

ALPS INCENTIVES SKI LÖFFLER NHST



Date: 02.04.2024

PROGRAMM UPDATE

Hati Finsterer ALPS

PROGRAMM

Programmplan

1.Tag

- TREFFPUNKT: 17:00 Hotel Goldenes Schiff – Bad Ischl
- Check-in Hotel
- Anschließend Material und Bekleidungsabgabe/Kontrolle
- 19:00 Gemeinsames Abendessen
- 20:00 Bergführerbriefing

2.Tag

Frühstück

- 6:45 Abfahrt mit dem Bike zum Bahnhof
- 7:05 Zug nach Hallstatt Bahnhof
- 7:35 Schiff nach Hallstatt
- Mit dem E-Bike in Richtung Gosauseen

- (28 Kilometer und 850 Höhenmeter)
- Aufstieg zur Adamekhütte (1.100 Höhenmeter)

3.Tag

- Frühstart über den Gosaugletscher zum Skidepot Obere Windluke
- Kletterei zum Hohen Dachstein: 2.995m, 850 Höhenmeter
- Skiabfahrt zum hinteren Gosausee: 1.800 Höhenmeter,
- anschließend Rückfahrt mit dem E-Bike zurück nach Bad Goisern oder direkt nach Bad Ischl

Anforderungen:

ALPS GRADING SKI LEVEL 3-4

Gelände bis 45 Grad, auch Engstellen, Kare und Rinnen, Absturzglände wahrscheinlich, sehr zügiges Abfahren ohne große Pausen

Gehen mit Fellen oder Stapfspuren in Gelände bis 55 Grad- auch mit Harscheisen, perfekte Spitzkehrentechnik, Ab- und Anschnallen im unwegsamen Gelände, Skitragen, Verwendung von Steigeisen, sehr gute Steigeisentechnik in Schnee und Eis, Seilsicherung möglich

Durchschnittsgeschwindigkeit je nach Anforderung und Verhältnisse, Pausen, auch lange und anstrengende Abfahrten,

DEINE VORAUSSETZUNGEN

eine Teilnahme ist nur gesund möglich, beachte bitte gegebenenfalls die Einschränkungen bei ungünstigen Bedingungen ab der Stufe mittel, Höhenmeter beziehen sich auf die Stundenleistung, Geschwindigkeiten sind Durchschnittsgeschwindigkeiten ohne Pausen bei guten Bedingungen

Fahrleistung Rad: E-Bike Mittel (20kmh, Gepäck, leichtes Gelände)

Berg: Aufstieg rund 400 HM/Stunde, Abfahrt zügig

