

Skitouren-Einsteigerkurs – Sankt Antönien 2024

Kurs 2024/001



Dieser Skitourenkurs lädt insbesondere Skitourenanfänger und Wiedereinsteiger zu skitechnisch leichten bis mittelschweren Touren ein.

Sankt Antönien bietet zahlreiche Skitourengipfel in allen Schwierigkeitsgraden (u.a. Chrüz, Eggberg, Girensitz, Schafberg, Sulzfluh, Jägglischhorn u.v.m.).

Inhalte des Kurses: Einführung in Planung und Organisation von Skitouren, Schnee- und Lawinenkunde, SnowCard-Strategie, LVS-Training, sichere Aufstiegs- und Abfahrstechniken, Orientierung mit Karte, Geländetraining.

Zeitraum: 31. Januar bis 4. Februar 2024

Eine Anmeldung ist nur mit vorheriger Rücksprache bis einschl 10. Dezember 2023 möglich.

Der Teilnehmerbeitrag beträgt 140,- €, enthalten sind Führung und Organisation.

Separat zu bezahlen sind: Hin- und Rückreise mit der Bahn oder in Fahrgemeinschaften und Unterkunft mit Halbpension (ca. 70,- € pro Tag).

Vorbesprechung: nach Absprache (voraussichtlich im Rahmen des Stammtisches der Skitourengruppe).

Ausbilder/Kontakt: Ralf Leiter

ralf.leiter@alpenverein-duesseldorf.de

+49 152 094 35 236

Treffpunkt: Sankt Antönien im Prättigau / Treffen am 31. Januar 2024 vor Ort oder entsprechend früher zur gemeinsamen Abfahrt in Düsseldorf



Benötigte Ausrüstung: Digitales 3-Antennen-LVS, Metallschaufel, Sonde, Helm, Snowcard, Tourenski mit Fellen und Harscheisen, Skitourenrucksack, Atmungsaktive, winddichte, variable Kleidung; siehe auch AV-Ausrüstungsliste. LVS, Schaufel und Sonde werden gestellt, Tourenski können ausgeliehen werden.

Vorkenntnisse/Voraussetzungen: Sicheres Beherrschen des parallelen Grundschwungs auf schwarzen Pisten bei allen Schneearten, Bereitschaft, sich aktiv an den Ausbildungsinhalten zu beteiligen.