bergundtal

# Ski- und Splitboardtour Girenspitz 2369m

**Sonnenschein und Pulverschnee! Wir wollen den über das Wochenende gefallenen Neuschnee bei Sonnenschein geniessen. Die Chancen stehen gut, auch auf eine first line im frischen Pulverschnee.**

## Anforderungen

**Technik:** Stufe 2: Ich habe erste Skitourenerfahrung aus einem Grundkurs oder auf geführten Skitouren gesammelt. Die Schwierigkeit der Skitouren wird mehrheitlich als L (leicht) bis WS (wenig schwierig) eingestuft und wir bewegen uns im Gelände um 30° Steilheit. Kurze steilere Passagen bieten genügend Platz zum Schwingen. Die Spitzkehre im Aufstieg kriege ich hin. Tiefschneeerfahrung und Parallelschwung im unpräpariertem Schnee werden vorausgesetzt.

**Kondition:** Stufe 2: Ich betreibe Ausdauersport wie Wandern, Joggen, Radfahren. Ich bewältige 4 Stunden Aufstieg pro Tag, das sind bis zu 1200 Höhenmeter. Bei einem Tempo von ca. 300 Hm pro Stunde fühle ich mich wohl.

## Leistungen inbegriffen

1 Tag geführte Tour durch dipl. Bergführer

# Detailprogramm

## Vorgesehener Tourenablauf

Wir treffen uns an der Bushaltestelle Platz in St. Antönien. Von da fahren wir mit dem Auto nach Ronenegg Parkplatz Nr. 5 (ca. Punkt 1531m) auf dem Weg Richtung Partnun. Jetzt fellen wir in gleichmässiger Steigung durch eine frisch eingeschneite Winterlandschaft zum Skitourengipfel auf. Neben dem Girenspitz erstreckt sich ein weiterer Hang zum Furggli, den wir bei Lust und Laune noch anhängen können.

**Aufstieg 850-1050Hm, Abfahrt ca. 850-1050Hm, Gehzeit ohne Pausen 3 Std.**

## Treffpunkt

Unser Bergführer erwartet Sie um 08:43 Uhr in St. Antönien, Platz.

Verbindungen: Zürich ab 06.38 Uhr, Winterthur ab 06.09 Uhr, St. Gallen ab 06.25 Uhr, Basel ab 05.33 Uhr, Bern ab 05.29 Uhr, Luzern ab 05.35 Uhr. (Stand 06.12.24)

## Anreise/SBB-Ticket

Von Ihrem Wohnort nach St. Antönien, Platz und zurück.

Bitte teilen Sie dem Bergführer kurz mit, ob Sie mit den ÖV oder mit dem Auto anreisen: alexander.issler@gmx.de.

## Materialmiete

Wir vermieten für die Spontantouren kein Material. Bitte wenden Sie sich direkt an den Bergführer, wenn Sie Fragen zum Material haben oder keine Gelegenheit finden, benötigtes Material in einem Bergsportgeschäft zu mieten.

## Verschiedenes

Bitte wenden Sie sich in dringenden Fällen oder bei Unklarheiten direkt an den leitenden Bergführer. Die Handynummer des Bergführers finden Sie im Bestätigungsmail.

## Durchführung

Wir informieren Sie 1 Tag vor Tourenbeginn (ab 16.30 Uhr) über die Durchführung. Wir senden Ihnen dazu einen Direktlink an Ihre Mailadresse.

## Nach der Tour

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

# Ausrüstung

### Bekleidung

- Gore Tex Jacke
- Skitouren- oder Skihose
- Soft Shell oder Fleecejacke
- Dünne, winddichte Fingerhandschuhe
- Warme Finger- oder Fausthandschuhe
- Mütze, ev. Stirnband oder Buff

### Diverses

- Sonnenbrille und Skibrille
- Trinkflasche, mit Vorteil Thermosflasche
- Taschenmesser
- Ev. Fotoapparat, Feldstecher
- Heftpflaster und Compeed
- Rucksack mit Hüftgurt (25-35l)

### Technische Ausrüstung

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

### Verpflegung

- Zwischenverpflegung: Essen und Trinken für unterwegs. Gut geeignet sind Dörrobst, Nüsse, Schokolade, Käse, Vollkornbrot und Energieriegel. Es empfiehlt sich, mindestens einen Liter warmen Tee in der Thermoskanne mitzunehmen.

# 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: 25.04.2025 11:53:42