

Der Alpenverein  
Waldviertel/Heidenreichstein veranstaltet  
Hochtourentage für Anfänger\*innen und  
lädt dazu herzlich ein.



alpenverein   
heidenreichstein

## Hochtourentage für Anfänger\*innen Simonyhütte (Dachstein)

### Termin:

Freitag, 19.08.2022 bis  
Montag, 22.08.2022

### Zielgruppe:

Alpenvereinsmitglieder mit und ohne Hochtourenenerfahrung, die das Gehen von Hochtouren erlernen und ihr Wissen über Gletscherbegehungen erweitern wollen.

### Anforderungen und Ausrüstung:

Allgemeine Sportlichkeit und Kondition für Übungstouren im mit etwa 700 bis 900 Höhenmetern im Aufstieg  
Vollständige, normgerechte und funktionstüchtige Hochtourenausrüstung: Gurt, Steigeisen, Pickel, Helm.  
Vollständige Notfallausrüstung: Erste Hilfe Paket, Handy, evtl. Biwaksack und Stirnlampe.  
genaue Ausrüstungsliste bei Anmeldung  
teilweise ist Verleihhausrüstung der Ortsgruppe Heidenreichstein vorhanden

### Tourenplanung un Inhalte:

Freitag: Anreise, Auffahrt mit der Seilbahn, Zustieg zur Simonyhütte  
Samstag und Sonntag: Touren- und Übungstage im Dachsteinmassiv  
Montag: Abstieg und Heimreise

Neben dem Gehen von gemeinsamen Touren werden wir, je nach Lust und Laune und Interesse, auch folgende Inhalte in Theorie und Praxis behandeln:

- Gefahren, Risiken & Unfallkunde
- Tourenplanung & Informationsquellen
- Ausrüstung & Sicherungstechnik
- Seil- und Rettungstechnik bei Gletscherbegehungen

Für interessierte Anfänger\*innen wird ein Infoabend angeboten. Der Termin wird individuell mit den Teilnehmer\*innen vereinbart.

### Anmeldung: bis 26.06.2022

direkt beim Tourenführer

Martin Röck  
0650 5361820

alpenverein   
waldviertel

STADT  
am Berg