

Italien / Südtirol:

Rund um die 3 Zinnen



Magische Wege & Klettersteige in den Sextener Dolomiten



Bergsteigerschule & Trekking weltweit seit 1982 Leitung: Norbert Vorwerk, staatl. gepr. Bergführer Sitz: Bergisch Gladbach

Eine Klettersteig – Genusstour mit herrlichen Pfaden & Wegen

Die schönsten Wanderwege & Klettersteige der Alpen.

Wir wandern auf historischen Wegen, nutzen bewährte Via Ferratas, erleben jeden Tag spektakuläre Aus-sichten. Die Klettersteige sind teilweise luftig, immer perfekt gesichert und niemals richtig schwierig. Zeit zum Seele-baumeln-lassen findet sich immer wieder.

Cadini Gruppe - Drei Zinnen - Sextener Sonnenuhr - Rotwand

Für Klettersteiggeher mit Grundkenntnissen

Bei Bedarf überprüft der Bergführer das Können und schult noch einmal alle wichtigen Verhaltensweisen, damit wir die nächsten Tage auch alle entspannt und sicher unterwegs sein können.

Voraussetzung:

Klettersteig-Erfahrung, Kondition für 5-7 stündige Bergtouren mit Ruck-sack (ca. 8 kg)



**Kleine Gruppen:
4 – 8 Teilnehmer !**

Hüttentour mit Klettersteig

Kat 2-3/ B-C



5-7 Std./ Tag
bis 900 Hm /Tag

Termine 2018

Juli: 15.07.-20.07. (KST-15-18)

Aug: 12.08.-17.08. (KST-16-18)

Sep: 02.09.-07.09. (KST-17-18)

6 Tage ab € 885,-

Leistungen:

- 5 Übernachtungen
- Halbpension
- Führung
- Seilbahn & Transfers
- Leih-ausrüstung auf Anfrage (siehe Ausrüstungsliste!)

Kleingruppenaufpreis 4-5 TN € 80,-
kleine Gruppen & Sondertermine auf Anfrage





Treffpunkt:

Sonntag 14 Uhr in Toblach am Bahnhof

Der geplante Verlauf:

- So:** Vom Misurina See wandern wir gemütlich zum **Rifugio Col de Varda** (2.106 m) mit grandioser Aussicht. Welche Tour wir von der Hütte aus ohne Rucksack noch machen, entscheiden wir vor Ort.
- Mo:** Der **Sentiero Bonacossa** führt mit abwechslungsreichen Wander- und Klettersteigpassagen ohne große Schwierigkeit zu einer wunderschön gelegene Hütte. Nach einer leckeren Mittagspause wandern wir mit grandiosem Blick auf die 3 Zinnen zur gemütlichen **Rifugio Lavaredo**. So kann ein Bergurlaub beginnen ☺ (Kat 1-2) (ca. 5 Std./ ↓ 900 Hm, ↑ 900 Hm)
- Di:** Heute riskiert wohl mancher Wanderer einen steifen Nacken: Unser Weg an den 3 Zinnen führt direkt unterhalb der Nordwand entlang... einfach spektakulär: 3 Stunden wandern und staunen! Am Sattel beginnt der **Paternkofel-Klettersteig** hinauf auf den Paternkofel (2.740 m) (Kat B-C/ 3, ca. 1,5 Std./ ↑ 350 Hm), der **Schartenweg-Steig** (Kat B/ 2, ca. 1 Std./ ↓ 300 Hm) führt hinab zu unserem Pausenplatz, der 3-Zinnen Hütte. Im Anschluss wandern wir gemütlich zur **Büllejoch Hütte** (2.526 m). (gesamt: 5-6 Std./ ↑ 650 Hm)
- Mi:** Vor dem Frühstück (ja, ernst gemeint ☺) besteigen wir in einer Stunde die Oberbachspitze (2.675 m). 100 Hm, die sich lohnen und das Frühstück noch besser schmecken lassen! Dann heißt es Berg-Genuss-Tag: Ohne große Höhenunterschiede wandern wir mit gemütlichen Wiesen-Pausen durch wegloses Gelände zur **Zsigmondy Hütte** (2.224 m). Wer möchte, besteigt unterwegs 1 bis 3 Gipfel in dieser grandiosen Landschaft (gesamt: 2 h, ↑ 200 Hm zzgl. diverse Wahl-Gipfel)
- Do:** Bei guter Kondition wandern wir auf die Hochbrunnenschneide (3.046 m) (ca. 4,5 Std./ ↑ 870 Hm, ↓ 750 Hm) und steigen Teile des **Alpini-Klettersteig** (Kat B-C/ 3) zur **Rotwandwiesen Hütte** (1.900 m). Wenn wir es weniger fordernd (obwohl sehr lohnend!) wollen, gehen wir „nur“ den berühmten Alpini-Steig mit den von der Natur eindrucksvoll angelegten Querbändern. (ca. 3 Std./ ↑ 300 Hm ohne Gipfel-Option)
- Fr:** Klettersteig ohne Rucksack mit Traumaussicht ... Wer möchte sich diesen Genuss entgehen lassen! Von der Hütte aus führt der **Rotwand-Klettersteig** (Kat B-C/ 3) in 3,5 Stunden 1.050 Hm hinauf auf die Rotwand (2.965 m). Zurück auf der Hütte nehmen wir - nach einer Pause - unseren Rucksack und wandern hinab zum Parkplatz. Von hier fahren mit dem Bus knapp 10 km zurück nach Toblach - jede Tour geht irgendwann einmal zu Ende ... schade! Ciao Dolomiti!





