



Bergtour für Wiederholerinnen

Die Tour ist für Frauen geplant, die bereits bei der Zugspitzwanderung mit dabei waren und wieder gemeinsam wandern wollen.

Aufgrund der aktuellen Situation werden wir von unserem Talstützpunkt „Seminarhaus Grainau“ 2 Wanderungen von dort aus unternehmen. Mögliche Ziele sind die Steppbergalm mit dem Aussichtsgipfel Ziegspitze im Naturpark Ammerwald oder der Schwarzenkopf im Wetterstein-Gebirge. Wir werden die Tourenziele je nach Verhältnissen gemeinsam besprechen.

Anforderung:

Körperliche Fitness und Gesundheit für ca. 6 Stunden tägliche Gehzeit (1200 Höhenmeter im Aufstieg) und Trittsicherheit.

Termin: 22.07. – 24.07.2020

Beginn: Mittwoch, 18 Uhr
Ende: Freitag, ca. 16 Uhr

Kosten: € 215 inkl. 2 Übernachtungen in Zweibettzimmer
Zzgl. Gästekarte € 5,20
Halbpension + Lunchpaket

Leitung: Simone Deubel
Trainerin C Bergsteigen

Weitere Seminare unter:

www.seminarhaus-grainau.de

Anfahrtsbeschreibung zum Seminarhaus Grainau

Mit dem Auto:

Autobahn A95 München Garmisch, von dort B23 nach Grainau, am Schild "Grainau/ Eibsee/Zugspitze" biegen Sie links ab, folgen dann der Loisachstraße und biegen nach links in den Unteren Dorfplatz (Richtung Kurverwaltung) ein. Nehmen Sie nun die zweite Straße links, nach 100 m auf der rechten Seite finden Sie das Seminarhaus Grainau. Die zweite Hofeinfahrt führt direkt zu unserer Villa Wetterstein. Folgen Sie auch der Beschilderung "Jungbauernschule".

Mit der Bahn:

Vom Bahnhof Garmisch-Partenkirchen nehmen Sie den Eibseebus nach Grainau/Haltestelle "Unterer Dorfplatz" (Fahrzeit ca. 30 min). Von dort Richtung Kapelle und die nächste links in die Alpspitzstraße abbiegen. (Gehzeit 2min).

Oder Sie nehmen von Garmisch-Partenkirchen die Zugspitzbahn und steigen am Zugspitzbahnhof Grainau aus. Nun links die Waxensteinstraße entlang und rechts in die Alpspitzstraße einbiegen (Gehzeit ca. 7 min).



Anschrift

Seminarhaus Grainau Jungbauernschule e.V.
Alpspitzstr. 6, 82491 Grainau
Tel. 08821/9669760
Fax 08821/8443



„Der Berg ruft“

Bergtour für Wiederholerinnen



Neuer Termin:
22.07. – 24.07.2020

Ablauf

Mittwoch, 22.07.2020

17.30 Uhr Anreise und Zimmervergabe
18.00 Uhr Abendessen warm
19.00 Uhr Begrüßung
Infos und Tourenplanung

Donnerstag, 23.07.2020

7.30 Uhr Frühstücksbüffet
8.30 Uhr Aufbruch zu unserer Wanderung
mittags Brotzeit unterwegs
Wir wandern und genießen die
Landschaft
abends Abendessen im Seminarhaus

Freitag, 24.07.2020

morgens Frühstück
anschließend Gemeinsame Wanderung
und Berge erklimmen
mittags Brotzeit unterwegs
ca. 16.30 Uhr Ende der Veranstaltung

Bei Fragen zur Ausrüstung
oder zu den Voraussetzungen
zur Teilnahme können Sie gerne vorab
mit der Referentin Simone Deubel
im Seminarhaus Grainau telefonieren.
Tel. 08821 – 966976-0.



Voraussetzungen für die Teilnahme

- Körperliche Fitness und Kondition um bis zu 6 Stunden (max. 1600 Höhenmeter) mit Rucksack im Gebirge aufsteigen zu können.
- Gesundheitlich eingeschränkte Teilnehmer müssen vorher mit ihrem Arzt Rücksprache halten.
- Trittsicherheit
- Wandererfahrung in den Bergen ist hilfreich

Ausrüstungsliste

- Berg- oder Trekking-**Stiefel** mit Profilsohle (am besten knöchelhoch)
- Geeignete Socken
- Regenjacke und Regenhose oder Poncho
- Regenschirm
- Lange Hose; evtl. kurze Hose
- Wechselwäsche
- Warmer Pullover oder Fleece-Jacke
- Kopfbedeckung für Sonne und Kälte
- dünne Handschuhe
- Sonnenbrille und Sonnencreme
- Trinkflasche mindestens 1 Liter
- Waschzeug
- Mund-Nasen
- Evtl. benötigte Medikamente
- Evtl. Teleskop-Wanderstöcke

Aktueller Hinweis zu Corona

Zu Ihrem Wohle werden in unserm Haus alle aktuellen behördlichen Hygiene- und Sicherheitsmaßnahmen umgesetzt. Bringen Sie bitte Ihren Mund-Nasen-Schutz mit und reisen Sie nicht mit Krankheitssymptomen an. Unser Sicherheitskonzept finden Sie auch auf unserer Homepage unter Aktuelles.