



## Outdoorkurs Winter

Für den erfahrenen Outdoorer bieten Touren in den Wintermonaten unvergleichliche Naturerlebnisse. Eis und Schnee bergen aber auch gewisse Risiken. In diesem Kurs erwirbt man fundiertes Know-how, um bspw. Touren auf eigene Faust durchführen zu können. Neben der Auffrischung von Basiswissen, wie z. B. Orientierung im Gelände, liegt der Schwerpunkt auf der Vermittlung spezieller Fähigkeiten und Kenntnisse für Wintertouren.

### Outdoorkurs Winter Schweden, Wintercamp Idre

#### Leistungen:

- Busanreise ab Hamburg und Fährüberfahrten (Puttgarden-Rødby, Helsingør-Helsingborg)
- 3 Nächte Unterkunft im Ferienhaus inkl. Bettwäsche, Sauna, Frühstück, Lunchpaket, Abendessen
- 4 Nächte Unterkunft in Zelten/Schneehöhlen/Lavvu
- Lebensmittel für Selbstversorger-Verpflegung während der Schneeschuhtour
- Schneeschuhe und Stöcke
- Gemeinschaftsausrüstung (Biwaksäcke, Schneeschaufeln, Benzinkocher, Koch- und Essgeschirr)
- örtliche Transfers
- Schulung durch einen erfahrenen Wildnisguide

Reise-Nr.	Termine	Preis/Pers.
SI-05	29.01. – 07.02.21	939 €
Verlängerungswoche im Wintercamp Idre		739 €

Teilnehmer: min. 4, max. 7

#### Ablauf

Die ersten Tage verbringt die Gruppe im Wintercamp Idre. Wir unternehmen Schneeschuhwanderungen und beschäftigen uns mit Outdoor-Themen in Theorie und Praxis. In der Wochenmitte erfolgt ein Wechsel in das Naturreservat Långfjäll, wo wir in unberührter Natur mit Schneeschuhen unterwegs sein werden. Teilweise wandern wir auf dem berühmten südlichen Kungleden. Dabei übernachten wir in Zelten, mit und ohne Ofen, oder selbst gebauten Schneehöhlen.



#### Inhalte

Im Laufe der Woche erfahren die Teilnehmer u. a. Wissenswertes zu den Themen Routenwahl und Spuranlage, Orientierung im Gelände, Tourenplanung, Material- und Ausrüstungskunde, Übernachtungen im Winter (Hütte, Zelt, Schneehöhle, Notunterkünfte), Ernährung, Vorbeugung und Erste Hilfe bei Wintergefahren (Schneesturm, Kälte, White Out, Hypothermie/Erfrorungen).

Viel Wert legen wir dabei, wie immer, auf naturfreundliches Verhalten. Wir möchten keine Spuren hinterlassen und thematisieren unsere Philosophie des Minimal Impact. Da wir meist mit Schneeschuhen unterwegs sind, erlebt man diese Technik und die Ausrüstung hautnah. Eine interessante Woche für ambitionierte Outdoorer, die ihre Draußen-



Saison auf das ganze Jahr ausweiten möchten.

#### Für wen geeignet

Leistungsbereitschaft und Teamfähigkeit werden vorausgesetzt. Die Teilnehmer sollten Outdoor-Erfahrung haben und die Bereitschaft mitbringen, sich an Neuem zu versuchen. Im Kurs erhält man das Wissen, das erforderlich ist, um auch auf winterlichen Touren sicher draußen unterwegs sein zu können. •