



## Basis Lawinenkurs für Skitouren und Freeride: Lidernengebiet (2 Tage)

Sie haben mit Freunden oder Bekannten schon ein paar Touren und Varianten Abfahrten gemacht, sich aber noch nie wirklich mit der Thematik „Lawinen“ auseinandergesetzt. In diesem Fall ist dieser Kurs genau das Richtige für Sie. In verschiedenen kurzen Theorieblöcken und vor allem mit praktischen Arbeiten im Gelände werden wir Ihnen in diesen zwei Ausbildungstagen Basiswissen zur Lawinenkunde und Unfallprävention auf Skitouren sowie beim Freeriden vermitteln.

**Kursort:** Lidernenhütte SAC

### Kursprogramm:

**1. Tag:** Wir treffen uns um 08.45 Uhr beim Bahnhof in Sisikon/UR. Mit einem Taxibus oder mittels privaten Fahrzeugen (bitte bei der Anmeldung mitteilen) fahren wir zur Luftseilbahn Chäppeliberg im Riemenstaldnertal. Mit der kleinen Seilbahn schweben wir zur Bergstation und gelangen mit den Ski kurze Zeit später zur Lidernenhütte (1727m). Die bestens bewartete Hütte ist unsere Basis für diese zwei Tage. Bei einem Kaffee lernen Sie in einem 1. Theorieteil wichtige Grundbegriffe der Lawinenkunde / Lawinenbulletin kennen. Anschliessend begeben wir uns ins Gelände, wo wir uns mit dem Lawinenverschüttetensuchgerät (LVS) näher vertraut machen. Wir trainieren die verschiedenen Suchmethoden und erlernen eine effiziente Grabtechnik zum Ausgraben eines Lawinenopfers.

**2. Tag:** Auf einer Skitour zum Hagelstock (2181m) versuchen wir, das am ersten Tag gelernte 1 zu 1 umzusetzen. Dabei legen wir heute unser Hauptaugenmerk auf die verschiedenen Schneearten, wir schätzen und messen Hangneigungen im Gelände, lernen mehr über die verschiedenen Schichten in der Schneedecke und versuchen eine sichere und elegante Spur ins Gelände zu legen. Unterwegs setzen wir uns zudem mit der Thematik des Lawinenpräventions- und Risikomanagements auseinander. Kursende um ca. 15.45 Uhr bei der Talstation der Luftseilbahn Chäppeliberg.

### Ausbildungsschwerpunkte:

- ⇒ Grundbegriffe der Lawinenkunde
- ⇒ Interpretation des Lawinenbulletin
- ⇒ LVS-Ausbildung: Digitales Suchverfahren
- ⇒ Kennen und Anwenden von Sicherheitsmassnahmen
- ⇒ Verhalten bei einem Lawinenunfall
- ⇒ Verschiedene Schneeformen lernen
- ⇒ Kennen und Erkennen von Alarmzeichen
- ⇒ Hangsteilheiten schätzen und messen
- ⇒ Grundlagen Spuranlage im Gelände

**Kursziel:** Am Ende des Kurses sind Sie in der Lage, sehr gefährliche Lawinensituationen von weniger gefährlichen zu unterscheiden. Sie kennen/erkennen die Alarmzeichen und ergreifen selbständig die nötigen Massnahmen. Sie haben elementare Kenntnisse der Kameradenrettung bei Lawinenunfällen.

### Allgemeine Informationen:

**Anforderungen:** Sie haben bereits einfache Skitouren gemacht und sind in der Lage eine rote Piste im Skigebiet problemlos abzufahren. Sie verfügen zudem über eine Kondition für Aufstiege bis 2 Stunden und Tagestouren bis 5 Stunden.

**Gruppengrösse:** 5 - 6 TeilnehmerInnen pro Bergführer

**Top. Karten:** LK 1:50'000 Blatt 246 S Klausenpass, LK 1:25'000 Blatt 1172 Muotathal



**Unterkunft und Essen:** Übernachtung im Lager mit Halbpension in der Lidernenhütte SAC ist organisiert. Zwischenverpflegung für die beiden Tage müssen Sie selber mitbringen. Der Marschtee für den zweiten Tag ist im Preis inbegriffen und wird in der Berghütte abgegeben.

**Versicherungen:** Eine ausreichende Unfallversicherung ist Sache der TeilnehmerInnen. Eine Annullationskostenversicherung ist für diesen Kurs obligatorisch. Falls Sie keine eigene Versicherung haben, können wir Ihnen eine Jahresversicherung (Reiseversicherung Intertours der AXA Winterthur) anbieten. Bitte unbedingt bei der Anmeldung angeben. Sie erhalten dann mit der Kurs Bestätigung das entsprechende Formular. Die Police und Prämienrechnung erfolgt direkt von der AXA Winterthur.

**Leistungen im Kurspreis inbegriffen:** Ausbildung durch unsere Bergführer, diverse Kursunterlagen, Übernachtung mit Halbpension und Marschtee in der Berghütte.

**Nicht inbegriffen:** Übrige Getränke, Lunch sowie Reise- und Bergbahn- (Luftseilbahn Chäppelberg-Spilau) und allfällige Taxikosten (Sisikon - Luftseilbahn Chäppelberg). Nichtmitglieder des SAC oder Vereinen ohne Gegenrecht bezahlen in der Berghütte einen Übernachtungsaufpreis von ca. CHF 12.-- pro Nacht.

**Ausrüstungsliste:**

Skitourenschuhe	Tourenski (gut präpariert / gewachst), Felle, Harscheisen
Übliche Skitourenbekleidung	Teleskopskistöcke mit grossen Tellern
Wenig Reservewäsche, Toilettenartikel	Digitales Lawinenverschütteten-Suchgerät (LVS) mit vollen Batt.
Warme Handschuhe, Mütze, Sonnenhut	Lawinenschaufel
Gute Sonnenbrille, Sonnencreme, Lippenchutz	Lawinensonde
Lunch, Taschenmesser	Notizmaterial
Trinkflasche für Marschtee (Thermos)	Top. Karten gem. Detailprogramm (sofern vorhanden)
Rucksack	Höhenmesser und Kompass (sofern vorhanden)
Kleine Apotheke (Heftpflaster, elast. Binde etc.)	Halbtax-Abonnement oder GA (sofern vorhanden)
Stirnlampe mit vollen Batterien	SAC- oder Alpenvereinsausweis (sofern Mitglied)
Hüttenschlafsack	

**Tourenski, Felle, Harscheisen, LVS mit Schaufel und Sonde, und Teleskopskistöcke können Sie bei uns mieten.**

**Mietpreise: Ski, Steigfelle, Harscheisen CHF 75.--, LVS mit Schaufel und Sonde CHF 30.--, Teleskopskistöcke CHF 10.--**

**Bitte bestellen Sie Ihr Mietmaterial gleich bei der Anmeldung oder bis spätestens 3 Tage vor Kursbeginn im Büro von Montanara. Telefon: +41 41 878 12 59 / Mail: [info@montanara.ch](mailto:info@montanara.ch)**

Der Bergführer wird Ihnen das bestellte Mietmaterial zum Treffpunkt mitbringen. Die Mietkosten sind bis am Ende des Kurses, bar an den Bergführer zu bezahlen.