



..... dein Element, dein Erlebnis

Berg- und Wassersportverein Tirol
Mitterweg 110 B
6020 Innsbruck
Tel.: +43 664 19 14 175
info@bergundwasser.at
www.bergundwasser.at
Obfrau: Birgit Brunner

Wir sind Mitglied bei der 

Skitourenwoche Lungau und Steirische Krakau

Grenzgebiet Steiermark – Salzburg (Lungau)

29. Jän. – 5. Feb. 2022

Bei uns sind männliche, weibliche und diverse Personen in gleicher Weise sehr herzlich willkommen. Aus Gründen der besseren Lesbarkeit haben wir jedoch auf die gleichzeitige Verwendung unterschiedlicher Sprachformen verzichtet. Sämtliche Personenbezeichnungen gelten daher für alle Geschlechter.



Vielleicht doch noch ein Geheimtipp?

Der Salzburger Lungau und die steirische Krakau liegen südlich der Schladminger Tauern. Große Teile davon sind Naturschutzgebiet und daher für die Zerstörung durch Liftanlagen tabu. Die Ausgangsorte für unsere Touren liegen zumeist zwischen 1.200 und 1.400 m. Wir können daher mit ausreichend Schnee rechnen.

Geplanter Ablauf:

29. Jänner Selbständige Anreise nach Tamsweg (ab Innsbruck ca. 295 km); eintreffen in der Unterkunft bis ca. 16:00 Uhr.
30. Jänner – 4. Februar Skitouren, Skitouren, Skitouren..... Zur Auswahl steht, eine Fülle von Gipfel aller Expositionen.
5. Februar Frühstück, Verabschiedung und individuelle Heimreise.

Charakteristik: Genussskitouren in einer bei uns wenig bekannten, meist schneesicheren Gegend.

Schwierigkeiten Skitouren bis ca. 1.200 HM bis [Schwierigkeitsgrad III](#).

Voraussetzungen: Skitourenenerfahrung abseits der Piste und sicherer Grundschwung, auch bei stark wechselnden Schneebedingungen. Selbständige Handhabung der Ausrüstung. **Lawinenkurs nicht älter als 2 Jahre.**

Bitte die [Teilnahmebedingungen](#) beachten.

Ausrüstung: Lt. Ausrüstungsliste (siehe unten)

Kosten: Unkostenbeitrag inkl. Übernachtung mit Frühstück € 420,00. Hinzu kommen noch Kosten für die Anreise und sonstige Konsumationen, die über das Frühstück hinausgehen, bei Bedarf allenfalls auch Kosten für öffentl. Verkehrsmittel.

Unterkunft: Tamsweg, [Gasthaus Knappenwirt](#)
Vom Standort Tamsweg müssen wir täglich ca. 20 km zum Ausgangspunkt unserer Skitouren fahren.

Anreise: Siehe [Routenplaner](#)

Tourenführer: Peter Soratroi und Oswald Helm, Instruktoren

Anmeldung: **Bis spätestens 5. Jän. 2022** Hier geht's zur [Anmeldung](#)

Die Teilnahme ist nur für Vereinsmitglieder möglich.

Hier kannst du deine [Mitgliedschaft beantragen](#).



..... dein Element, dein Erlebnis

Berg- und Wassersportverein Tirol
Mitterweg 110 B
6020 Innsbruck
Tel.: +43 664 19 14 175
info@bergundwasser.at
www.bergundwasser.at
Obfrau: Birgit Brunner

Wir sind Mitglied bei der 

Ausrüstungsliste – Skitourenwoche Steirische Krakau

Diese Ausrüstungsliste haben wir speziell für die Tourenwoche zusammengestellt. Sie reicht für selbständige Touren nicht!

Technische Ausrüstung

- Rucksack (ca. 30 – 35 l mit Skibefestigung)
- Tourenski¹ mit Tourenbindung²
- Skistöcke (große Teller, ev. längenverstellbar)
- Tourenskische (mit Profilssole)
- Haft- oder Klebefelle, auf die Ski passend
- Harscheisen (zu Bindung und Ski passend)
- Skihelm ^N³

Notfallausrüstung

- Lawinenschütteten-Suchgerät („Pieps“)
- Lawinenschaufel
- Lawinsonde (mind. 220 cm lang)
- Biwaksack ^L
- Handy

Proviant

- Thermosflasche
- Verpflegung nach Vorliebe

Gemeinschaftsausrüstung wird auf die Teilnehmer aufgeteilt.

Bekleidung

- Funktionsunterwäsche (Wolle oder Synthetik)
- Reserveunterwäsche (zum Wechseln vor der Abfahrt)
- Fleecejacke oder -pullover (Wärmeschutz)
- Skitourenhose
- Anorak und Überhose (wasser- u. winddicht)
- ev. leichte Daunenjacke oder -gilet
- Mütze (Wärmeschutz)
- dünnere Handschuhe (für den Aufstieg)
- wärmere Handschuhe (für die Abfahrt)
- Skibrille

Sonnenschutz

- Sonnenbrille (mind. Kategorie 3)
- Sonnenschutzcreme (Faktor 30)
- Lippenchutz
- Sonnenhut/-kappe

Die Ausrüstung sollte pro Person max. 10 kg betragen.

Eine Kursteilnahme mit unvollständiger, ungeeigneter oder veralteter Ausrüstung ist nicht möglich. Mit ^L gekennzeichnete Ausrüstungsgegenstände können gegen geringe Gebühr ausgeborgt werden. Bitte bei der Anmeldung bekanntgeben.

Alle mit ^N gekennzeichneten Gegenstände müssen der CE-Norm oder der UIAA-Norm entsprechen.

Weshalb gibt es keine Lawinenausrüstung im Verleih? Die Antwort auf diese Frage ist ebenso einfach wie logisch: Wer keine Lawinenausrüstung besitzt hat auch nie einen Lawinenkurs besucht und der ist für die Teilnahme an unseren Touren Voraussetzung!

¹ Ein gut gepflegter Ski ohne tiefe Belagsschäden und bietet bei der Abfahrt deutlich mehr Vergnügen. Skiservice bieten wir zu einem günstigen Unkostenbeitrag an.

² Die Auslösewerte der Bindung müssen dem Körpergewicht, der Größe und dem Fahrkönnen entsprechen. Bitte im Sportfachhandel einstellen bzw. überprüfen lassen.

³ Steinschlaghelme und/oder Fahrradhelme sind keine Skihelme und für Skitouren daher vollkommen ungeeignet.