



Aufbaukurs Lawinen Engstligenalp Ski/Board

Lawinenpraxis und Tourenplanung für Fortgeschrittene

Du hast auf geführten Schneetouren schon Erfahrungen sammeln können und möchtest jetzt auch selbstständig Touren unternehmen. Mit diesem Kurs liegst du als Vorbereitung goldrichtig.

Kursinhalte Beurteilung des Schneedeckenaufbaus, Interpretation des Lawinenlageberichts, Gefahrenzeichen erkennen, Geländebeurteilung, Spuranlage, Routenwahl, Risikoabschätzung, Taktik im Aufstieg und in der Abfahrt, Umgang mit Verschüttetensuchgerät, Schaufel und Sonde, Tourenplanung und Wetterkunde.

Kursziel Dieser Kurs vermittelt dir weiterführendes theoretisches und praktisches Wissen, um einfache bis mittelschwierige Ski- und Snowboard-Touren in eigener Verantwortung zu planen und durchzuführen. Du erhältst am Ende des Kurses das **Zertifikat SWISS MOUNTAIN TRAINING Winter 2** des Schweizer Bergführerverbandes.

Kursteilnahme mit Tourenskis, Splitboard oder Snowboard möglich

1. Tag Treffpunkt im Berghotel Engstligenalp. Vertiefung der Grundlagen, LVS-Such- und Schaufeltraining sowie Tourenplanung. **2.-3. Tag** Anwendung der theoretischen Grundlagen auf Ausbildungstouren. Am Kursende: Auswertung und Einschätzung der eigenen Fähigkeiten.

Daten & Preise

Nr	Datum	Preis	Unterkunft	Bergführer
101052	28.01.22 - 30.01.22	CHF 875.-	Berghotel Engstligenalp	Elia Deschenaux, Bergführer
101053	11.02.22 - 13.02.22	CHF 875.-	Berghotel Engstligenalp	Christoph Rätz, Bergführer
101054	25.02.22 - 27.02.22	CHF 875.-	Berghotel Engstligenalp	Berg+Tal Bergführer
101055	11.03.22 - 13.03.22	CHF 875.-	Berghotel Engstligenalp	Berg+Tal Bergführer

Leistungen: 4-7 Gäste pro Bergführer, 2 Nächte im Doppelzimmer mit Etagendusche/WC, 2x Halbpension, Tourentee, Kursunterlagen, Zertifikat SWISS MOUNTAIN TRAINING Winter 2, 10% Einkaufsgutschein bei TRANSA.

Detailprogramm

Höhenfieber freut sich auf interessante Ausbildungstage mit dir. Für deine optimale Vorbereitung und zur Einstimmung auf diese Tage bitten wir dich, folgende Infos durchzulesen.

Es ist obligatorisch, 2 Tage vor Tourenbeginn (ab 17 Uhr) die letzten Informationen zu deiner Tour zu lesen. Wir senden dir zum genannten Zeitpunkt einen Direktlink. Für registrierte Benutzer sind die Last Infos zudem im Memberbereich www.hoehenfieber.ch/member unter 'Bevorstehende Touren' verfügbar.

Vorgesehener Tourenablauf

1. Tag Treffpunkt im Berghotel Engstligenalp. Vertiefung der Grundlagen, LVS-Such- und Schaufeltraining sowie Tourenplanung.

Aufstieg 200Hm, Abfahrt 200Hm, Gehzeit ohne Pausen max. 1 Std.

2.-3. Tag Anwendung der theoretischen Grundlagen auf Ausbildungstouren. Am Kursende: Auswertung und Einschätzung der eigenen Fähigkeiten.

Aufstiege 600Hm, Abfahrten bis 800Hm, Gehzeit ohne Pausen ca. 2.5 Std.

Kursinhalte

Beurteilung des Schneedeckenaufbaus, Interpretation des Lawinenlageberichts, Gefahrenzeichen erkennen, Geländebeurteilung, Spuranlage, Routenwahl, Risikoabschätzung, Taktik im Aufstieg und in der Abfahrt, Umgang mit Verschüttetensuchgerät, Schaufel und Sonde, Tourenplanung und Wetterkunde.

Kursziel

Dieser Kurs vermittelt dir weiterführendes theoretisches und praktisches Wissen, um einfache bis mittelschwierige Ski- und Snowboard-Touren in eigener Verantwortung zu planen und durchzuführen. Du erhältst am Ende des Kurses das **Zertifikat SWISS MOUNTAIN TRAINING Winter 2** des Schweizer Bergführerverbandes.

Unterkunft

Wir übernachten im Berghotel Engstligenalp (Tel. 033 673 22 91) im komfortablen Doppelzimmer mit Etagendusche und WC. Es steht zudem eine Sauna zur Verfügung.

Treffpunkt

Unser Bergführer erwartet dich um **10:00 Uhr im Berghotel Engstligenalp**.

Dieses befindet sich 150 Meter von der Bergstation der Luftseilbahn Engstligenalp entfernt. Wir werden die Zimmer noch nicht beziehen, jedoch das nicht benötigte Gepäck deponieren.

