

AUFBAUKURS SILVRETTA

TERMIN

Treffpunkt: Samstag um 08.00 Uhr, Vermuntbahn Partenen
(<https://goo.gl/maps/LrKEqjshc5nqmgw5>)

Liftkarte **nicht** im Kursbeitrag enthalten - falls vorhanden bitte Liftkarte mitnehmen

KURSORT UND ÜBERNACHTUNG

Madlenerhaus (Bielerhöhe)
www.madlenerhaus-silvretta.com
Tel. +43 650 7212010



Zimmer sind reserviert, Übernachtungskosten sind **nicht** im Kursbeitrag enthalten
Zimmereinteilung erfolgt vor Ort

Kosten (pro Person inkl. Halbpension):

€ 69,00 (Alpenvereinsmitglieder: € 67,00)

Bis 5 Tage vor Kursbeginn kostenlos stornierbar, anschließend müssen die Übernachtungskosten von dem/der KursteilnehmerIn übernommen werden.

KURSLEITER

Stefan Dönz
+43 676 845021200 | stefan-doenz@hotmail.com

AUSRÜSTUNG (* wer hat)

Technische Ausrüstung

- Rucksack
- Tourenski mit Tourenbindung (eingestellt auf Schuh und Körpergewicht)
- Skistöcke
- Tourenskischeuhe
- (Spann-) Klebefelle (auf den Ski passend)
- Harscheisen (zu Bindung u. Ski passend)
- Skihelm

Notfall-Ausrüstung

- Lawinenschütteten-Suchgerät (modernes digitales 2- oder 3-Antennengerät, mit neuen Batterien)
- Lawinenschaufel
- Lawinsonde
- Erste-Hilfe
- Biwaksack*
- Stirnlampe
- Taschenmesser/Multifunktionswerkzeug

Proviand

- Thermosflasche (ca. 1 Liter)
- Tourenverpflegung

Bekleidung

- Funktionsunterwäsche (Synthetik oder Wolle)
- Reserveunterwäsche
- Skitourensocken
- Pullover/Jacke (Fleece, Softshell, Wolle)
- Softshelljacke
- Skitourenhose (Softshell, Gore, ...)
- Anorak (wasser-/winddicht, z.B. Gore)
- Evtl. leichte Daunenjacke/-gilet
- Mütze
- dünnere Handschuhe (...für den Aufstieg)
- warme Handschuhe (...für die Abfahrt)
- Skibrille

Sonnenschutz

- Sonnenbrille (hochwertiges Glas)
- Sonnenschutzcreme (min. Faktor 30)
- Lippenschutz

Übernachtung

- Mund-Nasen-Schutz
- Waschzeug (inkl. Zahnbürste...)
- Sommerschlafsack
- Ohrenstöpsel
- ÖAV-Ausweis*
- Bargeld