



WIR MACHEN IHRE FREIZEIT ZUM ERLEBNIS

BERGWANDERN · HOCHTOUREN · KLETTERSTEIGE · KLETTERN · KURSE · SKITOUREN · SCHNEESCHUH-TOUREN

OASE
ALPINCENTER



Reisedauer:

3 Tage

Kategorie:

Klettersteig

Anforderung:

Technik: **Mittel** - Kondition: **Mittel**

Klettersteige rund um Oberstdorf

Klettersteigkurs für Klettersteigeinsteiger

Das Begehen von Klettersteigen erfreut sich zunehmender Beliebtheit. Nicht zuletzt deswegen werden immer mehr Steige angelegt, die auch als Tagestouren gemacht werden können. An den drei Tagen erfahren Sie alles Wissenswerte rund um das Klettersteiggehen und lernen zudem noch interessante Ecken der Allgäuer Alpen kennen. Als Höhepunkt absolvieren wir am 3. Tag den bekannten Hindelanger Klettersteig.

Region:

Allgäuer Alpen (Deutschland, Österreich)

Tourenstart:

9.00 Uhr, OASE Alpin Center, Bahnhofplatz 5, direkt am Gleis 1.

1. Tag

Einführung - Abseilen im Klettergarten und Erlebnisklettersteig an der Kanzelwand

Nach der Ausrüstungsausgabe und kurzer Einweisung fahren wir mit unseren Privat-PKW's (Bildung von Fahrgemeinschaften) zum Klettergarten. Dort gewöhnen wir uns zuerst beim Abseilen am Fels schon einmal an die Höhe und bekommen Vertrauen in die Ausrüstung. Am Nachmittag fahren wir dann mit der Seilbahn zur Bergstation Kanzelwand (1.949 m) und erreichen dort nach kurzem Fußmarsch den Erlebnisklettersteig der für Einsteiger geeignet ist. Rückkehr in Oberstdorf ca. 16.00 Uhr

Gehzeit ca. 5 Stunden inkl. Zu- und Abstieg, Aufstieg 150 m, Abstieg 150 m, ca. 2 km

Wegekategorie ●●●●● Klettersteig A / B, Klettergarten

2. Tag

Iseler Klettersteig (Salewa Klettersteig)

Hoch über Bad Hindelang, am 1.876 m hohen Iseler, wurde im Sommer 2008 der Salewa-Klettersteig eröffnet. Dieser klassische Klettersteig im Schwierigkeitsgrad B/C ist in drei Abschnitte aufgeteilt, perfekt abgesichert und ideal für Klettersteigneulinge geeignet.

Gehzeit ca. 6 Stunden inkl. Zu- und Abstieg, Aufstieg 500 m, Abstieg 500 m, ca. 4,5 km

Wegekategorie ●●●●● Klettersteig B / C

3. Tag

Hindelanger Klettersteig (Oberstdorf)

Der Hindelanger Klettersteig ist einer der schönsten, längsten und anspruchvollsten Klettersteige der Allgäuer Alpen. Der Klettersteig beginnt am Nebelhorngipfel und führt über einen recht zerklüfteten und schmalen ca. 5 km langen Felsgrat bis zum Großen Daumen. Bei der Überwindung des Felsgrates stehen dem Kletterer gut 100 Meter Leitern und viele hundert Meter Drahtseil zur Seite. Viele nicht ganz ungefährliche Stellen muss der Kletterer dennoch ohne Sicherung überwinden. Nach etwa dem ersten Drittel des Hindelanger Klettersteiges kann man abkürzen. Hin und zurück kommt man von Oberstdorf aus mit der Nebelhornbahn. Für den Hindelanger Klettersteig sollte man trittsicher, fit, schwindelfrei und ausreichend ausgerüstet sein. Bei schlechtem Wetter sollte man besser auf eine Begehung verzichten. Etwa 5 Stunden muss man für den Klettersteig einplanen, dazu kommt noch die Zeit für den Rückweg. Ankunft in Oberstdorf ca. 17.00 Uhr.

