

Ausrüstungsliste und Information für die Alpenüberquerung von **Oberstdorf – Meran**

Komfort



Ausrüstung:

- Tourenrucksack mit Regenhülle

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

- Bergstiefel mit fester Profilmuldensohle (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

Siehe: Bergschuhcheck auf unserer Homepage www.alpinschule.de

- Trinkflasche (ca. 1 Liter)
- Waschset mit kleinem Handtuch
- Kleine Taschenlampe
- Rucksackapotheke (Verbandzeug)
- Gamaschen (bei Neuschnee, falls vorhanden)
- Personalausweis oder Reisepass (in Italien besteht Ausweispflicht!)
- evtl. Wanderstöcke
- Bekleidung im Rucksack in Tüten verpackt (Nässeschutz)
- 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:

Zimmervermittlung in Oberstdorf: Tel: 08322 / 700 217. Am einfachsten verwenden Sie den Booking.com Link auf unserer Homepage.

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.

Unterkünfte:

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

Verpflegung:

Die Halbpension beinhaltet Frühstück und Abendessen. Zusätzliche Marschverpflegung können 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. Trinkflasche, 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.

Vorbereitung:

Als optimale Vorbereitung empfehlen wir allen Teilnehmern an einem Alpenüberquerung Vorbereitungswochenende teilzunehmen. Beim Vorbereitungswochenende erfahren Sie alles Wichtige bezüglich Ausrüstung, Taktik und Training. Nähere Infos auf unserer Homepage.

Die Route über die Alpen

Tag 1:

10.00h Taxi nach Spielmannsau. Aufstieg zur Kemptner Hütte mit Rucksacktransport von der Seilbahn (ca. 3 Stunden). Mit Rucksack über das Mädelejoch, Abstieg nach Holzgau (ca. 2,5 Std.). Übernachtung im Gasthof / Hotel. Aufstieg: 895 Hm – Abstieg: 870 Hm

Tag 2:

Mit Taxi über Steeg und Kaisers ins Kaisertal, Aufstieg zum Kaiserjochhaus (2310m) (ca. 3 Std.). Mittagspause. Abstieg ins Stanzertal nach Pettneu (1352m) (ca. 2,5 Std.) Fahrt mit Linienbus nach Zams zum Gasthof Gemse.# Aufstieg: 780 Hm – Abstieg: 950 Hm

Tag 3:

Auffahrt mit der Venet Seilbahn zum Krahberg (2208m). Panoramaweg zur Goglesalm und Gaflunalm nach Wenns (962 m) ins Pitztal (3,5 Std.). Fahrt mit Taxibus nach Mittelberg. Übernachtung in Hotel bzw. Pension. Aufstieg: 30 Hm - Abstieg: 1200 Hm

Tag 4:

Eventuell mit der Stollenstandseilbahn auf den Pitztaler Gletscher und weiter über den Mittelbergferner zur Braunschweiger Hütte (2759 m). Dies ist nur bei gutem Wetter und guten Gletscherbedingungen möglich. Alternativ über den Gletscherblick Aufstieg zur Braunschweiger Hütte (ca. 2 Std.). Ansonsten Aufstieg über die Braunschweiger Hütte (2,5 Std). Weiter zum Rettenbachjoch (3000m), (ca. 1 Std.). Abstieg zum Skigebiet Rettenbachferner (ca. 1 Std.). Über den oberen bzw. mittleren Panoramaweg nach Vent (ca. 3 bis 4 Std.). Übernachtung im Hotel in Vent (1895 m). Aufstieg: 1200 Hm (ohne Gletscherbahn) – Abstieg: 1100 Hm (oberer Panoramaweg)

Tag 5:

Aufstieg zur Martin Busch Hütte (2501m) mit Rucksacktransport. Weiter zur Similaunhütte (3019m), nachmittags hinab durch das Tisental nach Vernagt-Stausee in Südtirol (ca. 6Std). Fahrt mit dem Bus bzw. Taxi nach Meran zum Hotel. Aufstieg: 1105 Hm - Abstieg: 1200 Hm

Tag 6:

Individueller Tag zum Besichtigen, Genießen, Erholen (hoteleigener Pool) und Ausspannen in Meran.

Tag 7:

Rückreise mit Reisebus nach Oberstdorf

Gesamt: ↑ **4010Hm** ↓ **5320 Hm** **ca. 72 KM Wanderstrecke** - **116 Km Gesamtstrecke**

Zeichenerklärung:

Hm = Höhenmeter

Km = Entfernung