

Alpenüberquerung vom Dachstein in den Biosphärenpark Lungau

08. - 13. Juli 2024
08. - 13. September 2024

TREFFPUNKT

Wir treffen uns am Starttag um 08.30 Uhr am Gosausee vor dem [Gasthof Gosausee](#). Bitte sei pünktlich dort! Falls Du Dich verspäten solltest, gib uns bitte Bescheid.

ANREISE

Wenn du mit öffentlichen Verkehrsmitteln anreist, bringt dich auf dem letzten Stück der Regionalbus 542 bis zur Haltestelle Hintertal b. Gosau Gosaukambahn.

Bei [Anreise mit dem Auto](#) stehen zahlreiche kostenlose Parkplätze zur Verfügung.

RÜCKREISE

Am letzten Tag werden wir von einem Bus von Obertauern zurück zum Gosausee gebracht. Ankunft dort voraussichtlich am frühen Abend.

PREIS: € 1.149,-

Inkludierte Leistungen

- 6 Tourentage mit zwei qualifizierten Wanderführern
- 5 Übernachtungen in Hütten (Lager), Hotels/Pensionen (Mehrbettzimmer) inkl. Frühstück
- Rücktransfer vom Ziel- zum Startort
- hochwertiges Fotomaterial (digital)

KOSTEN AUSSERHALB DES TEILNEHMERBEITRAGS

- individuelle An- und Abreise
- Verpflegung unterwegs, Abendessen, Getränke und ggf. Lunchpakete
- z.T. Duschen auf den Hütten

DEINE VORAUSSETZUNGEN

Für diese Wandertour ist eine gewisse Grundfitness notwendig. Trittsicherheit und regelmäßige sportliche Betätigungen sind Voraussetzung, damit die Alpenüberquerung erfolgreich durchgeführt werden kann. Du musst in der Lage sein, deinen eigenen Rucksack zu tragen und Strecken von bis zu 20 Kilometern bzw. 1300 Höhenmetern bergauf und Gehzeiten von bis zu 8 Stunden pro Tag zurückzulegen!

EMPFOHLENE VERSICHERUNGEN

Eine Reise-Auslandskrankenversicherung, Rücktransportversicherung, Reiseunfallversicherung und ggf. eine Reiserücktrittversicherung wird jedem Teilnehmer unbedingt empfohlen. Tipp: Mitglieder alpiner Vereine sind sehr gut versichert – frage bei deinem Verein nach, um eine Doppelversicherung zu vermeiden. Oder werde einfach Förderer der Österreichischen Bergrettung. Formular: www.bergrettung-salzburg.at/foerderer-werden/

DEINE ANSPRECHPARTNER

Renate Steinacher
+43 (0)680 2341614
renate@wandererlebnis.guide

Christoph Werntgen
+49 (0)178 5209454
christoph@wandererlebnis.guide

Alpenüberquerung vom Dachstein in den Biosphärenpark Lungau

08. - 13. Juli 2024
08. - 13. September 2024

ABLAUF

Tag 1:

von Gosausee zur Hofpürglhütte
⇒ 13,5 km, ↑ 1200 hm, ↓ 400 hm

Tag 2:

von der Hofpürglhütte
zur Dachstein Südwandhütte
⇒ 12,5 km, ↑ 950 hm, ↓ 800 hm

Tag 3:

von der Dachstein Südwandhütte
nach Schladming-Rohrmoos
⇒ 20 km, ↑ 650 hm, ↓ 1250 hm

Tag 4:

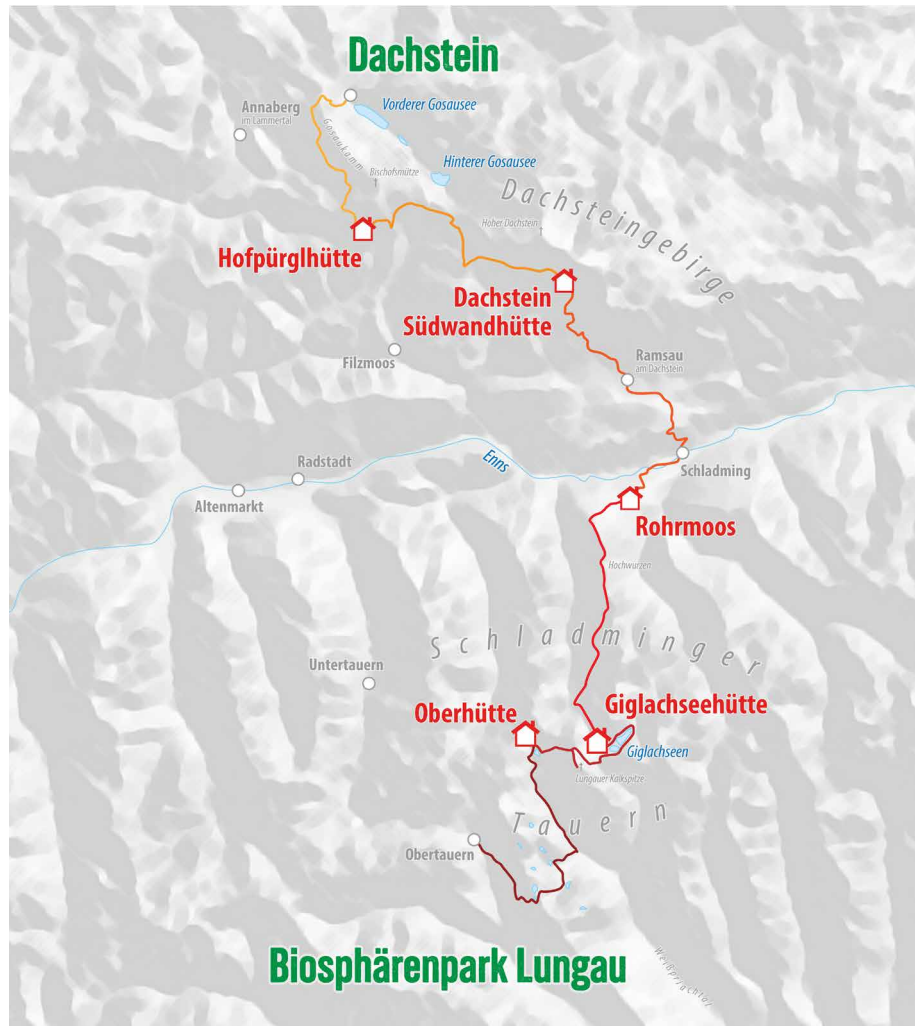
von Schladming-Rohrmoos zur Giglachseehütte
⇒ 14,5 km, ↑ 1250 hm, ↓ 550 hm

