



Coaching 1 mit Ski

Do 11.03.2010 - So 14.03.2010

Kursort: St. Antönien

Firma Bergpunkt AG
Kontakt Michael Wicky
Adresse Vechigenstrasse 29
CH-3076 Worb
Telefon 0041 31 832 04 06
Fax 0041 31 832 04 07
Email info@bergpunkt.ch
Webseite www.bergpunkt.ch

[*]Selbst ist der Mann - und die Frau[*]

Ihre ersten Skitouren haben Sie hinter sich ? und sind begeistert. Nun möchten Sie erste Erfahrungen im selbständigen Planen und Durchführen von Touren sammeln. Das Hotel Rhätia in St. Antönien und das Hotel Wildstrubel auf dem Gemmipass sind die Ausgangspunkte für unsere Ausbildungstouren.

[*]Programm:[/*]

Wir unternehmen je nach herrschenden Verhältnissen Skitouren in der Umgebung von St. Antönien. Mögliche Tourenziele sind: Chrüz 2195 m, Jägglischhorn 2290 m, Eggberg 2202 m, Hasenflüeli 2412 m, Schafberg 2456 m, Rotspitz 2516 m, Riedchopf 2552 m, etc.

[*]Kursziel/-Inhalt:[/*]

Nach dieser gründlichen Einführung können Sie einfache Skitouren selbständig unternehmen und auf anspruchsvolleren mitgehen. Dazu erweitern Sie Ihre Erfahrung auf Touren: Sie lernen, gefährliche Situationen zu erkennen und vertiefen Ihre Kenntnisse in Lawinenkunde und -rettung, Orientierung und Tourenplanung. Die Lawinenausbildung ist so wichtig, dass dazu separat der Kurs Lawinen Aufbau 1 angeboten wird.

[*]Anforderungen:[/*]

Grundkenntnisse aus Skitouren. Sie beherrschen den Aufstieg in steilem Gelände(Spitzkehren/Einsatz von Harscheisen). Sie kommen mit jedem Schnee zurecht und haben Basiskenntnisse in der Lawinenkunde. Ausdauer für Tagestouren mit bis zu 4 Stunden reiner Aufstiegszeit und bis zu 1200Hm.

[*]Unterkunft:[/*]

Hotel Rhätia, Tel. 081 332 13 61Übernachtung im Doppelzimmer inkl. Halbpension.Weitere Infos unter www.hotel-rhaetia.ch

[*]Treffpunkt:[/*]

Besammlung um 10.46 Uhr im Hotel. Anreise via Landquart, in Küblis auf Postauto umsteigen.

[*]Anreise:[/*] Basel 07.33, Bern 07.32, Luzern 07.35, Zürich 08.37, St. Gallen 08.03 Uhr

[*]Rückreise:[/*] ca. 16.00 Uhr ab St. Antönien

[*]Leitung:[/*] Daniel Silbernagel, dipl. Bergführer

[*]Preis:[/*]

Fr. 895.- Im Preis inbegriffen sind: Halbpension, Übernachtung im Hotel, Ausbildung durch dipl. Bergführer, Lehrunterlagen.