Aktiv-Camp „Skitourencamp Weidener Hütte“

18. bis 20. Februar 2027

Körper und Seele erahnen es: auf Skitouren in der winterlichen Bergwelt ermöglichen Sie sich einzigartige Erlebnisse, lernen sich selbst noch näher kennen und fördern Ihre Gesundheit – auch wenn Sie zum ersten Mal auf Tourenski stehen!

Bewegen in unversehrter Winternatur, im Aufstieg eine Ausdauerbelastung im aeroben Bereich bewältigen und – vorausgesetzt man verfügt über die nötigen skitechnischen Fähigkeiten – in der Abfahrt schließlich noch die Freuden des Skifahrens im Gelände genießen… damit bieten Skitouren gleich auf mehreren Ebenen wertvolle Impulse für Balance und Gesundheit!

Ziele

- Skitouren als attraktive Freizeitaktivität in der winterlichen Bergwelt erleben
- Einführung in den Umgang mit der (Notfall-) Ausrüstung
- Techn. & taktische Tipps in Aufstieg & Abfahrt
- Impulse zur Sensibilisierung bzgl. Lawinengefahr und gesundheitl. Aspekten beim Skitourengehen

Programm

- täglich: eine Skitour mit Rückkehr am frühen Nachmittag mit dem Niveau der Gruppe entsprechenden Anforderungen (Gelände, Höhenmeter, Gehzeit, …)
- Training mit der Notfallausrüstung bzw. Infos zu Skitourenausrüstung
- Skitourenvortrag bzw. Vortrag Gesundheitliche Aspekte des Skitourengehens
- Rückblick & Ausblick mit Tourenplanung für den nächsten Tag in den Gruppen

Zielgruppe

Skitouren-(Wieder)EinsteigerInnen

Seminarleitung

Mag. Markus Stockert: Studium LA Leibeserziehung, staatl. gepr. Berg- u. Skiführer, systemische Supervision & Coaching



Weidener Hütte (DAV Sektion Weiden)
Nafingalm 10
6133 Weerberg
Weidener-huette.at

Preis

460,00 € Paketpreis*
- 100,00 € Gesundheitshunderter

360,00 € investieren Sie in Ihre Gesundheit

* Pro Person im Mehrbettzimmer, exkl. Ortstaxe, keine Einzelzimmer, Leihgebühr: Skitouren- bzw. Notfallausrüstung kann optional bestellt werden (voraussichtlich): ca. 180 € komplett/160 € nur Skitouren-Ausrüstung (Ski+Felle, Skitouren-Schuhe) bzw. 40 € nur Notfallausrüstung. Achtung: Tourenski, Felle & Skitourenschuhe selbst bei SPORT KECHT (Wörgler Boden 33, 6300 Wörgl, 05332/73945) – unter Angabe von Körpergröße, -gewicht, Schuhgröße (falls eigene Schuhe mit PIN-Löchern mitgebracht werden: die Sohlenlänge), Einschätzung Ihres Skitechnik-Niveaus (abseits der Piste)/und Ihrer Skitourenerfahrung – reservieren und abholen!; Notfallausrüstung (LVS-Gerät, Lawinenschaufel, Lawinensonde) wird am Ausgangspunkt ausgegeben.

Vor Beendigung des Camps begleichen Sie bitte die Rechnung im Hotel. Bei Anspruch und Antrag auf einen SVS-Gesundheitshunderter erhalten Sie von der SVS 100 € auf Ihr Konto gutgeschrieben.
Stornobedingungen:
- bis 4 Wochen vor Campstart kostenfreies Storno
- bis 10 Tage vor Campstart 25%
- bis 3 Tage vor Campstert 50%
- 3 Tage vor Anreise bis zum Anreisetag bzw. bei Nicht-Anreise 90%

Wenn das vorgesehene Programm aufgrund von Schlechtwetter/ Schneemangel nicht durchgeführt werden kann, wird ein entsprechendes Ersatzprogramm angeboten. Eine stornofreie Absage ist in diesem Fall nicht möglich.

