

Schitourenkurs - Bad Laterns

24. bis 26. Jänner 2020



- Freitag:** 16:00 Gasthaus Bad Laterns
Kartenkunde und Orientierung
- Samstag:** **Stop or Go**, die Strategie in Theorie
Praxis mit Planung und Durchführung einer Skitour
- Notfall Lawine**, theoretische Vorbereitung und
Übung im Gelände
- Sonntag:** Planung und Durchführung einer Skitour.
Lawinenübung



Notfall Lawine und **Stop or Go** wird nach dem neuesten Stand der Lehr-Meinung des OEAU-SICHER AM BERG durchgeführt.

Voraussetzung für Teilnahme:

- Schitouren in leichtem Gelände
- Sicheres Schifahren im Tiefschnee mit Stemmbogen
- Beherrschung der Grundtechnik und Ausrüstung
- Bedienung der Grundfunktionen des LVS-Gerätes
- Mitführen der kompletten Touren-Ausrüstung

Kosten: Kurskosten für Alpenverein Mitglieder € 95,00
inkl. Kursunterlagen, Karte und ÖAV-Booklet

Halbpension im Gasthaus Bad Laterns
inkl. Bettzeug und Handtuch / Nacht € 59,00

Mit eigenem Schlafsack,
ohne Handtücher und Bettzeug / Nacht € 49,00

Touren-Ausrüstung-Standard:

- Tourenski mit Tourenbindung
- Schistöcke mit Tourenteller
- Felle (Kleber kontrollieren)
- Harscheisen
- Tourenschischeuhe mit Profilsohle
- Rucksack ca. 30 Liter
- VS-Gerät (3-Antennen)
- Alu-Lawinenschaufel, Sonde
- Trinkflasche, event. Thermo
- Mütze + Sonnenhut
- Handschuhe 1x leicht / 1x warm
- Anorak mit Kapuze
- Fleece-Jacke - warm
- Fleece-Pullover - dünn
- Thermo-Unterwäsche
- Sonnenbrille
- Sonnencreme + Lippenschutz
- Stirnlampe

Jeder zweite Teilnehmer:

- Erste Hilfe-Päckchen
- Biwaksack
- Bussole / Kompass
- Höhenmesser
- GPS (wenn vorhanden)

Je nach Bedarf:

- Reserve-Wäsche
- Fotoapparat
- Waschzeug

