

Einführungskurs Bergwandern

Die Vielfalt an Geländeformen auf weiss-rot-weissen Wegen: Wann ist es T1, T2 oder T3, was tun?

3 Online-Treffen à 2 Std. und 2 Tage im Gelände in Nidwalden



Sicher bergwandern.

Wanderst du gern und Unsicherheit oder Zweifel hindern dich daran, auf Bergwanderwegen (T2/T3), auch mal alleine oder einfach entspannt unterwegs zu sein?

Möchtest du erlernen und erfahren, wie du eine Bergwanderung planen und worauf du dich im Vorfeld und im Gelände achten solltest?

Dieser Einführungskurs im Bergwandern zielt ab, dir das Grundgerüst an Basiswissen und praktischen Kenntnissen zu vermitteln, um selbständig und nach den aktuellen Standarten auf T2/T3 Wege sicher und mit Freude zu wandern.

Inhalte

Während der 3 Online-Abendtreffen legst du das Fundament für eine gute Planung und Vorbereitung einer Bergwanderung.

1. Online-Treffen

Ziele und Bedürfnisse, Signalisation Wegkategorien, Grundlage Kartenlesen und Zeichnen, Höhenangaben

2. Online-Treffen

Wetterbericht lesen und interpretieren, alpine Gefahren, Tiere auf dem Weg, Naturschutzgebiete

3. Online-Treffen

Digitale Planung einer Bergwanderung an Hand der 3x3 Methode

2 Tage im Gelände auf T2/T3

Anwendung des Erlernten, Tempo, Pause, Gehtechniken, Wanderstöcke, rollende Planung, Wetter, Verhältnisse, Gelände, Faktor Mensch (3x3)

Tag 1

Bergwanderung am Niederbauen der Schwierigkeit T1/T2 (10km, 450Hm bergauf, 740Hm bergab)

Tag 2

Bergwanderung ab Klewenalp der Schwierigkeit T2/T3 (12km, 930Hm bergauf und bergab)

Versicherungsschutz ist Sache der Teilnehmenden (siehe AGBs)

Wo

Emmetten - Beckenried, NW

Wann

Online-Treffen

April und Mai 2025

Wandertage

Mai oder Juni 2025

Gemeinsames Abendessen im Hotel Seeblick (exkl.), Übernachtungsmöglichkeiten auf der Rückseite

Kosten

- A) 3x Online-Treffen und 1 Wandertag CHF 390.-
- B) 3x Online-Treffen und 2 Wandertage CHF 490.-

1

Unterlagen

Du bekommst im Voraus ein Skript mit einer Zusammenfassung der Inhalte.

Empfohlen ist die Anschaffung des «SAC Lehrbuches Bergwandern – Alpinwandern» unter diesem [Link](#).

Die Online-Treffen finden per [Zoom](#) statt (gratis Registrierung)

2

Digitale Planung

Geschult wird das digitale Planungsinstrument [SchweizMobilPlus](#) Abo CHF 35.-/Jahr [Registration](#), App gratis

Möglich ist auch die Benutzung vom App [SwissTopo](#) (gratis), für Anfänger weniger geeignet.



3

Fitness

Erforderlich ist eine stabile körperliche und psychische Verfassung .

Bitte berücksichtige die Höhenmeter Angaben der Wanderungen und beurteile, was für dich machbar ist.

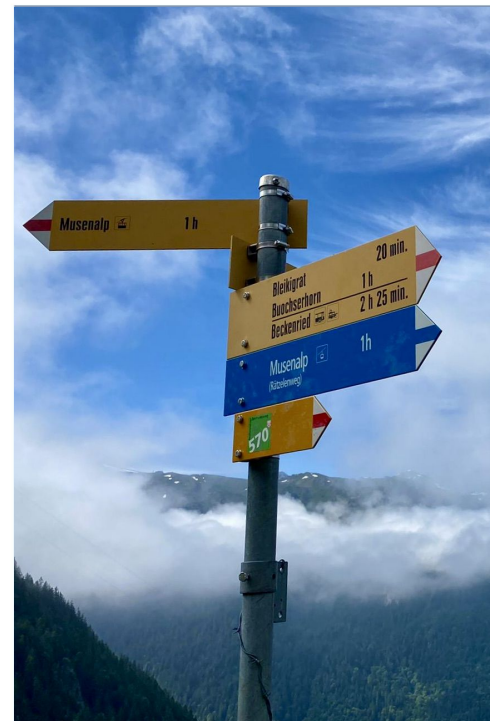
Die Wanderungen starten auf 1500 m. ü. M.

4

Übernachtungsmöglichkeiten

Emmetten:
Hotels [Seeblick](#)
Hotel [Engel](#)
Gasthaus [Schlüssel](#)

Beckenried:
Hotel [Seerausch](#)
B&B [Beckenried](#)



5

Anmeldung

Interessiert?

Deine Voranmeldung ist jederzeit willkommen!

Für Fragen und Anliegen stehe ich dir gerne zur Verfügung.

Lara