SVS
Gemeinsam gesünder.

Im Preis enthaltene Leistungen

- Kosten für Quartier & Verpflegung pro Person im Mehrbettzimmer mit erweiterter Halbpension (Frühstück, Marschtee, kleine Mittagsmahlzeit, Abendessen)
- Bergführer-Honorare
- Gepäckstransport zur/von der Hütte
- anteilige Verpflegungskosten für das Bergführerteam

Teilnehmende sollten Folgendes unbedingt beachten

Es wird erwartet, dass Sie eine vollständige Skitourenausrüstung (Tourenski, Skitourenschuhe, Felle, Skistöcke, Notfallausrüstung, Rucksack, …) und -Bekleidung mitbringen und diese auch verwenden. Eine detaillierte Ausrüstungsliste erhalten Sie nach Eingang Ihrer Anmeldung

Anforderungen:

- Kondition für 2-3 Std. Gehen (mit Rucksack)
- Sicherer ‚Stemmschwung' im Gelände

Die Zimmer (Mehrbettzimmer!) auf der Hütte sind einfach, bitte keinen Hotelkomfort erwarten. Eine direkte Anfahrt zur Hütte ist nicht möglich, das Camp beginnt mit dem Zustieg zur Hütte (ca. 600 hm/ca. 2,5 Std. Gehzeit mit Tourenski). Es gibt einen Gepäckstransport per Quad direkt zur Hütte.

Bitte geben Sie uns bekannt, ob Sie Interesse an einer Fahrgemeinschaft bei der Anreise zum Camp haben (hiermit stimmen Sie zu, dass Ihre Daten zwecks Koordination von Fahrgemeinschaften verwendet werden).

Programm

Donnerstag, 18. Februar 2027

10:00 Uhr	Anreise in Fahrgemeinschaften zum Treffpunkt beim (Gratis-)Parkplatz beim Sportplatz Weerberg – dort Begrüßung & Ausgabe von Leihausrüstung, Bildung von (weiteren) Fahrgemeinschaften und Weiterfahrt zum (kleineren) Parkplatz ‚Deglau' – Gruppenbildung
Vormittag	gemütlicher Aufstieg zur Hütte mit Tourenski (ca. 600 HM/ca. 2,5 Std.) in 3 Gruppen zu max. 7 TN, im Zuge dessen Kennenlernen technisch-/taktischer Aspekte unterwegs auf Tourenski,
Mittagspause	auf der Hütte
Nachmittag	individuelle Erholung & Entspannung
Abendessen	anschließend Lichtbildervortrag „Skitour – Erlebnis zwischen winterlicher Naturerfahrung und Eigenverantwortung" sowie Tourenplanung für den 2. Tag

Freitag, 19. Februar 2027

Frühstück	(Einsteiger-)Skitour im Gelände in 3 Gruppen, Rückkehr am frühen Nachmittag
Mittagspause	auf der Hütte; individuelle Erholung & Entspannung
Nachmittag	Training mit der Notfallausrüstung (LVS-Gerät)
Abendessen	anschließend Reflexion und Integration der individuellen Erfahrungen von der Skitour & Tourenplanung für den 3. Tag;
anschließend	Vortrag: „Gesundheitliche Aspekte des Skitourengehens"

Samstag, 20. Februar 2027

Frühstück	(Einsteiger-)Skitour im Gelände in 3 Gruppen - am frühen Nachmittag Abfahrt zum GH. Innerst
Mittagssuppe	gemeinsamer Abschluss mit Feedbackrunde inkl. Ausfüllen der Online-Fragebögen (bis ca. 15:00 Uhr), weitere Abfahrt in die Deglau & Heimreise; Ab GH Innerst fährt um 15:45 Uhr auch ein gratis Shuttle zum Sportplatz Weerberg

SVS
Gemeinsam gesünder.

Eventuelle Änderungen vorbehalten.