

Aufbaukurs Lawinen Lidernen Ski/Board

Der Lawinenkurs für Fortgeschrittene: Die moderne Lawinenkunde mit den wichtigen Faktoren, um eine alpine Schneetour zu planen und durchzuführen.

Haben Sie auf einfachen Schneetouren schon eigene Erfahrungen sammeln können, zum Beispiel in einer geführten Gruppe oder mit Freunden? Wenn Sie jetzt auch einmal Ihre eigene Spur durch das Gelände ziehen wollen, dann liegen Sie mit diesem Kurs als Vorbereitung goldrichtig. Die Topografie des Lidernengebietes eignet sich hervorragend, um das in den Theorieblöcken vermittelte Wissen unmittelbar anzuwenden und zu vertiefen. Wir arbeiten mit dem neuen Lehrmittel des SAC, Bergsport Winter, und auch mit einzelnen Elementen der Plattform www.whiterisk.ch des SLF.

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

Kursziel Dieser Kurs vermittelt Ihnen weiterführendes theoretisches und praktisches Wissen, um einfache und mittelschwierige Schneetouren in eigener Verantwortung zu planen und durchzuführen. Sie erhalten am Ende des Kurses das Zertifikat SWISS MOUNTAIN TRAINING Winter 2 des Schweizer Bergführerverbandes.

Voraussetzungen Dieser Kurs richtet sich an Tourengänger die bereits über Kenntnisse der Lawinenkunde verfügen und schon einen Grundkurs Lawinen oder einen ähnlichen Kurs besucht haben.

1. Tag Anreise nach Riemenstalden. Bequemer Aufstieg zur Lidernenhütte (Seilbahn) und Kursbeginn am Nachmittag. **2.-3. Tag** Auf kleineren und grösseren Ausbildungstouren wenden wir die theoretischen Grundlagen in der Praxis an. Das vielseitige Gelände mit etlichen Mulden, Geländerücken und verschiedenen Hangexpositionen stellt vielfältige Ansprüche an die Beurteilung der Schneeverhältnisse und der optimalen Routenwahl.

Daten & Preise

Nr	Datum	Preis	Unterkunft	Bergführer
10304	25.01.19 - 27.01.19	CHF 695.-	Lidernenhütte SAC	Jörn Heller, Bergführer *
10305	08.02.19 - 10.02.19	CHF 695.-	Lidernenhütte SAC	Olivier Genet, Bergführer *
10306	22.02.19 - 24.02.19	CHF 695.-	Lidernenhütte SAC	Höhenfieber Bergführer
10307	08.03.19 - 10.03.19	CHF 695.-	Lidernenhütte SAC	Höhenfieber Bergführer

Leistungen: 4-7 Gäste pro Bergführer, 2 Nächte im Mehrbettzimmer, 2x Halbpension, Tourentee, SAC-Lehrbuch "Bergsport Winter", Zertifikat SWISS MOUNTAIN TRAINING Winter 2.

Detailprogramm

Die Alpenschule Berg+Tal heisst Sie im Kursgebiet der Lidernenhütte willkommen. Wir freuen uns darauf, zusammen mit Ihnen diesen abwechslungsreichen Winkel zu entdecken. Für Ihre optimale Vorbereitung und zu Ihrer Einstimmung auf diese Tage bitten wir Sie, die folgenden Infos durchzulesen.

Es ist obligatorisch, 2 Tage vor Tourenbeginn (ab 17 Uhr) die letzten Informationen zu Ihrer Tour zu lesen. Wir senden Ihnen dazu zum angegebenen Zeitpunkt einen Direktlink oder Sie benutzen www.bergundtal.ch/meinetour (Kursnummer und Passwort gemäss Buchungsbestätigung).

Vorgesehener Tourenablauf

1. Tag Sie werden von unserem Bergführer in Sisikon erwartet. Mit dem Taxibus oder Privatautos fahren wir zur Talstation der Seilbahn und mit dieser hoch ins Lidernengebiet. Ein kurzer Anstieg führt zur Lidernenhütte. Nach dem Bezug der Unterkunft erfolgt eine interaktive Einführung in das Thema Lawinenkunde. Die Themen des Nachmittags im Gelände sind: Suchübungen mit LVS, Sonde und Schaufel, Steilheiten und Expositionen bestimmen, Alarmzeichen im Gelände beobachten und die Tourenplanung vom Folgetag.

Aufstieg 150Hm, Abfahrt 150Hm, Gehzeit ohne Pausen max. 1 Std.

2. Tag Nach dem Morgenessen diskutieren wir anhand einer Präsentation die Themen Lawinenbulletin und Lawinenrettung. Danach starten wir zu einer kleinen Ausbildungstour und behandeln die in der Theorie vorbereiteten Themen in der Praxis. Dabei bildet auch die Taktik beim Aufstieg und bei der Abfahrt ein zentrales Element. Nach der Rückkehr zur Hütte planen wir die Ausbildungs- und Anwendungstour vom dritten Tag.

Aufstieg 700Hm, Abfahrt 700Hm, Gehzeit ohne Pausen ca. 2.5 Std.

3. Tag Nach dem Morgenessen folgt eine kurze Einführung zum Thema grafische Reduktionsmethode und die Anwendung derselben auf die aktuelle Schnee- und Lawinensituation. Danach geht es ins Gelände: Wir verifizieren auf unserer Anwendungstour die Informationen, die wir während der Tourenplanung des Vortages gewonnen haben. Nach der Kursbesprechung in der Hütte werden wir mit der Seilbahn ins Tal fahren. Die Heimreise erfolgt am späteren Nachmittag (ca.16.00 Uhr) ab Sisikon.

