbildungstour ab Realp zum Lägeten Firsten 2542m mit schöner Abfahrt zurück zum Ausgangspunkt.

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

- 1 Nacht im 4- bis 6-Bettzimmer mit DU/WC
- 1x Halbpension
- Kursunterlagen und Tourentee
- 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. Nach Bezug der Unterkunft machen wir uns mit dem Material vertraut, passen die Bindungen der Tourenski an, bauen das Splitboard um und packen den Rucksack. Nun kann es schon logehen zu einer Einführungstour direkt ab der Unterkunft. Über gleichmässige Hänge steigen wir Richtung Winterhorn und Schritt für Schritt machen wir uns mit Aufstiegstechnik vertraut.

Aufstieg und Abfahrt ca. 800Hm, Gehzeit ohne Pausen ca. 3 Std.

2. Tag

Eine kurze Fahrt mit dem Zug führt uns nach Realp, dem Ausgangspunkt für unsere heutige Ausbildungstour. Zuerst steigen wir entlang der alten Furkapass-Eisenbahnstrecke auf, danach geht es gemütlich über den breiten Rücken zum Lägeten Firsten (2542m). Das Gelände eignet sich ideal, um die Gehtechnik mit Fellen zu optimieren und die ersten Spitzkehren zu üben. Das offene und mässig steile Gelände lässt Freude in der Abfahrt aufkommen. Heimreise am späten Nachmittag ab Hospental.

Aufstieg und Abfahrt 1000Hm, Gehzeit ohne Pausen ca. 3.5 Std.

Kursinhalt

Umgang mit Fellen und Tourenskis / Splitboard, Aufstiegstechnik, LVS-Suche, elementare Lawinenkunde, Materialkunde.

Kursziel

Du bekommst einen Einblick in Materialkunde und kannst dir ein genaues Bild zu den Anforderungen an Kondition und Techniken machen. Du erlernst die Basics des Skitourengehens und lernst die Schönheit der Natur abseits der Pisten kennen. Nach diesem Kurs bist du optimal vorbereitet, um an einer Ausbildungswoche oder an geführten Touren der Stufe 2 teilzunehmen.

Was wir von dir erwarten

Begeisterung, um ein Wochenende draussen unterwegs zu sein, auch bei Wind und Wetter. Körperliche Fitness für Touren mit bis zu 1000 Höhenmeter. Der Charakter der Skitouren ist gemütlich. Jedoch gibt es gelegentlich auch kurze steilere Passagen in Aufstieg und Abfahrt zu überwinden.

Deine Skitechnik

Unser Bergführer kann während den Abfahrten individuelle Tipps zur Tiefschneetechnik vermitteln. Dennoch ist dieser Schnupperkurs kein Skikurs. Du bist ein guter Pistenskifahrer und fährst auch auf schwarzen Pisten sicher und solide – selbst, wenn es eisig, bucklig und zerfahren ist. Idealerweise bringst du zudem Tiefschneeerfahrung aus dem pistennahen Bereich mit. Im Zweifelsfall empfehlen wir dir, vorgängig einen Grundkurs Tiefschnee zu buchen.

Deine Snowboardtechnik

Du hast bereits Erfahrung mit dem Snowboard auf Abfahrten abseits der Piste gesammelt. Dein Bergführer wird die Gruppe mit Breitskiern begleiten, um optimale Spuren für Aufstieg und Abfahrt (Traversen) legen zu können, was sich in den letzten Jahren sehr bewährt hat. Zudem kann dir der Bergführer allgemeingültige Tipps zum Aufstieg und zur Abfahrt mit dem Splitboard geben, jedoch keinen Fahrunterricht erteilen.

Den Boardern empfehlen wir sehr, das Tourengehen direkt mit dem Splitboard zu erlernen. Dies ermöglicht dir mehr Flexibilität und du sparst aufgrund des leichteren Rucksacks viel Kraft im Aufstieg. Dadurch kannst du die Abfahrt umso mehr geniessen.

Treffpunkt

Unser Bergführer erwartet dich um 09:41 Uhr in Hospental am Bahnhof. Fahrplanwechsel vorbehalten.

Hinweis: Reisende via Bern/Wallis treffen bereits 09.13 Uhr ein und können in der Sust Lodge auf die Gruppe warten.

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.

Skimiete

In unserer Unterkunft in Hospental haben wir ein Depot an Scott-Tourenskis mit der PIN-Bindung Fritschi Vipec Evo 12. Für diesen Kurs besteht die Möglichkeit, einen solchen Tourenski inkl. Felle und Harscheisen bei uns zu mieten.

Achtung: Für diese Skis benötigst du zwingend 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 Skitourenschuhe mit Pin-Inserts ausgestattet. Normale Pistenskischuhe funktionieren nicht. Für weitere Informationen siehe: PIN-Bindungen.

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

Splitboardmiete

Splitboards haben wir für diesen Kurs leider nicht in der Vermietung. Diese müssen vorgängig in einem Schneesportgeschäft angemietet werden. Falls du kein passendes Geschäft in deiner Region findest, sind wir dir in der Suche gerne behilflich.

Zusatzkosten

Es können zusätzliche Kosten für Bergbahnen entstehen, falls der Kursleiter/Bergführer den Ablauf des Schnupper-Weekends an aktuelle Schnee- und Wetterbedingungen anpassen muss.

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

- Rucksack mit Hüftgurt (30-40l)
- Separates Gepäckstück (für Hotelaufenthalt)
- Sonnen- und Lippencrème, Sonnenhut
- Trinkflasche, mit Vorteil Thermosflasche
- Taschenmesser
- Ev. Fotoapparat, Feldstecher
- Sportbrille und Skibrille
- Heftpflaster und Compeed

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
- Frottétuch, Waschlappen

Technische Ausrüstung Tourenski

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

Technische Ausrüstung Splitboard

- Splitboard mit Fellen und Harscheisen
- Snowboardschuhe, Soft- oder Hardboots
- Lawinenverschüttetensuchgerät (LVS): Digitales 3-Antennengerät
- Lawinenschaufel und Sonde

- Ski- oder Teleskopstöcke (grosse Teller)
- Skihelm: wir empfehlen einen Helm

Technische Ausrüstung Snowboard+Schneeschuhe

- Snowboard
- Snowboardschuhe, Soft- oder Hardboots
- Schneeschuhe (robustes Modell mit seitlich angebrachten Harschkrallen)
- Lawinenverschüttetensuchgerät (LVS): Digitales 3-Antennengerät
- Lawinenschaufel und Sonde
- Ski- oder Teleskopstöcke (grosse Teller)
- Skihelm: wir empfehlen einen Helm

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 35.00
- Schaufel, CHF 15.00
- Sonde, CHF 15.00
- Ski mit Pin-Bindung (ohne Schuhe und Stöcke), CHF 80.00

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: 19.04.2025 19:54:21