



## Was sind die Anforderungen:

### ...um auf eine Klettertour mitzukommen?

Du solltest die in der Ausschreibung angegebene Schwierigkeit (z.B. 5a oder 6b usw.) im Nachstieg beherrschen, dein Sicherungsgerät bedienen können, schwindelfrei sein und das Abseilen beherrschen. An Material brauchst du ein Gstättli, einen Helm, Kletterfinken, einige Schraubkarabiner und Schlingen und ein Sicherungsgerät (Tuber, Grigi, Smart, Mega-Juul usw.)

### ...um auf eine Hochtour mitzukommen?

Genug Kondition für die in der Ausschreibung angegebenen Auf- und Abstiegszeiten und Höhendifferenzen (vergiss nicht, dass noch ein nicht ganz leichter Rucksack dazu kommt). Ausserdem braucht es auf Hochtouren Trittsicherheit in Geröll, Fels, Firn und Eis und du solltest mit Steigeisen, Pickel, Seil und Gstättli umgehen können. Je anspruchsvoller die Hochtour, umso wichtiger ist es, dass beim Anseilen, Steigeisen anziehen usw. keine Zeit verloren geht.

### ...um auf eine Schneeschuhtour mitzukommen?

**Bei den Senioren:** Kondition für eine 4 – 5h Tour auch bei nicht optimalen Schnee- und Wetterverhältnissen. Die Schneeschuhe müssen vor der Tour überprüft und in dieser Saison vor der Teilnahme an der Clubtour schon einmal gebraucht worden sein.

**Bei den Aktiven:** Hier gelten die gleichen Anforderungen wie bei den Senioren. Zudem ist der geübte Umgang mit dem LVS (Lawinen-Verschütteten-Suchgerät) Voraussetzung für die Teilnahme.

### ...um auf eine Snowboardtour mitzukommen?

Du solltest Kondition und Motivation für Aufstiege von mindestens 1000 Höhenmeter haben und gut mit den Schneeschuhen oder dem Splitboard laufen und sicher auch bei schlechtem Schnee und in steilen Hängen auf dem Board stehen. Das Beherrschen des Snowboards ist ein Muss! Nicht immer hat man auf den Abfahrten von oben bis unten Pulverschnee. Der Besuch eines Lawinenkurses ist Voraussetzung für die Teilnahme.

### ...um auf eine Skitour mitzukommen?

Du solltest Kondition und Motivation für Aufstiege von mindestens 1000 Höhenmeter haben, das Aufkleben und Abnehmen der Steigfelle beherrschen, deine Bindung für Aufstieg und Abfahrt ein- und umstellen können und die Spitzkehre beherrschen. Für die Abfahrt zählen nicht Eleganz, Tempo und Risikobereitschaft, sondern die Sicherheit in steilen Hängen und schwierigem Schnee. Der beste Touren-Skifahrer ist der, der ohne Sturz runterkommt! Auch für Skitouren ist der Besuch eines Lawinenkurs Voraussetzung für die Teilnahme.

### ...um auf eine Bergwanderung mitzukommen?

Du solltest trittsicher sein und Kondition und Motivation für 4 – 5h haben.

### ...um auf eine KiBe- oder JO-Tour mitzukommen?

Für KiBe-Touren braucht es kein Vorwissen. Wenn du unter 9 Jahre alt bist, dann melde dich am besten mit deinen Eltern für einen Anlass an. Wenn du zwischen 9 und 14 Jahre alt bist, dann melde dich für einen (unverbindlichen) Schnupperanlass an.

### ...um auf eine Seniorenwanderung mitzukommen?

**Tagestouren und Tourenwochen:** Die Teilnehmenden sollten trittsicher sein und Kondition für 3 - 4h (Gruppe B), 4 – 5h (Gruppe A), bis 6h (Gruppe AA) haben.

Jede Woche am Donnerstag machen wir eine Wanderung, im Wochenwechsel eine Halbtageswanderung oder eine Ganztagestour. Für die Ganztagestouren und die Tourenwochen ist eine verbindliche Anmeldung erforderlich. Die Reisekosten werden durch die Teilnehmer getragen.

**Halbtageswanderungen:** Kondition für 2 – 3h. Die Halbtagestouren finden in der Region statt. Start in der Regel um 13 Uhr, Rückkehr um ~18 Uhr. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.