Praktisches & Wichtiges zur Tour

Anreise:

Anreise vom Norden über Innsbruck -Brenner- Sterzing- Bruneck- Toblach.
Für Fahrgemeinschaften geben wir Ihre E-Mailadresse an andere Touren-Teilnehmer weiter.
(Bitte teilen Sie uns mit, wenn Sie dies ausdrücklich nicht wünschen!)

Wer früher anreisen möchte, findet Unterkünfte unter: www.hochpustertal.info. (Da die meisten Pensionen nur wochenweise vermieten, wählen Sie besser ein Hotel)

Übernachtung & Verpflegung

Wir übernachten 6x auf urgemütlichen Berghütten in Mehrbettzimmern - normalerweise für 4-6 Personen pro Zimmer.

In der Hochsaison kann es schon auch einmal vorkommen, dass eine Hütte restlos überfüllt ist und alle „zusammenrutschen“ müssen - so dass auch einmal mehr Personen in einem Bettenlager zusammen liegen. Da wir rechtzeitig reservieren und deshalb die bestmöglichen Unterkünfte bekommen, geschieht das selten. In vielen Berghütten gibt es die Möglichkeit, warm zu duschen (Aufpreis).

Sie erhalten eine reichhaltige Verpflegung (Halbpension) mit Frühstück und warmem Abendessen. Die meisten unserer Unterkünfte sind für sehr gutes und reichhaltiges Essen bekannt ☺

An manchen Tagen haben wir unterwegs Einkehrmöglichkeiten oder Sie können sich auf der Hütte ein Lunchpaket zusammenstellen lassen (zirka 6-8 EUR). Deshalb reicht es aus, wenn Sie genügend zu Trinken und kleine Snacks für zwischendurch (Energie- /Müsliriegel, Trockenobst, Würstchen) dabei haben.

Vorbereitung zu Hause

Ausdauer-Training: Joggen, Radfahren mit stetiger Belastung.
Lieber 2 bis 3 mal pro Woche 20-30 Minuten, als alle 2 Wochen 1 Stunde!

Beinkraft-Training: Treppensteigen, Bergaufläufe, ...
Lassen Sie vor einem Aufenthalt im Gebirge einen allgemeinen Gesundheitscheck durchführen.

Ausrüstung -- ergänzend zur allgemeinen Bergwander-Ausrüstungsliste benötigen Sie:

Klettersteig-Ausrüstung:

Nachfolgend aufgeführte Klettersteig-Spezialausrüstung kann, wenn nicht privat vorhanden, von der DAKS ausgeliehen werden.

Die Leihrüstung wird vom DAKS-Bergführer am Tourentreffpunkt ausgeliehen — muss aber unbedingt vorher bei der DAKS bestellt werden. Leihgebühr: EUR 40,- (zahlbar vor Ort beim Bergführer)

- Kletter-Helm
- Anseil- Sitz- & Brust-Gurt (KEIN Kombigurt !!)
- Klettersteig-Set
- Bandschlinge, 1,5 m als offenes Schlauchband (nicht zu geschlossener Schlinge vernäht)
- 1 Schraubkarabiner

Sonstiges

- Klettersteighandschuhe (Tipp: günstige Fahrradhandschuhe)