

Skitouren Ausbildung „Basic1“

Ziel: Neu- u. Wiedereinsteigern das Grundwissen rund um das Skitourengehen zu vermitteln. Eine Veranstaltung der Naturfreunde Penzing

Folgeveranstaltung: Ziel ist es auch bei der ersten Tourenwoche Basic Innerkrems dabei zu sein 05.-12.01.25 ;-)

Termin: 03.01 – 05.01.2025

Anmeldeschluss: 25.12.2024 - Danach nur mehr Warteliste!

Die Nockberge bieten ein ideales Trainingsgebiet für alle Tourensportler und Freerider. Um diese Jahreszeit ist es normalerweise mit dem Schnee noch so eine Sache aber hier in den Nockbergen haben wir genug Schnee und können vieles durch sehr praxisnahe Übungen Outdoor durchführen.

Dieser Skitourenkurs ist der ideale Einstieg und Basis für alle verantwortungsbewussten SkitourengeherInnen. Erlerne bei diesem Skitourenkurs das nötige Basiswissen um ökonomisch, sicher und vor allem unfallfrei im freien Skitouren-Gelände unterwegs zu sein (Auch für TeilnehmerInnen mit Splitboard geeignet!).

Professionelle InstruktorInnen vermitteln dir praxisbezogen alle Skitourenkurs-Inhalte und stehen dir mit Rat und Tat zur Seite.

Der Outdoorsport im Winter, speziell das Skitourengehen, hat sich in den letzten Jahren zu einer sehr beliebten Wintersportart entwickelt. Und das nicht ohne Grund! Ski-Bergsteigen in unberührter Winterlandschaft, viele verträumte Eindrücke der glitzernde Schneelandschaft, Beobachtungen der Flora und Fauna und die darauf folgenden traumhaften Abfahrten im unverspurtem Gelände, machen das Skitourengehen zu einer perfekten Freizeitbeschäftigung, mit hohem Gesundheitsfaktor obendrein.

Ablauf:

Tag 1 (ab 14:00 – 18:00 Uhr)

- *Anreise - Wir treffen uns um 18:00 Uhr beim Abendessen im Hotel Berghof 9862 Innerkrems 2*
- *Abendessen/Begrüßung*
- *Theorieeinheiten Materialkunde*
- *Notfallmanagement Lawine (Theorie)*
- *Grundlagen Schnee- und Lawinenkunde (Theorie)*
- *Lawienen Lagebericht (LLb) Finden, Lesen und deuten*
- *Schneeprofil*

- *Entscheidungsgrundlagen W3*
- *Rechtliches §*
- *Gefahren-Muster und - Stellen (Theorie)*
- *Sicherheitsmaßnahmen (Theorie)*
- *Zeit für Fragen....*
-

Tag 2 (09:00-18:00 Uhr)

- *Start mit Theorieeinheiten*
- *Alarmzeichen im Gelände (Theorie)*
- *Orientierung mit Karte (Theorie)*
- *Tourenplanung (Theorie)*
- *Ab Mittag Start mit Tourenausrüstung*
- *Das LVS verstehen (Praxis)*
- *Übungs-Skitour im Gelände (Praxis)*
- *Gehtechnik, Spuranlage*
- *Training Lawinenunfall mit LVS, Schaufel und Sonde (Praxis)*
- *Zeit für Fragen ...*

Tag 3 (09:00-15:00 Uhr)

- *Start im Lehrsaal kurze Wiederhole vom Vortag*
- *Notfallmanagement*
- *Ab Mittag start mit der Tourenausrüstung*
- *Entscheidungsstrategie (Praxis)*
- *Alarmzeichen im Gelände (Praxis)*
- *Orientierung mit Karte (Praxis)*
- *Tourenplanung (Theorie & Praxis)*
- *Skitour im Gelände (Praxis)*
- *Notfallmanagement (Praxis)*
-

Kursinhalt

- *Materialkunde und Materialpflege*
- *Richtiges und effizientes verwenden der Notfallausrüstung*
- *Grundlagen der Tourenplanung*
- *Richtige Interpretation des Lawinenlageberichtes*
- *Grundlagen der Kartenkunde*
- *Grundlagen der Schnee- und Lawinenkunde*
- *Skitouren – Grundtechniken*
- *Optimale Spuranlage im Gelände*
- *Gefahrenerkennung auf Tour*
- *Entscheidungsprozesse vor und bei der Tour*
- *Verhalten bei Unfällen*

Kursziel:

- *Selbstständige Planung und Durchführung von Skitouren*
- *Praxisskitouren im Gelände*

Kondition:

Aufstiege bis zu 800 Höhenmeter ca. 3 Std. / Tag, Geländeabfahrten.

