



Tages-Skitour Einsteiger im Kleinwalsertal

... einfach mal ausprobieren

Als guter und sicherer Skifahrer auf der Piste möchtest Du einmal das Skitourengehen kennenlernen. Bei unserer Einsteiger-Skitour kannst Du als Anfänger diese Wintersportart ausprobieren. Ausgerüstet mit LVS-Gerat, Schaufel und Sonde bist du mit einem staatlich geprüften Guide unterwegs. Im Kleinwalsertal steht Dir ein vielseitiges Tourenangebot zur Verfügung. Vielleicht wechselst Du nach diesem Erlebnis die Disziplin und kannst Dich künftig für Skitouren begeistern.

ANFORDERUNGEN

Kondition ❄️ ❄️ ❄️ ❄️

Kondition für Aufstiege bis zu 600 Hm

Technik ❄️ ❄️ ❄️ ❄️

Du beherrscht den Parallelschwung auf der schwarzen Piste. Skitourenenerfahrung ist nicht notwendig.

Fehlende Ausrüstung? Auf zu Sport Kessler!

Bei unserem Kooperationspartner **Sport & Mode Kessler** findest Du Top Marken- und Modebekleidung, Sport-Hardware rund um die Themen Wandern, Biken, Klettern und Skifahren sowie den größten Ski- und Bikeverleih im Kleinwalsertal. Bei Sport & Mode Kessler bist Du bestens beraten und bekommst alles aus einer Hand.

Du findest das Sportgeschäft direkt neben der Kanzelwandbahn oder kannst Dich bereits im Netz inspirieren lassen unter www.sport-kessler.com. Mit der Vorab-Buchung online sicherst Du Dir Vorteile und Frühbucherrabatte.

Direkt zur Buchung Deiner Freeride- oder Tourenskier:

<https://www.sport-kessler.com/de/verleih/winter/freeride-tourenski>

Direkt zur Buchung Deiner Freeride-Tourenskier:

<https://www.sport-kessler.com/de/verleih/winter/freeride-tourensk>

Sport & Mode Kessler, Walsertalstraße 73, direkt neben der Kanzelwandbahn

www.sport-kessler.com

info@sport-kessler.com

Tel. 05517 3685-40

Öffnungszeiten in der Hauptsaison:

Sommer: Mo - Sa: 09.00 - 12.30 & 14.00 - 18.00 Uhr, So & Feiertag bis 17 Uhr

Winter: Mo - So: 08.30 - 18.00 Uhr

Dort kannst Du auch zahlreiche Tagesprogramme gleich vor Ort buchen! Alles aus einer Hand, alles in professioneller Hand.



Ausrüstung

- | | |
|--|---|
|  Tagesrucksack (25 l) |  Tourenskischeuhe |
|  Tourenhose oder dünne Skihose |  wetterfeste warme Oberbekleidung |
|  Softshell- oder Fleecejacke |  atmungsaktive Ober- und Unterbekleidung |
|  Wechselwäsche |  Handschuhe, leicht gefüttert |
|  Mütze |  Sonnenschutz |
|  Sonnenbrille |  Trinkflasche bzw. Thermosflasche |
|  Energieriegel nach persönlichem Bedarf |  Stöcke mit großem Teller |
|  Tourenski/Felle |  Harscheisen |
|  Skihelm |  LVS-Gerät, Schaufel, Sonde * |
|  Hüttenschlafsack (Vorschrift) | |

Die mit einem Stern* gekennzeichneten Ausrüstungsgegenstände werden für die Dauer der Tour von der Bergschule Kleinwalsertal kostenlos zur Verfügung gestellt. Gerne kannst Du Deine eigene Ausrüstung mitbringen.

Details im Überblick

LEISTUNGEN:

Berg- oder Skiführer
LVS-Gerät/Schaufel/Sonde (leihweise)

MINDESTTEILNEHMERZAHL:

3 Personen
max. 6

TERMINE:

Dienstag, bei entsprechender Nachfrage täglich

ZAHLUNGSINFO:

Komplettzahlung bei Buchung oder vor Ort

MÖGLICHE ZUSATZKOSTEN

Liffticket, Transfers

DAUER:

1 Tag, Mittwoch und Donnerstag - bei Nachfrage täglich


TREFFPUNKT:

