

## Skitourenkurs Einsteiger – 2,5 Tage

**BERGSPORT SÜDALPEN**

 Die regionale Alpinschule im  
Herzen der Karnischen Alpen


2,5 Tage

ab € 290.- / pro Person bei 5 bis 6 Teilnehmern

ab € 350.- / pro Person bei 4 Teilnehmern



ab € 480.- / pro Person bei 3 Teilnehmern

ab € 720.- / pro Person bei 2 Teilnehmern

ab € 1390.- / pro Person bei 1 Teilnehmer



Plöckenpass / Nassfeld



28., 29. &amp; 30. Dezember 2024,

20., 21. &amp; 22. Jänner 2024, sowie auf Anfrage



Mindestalter



max. 6 Personen

### Deine Basis für selbstständige Skitouren – auch im freien Gelände

#### Kursbeschreibung

Bei unserem 2,5 -tägigen Skitoureneinsteigerkurs, in den schneesicheren Karnischen Alpen, vermitteln wir dir in Kleingruppen von max. 6 Teilnehmern, unter stressfreien Bedingungen – abseits des Pistentrubels – zahlreiche Grundlagen des wunderschönen Skitourensports.

Bei den gemeinsamen Kurseinheiten lernst du in abwechslungsreichen Praxis- und Theorieeinheiten alles für deine in Zukunft selbstständig durchgeführten Touren als verantwortungsbewusster Skitourengeher. Erlebe herrliche Skitouren im glitzernden Schnee mit tollen Tiefschnee-Abfahrten, kombiniert mit zahlreichen Tipps und theoretischen Inhalten, um künftig mit viel Freude und größtmöglicher Sicherheit unterwegs zu sein.

Am letzten Kurstag werdet ihr euer erlerntes Wissen in die Praxis umsetzen und die Tourenplanung, Orientierung sowie die Routenwahl – unter dem Aspekt der größtmöglichen Sicherheit und unserer fachkundigen Begleitung – für diese Abschlusskitour übernehmen.

Auf Wunsch bieten wir den Kurs auch auf zwei Tage komprimiert an, jedoch ist aufgrund des Umfangs und des optimaleren Vermittelns der Inhalte – inkl. längerfristigem Lernerfolg in der praktischen Umsetzung – die von uns „standardmäßige“ 2,5 Tages Kursvariante empfehlenswert.

Je nach Wetter und Schneeverhältnissen wählen wir in unserem Skitouren Eldorado der Karnischen Alpen geeignete Tourenziele im Raum Kötschach-Mauthen oder am Nassfeld für dich aus. Ebenso erstellen wir den konkreten zeitlichen Ablauf auf Basis des Wetters sowie der Gruppenkonstellation (je nach Quartier, Vorkönnen etc.).

### Voraussetzungen

- Grundkondition für ganztägige Skitouren von bis zu 4 Stunden und bis zu 800 Höhenmetern
- Sicheres Abfahren / sicherer Stemmschwung im Gelände
- Sturzfrees Skifahren auf schwarzen Pisten
- Skitouren- und LVS Basiskenntnisse (ev. aufgrund unserer „Schnupperskitour“) sind von Vorteil, aber keine Teilnahmevoraussetzung

### Kursinhalt

- Material- und Ausrüstungskunde inkl. Materialpflege
- Tourenplanung – Zeitmanagement, Taktik, Wetter, Lawinenlagebericht
- Geländekunde und Orientierung im freien Gelände
- Geländebeurteilung (Erkennen lawinenrelevanter Faktoren im Gelände)
- Optimierte Gelände- und Routenwahl
- Gehtechnik / Spuranlage / Spitzkehrentechnik
- Interpretation des Lawinenlageberichtes
- Einführung in die Schnee- und Lawinenkunde
- Theorie und Praxis im Umgang mit der Notfallausrüstung (LVS-Training im Gelände – Sondieren, Schaufeltechnik, Grundlagen der Erste Hilfe am Lawinenkegel) - inkl. Notfallmanagement
- Sicherheitsmaßnahmen im Aufstieg und in der Abfahrt
- Intensives Anwenden der praktischen und theoretischen Kursinhalte bei zwei Skitouren

### Kursziel

- Selbständige Planung und sichere Durchführung von Skitouren im freien Gelände – abseits von Pisten, unter Berücksichtigung des Lawinenlageberichtes
- Richtige Tourenwahl und Tourenplanung
- Erkennen deiner eigenen Grenzen und das Erkennen von Gefahrenbereichen
- Korrekte Anwendung der Standard-Notfallausrüstung (LVS, Schaufel und Sonde), sowie Umsetzung des Notfallplans bei einem Lawinen-Ernstfall.

### Inkludierte Leistungen

- Kurs durch einen staatlich geprüften, österreichischen Berg- und Skiführer
- Verleihmaterial (LVS Ausrüstung – LVS Gerät, Sonde, Schaufel)

### Nicht inkludierte Leistungen - Skitourenverleihausrüstung

Die Skitourenausrüstung (Ski, Bindung, Felle, Schuhe, Stöcke) ist nicht im Skitourenenerlebnispriis inkludiert.

Gerne geben wir dir bei Bedarf einer Ausrüstung die Kontakte von regionalen Händlern, welche Skitourenausrüstungen zum Verleih anbieten.



*Dein Interesse ist geweckt?*

**Dann schick uns eine Mail mit deiner Reservierung oder Terminanfrage auf [info@bergsport-suedalpen.at](mailto:info@bergsport-suedalpen.at)**