Technik:

Sicheres Abfahren mit Skiern im Gelände bei allen Schneeverhältnissen.
Sturzfrees Skifahren auf rot/schwarzer Piste.

Treffpunkt:

*Unterbringung in mehren *Varianten: „schön komfortabel im Hotel“ HP/im EZ Hotel*** Berghof Fam. Kohlmaier, 9862 Kremsbrücke, Innerkrems 2., Tel: 04736 2850 Parkgarage, Ski und Trockenraum vorhanden.*

Preis pro Person: € 350,- exklusiv Ortstaxe €4,40,-

- *Mindestteilnehmerzahl: 8*

Inkludierte Leistungen:

- *Ausbildung durch staatlich geprüften Instruktoeren*
- *Nach Verfügbarkeit Leihhausrüstung (LVS, Schaufel, Sonde)*
- *Kursskriptum*

- Reservierung der Unterkunft im Vorfeld
- Alle Kosten des Guides
- 2x Übernachtung mit Halbpension: Im Einzelzimmer DZ möglich
- (Preise und Unterkunft können sich ändern)
- excl. Transfer

Zusatzkosten

- Anfahrtskosten
- Getränke und Zwischenmahlzeiten
- Eventuell eine Liftkarte
- Kartenmaterial Kartenblätter BEV 4211 Ost/West (von Vorteil).

Eine wetterbedingte Absage/Verschiebung behält sich der Veranstalter vor.

Die Teilnahme erfolgt auf eigene Gefahr!

Ausrüstung:
Unbedingt erforderlich!

Tourenski mit Skistopper, Skistöcke, Steigfelle (für Aufstiege), digitales LVS-Gerät, Lawinenschaufel, Lawinsonde, Biwaksack, Notfallapotheke. Die Verwendung von Helm und Lawinenrucksack wird empfohlen, Mobiltelefon mit eingespeicherten Rufnummern des Guide, 112 Euronotruf, 140 Bergrettung; Rucksack 25-40l, Naturfreundeausweis, Stirnlampe, Sonnenschutz, Brille, Handschuhe....Medikamente die du benötigst - nicht vergessen. (LVS, Sonde, Schaufel kann nach Verfügbarkeit ausgeliehen werden). Du benötigst eine Skiausrüstung, Sport Schiffer neben dem Hotel leiht dir geg. Gebühr und Voranmeldung ein Tourenset – Kontakt: <https://www.sportschiffer.at>

(Achtung: Bei Leihschuhen die Einlegesohlen unbedingt verlangen und mitnehmen.)

Empfohlen:

Reparaturmaterial, Waschzeug,...

Helm, Airbag, Getränk, Jause, Riegel, Handtuch

Wechselkleidung, Reserve Handschuhe, Reserve Brille, GPS, Karte,...

Schneeketten: mitunter für Anfahrt erforderlich.

Karten: BEV Kartenblätter: 3105; 3106; 3230



Treffpunkt: Freitag, 03.01.2025, 18h00 Uhr Beim Abendessen (Zimmer sind ab 14:00 Uhr benutzbar!).

Teilnehmerliste zur Bildung von Fahrgemeinschaften wird per e-Mail zugesandt.

Sollen die persönlichen Daten nicht an andere Teilnehmer/innen weiter gegeben werden, bitten wir dies bei der Anmeldung zu vermerken.

Anmeldung und Auskunft:

Bitte melde dich per e-Mail an sobald du dir sicher bist sende uns eine Mail mit nach Anzahlung dein Platz fixiert ist. Anzahlung. Erst mit deren Eingang ist deine Buchung gültig. e-Mail: naturfreunde.penzing@gmx.at

Auskünfte erhältst du auch beim Tourenführer: dieskitour@gmx.at

Anmeldeschluss: 25.12.2024

Weiter Informationen zu deiner Teilnahme an unserer Veranstaltung:

Naturfreunde-Mitgliedschaft:

Bei unseren mehrtägigen Veranstaltungen ist eine Mitgliedschaft bei den Naturfreunden erforderlich. Solltest du nicht Mitglied sein, kein Problem, bitte sende eine e-Mail an naturfreunde.penzing@gmx.at mit Name, Adresse und Geburtsdatum. Danach erhältst du einen Zahlschein von den Naturfreunden Österreich. Weitere Infos gibt es unter www.naturfreunde.at. Oder setze dich mit uns in Verbindung wir helfen gerne weiter.

