Ausrüstungsliste und Information
für die Alpenüberquerung
von
Oberstdorf – Meran

50 Plus

Ausrüstung:

☐ Tourenrucksack mit Regenhülle

Tipp: Wir empfehlen Ihnen für diese Wochentour eine Rucksackgröße von 40-50 Liter. Das maximale Gesamtgewicht sollte ca. 8 Kilo betragen.

Siehe: Bergschuhcheck auf unserer Homepage www.alpinschule.de

- ☐ Bergstiefel mit fester Profilgummisohle (mindestens knöchelhoher Schaft !!, Kategorie 4 , bzw. B oder B/C))
- ☐ Pullover Jacke
- ☐ Lange Hose zum Wandern
- ☐ Wetterschutz Anorak (möglichst GoreTex)
- ☐ Überhose (Regenhose)
- ☐ Reservewäsche
- ☐ Strümpfe für Bergstiefel
- ☐ Leichte Freizeitschuhe
- ☐ Kleidung für Hütte, Gasthof, Hotel
- ☐ Regenschutz, Regenschirm
- ☐ Warme Mütze und Handschuhe
- ☐ Sonnenschutz (Mütze und Creme)
- ☐ Ohropax (für alle Fälle)
- ☐ Sonnenbrille
- ☐ Bekleidung im Rucksack in Tüten verpackt (Nässeschutz)
- ☐ Trinkflasche (ca. 1 Liter)
- ☐ Waschset mit kleinem Handtuch
- ☐ Kleine Taschenlampe
- ☐ Rucksackapotheke (Verbandzeug)
- ☐ Hüttenschlafsack / Jugendherbergsschlafsack (auf DAV Hütten Pflicht, = dünner Baumwoll- oder Seidenschlafsack. Kann auf der ersten Hütte gekauft werden..
- ☐ Gamaschen (bei Neuschnee)
- ☐ Personalausweis oder Reisepass (in Italien besteht Ausweispflicht!)
- ☐ evtl. Wanderstöcke
- ☐ Blasenpflaster (für alle Fälle)

Weitere Ausrüstungsinfos auf unserer Homepage unter „Ausrüstungs- und Bergschuhcheck“

Gute und zweckmäßige Ausrüstung erhöht Ihre Sicherheit und erspart Ärger während der Tour.

Anreise:

A7 bis Um – Memmingen – Kempten. B19 bis Oberstdorf. Oberstdorf ist problemlos mit der Bahn zu erreichen.

Übernachtung vor bzw. nach der Tour in Oberstdorf:

Am einfachsten nutzen Sie unseren Booking.com Link auf unserer Homepage (diesen finden Sie unter dem jeweiligen Programm). Hier finden Sie genau das Hotel bzw. Pension nach Ihren Vorstellungen.

Zimmervermittlung:

Die Telefonnummer der Zimmervermittlung in Oberstdorf: Tel: 08322 / 700 217.

Parkmöglichkeit:

Es bestehen verschiedene gebührenpflichtige Parkplätze am Ortseingang. bzw. eine Tiefgarage am Eislaufzentrum (Tel. 08322 / 700500). Alle 15 Minuten fährt ein „Ortsbus“ vom P2 zur Nebelhornbahn und zurück. Bitte planen Sie diese Rangierzeit in Ihre Anreisezeit ein, die Parkscheinautomaten funktionieren teilweise nur mit Münzgeld. Nähere Infos: Kurverwaltung Oberstdorf: Tel. 08322 7000. Alternative: Privatparkplatz Eichele, Sonthofenerstr. 5 in Oberstdorf (2 Minuten zum Bahnhof). Tel. Vorbestellung 08322 / 4555.

Unterkünfte:

Im Tal: Doppel und Mehrbettzimmer mit Dusche bzw. Etagendusche.

Auf Hütten: Mehrbettzimmer und Lager. Waschmöglichkeit in Waschräumen. Duschen mit Duschmarken auf der Kemptner-, Braunschweiger- und Martin Busch Hütte. Bitte bedenken Sie dass Hütten keine Hotels sondern Berghütten sind.

Verpflegung:

Alle Hütten sind voll bewirtschaftet. Die Halbpension beinhaltet Frühstück und Abendessen. Zusätzliche Marschverpflegung kann entweder auf den Hütten bzw. im Tal gekauft werden. Mittags besteht meist Einkehrmöglichkeit.

