

Meditative Vollmond-Schneeschuhtour in Arvenbüel

Die Touren

2 schöne Schneeschuhtouren in Amden mit Uebernachtung in 2er Zimmern im Naturfreundehaus. Beide Touren werden lawinensicher geführt. Wir bauen einige meditative Elemente in die Touren ein.

Tour Tag 1:

Der Sonnenuntergang ist am Samstag gegen 18:30, Mondaufgang gegen 19:58.

Von Arvenbüel laufen wird mit Schneeschuhen zum Rand des Hochplateaus und danach zum Naturfreundehaus, wo uns gegen 20:00 das Abendessen erwartet. Wanderzeit: knapp 3 h, incl. Pausen.

Aufstieg: ca. 300 m, Abstieg: ca. 220 m. Maximale Höhe ca. 1360 m.

Tour Tag 2:

Wir starten nach dem Frühstück, laufen je nach Schneeverhältnissen/Lawinensituation einen der vielen Rundwege Richtung Arvenbüel. Wanderzeit: ca. 3.5h, incl. Pausen.

Aufstieg: ca. 300 m, Abstieg: ca. 400 m. Maximale Höhe ca. 1510 m.

Schwierigkeit: WT2 - Mittlere Schneeschuhwanderung

Bitte lest die Zahlen, Meter und Höhenmeter. Mit Schneeschuhen ist das noch anstrengender. Bitte nur anmelden, wenn ihr schon mal etwas annähernd ähnliches gemacht habt, und Euch körperlich fit fühlt!

Anreise und Treffpunkt

Sammelpunkt ist die Bushaltestelle Arvenbüel Arven, wo wir uns um 17:07 treffen.

Anreise am besten mit OeV, z.B. Zürich ab 15:43.

Rückreise

Bus ab Bushaltestelle Arvenbüel Arven

Ausrüstung

Stirnlampe, Schneeschuhe, Stöcke mit grossem Teller, warme wasserabweisende Wander-, Bergschuhe. Falls Tiefschnee Gamaschen. Warme Kleidung und Handschuhe. Necessaire, Handtuch und Pyjama zum Uebernachten. Zusätzlich Seidenschlafsack (kann auch vor Ort gemietet werden).

Mitzubringen

Eventuell heisses Getränk in Thermoskanne und Zwischenverpflegung für unterwegs.

Kosten

67 Franken für Abendessen, Uebernachtung und Frühstück. (NF Mitglieder 61.-).

Zusätzlich sammle ich am Ende der Tour Spenden für die Naturschutz-Organisation „Pro Natura“ (empfohlener Richtwert 40 Franken).

Verbindliche Anmeldung

bis 4 Tage vor Start durch Einzahlung des Betrages von 67.- Franken auf Konto

Bernhard Eisenbarth, Lindenhofstrasse 11, 8645 Jona

bei UBS Zürich, IBAN CH14 0023 0230 2069 3140 U.

Bei Abmeldung bis 4 Tage vor Start wird das Geld rückerstattet.

Versicherung

Dies ist eine nichtkommerzielle Tour. Es wird keine Haftung übernommen. Versicherung ist Sache der Teilnehmenden. Eine Rega Mitgliedschaft wird empfohlen.

Teilnehmerzahl: Minimum 4, Maximum 12 Personen

Leitung

Bernhard Eisenbarth

Zertifizierter Meditationslehrer, esa Leiter Schneeschuhtouren, esa Leiter Wandern

