

# SCHITOUREN FORTGESCHRITTENE



- Termin:** Do., 07.03. – So., 10.03.2019
- Ort:** Schitourengbiet Lungau/Zederhaus
- Kosten:** € 80,00/120,00/150,00  
Zimmer und HP ca. 48,00 €/Nacht (Kirchenwirt)
- Anreise:** 07.03.2019 um 8:30 Uhr ab Leoben. Die Mitfahrt im USI Bus ist möglich, die Einteilung erfolgt bei der Vorbesprechung.  
Ende am Sonntag nach einer Schitour und Rückreise nach Leoben am späten Abend.
- Inhalt:** Selbstständige Planung und Durchführung von Skitouren  
  
Richtige Ausrüstungswahl, Einführung in die selbstständige Tourenplanung mit Interpretation von Lawinenlagebericht und Karte, Beobachtungen und Entscheidungen im Gelände, selbstständige Spuranlage, Schneedeckenuntersuchungen, Kameradenrettung und Notfalltraining für Lawinenunfälle, u.v.m.
- Voraussetzung:** Sicheres Schifahren in unverspurtem Gelände, Grundkondition für mehrstündige Schitouren, idealer Weise – Schitouren Grundkurs
- Vorbesprechung:** Mo, 18.02.2019, um 12:00 Uhr im USI.
- Haftung:** Die Teilnahme erfolgt grundsätzlich auf eigene Gefahr!  
Es wird empfohlen, dass eine Bergekostenversicherung vorhanden ist. Diese Versicherung ist bei einer Mitgliedschaft bei alpinen Vereinen (Naturfreunde, Alpenverein, Touristenklub udgl.) oder beim ÖAMTC inkl. Schutzbrief inkludiert.
- Leitung:** Dr. Marcellus Schreilechner, staatl. geprüft. Berg- und Schiführer  
Ing. Gregor Krenn, staatl. geprüft. Berg- und Schiführer  
  
Telefon Marcellus: 0664 8470612

# Ausrüstungsliste – SCHITOUREN

Die angeführten Gegenstände stellen eine generelle Empfehlung dar. Bei Unklarheiten kannst du mich gerne kontaktieren.

## Allgemeines:

- Rucksack ca. 30-40l
- Passende Tourenschl, Stöcke, Felle, Tourenschuhe passend zu Bindung und entsprechender Einstellung des Z-Wertes
- Schaufel\* (Metall und Teleskopschaft), Sonde\*, modernes digitales 3 Antennen LVS-Gerät\* mit Markierfunktion und neuen Batterien
- Harscheisen – passend zur Bindung und Schibbreite
- Schitourenhose, lange Unterhose
- passende Schisocken
- Soft Shell Jacke bzw. Primaloft- oder leichte Daunenjacke
- Gore Tex Jacke
- Fleece- oder Windstopperjacke
- ev. Überhose
- Haube, Sonnenhut, Kappe
- Handschuhe (dünn), Handschuhe (warm)
- Erste Hilfe Set mit Blasenpflaster und Leukotape, pro 2 Personen ein Biwaksack\*
- Sonnenbrille!, ev. Schibrille, ev. Schihelm
- Sonnencreme! und Lippenbalsam mit hohem Schutzfaktor
- Trinkflasche bzw. Thermosflasche, Tourentee gibt es bei der Halbpension
- Tourenproviand für Schitouren – kann bei der Anreise eingekauft werden, bzw. Lunchpaket im HP Preis inkludiert
- Toilettenartikel
- LED Stirnlampe mit neuen Batterien
- evtl. Karte\*, Führer\*
- evtl. Fotoapparat

\*Sicherheitsausrüstung (LVS, Schaufel und Sonde) kannst du am USI ausborgen.