Gepäcktransport:

Gerne transportieren wir für Sie eine **kleine** Tasche (keine Koffer, max. 4 KG) direkt nach Meran, welche Sie bei der Ankunft im Hotel in Meran erhalten. Bitte bedenken Sie, dass Sie lediglich Wechselbekleidung für eine Nacht in Meran brauchen. Achten Sie bitte auch auf dementsprechende Beschriftung des Gepäcks. Das Gepäckstück geben Sie beim Treffpunkt in Oberstdorf ab. **Für das Gepäck wird keine Haftung übernommen.**

Rucksacktransport:

Wie im Katalog beschrieben wird der Rucksack (soweit möglich) auf alle Hütten transportiert. Dies bezieht sich nur auf die Hüttenaufstiege. Bei den Abstiegen bzw. Verbindungsetappen muss der Rucksack getragen werden. Im Rucksack haben Sie alle Utensilien verstaut, die Sie während der Tour bis Meran brauchen.

Minirucksack:

Alle Teilnehmer erhalten am Treffpunkt einen Minirucksack in dem z.B. Trinkflache, Pullover, etc. beim Hüttenaufstieg verstaut werden kann. Dieser funktionelle Minirucksack ist bewusst sehr leicht und klein im Packmaß gewählt, damit dieser wenig Platz im Hauptrucksack benötigt, wenn dieser nicht verwendet wird.

Rückreise Meran – Oberstdorf:

Die planmäßige Abfahrt in Meran ist um 8.00 Uhr. Bei normalen Verkehrsbedingungen sind Sie um ca. 14.00 Uhr wieder in Oberstdorf.

Versicherungen:

Bitte vergewissern Sie sich, dass Sie über eine Auslands-Krankenversicherung verfügen.

Wir empfehlen Ihnen den Abschluss einer Reiserücktrittskosten bzw. Reiseabbruchversicherung.

Weitere Fragen ?:

Auf unserer Homepage finden Sie unter der Rubrik FAQs häufig gestellte Fragen von Kunden und unsere Antworten.

Die Route über die Alpen

Tag 1:	Treffpunkt am Bahnhofsplatz. Taxifahrt in die Spielmannsau bei Oberstdorf (1000m). Durch den Sperrbachtobel zur Kemptner Hütte (1850m). Gehzeit: ca. 3 Stunden. ↑ 876 Höhenmeter (Hm) ca. 6 KM
Tag 2:	eine halbe Stunde Aufstieg zum Mädelejoch (Grenze Bayern-Tirol). 2,5 Std. Stunden Abstieg durch das Höhenbachtal nach Holzgau im Lechtal (1070 m). Mit dem Taxi nach Steeg zur Kaiseralm (1689 m). Aufstieg zum Kaiserjochhaus (2310 m). Gehzeit ca. 2,5 Std. ↑ 800Hm ↓ 900 Hm ca. 8 KM
Tag 3:	kurze Tour zum Aussichtsgipfel Malatschkopf (2380m) und zurück zum Kaiserjochhaus. Gehzeit 1,5 Std. Anschließend Abstieg nach Pettneu am Arlberg(1200 m). 3 Stunden. 20 Km Busfahrt über Landeck nach Zams. ↑ 100Hm ↓ 1100 Hm ca. 6 KM
Tag 4:	Mit den Bus durch das Inntal nach Wenns im Pitztal (1000m) und weiter nach Mittelberg. Von dort zweieinhalb Stunden Aufstieg zur Braunschweiger Hütte (2760m). Gesamtgehzeit ca. 3-4 Stunden. ↑ 1.050 Hm ca. 3 KM
Tag 5:	Eine Stunde Aufstieg zum Rettenbachjoch (3000m). Abstieg zum Rettenbachgletscher und auf dem Panoramaweg nach Vent (2000m). Übernachtung im Hotel in Vent. Gesamtgehzeit 5 Stunden. ↑ 250 Hm ↓ 1.100 Hm ca. 10 KM
Tag 6:	Aufstieg zur Martin Busch Hütte (2500m). Nach Mittagspause weiter zur Similaun Hütte in Italien (3013m). ↑ 1000 Hm ca. 12 KM Gehzeit: ca. 5 Std.
Tag 7:	Abstieg zum Tiesenhof (1825m) am Vernagt Stausee. Busfahrt zum Hotel in Meran; Möglichkeit zum Stadtbummel; Abschluss. ↓ 1200 Hm ca. 2 KM Gehzeit: ca. 3,0 Std.
Tag 8:	Rückreise mit Bus durch das Vinschgau – Reschenpass – Zams – Fernpass – Füssen – Oberstdorf.

Gesamt: ↑ 4076 Hm ↓ 4300 Hm ca. 50 KM Wanderstrecke - 106 Km Gesamtstrecke

Zeichenerklärung:

Hm = Höhenmeter Km = Entfernung ↓ = Höhenmeter im Abstieg ↑ = Höhenmeter im Aufstieg