



MEINE ERSTE
SKITOUR

MEINE ERSTE SKITOUR

Es muss herrlich sein, abseits des Pistenrummels seine eigenen Spuren zu ziehen, sich Schritt für Schritt dem Gipfel zu nähern und dann nach einer verdienten Rast elegant ins Tal zu rauschen. Nicht umsonst gelten Skitouren bei vielen als die Königsdisziplin des Bergsteigens. Denn nicht nur der Genuß und das Vergnügen sind hoch, sondern auch die Anforderungen – man braucht eine gute Kondition und auch eine ausgefeilte Skitechnik.

MEINE ERSTE SKITOUR



„Welche Voraussetzungen muss ich mitbringen?“

„Du bist ein guter Pistenfahrer und hast Kondition für Aufstiege von bis zu 3 Stunden.“

Die Anstrengungen beim Aufstieg kannst du in etwa mit denen beim Wandern vergleichen, man hat zwar auf Skitour eine schwerere Ausrüstung, dafür geht man etwas langsamer (und in der guten Spur deines Bergführers sehr komfortabel).“

MEINE ERSTE SKITOUR



„Welche Ausrüstung benötige ich?“

„Besonders beim Skitourengehen ist die Ausrüstung essentiell.

Mit alten Ski und einer technisch überholten Bindung leidet nicht nur der Spaß, sondern auch die Sicherheit.

Bei VIVALPIN kannst du gleich mit der besten Tourenausrüstung starten: Mit VÖLKL Tourenski und MARKER Sicherheits-Tourenbindungen.

Die Leihrüstung ist bei allen Einsteigerkursen im Preis inbegriffen. Außerdem erhältst du leihweise die komplette Notfallausrüstung von ORTOVOX, bestehend aus LVS-Gerät, Schaufel und Sonde.“

MEINE ERSTE SKITOUR



„Ich habe keine Erfahrung beim Tiefschneefahren, kann ich trotzdem an den Kursen teilnehmen?“

„Die moderne Leihrüstung erleichtert die Skitechnik in allen Schneearten.

Wenn du eine parallele Skitechnik auf roten Pisten beherrscht und auch sicher schwarze Pisten befahren kannst, dann bringst du die technischen Voraussetzungen zum Tiefschneefahren mit.

Mit der Leihrüstung und in den kleinen Kursgruppen wirst du dann schnell Freude an der neuen Materie finden!“

VIVALPIN BERGFÜHRER TIPP



Eine **funktionierende und vollständige Ausrüstung** ist für Skitouren besonders wichtig. Nicht klebende Felle, Schuhe mit Passformproblemen, eine falsch eingestellte Bindung oder wenig funktionelle Bekleidung können den Erfolg der Skitour gefährden.

Bei der **Skitouren-Bekleidung** hat sich bei besonders das Zwiebelprinzip bewährt. Mehrere dünnen Schichten können ideal variiert und so allen Bedingungen bestens angepasst werden.

Beim **Rucksack-Packen** gilt „weniger ist mehr“. Denn jedes Gramm Gewicht will von Dir während der ganzen Tour getragen werden. Außerdem musst du berücksichtigen, dass auch noch die Notfallausrüstung, bestehend aus Schaufel und Sonde, in deinem Rucksack Platz findet.

TOP Skitourenausrüstung zu attraktiven Preisen und mit kompetenter Beratung findest Du bei unserem Partner SportScheck

www.sportscheck.com.