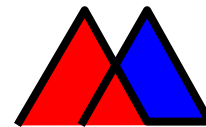


Fridolin Hauser
Kirchhaldenstrasse 25b
CH-8722 Kaltbrunn
Telefon + 41 (0) 55 283 43 82
Fax + 41 (0) 55 283 43 85

www.bergschule.ch
www.canyoning.ch
E-mail: info@bergschule.ch



Alpinschule Tödi

Steileisklettern - Grundkurs

Das Team der Alpinschule Tödi heisst Sie zu dieser immer populärer werdenden Wintersportart herzlich willkommen.

Wir freuen uns auf Sie, um Ihnen das Erlebnis dieser spannenden und interessanten Outdoor-Aktivität zu ermöglichen und die herrliche wilde Berglandschaft näher zu bringen. Das Klettern nur an den Frontzacken der Steigeisen und den Eisgeräten hängend, ist ein Abenteuer für sich aber auch Training für rassige Eis- und steile Hochtouren. Ausgefeilte Technik, Vertrauen zum Material, Erfahrung mit der Stabilität des Eises sind wichtig für Ihren Spass und Ihre Sicherheit. Folgende Infos möchten Ihnen Vorfreude auf Ihre Kurstage mit uns aufkommen lassen und Ihnen eine optimale Vorbereitung bieten.



Grundkurs Stufe 1

Grundausbildung, Toprope-Klettern im leicht geneigten Eis sowie Erlernen der Vorstiegstechnik.

Voraussetzungen: Mittlere Kondition, alpine Erfahrung ist nicht nötig.

Treffpunkt:

Am Samstag um 08.10 Uhr bei unserem Sportgeschäft FRIGG SPORT in Schänis, welches bequem per Auto oder Zug erreicht werden kann. Die Ausfahrt Schänis liegt etwa auf halber Strecke Zürich-Chur. Richtung Dorf, dann 50 m nach Bahnübergang links. Ab Bhf. Schänis ½ Gehminute.

Programm:

Samstag: Treff und Ausgabe und Anpassung von Mietmaterial. Anschliessend gemeinsame Weiterreise zum geeigneten Gebiet für unseren Steileiskurs,. Das Gebiet wird kurzfristig je nach Schnee- und Wetterbedingungen festgelegt, damit wir die besten Bedingungen wählen können. Zur näheren Auswahl stehen: Elm, Urnerboden, Avers, Weisstannental, Valsertal, Davos oder Safiental. Unser Steileis-Kletter-Grundkurs will Interessierten den Einstieg und die Grundtechniken vermitteln und etwas Erfahrene in Technik und Strategie weiter bringen: Setzen der Eisschrauben, Sicherung und Seiltechniken im Steileis, Frontzackentechnik, Toprope-Klettern, Taktik, Gefahren, Materialkunde. Als Erstes lernen wir die Werkzeuge und das Sicherungsmaterial näher kennen und dann geht's los mit der Praxis. Bei einbrechender Dunkelheit suchen wir unser Quartier auf, Zimmerbezug und gemeinsames Abendessen.

Sonntag: Es geht weiter mit Unterricht und Üben im Steileisklettern bis die Dunkelheit dem Kurs ein Ende setzt.

Pluspunkte:

Erfahrener Bergführer als Kursleiter
Seile und allgemeines Sicherungsmaterial sind inbegriffen
Kurzfristig bestmögliches Gebiet
Organisation der Unterkunft

Unterkunft /Verpflegung:

Da wir unser Eis-Klettergebiet kurzfristig bestimmen, ist die Übernachtung nicht inbegriffen. Wir werden für eine Reservation besorgt sein. Bitte die Unterkunft vor Ort direkt bezahlen. Für die Zwischenverpflegung untertags empfiehlt es sich, nach eigenem Geschmack, Schokolade, Dörrfrüchte, Trockenfleisch, Obst, Nüsse, Riegel, und warmen Tee etc. mitzunehmen.

■ Tiefschnee Ausbildung ■ Lawinenkurse ■ Tiefschneeträume ■ Schneeschuhtouren ■ Festtagstouren ■ Skitouren Ausbildung
■ Expeditionen ■ Skitouren ■ Pionierskitouren-Reisen ■ Hautes-Routes ■ Fels- und Eisausbildung ■ Kletterkurse ■ Sportkletterwochen
■ Klettertouren ■ Steileisklettern ■ Trekking ■ Hochtouren ■ Canyoning ■ Höhlenexkursionen ■ Incentives ■ Outdoor-Events.

Bei Touristenlager: Als Schlaf-Komforterhöhung empfehlen wir einen federleichten Seidenschlafsack als persönliche Hülle. (Bei uns im Versand, nur 180 Gramm mit Kissenhülle und Tasche in div. schönen Farben für nur Fr. 89.- erhältlich, plus Porto).

Weitere nützliche Informationen im gedruckten Jahresprogramm:

Das Team / Gut zu Wissen.

Ausrüstung Informationen und Tipps.

Tourenauswahl – Selbsteinschätzung.

oder www.bergschule.ch:

Wissen ist alles / Allgemeine Infos / Ausrüstung Miete / AGBs

Inklusiv:

Organisation und Reservation, Kursleitung durch dipl. Bergführer sowie dessen Spesen und Übernachtung,

Zusatzkosten:

Unterkunft, Verpflegung, Anreise, Bahnen, Versicherungen.