Zahlung und Bankverbindung:

Sobald deine Teilnahme bestätigt ist, ersuchen wir dich um Überweisung der Anzahlung. Erst mit deren Eingang ist deine Buchung gültig

Die Anzahlung beträgt pro Person EUR 50,-- und ist mit der Anmeldung fällig. Die Restzahlung von EUR 200,-- ersuchen wir, am Anreisabend direkt dem Guide zu übergeben.

Bankverbindung: IBAN AT34 1400 0032 1077 1041 / BIC: BAWAATWWXXX

(Zahlungsvermerk: Ausbildung Basic1 2025).

e-Mail: naturfreunde.penzing@gmx.at, Homepage: <http://www.penzing.naturfreunde.at>, ZVR 901777545

Rücktritt und Storno:



Der Rücktritt muss schriftlich erfolgen, wobei als Stichtag das Eingangsdatum der Annullierung gilt. Bei Rücktritt bis zum Anmeldeschluss wird lediglich eine Bearbeitungsgebühr von EUR 15.-- in Rechnung gestellt.

Bei Rücktritt nach Anmeldeschluss betragen die Stornosätze:

bis zum 30. Tag vor Reiseantritt 20 %)

bis zum 08. Tag vor Reiseantritt 70 %) vom gesamten Pauschalpreis

ab 07. Tag vor Reiseantritt 90 %)

bei Nichterscheinen 100 %)

Wird von dir ein Ersatzteilnehmer gemeldet entfällt die Stornogebühr zur Gänze.

Mit einem herzlichen „Berg frei“

Naturfreunde Penzing

Kurt

Deine Privatsphäre ist uns ein Anliegen - Im sinne der DSGVO

Einverständniserklärung für Fotos und Videos

Bitte diese Seite bei der Tourenwoche dem Guide übergeben, danke!

Ich erkläre mich damit einverstanden, dass bei Veranstaltungen der Naturfreunde Penzing Fotos und Videomaterial aufgenommen werden darf.

Ich bin freiwillig mit folgenden Nutzungsmöglichkeiten einverstanden:

- ***Veröffentlichung der Bildaufnahmen auf Webseiten und in Publikationen der Naturfreunde Wien/Penzing***
- ***Veröffentlichung der Bildaufnahmen mittels Presseaussendungen***
- ***Präsentation der Bildaufnahmen im Rahmen von Naturfreunde Veranstaltungen***



Diese Einwilligungserklärung kann jederzeit ohne Angabe von Gründen bei Naturfreunde Penzing widerrufen werden.

Bei unseren Veranstaltungen tauschen wir am letzten Abend/Tag unsere Fotos gegenseitig aus. Wenn du das auch möchtest, ist ein USB Stick mit 16GB von Vorteil.

Alles weitere koordiniert ihr direkt vor Ort mit dem Guide.

Name In Blockschrift:.....

.....

Ort, Datum Unterschrift

Gesund bleiben (COVID19)– Alle unsere Veranstaltungen werden unter den im Durchführungszeitraum gültigen Gesetzen, Bestimmungen und Verordnungen durchgeführt.

Das bedeutet, dass wir bei der Vermietersauswahl bereits sehr achtsam vorgegangen sind und auch auf div. Wünsche von TeilnehmerInnen eingegangen sind daher ist die beliebte Auswahl das Einzelzimmer.

Fahrgemeinschaften sind zwar ein umweltfreundlicher Gedanke ebenso Übernachtungen im DZ sollten aber unter den aktuellen Auflagen erfolgen.

Bitte beachten!!

Die Anfahrt ist wegen der Unwetter von Juli 2024 am besten über das Thomatal möglich von Kremsbrücke aus ist es dz. nur Einspurig! Falls sich was ändert werden wir dich Informieren.