

Lawinenkurs Updates

Tageskurs


Tourenski-, Snowboarder-,
und Schneeschuhgänger

Auffrischkurs
Intensiv und effizient



Einen Update Kurs für einen guten Start in die Wintersaison mit Theorieblöcken, Ausbildung im Gelände und dies alles in einer kleinen Anwendungstour verpackt.

Programm

-  Anreise nach Alt St. Johann Talstation Sellamattbahn
-  Mit der Bahn hoch zur Alp Selamatt

Theorie mit dem Faltblatt Achtung Lawine (bringe ich mit)

- o 3x3 Methode
- o Wissen, wie die graphische Reduktionsmethode angewendet wird
- o Lawinenbulletin interpretieren
- o Material
- o Wildruhezonen



kleine Anwendungstour nach Verhältnissen mit den Schwerpunkten:

- o Gruppencheck
- o Taktische Entscheide im Gelände
- o die typischen Lawinensituationen kennen und erkennen (Muster)
- o beurteilen der Lawinengefahr
- o Risikomindernde Faktoren erkennen
- o Hangneigungen
- o was ist heute die Hauptgefahr
- o Routenwahl
- o Risikocheck
- o Wildruhezonen

Treffpunkt

-  09:00 im Restaurant Berggasthaus Alp Selamatt

Schwierigkeit / Anforderung


-  etwas Lawinenkenntnisse von Vorteil
-  Freude am Skitüürel und der Natur

 Kondition




 Technik

Preis ab 4 Gästen



-  CHF 150.-/Pers.

Leistung

-  Führung durch einen eidg. Dipl. Bergführer

-  Faltblatt Achtung Lawine

Im Preis nicht inbegriffen






-  Deine Reise
-  Bergbahnen (Halb Tax ca. CHF 9.-)

-  Zwischenverpflegung/Lunch
-  Mietmaterial




Materialliste





Technische Ausrüstung

- | | |
|---|--|
|  Rucksack 30-35l |  Helm wird empfohlen |
|  Tourenski oder Splitboard oder Schneeschuhe |  Klebefellen und Harscheisen
 Skistöcke oder Teleskopstöcke |
|  LVS (Digitales 3 Antennengerät)* |  Lawinenschaufel*, Sonde* |







Schuhe

-  Skitourenschuhe oder Softboard oder Bergschuhe mit Vibram Sohle

Sonnenschutz

- | | |
|--|---|
|  Sonnenbrille (Schutzfaktor 3 oder 4) |  Lippenstift |
|  Sonnencreme |  Sonnenhut |

Kleider

- | | |
|---|--|
|  Wind-, Regenjacke |  Handschuhe (ein Paar dünne & ein Paar warme) |
|  Skitourenhosen |  Thermowäsche |
|  der Witterung und Verhältnis entsprechende atmungsaktive Kleidung |  Mütze oder Stirnband |

Was auch nicht fehlen darf

- | | |
|--|---|
|  Trink-, oder Thermosflasche |  Taschenmesser |
|  kleine Taschenapotheke | |
|  Identitätskarte |  Halbtaxabo oder GA (wenn vorhanden) |
|  SAC Ausweis (wenn vorhanden) | |

Verpflegung

-  Lunch für unterwegs (nicht all zu viel)

***Dieses Material kann beim mir ausgeliehen werden**