

Infos zum Kurs „Klettersteige im Ötztal“

Sehr geehrte/r Kursteilnehmer/in, liebe/r Bergfreund/in,
Der Kurs findet von Sonntagabend bis Samstagmorgen statt.
Vorabtreffen Mittwoch 5.6. 19 Uhr Kletterhalle.
Kurs Sonntag 18.08. bis Samstag 24.08.2019

Klaus Fuhrmann
Adornostr. 7
14612 Falkensee
Tel 03322 21 21 388
Mail Info@BergKlaus.de

Kursziel / Kursinhalt: Das sichere Begehen von leichten Klettersteigen und der Umgang mit der Ausrüstung wird vermittelt. Auch Möglichkeiten der Bewältigung von Schwierigkeiten ist Ziel dieses Kurses. Je nach Wetter und örtlichen Verhältnissen sind anfänglich die Klettersteige Moosalm-Klettersteig bei Sölden, Stuibenfall bei Umhausen und der Obergurgler Klettersteig vorgesehen. Später dann je nach Wetter, örtlichen Verhältnissen und persönlicher Entwicklung der Teilnehmer können dann „Lehner Wasserfall“, Klettersteige bei Arzl im Pitztal oder einige Klettersteige im Inntal und evtl. als Abschluss der „Reinhard Schiestl-Klettersteig“ begangen werden.

Voraussetzungen: Absolvierter Anfängerkletterkurs und Anfängerkurs Klettersteige in Berlin oder Mittelgebirge. Trittsicherheit, keine Höhenangst, körperliche Leistungsfähigkeit für etwa 6-stündige Touren im Hochgebirge.

Treffpunkt ist am Sonntag um 18.00 Uhr im Gasthaus (wird noch festgelegt).

Anreise mit der Eisenbahn bis „Ötztal Bahnhof“ und ab dort mit dem Bus.
Anreise mit dem Auto: Garmisch, Mittenwald, Zirler Berg, Inntal, Ötztal.

Rückreise: Geplant ist das Kursprogramm bis einschließlich Freitagabend, sodass ab Samstag früh die Rückreise angetreten werden kann.

Unterkunft: Sobald die Mindestteilnehmerzahl des Kurs erreicht ist buche ich für mich eine Unterkunft (in Längenfeld oder nahe Umgebung) und informiere die Teilnehmer wo ich untergebracht bin. Somit können die Teilnehmer auch dort oder eine andere Unterkunft die individuell zusagt buchen.



Im Stuibenfall-Klettersteig



Im Lehner-Wasserfall-Steig

Kursprogramm: je nach Wetter und örtlichen Verhältnissen

Sonntag: Ausrüstungskontrolle. Etwas Theorie, u.a. Sicherung am Klettersteig, Kräfte und Gefahren am Klettersteig.

Montag bis Freitag: Begehen von verschiedenen Klettersteigen. Dabei werden diverse Tipps zum Bewältigen von Schwierigkeiten vermittelt. Theoretische und praktische Themen sind u.a. Expressflaschenzug, Wetterbeobachtung, Wetterzeichen, Orientierung, Verhalten bei Problemen, Ausrüstung.

Samstag: Rückreise

Vorabtreffen

Zum Vorabtreffen bitte ich Euch am Mittwoch den 5.6. um 19 Uhr in die Kletterhalle. Um evtl. Fragen zur Ausrüstung zu klären packe ich dort meinen Rucksack aus. Bei Fragen zur eigenen Ausrüstung (z.B.: Schuhe, Klettergurt, Klettersteigbremse) diese bitte mitbringen.

Für weitere Fragen bin ich unter der oben angegebenen Telefonnummer erreichbar.

Mit freundlichen Grüßen
Klaus Fuhrmann

Anmeldungen zu dieser Veranstaltung ausschließlich bei der Sektion Berlin des DAV.

Ausrüstungsliste zum Kurs „Klettersteige im Ötztal“

Normale Bergwanderkleidung. Diese darf nicht die Beweglichkeit auch bei ungewohnten Bewegungen behindern.

Tages-Rucksack der auch bei ungünstigen Körperhaltungen am Körper sitzt.

Regenkleidung (für den hoffentlich nicht eintretenden Fall)

Leichte Wander- / Bergschuhe

Trinkflasche (1 Liter)

Sonnenschutzcreme

Sonnenbrille mit Sicherung, die den Verlust bei sportlicher Aktivität verhindert.



Im Stuibenfall-Klettersteig



Der luftig, lustige Einstieg zum Obergurgler Klettersteig

Ein moderner Sitzgurt *

Falls z.B. durch Übergewicht der Sitzgurt nicht optimal sitzt, dann ist zusätzlich ein Brustgurt und eine Schlauchbandschlinge zum Verbinden der Gurte notwendig. *

Modernes Klettersteigbremsenset *

Ein HMS-Karabiner *

Eine Bandschlinge 60 cm *
(es kann auch eine 120cm Schlinge sein, welche man dann doppelt nimmt)

Ein weiterer zusätzlicher Karabiner mit großer Öffnung z.B. HMS-Karabiner *
(Es gab früher Klettersteigkarabiner einzeln zu kaufen. Wer so einen Karabiner noch hat, bitte mitbringen).

Steinschlaghelm *

Klettersteighandschuhe. Es können auch Fahrradhandschuhe oder Arbeitshandschuhe, bei denen man die Fingerspitzen abschneidet, verwendet werden.

Tourenverpflegung (Schokolade, Riegel, etc.)

Bei schlechtem Wetter oder nach der Tour empfiehlt sich der Besuch der Therme in Längenfeld (Badesachen!).

Die mit * gekennzeichneten Ausrüstungsgegenstände können gegen eine Gebühr beim Berliner Alpenverein entliehen werden. Frühzeitig reservieren und Termin für Abholung (in Berlin) vereinbaren!