

# Alpinkurse '10



**Klettersteige • Hochtouren • Alpines Klettern • Lawinen • Firn • Schitouren**  
**Das OÖ Team-Alpin-Jugend Programm 2010 – Die Spielarten des Bergsports**

# Lawinenkurs für SchitourengeherInnen

3. bis 6. Jänner 2010, Kirchenwirt, Zederhaus



## Die Wonnen des Tiefschnees und die Tücken der Schneebretter:

Diese Ausbildung ist ein Muss für alle jene, die abseits gesicherter Pisten in den winterlichen Bergen unterwegs sind, damit dem weißen Rausch im staubenden Pulverschnee nicht ein Katzenjammer in einem Schneebrett folgt. Nur mit einem soliden Grundwissen und einer seriösen Ausbildung ist es möglich, mit Risiken und Gefahren des winterlichen alpinen Geländes in verantwortbarer Weise umzugehen.

Der Lawinenkurs für SchitourengeherInnen verwendet Kursmaterialien, die vom Schweizer Alpenclub entwickelt und für Österreich adaptiert worden sind. Grundlage sind 3 x 3-Filter und die Reduktionsmethode des Schweizer Lawenpioniers Werner Munter – die derzeit avanciertesten Methoden der Risikokalkulation. Diese Ausbildung ist für Einsteiger, wie auch für Fortgeschrittene bestens geeignet.

## Aus dem Kursprogramm:

- Einführung in die Schnee- und Lawinenkunde
- Lawinengemäßes Verhalten, Spuranlage
- 3 x 3 Filter und Reduktionsmethode
- Praktische Übungen zur Verschüttetensuche
- Erste Hilfe
- Interpretation von Lawinenlageberichten
- Täglich Übungstouren, wenn es die Situation erlaubt.

# Firn und Klettersteig-Kurs

13. bis 16. Mai 2010, Wiesberghaus, Dachstein

Klettersteige – der Supertrend im Bergsport. Doch auch Klettersteige bergen Risiken, die mit einer guten Ausbildung besser kalkuliert werden können. Gut ausgebildet steigt es sich einfach entspannter. Dieser Kurs vermittelt anhand praktischer Übungen und möglichst vieler Touren die Grundlagen des Bergsteigens vom einfachen Felsgelände über Firnhänge bis zu Klettersteigen der unterschiedlichen Schwierigkeitsgrade.

Das Dachsteingebiet rund um das Wiesberghaus bietet Möglichkeiten für alle Spielarten des Bergsteigens und zahlreiche Klettersteige von leicht bis ganz schön knackig. Überdies erleben wir ein lockeres Bergwochenende auf einer phantastischen Hütte...

## Aus dem Kursprogramm:

- Sicheres Begehen von weglosem Gelände und Firnfeldern
- Bremstechniken • Anseilen und Knotenkunde • Sicheres Begehen von Klettersteigen • Sicherungstechnik auf Klettersteigen • Tourenplanung und alpine Gefahren • Orientierung mit Karte, Bussole und Höhenmesser • Erste Hilfe • Übungstour



# Kurs Alpines Felsklettern

3. bis 6. Juni 2010, Wiesberghaus, Dachstein



Ein Kurs für Leute, die ihre ersten Schritte ins alpine Klettergelände tun wollen. Alpines Felsklettern erfordert mehr Kenntnisse als das Klettern in Halle oder Klettergarten. Wer die ersten Seillängen im steilen Fels in den Bergen gut vorbereitet angehen und die Besonderheiten des alpinen Felskletterns kennen lernen möchte, ist auf diesem Kurs bestens aufgehoben.

## **Aus dem Kursprogramm für EinsteigerInnen:**

- Anseil- und Sicherungstechnik • Standplatzbau • Seilschaftsablauf • Zwischensicherungen • Abseilen und Aufprusiken • Tourenplanung und alpine Gefahren • Orientierung mit Karte, Bussole, Höhenmesser, Kletterführer und Routenskizzen • Erste Hilfe • Übungstouren

Für Leute, die bereits einen Einsteigerkurs absolviert haben oder über Vorkenntnisse beim alpinen Felsklettern verfügen wird zum selben Zeitpunkt ein Fortgeschrittenenkurs angeboten.

## **Zusätzliches Kursprogramm für Fortgeschrittene:**

- Flexible Zwischensicherungen • Standplatzbau mit flexiblen Sicherungsmitteln • Behelfsmäßige Bergrettungsübungen

# Gletscher & Hochtourenkurs

1. bis 4. Juli 2010, Taschachhaus, Ötztaler Alpen

Hochtouren – Gletscher, Schnee, Eis und dünne Luft. Wer die Drei- und Viertausender zu seiner Spielwiese machen möchte, kann sich auf diesem Kurs das nötige Rüstzeug holen. Auf diesem Kurs werden Kenntnisse vermittelt, die erforderlich sind, damit anspruchsvolle Hochtouren nicht zu einem unkalkulierbaren Risiko werden und auch Firn- und Eisflanken sicher bewältigt werden können.

