



# Einführung Skitouren

**Interessierst du dich neu für Skitouren oder hast schon lange keine Skitouren mehr gemacht, dann ist dies der ideale (Wieder-) Einstieg. In einer kurzen Skitour zeigen wir dir die Kniffe und Tricks beim Skitourengehen und bringen dir das zeitgemässe Material näher.**

<b>Kursdaten</b>	und 18.01.2020 Dauer: 1 Tag
<b>Kursart</b>	WINTER Skitouren
<b>Kurstufe</b>	1
<b>Organisierende Gruppe</b>	Stammsektion Aktive
<b>Kursziele</b>	Begriffe und Handgriffe für Skitouren kennen, um zu verstehen was bei einer Sektionstour gemacht werden soll und dass du ideal auf das Mitmachen bei einer solchen Skitour vorbereitet bist.
<b>Kursinhalte</b>	In Theorie und Praxis erlernst du die Begriffe im Skitourenbereich, Steigfelle an- und abziehen, Steigetechnik mit Spuranlage, LVS-Basisanwendung sowie die theoretischen Grundlagen der elementaren Lawinenkunde zu Gefahrenstufen und Hangneigung, Aufstiegs- und Abfahrtsplanung inklusive der Betrachtung der Wildschutzzonen.
<b>Voraussetzungen</b>	Gute Skikenntnisse auf der Piste, Kondition für 500 Höhenmeter Aufstieg, Mitglied beim SAC Pilatus ab 18 Jahre (Skitourenenerfahrung ist nicht erforderlich)
<b>Kursort</b>	Eigenthal oder Langis
<b>Kursleitung</b>	Hämmerli Simon (Tourenleiter/in SAC)
<b>Preis/Leistungen</b>	CHF 60.-, exkl. Reisespesen
<b>Anmeldung</b>	Online bis eine Woche vor dem Kurs. Fragen gerne per E-Mail an <a href="mailto:kirsten.goerner@gmx.ch">kirsten.goerner@gmx.ch</a> .
<b>Material</b>	Komplette Skitourenausrüstung: Ski, Felle, Stöcke, Lawinenschaufel, LVS (Lawinenschüttelgerät z.B. Barryvox, Puls, Pips...), falls vorhanden Lawinensonde. Alles im Rucksack inkl. Lunch & Getränk. Snowboarder: Schneeschuhe, Stöcke!
<b>Zeit und Treffpunkt</b>	Im Raum Luzern, genauer Treffpunkt wird nach der Anmeldung bekannt gegeben