

Berge & Yoga

Veranstaltung:	Alpenüberquerung der anderen Art auf stillen Wegen zu Fuß über die Alpen
Kategorie:	Berge
Schwierigkeit:	mittel
Höhe und Gehzeit:	ca. 800 - 1200 Hm täglich, 1 x 1580 Hm
Termin:	11.08.2024 06:00Uhr bis 15.08.2024 17:00Uhr (5 Tage)
Anmeldeschluss:	09.06.2024
Treffpunkt/Ort	Im Zillertal
Kosten:	EUR 360,- / Person ab 6 TN 360.-- Euro, ab 8 TN 270.-- Euro
Gruppengröße:	6 bis 10
Leitung:	Christine
Ausrüstung:	Ausrüstungsliste für Mehrtageswanderung im Sommer Bitte bedenken Sie beim Packen, dass Sie den Rucksack mehrere Tage tragen müssen. Nehmen Sie nur so viel mit, wie unbedingt nötig ist. Rucksack ca. 35 ? 45 l mit gepolstertem Tragegestell und Regenüberzug Teleskopstöcke knöchelhohe Bergschuhe mit guter Profilssole (z. B. Vibram) 1 paar leichte Hüttenschuhe 1 Berghose (ideal als "zipp-off") 1 leichte Hose zusätzlich zum Wechseln bzw. für die Hütte (keine Jeans) 1 kurze Hose (falls nicht "zipp-off") 1 oder 2 leichte Funktionshemden bzw. -pulli oder -bluse 1 Fleece oder Softshelljacke Strümpfe Unterwäsche Wechselwäsche (T-Shirts) 1 wasserdichter bzw. -abweisender Anorak (z. B. Goretex) 1 Regenhose (evtl. kleinen Regenschirm, wenn die Bekleidung nicht mehr so dicht ist) leichte Mütze, Stirnband und Handschuhe Sonnenhut Sonnenbrille Sonnencreme (auch an einen Schutz für die Lippen denken) kleines Waschzeug , Handtuch dünner Hüttenschlafsack (in Bergsportgeschäften erhältlich) Badezeug (falls in der Tourenbeschreibung ein See angegeben ist) kleine Tourenapotheke (Tape, Blasenpflaster, persönliche Medikamente) Taschentücher Taschenlampe kleines Taschenmesser (zum Brotzeit machen) 1 Trinkflasche mind. 1 Liter Brotzeit: Müsliriegel, Brot, Käse etc. Obst (Trockenfrüchte, Nüsse) Teebeutel (nur für DAV-Mitglieder, die ein Teewasser auf der Hütte erhalten) DAV-Ausweis (falls DAV-Mitglied) Bargeld und EC-Karte (eine Bezahlung mit EC-Karte ist auf Hütten nicht möglich) Eine Mitgliedschaft bei einer Sektion des Deutschen Alpenvereins (DAV) ist zu empfehlen. Bei den Übernachtungskosten auf DAV-Hütten zahlen Sie als Mitglied nur die Hälfte, erhalten Teewasser und ein günstiges "Bergsteigeressen". Im Falle eines Unfalls in den Bergen zahlt der DAV in der Regel die Kosten für die Hubschrauberrettung und die Bergwacht.
Beschreibung	Zu Fuß und aus eigener Kraft über die Alpen zu wandern ist ein ganz besonderes Erlebnis. Diese Tour beginnt im Zillertal und endet im Pflerschtal/Sterzing. Durch eine vielfältige alpine Landschaft geht es auf Steigen und Wegen durch eine eher ruhigere Region der Alpen. Eine Kondition für tägliche Gehzeiten von 6 - 8 Stunden bildet die Grundlage. Leistung: Organisation der Unterkünfte, Bildung von Fahrgemeinschaften und Durchführung der täglichen Bergtouren.