Anreise

Von Deinem Wohnort nach Adelboden, Unter dem Birg. Von dort mit der Seilbahn auf die Engstligenalp und in 5 Minuten zu Fuss zum Berghotel. Bitte beachte die Wartezeiten am Wochenende an der Talstation und reise entsprechend früher an. Für Autofahrer stehen Parkplätze an der Talstation der Seilbahn zur Verfügung. Heimreise auf gleichem Wege.

Zusatzkosten

Zusätzliche Transportkosten wie Bergbahnen und Skilifte betragen ca. CHF 25.-.

Hinweis zur technischen Ausrüstung

Die Ausbildung erfolgt ausschliesslich mit digitalen 3-Antennengeräten. 2-Antennengeräte und analoge 1-Antennengeräte werden nicht mehr berücksichtigt.

Empfohlene Apps für Lawinenkurse

Wir empfehlen folgende Apps vor dem Lawinenkurs auf dem Smart Phone zu installieren:

White Risk: Lawinenbulletin, Schnee- und Temperaturdaten und vieles mehr. Download im **iTunes Appstore** und **Google PlayStore**.

Rega App: Nützliches App für schnelle Alarmierung. Download im **iTunes Appstore** und **Google PlayStore**.

Verschiedenes

Die Teilnahme ist mit den Tourenskis, Splitboard oder Snowboard möglich. Am 1.Tag nach der Ausbildung werden wir das Hotelgepäck (Tasche oder Rucksack, kein Rollkoffer) in der Unterkunft deponieren. Es besteht ebenfalls die Möglichkeit, das Gepäck am 3.Tag bis zur Abreise zu deponieren.

Kontakt

Bitte wende dich für Fragen direkt ans Höhenfieber-Büro, Tel. 032 361 18 18 oder Mail info@hoehenfieber.ch. Die Handynummer des Bergführers ist nur für den Notfall gedacht, wenn du z.B. den Zug verpasst hast.

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.

Nach der Tour

Nach der Tour senden wir dir per Mail Informationen und Direktlinks zum Foto-Upload/Download und zum Feedbackformular.

Anforderungen

Technik: Stufe 1: Ich habe erste Skitourenenerfahrung aus einem Grundkurs Stufe Starter oder vergleichbare Kenntnisse. Ich habe Tiefschneeerfahrung und bewältige kurze, steile Passagen im Aufstieg und in der Abfahrt. Die Spitzkehre kriege ich hin.

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

Ausrüstung

Bekleidung

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

Diverses

- Sportbrille und Skibrille
- LED Stirnlampe
- Rucksack mit Hüftgurt (30-40l)
- Sonnen- und Lippencreme, Sonnenhut
- Trinkflasche, mit Vorteil Thermosflasche
- Taschenmesser
- Heftpflaster und Compeed
- Schreibzeug und Notizpapier
- Ev. Fotoapparat, Feldstecher

Technische Ausrüstung

- Skihelm : wir empfehlen einen Helm
- Tourenskis, Felle, Harscheisen
- Skitourenschuhe / bequeme Pistenskische
- Lawinenschüttelgerät (LVS): Digitales 3-Antennengerät
- Lawinenschaufel und Sonde
- Ski- oder Teleskopstöcke (grosse Teller)
- Splitboard mit Fellen und Harscheisen oder Snowboard und Schneeschuhe
- Snowboardschuhe, Soft- oder Hardboots
- Schneeschuhe (robustes Modell mit seitlich angebrachten Harschkralen)

Landkarten und Literatur (freiwillig)

- Skitourenkarte: Wildstrubel 263S, SAC Skitourenführer Berner Alpen West, LK 1:25'000: Gemmi 1267

Verpflegung

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

Covid 19 - Besondere Massnahmen

- 100ml Desinfektionsmittel
- siehe aktuelles Schutzkonzept: www.hoehenfieber.ch/Schutzkonzept
- Schutzmasken

Übernachtung im Hotel

- Einfache Bekleidung für den Hotelaufenthalt
- Bequeme Schuhe für den Hotelaufenthalt
- Ohrenpfropfen
- Toilettenartikel
- Duschtuch ist vorhanden

Mietmaterial

- LVS 2-3 Tage, CHF 35.00
- Schaufel 2-3 Tage, CHF 15.00
- Schneeschuhe 2-3 Tage, CHF 40.00 (ohne Stöcke)
- Sonde 2-3 Tage, CHF 15.00

Impressionen





Weitere Impressionen finden Sie auf unserer Homepage unter <https://www.bergundtal.ch/kurs101>

Kontakt

Haben Sie noch Fragen? Wir beraten Sie gerne!

Telefon: +41 41 450 44 25

E-Mail: info@bergundtal.ch

Homepage: <https://www.bergundtal.ch/>

Büro-Öffnungszeiten:

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



Programm- und Preisänderungen vorbehalten.

Allgemeine Geschäftsbedingungen: <https://www.bergundtal.ch/AGB>

Druckdatum: 25.01.2022 12:54:36