

Gletscherkurs für Anfänger / Oberwalderhütte

06.06.2024 – 09.06.2024

In diesem Kurs machst du deine ersten Schritte im vergletscherten Hochgebirge. Die Oberwalderhütte liegt auf fast 3.000m Seehöhe. In wenigen Gehminuten erreicht man bereits den Gletscher. Damit ist die Oberwalderhütte idealer Ausgangspunkt für Hochtouren. **Kursinhalte:** Gehen mit Steigeisen und Pickel, Seilschaftsbildung, Spaltenbergung, Tourenplanung, Orientierung und natürlich gehen wir auch auf Tour – mögliche Ziele gibt es genug.

Ablauf (Änderungen vorbehalten)

- Tag 1** **Früh morgens** Abfahrt in Schlierbach zur Franz-Josefs-Höhe (Großglockner Hochalpenstraße). Um ca. 10:30 Uhr starten wir mit dem Hüttenzustieg (etwa 3 h), Mittagspause, Zimmerbezug, anschließend Ausrüstungscheck, Materialkunde und erste Knoten.
- Tag 2** Bewegen in Eis und Schnee – Bilden einer Seilschaft – Spaltensturz, was tun?
- Tag 3** Tourentag (z.B. Johannesberg 3.453 m). Nachmittag Übungen, Tourenplanung, Orientierung
- Tag 4** Nochmaliges Üben und Festigen der Bergetechniken und Knoten. Nach dem Mittagessen Abstieg und Heimreise.

Kursleitung/Auskunft:	Mario Heim / Naturfreunde Schlierbach 0650/8111108 oder mario@marioheim.com
Anmeldung:	Die Anmeldung ist nur online möglich www.schlierbach.naturfreunde.at/events
Anmeldefrist bis:	05. Mai 2024
Teilnehmeranzahl:	mind. 4 / max. 6 Personen
Unterkunft	Oberwalder Hütte / Glocknergebiet
Kosten:	EUR 260,-/Pers.
Inkludierte Leistungen:	3x Nächtigung im Lager mit Halbpension und Tourentee, Kursbeitrag, 3 Seile für die Übungen und die Gipfeltour, gemeinschaftliche Anreise im 8-Sitzer ab Schlierbach.
Nicht inkludierte Kosten:	Getränke, sonstige Konsumation im Quartier

Anzahlung und Stornorichtlinien: Mit der Anmeldung ist eine **Anzahlung in Höhe von EUR 50,00** auf das Konto der Ortsgruppe Schlierbach zu überweisen. **IBAN AT42 3438 0000 0431 4985**. Erst nach erfolgter Anzahlung ist der Platz fix reserviert. **Restzahlung** bis spätestens **23. Mai 2024**.

Storno bis 23. Mai 2024 kostenfrei. Ab 24. Mai 2024 fallen EUR 50 und ab 01. Juni 2024 EUR 120 Stornokosten an. Bei Nicht-Erscheinen werden 100 % des Teilnehmerpreises verrechnet. Storno nur schriftlich und spätestens am entsprechenden Datum einlangend.

Anforderungen:

- Erfahrung bei alpinen Bergwanderungen, Trittsicherheit, Schwindelfreiheit
- Kondition für 6 Stunden Bewegung
- Kondition für rund 1.000 Höhenmeter im Aufstieg in 3 Stunden mit schwerem Gepäck

Ausrüstung siehe nächste Seite.

Technische Ausrüstung, **gelb markiert, ist optional** und für diesen Kurs nicht unbedingt erforderlich, wird jedoch empfohlen. Nach Rücksprache können einzelne Gegenstände ausborgt werden: Hüftgurt, Steigeisen, Pickel.

Ausrüstungsliste

Gletscherkurs für Anfänger

Technische Ausrüstung

- 50 oder 60 Meter Einfachseil (imprägniert), wird im Kursbetrieb zur Verfügung gestellt
- Rucksack 30 - 40 Liter (inkl. Pickelbefestigung)
- Bergschuhe, steigeisenfest
- Kletterhelm
- Klettergurt/ Hüftgurt
- Steigeisen mit Antistollenplatte (angepasst, keine Leichteisen)
- 1 Pickel, klassische Bauart (ca. 60 cm)
- 2 Eisschrauben (mind. 19 cm)
- 3 Reepschnüre Ø 6 mm (1x 1,5 m; 1x 3m; 1x 5 m)
- 3 Bandschlingen vernäht (1x 60 cm; 2x 120 cm)
- 4 Karabiner mit Verschlussicherung (davon mind. 1 HMS)
- 1 Safebiner Karabiner (zB Ball-Lock)
- 2 Normalkarabiner (Schnapper)
- 2 Expressschlingen
- 1 Sicherungs- und Abseilgerät (zB Reverso³)
- 1 Petzl Micro Traxion
- 1 Petzl T-Bloc

Notfall-Ausrüstung

- Erste-Hilfe (inkl. Rettungsdecke)
- Biwaksack (2-Mann)
- Stirnlampe (inkl. Batterien)
- Taschenmesser/Multifunktionswerkzeug
- Mobiltelefon

Orientierung

- Karten Maßstab 1:25.000 (AV)
- Gebietsführer (wenn vorhanden)
- Höhenmesser und Bussole
- Planzeiger
- GPS, Smartphone App (wenn vorhanden)

Bekleidung

- Funktionsunterwäsche
- Reserveunterwäsche
- Jacke (Fleece, Softshell, Wolle)
- Tourenhose (Softshell, Gore Tex, ...)
- Regenhose (Gore Tex, ...)
- Regenjacke (zB Gore Tex)
- Leichte Daunen- /Primaloftjacke
- Haube
- Dünne und warme Handschuhe

Sonnenschutz

- Sonnen-/Gletscherbrille
- Sonnenhut/Buff/Schildmütze
- Sonnenschutzcreme, Lippenchutz (SPF 50)

Übernachtung

- Waschzeug
- Hüttenschlafsack, evtl. Hausschuhe
- NF-Ausweis
- Bargeld

Proviant

- Trinkflasche
- Tourenverpflegung (zB Riegel)

Eventuell

- Fotoapparat, Fernglas

Nicht vergessen

- E-Herd abschalten
- Wohnung zusperren