## Aus dem Kursprogramm für EinsteigerInnen:

- Anseilen und Gletscherseilschaft
- Sicherungstechnik im Eis
- Steigeisentechnik am Gletscher und auf Eisflanken
- Umgang mit Pickel und Eisgeräten
- Spaltenbergung, behelfsmäßige Bergrettungsübungen
- Tourenplanung und alpine Gefahren
- Orientierung mit Karte, Bussole, Höhenmesser
- Erste Hilfe
- Übungstouren

Für AbsolventInnen eines Hochtourenkurses und für HochtourengeherInnen mit Vorkenntnissen wird zum selben Zeitpunkt ein Fortgeschrittenenkurs angeboten.

## Zusätzliches Kursprogramm für Fortgeschrittene:

- Standplatzbau im Eis
- Seilschaftsablauf in Eisflanken
- Rückzug im Eis



# Das Team-Alpin-Jugend Tourenprogramm

Diese Veranstaltungen sind in erster Linie für junge Leute gedacht, die in den letzten Jahren eine Team-Alpin-Jugend-Ausbildung (oder Vergleichbares) absolviert haben und das Erlernete in die Praxis umsetzen möchten. Bei diesen Bergfahrten werden staatlich geprüfte InstruktorInnen mit dabei sein und die TeilnehmerInnen in jeder Hinsicht unterstützen. Zu Beginn der Tourenwochen werden die jeweiligen Kursinhalte im Rahmen von kleineren Touren wiederholt. Und dann, je nach Fähigkeiten und Bedürfnissen der TeilnehmerInnen, wollen wir uns die Touren-Zuckerl holen.



## Alpine Schitourentage

28. März. bis 2. April 2010, Innervillgraten, Osttirol, Pension Senfter.

Das Defereggengebirge zählt zu den Hohen Tauern, es liegt südlich der Venedigergruppe in Osttirol, im Trentino und Südtirol. Die Villgratnerberge, wie sie auch genannt werden, gelten als Schitourenparadies und bieten eine Vielzahl feiner, baumfreier Schitouren von sehr gemütlich bis ganz schön rasant. Trotzdem ist das Villgratnertal keineswegs überlaufen, es gilt als Geheimtipp. Das wollen wir nutzen, solange es noch so ist.

Leitung: Joachim Moritz, Franz Fend

# Alpine Hochtourentage

15. bis 21. August 2010, Saas-Fee, Wallis, Schweiz.  
Britanniahütte und Mischabelhütte.

Das Wallis gilt zurecht bei den Viertausender-SammlerInnen in den Alpen als besonders beliebtes Revier. Allalinhorn, Strahlhorn, Nadelhorn, Lenzspitze allesamt über viertausend Meter hoch, sind nur einige der klingenden Gipfelnamen in diesem Gebiet. Die Routen könnten unterschiedlicher nicht sein: vom normalen Gletscheranstieg über Blockgrate bis zu Eisflanken reicht das Angebot.

Leitung: Gottfried Zehentner, Georg Link.



# Alpine Felsklettertage

22. bis 27. August 2010, Karlsbaderhütte, Lienzer Dolomiten, Osttirol.

Die Karlsbaderhütte im Laserzkessel in den Lienzer Dolomiten ist ein traumhafter Stützpunkt für alpine Klettereien die unterschiedlicher nicht sein könnten. Von Klassikern zum selber Absichern bis zu modernen, bestens mit Bohrhaken ausgerüsteten Routen reicht die Palette. Ein Angebot, das eine Kletterwoche zu kurz scheinen lässt. Und fast alle Routen sind bestens geeignet für EinsteigerInnen im alpinen Klettersport.

Leitung: Franz Fend, Joachim Moritz.



### Preise Alpinkurse:

Jahrgänge 1994 bis 1992 – 150 Euro.

Jahrgänge 1991 bis 1986 – 200 Euro.

Jahrgänge 1985 und älter – 270 Euro.

Anzahlung 50 Euro.

### Leistungen Alpinkurse:

- Halbpension, Nächtigung auf Lagern
- Kurs mit staatlich geprüften AusbildnerInnen
- Scriptum

### Preise Tourentage:

Schitourentage Villgratental: 350 Euro.

Hochtourentage Wallis: 400 Euro.

Felsklettertage Lienzer Dolomiten: 350 Euro.

Jugendliche unter 20 Jahre erhalten eine Ermäßigung von 70 Euro.

Anzahlung 100 Euro.

Anmeldeschluss: Drei Wochen vor Veranstaltungsbeginn.

### Leistungen Tourentage:

- Halbpension
- Betreuung durch staatlich geprüfte AusbilderInnen

Host



supported by



### Anmeldung:

Naturfreunde Landesorganisation OÖ,

Sabine Stellnberger

Landstraße 36, 4020 Linz

Telefon: 0732 / 77 26 61 - 21

E-Mail: [touristik@naturfreunde-ooe.at](mailto:touristik@naturfreunde-ooe.at)

### Inhaltliche Informationen:

Kursleiter: Franz Fend

Telefon: 0732 / 66 94 29

Mobil: 0664 / 53 56 995

E-Mail: [franz.fend@servus.at](mailto:franz.fend@servus.at)

Fotos: Franz Fend, Norbert Almhofer