9:00 Uhr Bergschule Kleinwalsertal, Walserstr. 262, 87568 Hirschegg


Preise und Termine


 **EUR 125.00 pro Person ab 3 Teilnehmern**


 **EUR 125.00 pro Kind (bis 16 Jahre)**

 **EUR 420.00 privat bei ein bis zwei Personen**


 **EUR 40.00 privat (jede weitere Person)**

 TW02-22-2 14.12.2022 - 14.12.2022
1


 TW02-22-2 15.12.2022 - 15.12.2022
2


 TW02-22-2 21.12.2022 - 21.12.2022
3


 TW02-22-2 22.12.2022 - 22.12.2022
4


 TW02-22-2 28.12.2022 - 28.12.2022
5


 TW02-22-2 29.12.2022 - 29.12.2022
6


 TW02-23-1 04.01.2023 - 04.01.2023


 TW02-23-1 15.02.2023 - 15.02.2023
3


 TW02-23-1 16.02.2023 - 16.02.2023
4

 TW02-23-1 22.02.2023 - 22.02.2023
5

 TW02-23-1 23.02.2023 - 23.02.2023
6

 TW02-23-1 01.03.2023 - 01.03.2023
7

 TW02-23-1 02.03.2023 - 02.03.2023
8

 TW02-23-1 08.03.2023 - 08.03.2023
9

 TW02-23-2 05.01.2023 - 05.01.2023	 TW02-23-2 09.03.2023 - 09.03.2023 0
 TW02-23-3 11.01.2023 - 11.01.2023	 TW02-23-2 15.03.2023 - 15.03.2023 1
 TW02-23-4 12.01.2023 - 12.01.2023	 TW02-23-2 16.03.2023 - 16.03.2023 2
 TW02-23-5 18.01.2023 - 18.01.2023	 TW02-23-2 22.03.2023 - 22.03.2023 3
 TW02-23-6 19.01.2023 - 19.01.2023	 TW02-23-2 23.03.2023 - 23.03.2023 4
 TW02-23-7 25.01.2023 - 25.01.2023	 TW02-23-2 29.03.2023 - 29.03.2023 5
 TW02-23-8 26.01.2023 - 26.01.2023	 TW02-23-2 30.03.2023 - 30.03.2023 6
 TW02-23-9 01.02.2023 - 01.02.2023	 TW02-23-2 05.04.2023 - 05.04.2023 7
 TW02-23-10 02.02.2023 - 02.02.2023 0	 TW02-23-2 06.04.2023 - 06.04.2023 8
 TW02-23-11 08.02.2023 - 08.02.2023	 TW02-23-2 12.04.2023 - 12.04.2023 9
 TW02-23-12 09.02.2023 - 09.02.2023 2	 TW02-23-3 13.04.2023 - 13.04.2023 0

Allgemeine Informationen

Anreise:

Der Treffpunkt zu Deiner Tour ist mit den öffentlichen Verkehrsmitteln innerhalb des Kleinwalsertals und von Oberstdorf aus gut und einfach zu erreichen.

Mit der Bahn:

Bahnverbindungen nach Oberstdorf mit Anschluss an das öffentliche Busnetz. Linie 1 bis zur Haltestelle Hirschegg Walserhaus. An der Heubergarena ist das Büro der Bergschule Kleinwalsertal.

Mit dem Auto:

Mit dem Auto von Kempten (Allgäu) auf der B 19 bis Oberstdorf - Kreisverkehr 1. Ausfahrt - Richtung Kleinwalsertal B 12 - Straßenverlauf folgend bis Hirschegg/Walserhaus. Dort biegen Sie rechts ab und können auf den öffentlichen Parkplätzen des Walserhauses gebührenpflichtig parken.

Wichtiger Hinweis zum Parken:

Am besten Sie lassen Ihr Auto an Ihrer Unterkunft stehen und bewegen sich im Kleinwalsertal mit den öffentlichen Bussen.

Voraussichtliche Rückkehr am Tourentag ca. 15 Uhr

Tipps zum Packen des Rucksacks:

Wir empfehlen einen Rucksack mit Regenhülle mit einem Volumeninhalt von ca. 20 l. Bei dieser Tour gibt es keine Einkehrmöglichkeit. Wir empfehlen Dir Verpflegung und (warme) Getränke für den Tag einzupacken.

Zimmervermittlung bei vorzeitiger Anreise:

Kleinwalsertal Tourismus, Tel.: 0043-5517-5114-0, www.kleinwalsertal.com

Kleinwalsertal Aktuell, www.kleinwalsertal-aktuell.com

Gerne senden wir dir bei Bedarf eine Zimmerliste mit einer kleinen Auswahl an Pensionen und Hotels zu.

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.

Anforderungen

Kondition



Kondition für Aufstiege bis zu 800 Hm



Kondition für Aufstiege bis zu 1000 Hm



Kondition für Aufstiege bis zu 1200 Hm



Kondition für Aufstiege bis zu 1500 Hm

Technik



Du beherrscht den Parallelschwung auf der schwarzen Piste.
Skitourenenerfahrung ist nicht notwendig.



Du hast bereits erste Skitourenenerfahrung und kannst sicher im freien Gelände und in allen Schneearten Skifahren.



Du hast schon viel Erfahrung im Skitourengehen und kannst sicher im freien Gelände und in allen Schneearten Skifahren.



Du hast Skitourenenerfahrung auch im Hochgebirge, hast eine gute Fahrtechnik und beherrscht auch anspruchsvolles Gelände und alle Schneearten. Auch im Umgang mit Steigeisen und Pickel bist Du versiert.

Guter Rat ist nicht teuer!

Die Bergschule Kleinwalsertal legt besonderen Wert auf Qualität und individuelle Betreuung. Deshalb sind wir in Kleingruppen mit maximal 6 Personen pro Guide unterwegs. Nur dadurch ist ein Höchstmaß an Sicherheit möglich. Das macht den kleinen aber feinen Unterschied aus, den Du spüren wirst! Gönn dir diesen Luxus!

DEIN PERSÖNLICHER 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.

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)



SKITOUREN UND 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



BEINKRAFT UND GLEICHGEWICHT:

1 Minute Kniebeugen



1 Minute Skipping



1 Minute Ausfallschritte



1 Minute Strecksprünge



10 Minuten Balance Ball (einbeinig, beidbeinig)

