



WIR MACHEN IHRE FREIZEIT ZUM ERLEBNIS

BERGWANDERN · HOCHTOUREN · KLETTERSTEIGE · KLETTERN · KURSE · SKITOUREN · SCHNEESCHUH-TOUREN

OASE
ALPINCENTER



Reisedauer: 6 Tage
Kategorie: Skitour
Anforderung: Technik: **Mittel** - Kondition: **Mittel**

Skihochtourenkurs auf der Zufallhütte

Stützpunktwoche im Martelltal mit Ausbildungsinhalten

Dieser Skihochtourenkurs wird alle, die bereits Tourenerfahrung mitbringen, begeistern. Wenn in den Tälern des Vinschgaus schon die Blumen blühen, locken die höheren Schneegefülle zu Skitouren mit traumhaften Abfahrten von bis zu 1.500 Höhenmetern. Die sehr gut geführte Zufallhütte (2.265 m) ist ein idealer Stützpunkt und bietet uns vielfältige Skitouren- und Ausbildungsmöglichkeiten. Nach den Touren können wir uns sogar in einer Blockhaussauna entspannen.

Region:
Vinschgau (Südtirol, Italien)

Treffpunkt

14.00 Uhr, Martelltal, Materialseilbahn Zufallhütte (2.055 m), kostenloser Dauerparkplatz am Talschluss des Martelltals. Gepäcktransport mit der Materialbahn. Gemeinsamer Aufstieg auf dem Skiweg zur gemütlichen Zufallhütte (2.265 m). Hüttenwirte Gabi u. Uli Müller
Tel. 0039-0473-744 785 oder 0039-335-6 306 603, www.zufallhuette.com

Gehzeit ca. 1 Stunde

Skitourenmöglichkeiten

Madritsch Spitze	(3.265 m)
Cima Marmotta (Köllkoppe)	(3.327 m)
Monte Cevedale	(3.778 m)
Östliche Veneziaspitze	(3.320 m)
Butzenspitze	(3.300 m)
Suldenspitze	(3.376 m)
Zufallspitzen	(3.757 m)

Die Routenwahl ist von den Schneesverhältnissen abhängig und jederzeit änderbar.

Ausbildungsinhalte

Praxis:

- Handhabung des Verschütteten-Suchgerätes (LVS), Schaufel, Sonde
- Umgang mit Steigfellen, Tourenski, Steigeisen und Eispickel
- Routenwahl im Aufstieg und bei der Abfahrt im vergletscherten Gelände
- Rutschen im Schnee und Bremsen von Stürzen
- Skitechniken abseits der Piste
- Anseilen auf dem Gletscher / Spaltenbergung
- Schnee- und Lawinenkunde
- Praktische Anwendung von Planungs- und Entscheidungshilfen

Theorie:

- Ausrüstungskunde
 - Tourenplanung
 - Karten- und Führerlesen
 - Orientierung im Gebirge
 - Erste Hilfe
 - Wetterkunde
 - Planungs- und Entscheidungshilfen
-

Konditionelle Voraussetzungen:

Mittel: Bis zu 1.200 HM im Aufstieg und Abfahrt **oder** Tagesetappen bis zu 6 Std. reine Gehzeit. Gehintervalle von 2 Std. ohne Pause.

Technische Voraussetzungen:

Mittel: Erfahrung im Skitourengehen ist **erforderlich**. Beherrschen der Spitzkehre im Aufstieg. Parallelschwung auf allen Pisten und sichere Abfahrtstechniken in allen Schneearten sind Voraussetzung.

Unterbringung:

Zufallhütte (Mehrbettzimmer, 3 / 6 Personen)

Leistungen:

Staatlich geprüfter Berg- und Skiführer, 5x Halbpension, Gepäcktransport zur Hütte, Marschtee und kleine Brotzeit, Lawinenausrüstung

Spezielle Hochtourenausrüstung (Steigeisen, Eispickel, Klettergurt, Schraubkarabiner, Schlingen, etc.) wenn vorhanden, bitte mitbringen. Diese Ausrüstung kann aber auch kostenlos von uns zur Verfügung gestellt werden.

Zusatzkosten:

Nach persönlichem Bedarf in bar ca. € 35.- pro Tag für Getränke etc. (Sauna und Handtuch € 10.- pro Tag).

Bei Bedarf: Spezielle Skitourenausrüstung (Tourenski, Steigfelle, Harscheisen und Teleskop-Stöcke) erhalten Sie gegen eine Leihgebühr von € 120.- pro Woche bei uns. Bitte teilen Sie uns vor Tourenbeginn mit, welche Ausrüstungsgegenstände von Ihnen benötigt werden und geben Sie uns Ihre Körpergröße und Gewicht durch.