Empfehlung Mitfahrkosten: Jeder Mitfahrer vergütet dem Fahrer Fr. 0.25/km.

Anforderungen: Mittlere Kondition. Alpine Erfahrung ist nicht nötig.

Auskunft über Durchführung: Bitte rufen Sie uns am Vortag ab 14.00 Uhr an. ☎ 055/283 43 82.

Bei zweifelhaften Bedingungen ändern wir unser Ziel. In erster Priorität klären wir ab, wohin wir ausweichen können

Auskunft:

Für Fragen, die Sie weder in gedruckter noch in elektronischer Form eine Antwort finden, kontaktieren Sie uns über info@bergschule.ch, oder Fax: +41 (0) 55 283 43 85 oder Tel. +41 (0) 55 283 43 82.

Ausrüstung:

Rucksack, Schneeschuhe, Skistöcke mit Tourenteller, LVS=Lawinenschütteten-Suchgerät, Lawinenschaufel, steigeisenfeste Bergschuhe oder Skitourenschuhe.

Ski-Bergsocken, Ski/Berghose, Hemd, Pullover, Soft Shell oder Fleecejacke, Goretex-Hose und -Jacke, sehr warme Fausthandschuhe, Mütze, Helm, Sonnenbrille, Skibrille, Sonnen- und Lippenschutz, Proviant, unzerbrechliche Thermosflasche, Ersatzhandschuhe, wärmende, funktionelle Unterwäsche (Top oder Shirt und lange Unterhose).

Bitte achten Sie auf besonders warme und funktionelle Kleidung, da Sie beim Klettern warm werden und ev. schwitzen und danach wieder länger an einem schattigen, kalten Ort stehen. Der Kurs findet an schattigen, eisigen Nordwänden statt.

2 Steileispickel (Ankerwerkzeuge)

Steileis-Steigeisen (normale Steigeisen sind nicht geeignet)

Anseilgurt mit Karabiner, Abseilachter oder anderes Sicherungsgerät, Expressschlingen/Karabiner, Bandmaterial sowie Reepschnurstücke.

Mind. 6 Eisschrauben, wenn vorhanden.

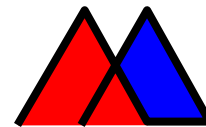
Ersatzwäsche, Toilettenartikel, Taschenlampe oder Stirnlampe, ev. Trainer oder lange Unterwäsche, die als Nachgewand dienen kann.

Reisepass oder ID für eventuelle Ausweichtouren. Toilettenartikel für den Aufenthalt im einfachen Berggasthaus. Etwas Geld für Getränke und persönlichen Bedarf.

Fehlendes, technisches Material wie Schneeschuhe, LVS, Tourenstöcke, Steileispickel, Steileis-Steigeisen und Anseilgurt mit dem ganzen Zubehör wie aufgeführt, Helm, etc. kann im Frigg Sport in Schanis gemietet werden. Mietartikel: Siehe beiliegende Mietartikelliste.

Alpenschule Tödi GmbH
Kirchhaldenstrasse 25b
CH-8722 Kaltbrunn
Fon +41(0)55 283 43 82
Fax +41(0)55 283 43 85

www.bergschule.ch
www.canyoning.ch
E-mail: info@bergschule.ch



Alpenschule Tödi

Frigg Sport - Ihr kompetenter Bergsportausrüster



Einkauf



Frigg Sport

Kauf/Miete ohne Stress mit viel Zeit für optimale Beratung: Sollten Sie zu den normalen Öffnungszeiten nicht kommen können, vereinbaren Sie einfach einen Termin mit uns, wir öffnen unser Geschäft (fast) jederzeit für Sie.

Grosse Auswahl + faire Preise: Ein Besuch in unserem [Frigg Sport](#) lohnt sich auf jeden Fall!

Sonderangebote für Kursteilnehmer

Kunden der Alpenschule Tödi erhalten neu bei ihrer Buchung einen Buchungsausweis, der berechtigt, ein ganzes Jahr lang im Bergsport-Fachgeschäft Frigg Sport zu **10% Rabatt** einzukaufen.

Ladenöffnungszeiten

Dezember - Februar

Montag - Freitag 08:00 - 12:00 Uhr
13:30 - 18:30 Uhr

Samstag 08:00 - 16:00 Uhr

Und zusätzlich nach Vereinbarung.

März - November

Montag bis Freitag 09:00 - 12:00 Uhr
14:00 - 18:30 Uhr

Samstag 08:00 - 16:00 Uhr

Adresse

Frigg Sport
Oberdorf 12
8718 Schänis
www.friggsport.ch

Fon: 055 622 25 05

Fax: 055 615 33 80

**Anreise: Mit Auto über A3 (30 km ab Zürich) Ausfahrt Schänis, 1 min. Richtung Dorf 50 m nach Bahnübergang links. Gratisparkplätze.
Zug: ½ Gehminute ab Bhf. Schänis.**

- Tiefschnee Ausbildung ■ Lawinenkurse ■ Tiefschneeträume ■ Schneeschuhtouren ■ Festtagstouren ■ Skitouren Ausbildung
- Expeditionen ■ Skitouren ■ Pionierskitouren-Reisen ■ Hautes - Routes ■ Fels- und Eisausbildung ■ Kletterkurse ■ Sportkletterwochen
- Klettertouren ■ Steileisklettern ■ Trekking ■ Hochtouren ■ Canyoning ■ Höhlenexkursionen ■ Incentives ■ Outdoor-Events.