Tag 5:

von der Giglachseehütte über die
Lungauer Kalkspitze zur Oberhütte
⇒ 10,5 km, ↑ 650 hm, ↓ 750 hm

Tag 6:

von der Oberhütte nach Obertauern
⇒ 15,5 km, ↑ 900 hm, ↓ 1150 hm



Streckenführung und Unterkünfte können aus organisatorischen Gründen leicht abweichen.

Alpenüberquerung vom Dachstein in den Biosphärenpark Lungau

08. - 13. Juli 2024
08. - 13. September 2024

PACKLISTE

- Rucksack mit Regenhülle (ca. 35 Liter), nicht schwerer als 10 kg
- knöchelhohe, feste, eingelaufene Bergschuhe mit guter Profilgummisohle (Kategorie B); Ersatzschnürsenkel
- 2 Paar Wandersocken (Wolle-Synthetik-Mix)
- 2-3 Funktionsshirts (am besten davon 1 Langarm)
- Funktionswäsche
- isolierende/wärmende Schicht (Daune/Fleece/Primaloft)
- 1 lange und 1 kurze Trekkinghose - oder Zip-Modell
- Regenschutz (Jacke + evtl. Hose)
- dünne Mütze + Handschuhe
- Wanderstöcke (können ausgeliehen werden)
- Trinkflaschen, -blase (insgesamt ca. 2 Liter)
- Stirnlampe
- Sonnenschutz (Kopfbedeckung, Sonnenbrille, Sonnencreme LSF mind. 30, besser 50)
- Personalausweis, Krankenkassenkarte/e-card
- wenn vorhanden: Alpenvereinsausweis
- Bargeld (Verpflegung), EC-Karte
- Erste-Hilfe-Set (siehe unten), persönliche Medikamente
- Handy, Kamera (mit Akkus, Speicherkarte, Ladegeräten)
- evtl. kleine Sitzunterlage für Pausen
- bequeme Hose, T-Shirt, Pulli für die Hütte
- Schlafsachen
- 1 Paar Hüttenschuhe (leichte Turnschuhe, Flipflops oder Sandalen)
- Hüttenschlafsack, evtl. kleiner Kissenbezug
- Ohropax
- Waschzeug (Zahnbürste, -pasta, Duschgel, Hygieneartikel; kleine, nicht volle Tuben/Fläschchen)
- Microfaserhandtuch
- Taschentücher
- Plastiktüte (Schmutzwäsche)
- Badehose / -anzug (für Mutige)
- Verpflegung für die ersten Etappen (Müsliriegel, Obst, etc.)
- 2-4 Kabelbinder
- evtl. kleines Taschenmesser

ERSTE-HILFE-SET

- Wundschnellverband (Pflaster)
- Blasenpflaster
- elastische Binde
- Tape (mind. 2,5 cm breit)
- Einmalhandschuhe
- Dreieckstuch
- sterile Mullkompressen (10 x 10 cm)
- kleine Schere
- Rettungsdecke
- evtl. Zeckenzange / Pinzette

Bitte das Ablaufdatum der Materialien beachten.

HÜTTENLEBEN

Für einen angenehmen Aufenthalt sind einige Regeln zu beachten:

- Eigenes Handtuch, Schlafsack und Hüttenschuhe benutzen
- Wasser und Energie sparen
- Müll vermeiden und den eigenen Abfall mit ins Tal nehmen*
- Rauchverbot in der Hütte, im Freien Aschenbecher benutzen
- Bitte den Aushang der Hüttenordnung lesen und befolgen

*#ESTUTNICHTWEH

„Mit uns wandert der Müll vom Berg ins Tal.“
Das ist das Motto des gemeinnützigen Vereins #estutnichtweh.

Du möchtest das Starterset bestehend aus DRECKSACKERL, MISTZANGERL und TSCHICKDOSERL erhalten und bereits während der Alpenüberquerung zusammen mit uns die Berge ein Stück sauberer hinterlassen? Gib uns gern Bescheid und wir bringen dir dein Set zum Startpunkt mit.

Alle Infos zum Verein:

www.estutnichtweh.org