Bei Bedarf: Leihgebühr für Dynafit Tourenschuhe: € 80,- (nur begrenzt verfügbar)

Teilnehmer:

4 - 8 Personen

OASE-Packliste:

Rucksack ca. 45 l Volumen, Gesamtgewicht ca. 10 kg

* Wir empfehlen Markenkleidung und Ausrüstung unserer Partner

Reisegepäck

Das trage ich bereits am Körper

- Funktionelle Unterwäsche und Funktionssocken
- Funktionelle Skitourenhose oder Skihose (Arc'teryx)*
- Funktionsshirt (Icebreaker Merinowolle)*
- Funktionelle Jacke aus PrimaLoft oder Fleece (Arc'teryx)*
- Mütze und Leichte Handschuhe
- LVS-Gerät (Ortovox)*

Spezielle Skitourenausrüstung

- Tourenskischuhe (Dynafit)*, Tourenski (Dynafit)*, Felle und Harscheisen
- Teleskopstöcke (Leki)*

	Gewicht ca. (in Gramm)	habe ich eingepackt	mein Gewicht
Das ist unverzichtbar			
• Rucksack (Deuter)*, mit Regenhülle	1550	<input type="checkbox"/>	_____
• Wechselshirt kurz/lang (Icebreaker Merinowolle)*	160	<input type="checkbox"/>	_____
• Wasser- und winddichte Jacke (kein Poncho), evtl. Gore-Tex (Arc'teryx)*	690	<input type="checkbox"/>	_____
• Wasser- und winddichte Hose, evtl. Gore-Tex (Arc'teryx)*	310	<input type="checkbox"/>	_____
• Dicke Handschuhe	280	<input type="checkbox"/>	_____
• Sonnencreme LSF 50 und Lippenchutz	70	<input type="checkbox"/>	_____
• Cap oder Buff* (*gibt's vom OASE AlpinCenter als Begrüßungsgeschenk)	40	<input type="checkbox"/>	_____
• Sonnenbrille mit hohem UV Schutz	30	<input type="checkbox"/>	_____
• Thermoskanne incl. 1 Liter Flüssigkeit	1500	<input type="checkbox"/>	_____
• Hüttenschlafsack	140	<input type="checkbox"/>	_____
• Elektrolyt-/Magnesium Tabletten (Röhrchen)	150	<input type="checkbox"/>	_____
• Persönliche Medikamente, Blasenpflaster	220	<input type="checkbox"/>	_____
• Leistungsstarke Stirnlampe	80	<input type="checkbox"/>	_____
• Ausweise, Bargeld, EC-Karte, Auslandsversicherung in wasserdichtem Beutel mit ziploc-Verschluss	40	<input type="checkbox"/>	_____

Spezielle Hochtourenausrüstung (wird von uns kostenlos zur Verfügung gestellt)

• Klettergurt	430	<input type="checkbox"/>	_____
• Eispickel	630	<input type="checkbox"/>	_____
• Steigeisen	1000	<input type="checkbox"/>	_____
• Verriegelbare Karabiner 2x	150	<input type="checkbox"/>	_____
• Reepschnüre	100	<input type="checkbox"/>	_____
• Bandschlinge	40	<input type="checkbox"/>	_____

Spezielle Lawinenausrüstung für Skitouren

• Sonde (Ortovox)*	300	<input type="checkbox"/>	_____
• Schaufel (Ortovox)*	750	<input type="checkbox"/>	_____

Das ist empfehlenswert

• Skibrille*	140	<input type="checkbox"/>	_____
• Warme Mütze zum Wechseln	40	<input type="checkbox"/>	_____
• Nüsse / Trockenobst / Müsliriegel (Seeberger)*	210	<input type="checkbox"/>	_____
• Multitool (Victorinox)*, Reparaturset (Kabelbinder, Tape, etc.)	300	<input type="checkbox"/>	_____
• Leichte Hose, T-Shirt und Hüttenschuhe für die Unterkunft	650	<input type="checkbox"/>	_____
• Plastikbeutel für Abfall und/oder Dreckwäsche	20	<input type="checkbox"/>	_____
• Fotoapparat	250	<input type="checkbox"/>	_____

Gesamtgewicht (inkl. Rucksack): **10270** _____

Unser Tipp für schlechtes Wetter: Kleiden Sie ihren Rucksack innen mit einem Müllbeutel aus.