Gehzeit ca. 7 Stunden inkl. Zu- und Abstieg, Aufstieg 350 m, Abstieg 650 m, ca. 7,5 km
Wegekategorie ●●●●●●●●●● Klettersteig A / B, Kletterstellen I. Grad

Leider ist der Hindelanger Klettersteig in der Saison 2020 wegen Bauarbeiten an der Nebelhornbahn nicht möglich. Unsere Bergführer haben für Sie passende Alternativen ausgesucht:

Ostrachtaler Klettersteig Kategorie B / C, Gehzeit ca. 4 Stunden
Friedberger Klettersteig Kategorie B / C, Gehzeit ca. 7 Stunden
Klettersteig Lachenspitze Kategorie C / D, Gehzeit ca. 6 Stunden
Mindelheimer Klettersteig Kategorie B / C, Gehzeit ca. 9 Stunden
2 - Länder - Sport - Klettersteig Kategorie C / D, Gehzeit ca. 5 Stunden

Konditionelle Voraussetzungen:

Mittel: Bis zu 1200 HM im Auf- und Abstieg **oder** Tagesetappen bis zu 9 Std. reine Gehzeit. Gehintervalle von 2 Std. ohne Pause.

Technische Voraussetzungen:

Mittel: Schwindelfreiheit und Trittsicherheit sind erforderlich. Klettersteige bis Schwierigkeit C. Bergerfahrung auf **mittelschweren** und **schweren** Bergwegen ist erforderlich. Alpinklettern im I.-II. Schwierigkeitsgrad ist Voraussetzung. Klettersteigerfahrung ist von Vorteil.

Wege und Gelände:

Überwiegend **einfache** und **mittelschwere**, vereinzelt auch **schwere** Bergwege. Felsgelände mit Trittschrauben, Stahlseilen, Ketten, Leitern und Seilbrücken. Der Untergrund kann, je nach Witterung auch rutschig sein.

Leistungen:

Staatlich geprüfter Berg- und Skiführer, Ausrüstung
Ausbildungsunterlagen: Klettersteigfibel



Zusatzkosten:

2x Übernachtung

Für Bergbahnen zwischen € 20.- und € 30.- pro Tag

Nach persönlichem Bedarf in bar ca. € 25.- pro Tag für Getränke, Rucksackproviand, etc.

Gerne können Sie Ihre Zufriedenheit mit einem Trinkgeld für den Bergführer ausdrücken.

Teilnehmer:

4 - 8 Personen

Landkartenempfehlung:

Kompasskarte Oberstdorf-Kleinwalsertal, WK 03 (1 : 25.000)

Kompasskarte Allgäuer Alpen, WK 3 (1 : 50 000)

Anreise nach Oberstdorf:

Nutzen Sie die guten Bahnverbindungen nach Oberstdorf. Unser Büro befindet sich direkt am Gleis 1. Wenn Sie mit dem PKW anreisen fahren Sie auf der Sonthofener Straße bis zum Kreisverkehr beim Autohaus Seitz+Mayr. Sie nehmen die 3. Ausfahrt und erreichen nach ca. 500 m den Bahnhof.

Parkschein:

Im Bereich des Bahnhofs können Sie die Kurzzeitparkplätze (am besten den P3) benutzen. Kommen Sie zu uns in das Büro (direkt am Gleis 1) und melden sich an. Dort bekommen Sie den Parkschein, gegen € 30,- Pfand, für den Dauerparkplatz P1 und P2. Fahren Sie mit Ihrem PKW auf P1 oder P2, der ca. 10 Min. Fußmarsch vom Bahnhof entfernt ist. Ihr Gepäck können Sie in der Zwischenzeit bei uns deponieren.

Aufenthaltsverlängerung:

Sollten Sie vor oder nach der Tour eine Unterkunft benötigen, ist Ihnen die Zimmervermittlung gerne behilflich.

Oberstdorf Telefon 0 83 22 - 700 – 0, www.oberstdorf.de

Bad Hindelang 08324 - 8920, www.badhindelang.de

OASE AlpinCenter:

Unser Büro, Bahnhofplatz 5, befindet sich direkt am Bahnhof in Oberstdorf, am Gleis 1. Das Büro ist eine Stunde vor Tourenbeginn besetzt.