Aufstieg 800Hm, Abfahrt 800/1300Hm, Gehzeit ohne Pausen ca. 3 Std.

Kursinhalte

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

Kursziel

Dieser Kurs vermittelt Ihnen weiterführendes theoretisches und praktisches Wissen, um einfache und mittelschwierige Schneetouren in eigener Verantwortung zu planen und durchzuführen.

Unterkunft

Die Lidernenhütte ist eine gemütliche SAC Unterkunft. Das Hüttenteam ist mit Herz und Seele dabei. Wir besuchen diesen Ort sehr gerne mit unseren Kursen. Exklusiv übernachten wir mit warmem Duvet (ist im Preis inbegriffen). Lunch für den zweiten und dritten Tag kann auf der Hütte gekauft werden.

Treffpunkt

Unser Bergführer erwartet Sie um 09:41 Uhr in Sisikon am Bahnhof. Fahrplanwechsel vorbehalten.

Anreise/Bahn билет

Von Ihrem Wohnort nach Sisikon und zurück. Wir empfehlen die Anreise mit dem Zug, da in Sisikon am Bahnhof nur wenige kostenpflichtige Parkplätze zur Verfügung stehen.

Zusatzkosten

Unkosten für die Taxi- und Seilbahnfahrt betragen ca. CHF 35.00.

Hinweis zur technischen Ausrüstung

Die Ausbildung erfolgt ausschliesslich mit digitalen 2- oder 3-Antennengeräten.

Analoge 1-Antennengeräte werden nicht mehr berücksichtigt.

Verschiedenes

Bitte wenden Sie sich für Fragen direkt an unser Büro in Root-Luzern, 041 450 44 25. Die Handynummer des Bergführers ist nur für den Notfall gedacht, wenn Sie z.B. den Zug verpasst haben.

Durchführung

Wir informieren Sie wie folgt über die Durchführung: bei Weekendtouren 1 Tag vor Tourenbeginn (ab 11 Uhr) und bei Mehrtagestouren 2 Tage vor Tourenbeginn (ab 17 Uhr). Wir senden Ihnen dazu zum angegebenen Zeitpunkt einen Direktlink an Ihre Mailadresse oder Sie benutzen www.bergundtal.ch/meinetour (Kursnummer und Passwort gemäss Buchungsbestätigung).

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
- Funktionelle Socken (1 Ersatzpaar)
- Funktionelle Unterwäsche kurz/lang

Diverses

- Rucksack mit Hüftgurt (30-40l)
- Sonnenbrille und Skibrille
- Sonnen- und Lippencreme, Sonnenhut
- Trinkflasche, mit Vorteil Thermosflasche
- Taschenmesser
- LED Stirnlampe mit neuer Batterie
- Heftpflaster und Compeed
- Schreibzeug und Notizpapier
- SAC/DAV-Ausweis, wenn vorhanden
- Ev. Fotoapparat, Feldstecher

Technische Ausrüstung

- Skihelm : wir empfehlen einen Helm
- Tourenskis, Felle, Harscheisen
- Skitourenschuhe / bequeme Pistenskischeuhe
- Snowboard
- Snowboardschuhe, Soft- oder Hardboots
- Lawinenverschüttetensuchgerät (LVS): Digitales 2- oder 3-Antennengerät
- Lawinenschaufel und Sonde
- Ski- oder Teleskopstöcke (grosse Teller)

Landkarten und Literatur (freiwillig)

- SAC Skitourenführer Zentralschweizer Voralpen und Alpen
- Skitourenkarte: Klausenpass 246 S
- LK 1:25'000: Muotata
- Das Lehrbuch Bergsport Winter wird gratis als Kursunterlage abgegeben.
- Bergliteratur online: www.pizbube.ch

Verpflegung

- Zwischenverpflegung: Diese wird zwischen Frühstück und Abendessen gegessen und für die entsprechende Anzahl Tage mitgenommen. 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.

Übernachtung in Hütte/n

- Ohrenpfropfen
- Toilettenartikel im Kleinformat, ev. Erfrischungstüchle in
- Innenschlafsack aus Seide oder Baumwolle (aus Hygienegründen)
- Die Hütten verfügen in der Regel über fliessend kaltes Wasser zur Körperpflege
- Es stehen Hüttenfinken zur Verfügung

Packtipps

- Light bringt weit! Der Rucksack sollte nicht mehr als 8-9 Kg wiegen. Dies vor allem bei Hüttentouren.
- Wir zeigen Ihnen im Internet wie es geht: [bergundtal.ch/packvideo](https://www.bergundtal.ch/packvideo)

Mietmaterial

- Folgende Ausrüstung können Sie bis 10 Tage vor Tourenbeginn telefonisch oder per Internet bei Berg+Tal mieten (Details siehe [bergundtal.ch/mietmaterial](https://www.bergundtal.ch/mietmaterial)):
- Sonde 2-3 Tage, CHF 10.00
- LVS 2-3 Tage, CHF 20.00
- Schaufel 2-3 Tage, CHF 10.00

Weitere Impressionen findest du auf unserer Homepage unter <https://www.hoehenfieber.ch/tour/tourdetails/103>

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: 23.01.2019 13:35:03