Information und Anmeldung:

Bei weiteren Fragen zur Tour erreichen Sie uns persönlich von:

Juni – Sept.: Montag – Freitag von **8 – 18 Uhr**

Oktober – Mai: Montag – Freitag von **8 – 13 Uhr**

Sie können auch gerne eine Nachricht auf dem Anrufbeantworter hinterlassen, wir rufen Sie dann umgehend zurück.

Tel.: +49 8322 8000980

Notfall Tel.: +49 151 61309123

Online: www.oase-alpin.de

E-Mail: bergschule@oase-alpin.de

OASE-Packliste:

Rucksack ca. 25 l Volumen, Gesamtgewicht ca. 7 kg

* Wir empfehlen Markenkleidung und Ausrüstung unserer Partner

Das trage ich bereits am Körper

Funktionelle Unterwäsche und Funktionssocken

Funktionelle Berghose

Funktionsshirt (Icebreaker Merinowolle)*

Funktionelle Jacke aus PrimaLoft oder Fleece (Arc'teryx)*

Knöchelhohe Bergschuhe mit guter Profilsohle, **Kategorie BC** (Meindl)*

	Gewicht ca. habe ich (in Gramm) eingepackt	mein Gewicht
Das ist unverzichtbar		
• Rucksack (Deuter)*, mit Regenhülle	1350	<input type="checkbox"/> _____
• Wechselshirt kurz (Icebreaker Merinowolle)*	160	<input type="checkbox"/> _____
• Wechselshirt lang (Icebreaker Merinowolle)*	220	<input type="checkbox"/> _____
• Wasser- und winddichte Jacke (kein Poncho), evtl. Gore-Tex (Arc'teryx)*	690	<input type="checkbox"/> _____
• Wasser- und winddichte Hose, evtl. Gore-Tex (Arc'teryx)*	310	<input type="checkbox"/> _____
• Mütze und Stirnband	40	<input type="checkbox"/> _____
• Dünne Handschuhe oder Klettersteighandschuhe (Leki)*	80	<input type="checkbox"/> _____
• Kurze funktionelle Hose (Arc'teryx)*	210	<input type="checkbox"/> _____
• Sonnenschutz: Sonnencreme LSF 30, Lippenchutz, Cap	70	<input type="checkbox"/> _____
• Sonnenbrille	40	<input type="checkbox"/> _____
• Buff* (*gibt's vom OASE AlpinCenter als Begrüßungsgeschenk)	30	<input type="checkbox"/> _____
• Trinkflasche, Trinkblase oder Thermoskanne (1 Liter)	560	<input type="checkbox"/> _____
• 1 Liter Flüssigkeit	1000	<input type="checkbox"/> _____
• Elektrolyt-/Magnesium Tabletten (Röhrchen)	150	<input type="checkbox"/> _____
• Nüsse / Trockenobst / Müsliriegel (Seeberger)*	210	<input type="checkbox"/> _____
• Persönliche Medikamente, Blasenpflaster	220	<input type="checkbox"/> _____
• Ausweise, Bargeld, EC-Karte, Auslandsversicherung in wasserdichtem Beutel mit ziploc-Verschluss	40	<input type="checkbox"/> _____
Spezielle Klettersteigausrüstung (wird von uns kostenlos zur Verfügung gestellt)		
• Klettergurt	430	<input type="checkbox"/> _____
• Klettersteigset	540	<input type="checkbox"/> _____
• Verriegelbare Karabiner 2x	150	<input type="checkbox"/> _____
• Reepschnüre	100	<input type="checkbox"/> _____
• Bandschlinge	40	<input type="checkbox"/> _____
• Kletterhelm	320	<input type="checkbox"/> _____
Gesamtgewicht (inkl. Rucksack):	6960	_____
Das ist empfehlenswert		
• Teleskopstöcke (Leki)*	520	<input type="checkbox"/> _____
• Fotoapparat	250	<input type="checkbox"/> _____

Unser Tipp für Regenwetter: Kleiden Sie Ihren Rucksack innen mit einem Deuter Drypack aus.
