



# Schneeschuh - Schnupperwochenende

## 23. - 24. 1. 2020

Schneeschuhgehen in erfahrener Begleitung rasch erlernt

Wir brauchen einen Abstand zu unserem täglichen Funktionieren in Stressprogrammen. Draussen in der Natur bewegen wir uns durch friedlichere Felder und solange wir einfühlsam agieren setzt uns hier auch niemand unter Druck. Wir beginnen unsere innere Natur und einander feiner zu spüren, entspannen zutiefst und erleben uns als gleichwertige Teile einer lieben Gemeinschaft. Im Unterwegssein tauschen wir uns auch über das Erlebte aus.

### **Voraussetzungen:**

*Basisfitness für Etappen von etwa 4 Stunden Gehzeit, wir gehens gemütlich an, es gibt zwischendurch immer wieder Teepausen. Wir gewöhnen uns in recht kurzer Zeit an die Schneeschuhe, man geht so wie immer aber breitbeiniger.*

**Material:** Gute Wanderbekleidung plus Schiunterwäsche, warme hohe Schuhe, Tagesrucksack, Sonnenschutz und -brille. Eine detaillierte Materialliste wird nach der Anmeldung zugeschickt. Schneeschuhe und Stöcke bitte selber zu organisieren, Andi hilft dabei, notfalls kann man sich diese auch für etwa 10.- pro Tag im Almgasthof leihen.

### **Essen + Übernachtung:**

*Im urigen Almgasthof Seebergalm werden wir abends nach der Tour mit schmackhaften Eintöpfen verwöhnt.*

### **Treffpunkt und Dauer:**

*Am Samstagvormittag um 9 Uhr auf dem Parkplatz vor der Seebergalm, etwa 1 km nördlich des Seebergsattels gelegen, etwas abseits aber in Sichtweite der Bundesstrasse Kapfenberg - Mariazell. Das Tourenwochenende dauert bis zum späteren Sonntagnachmittag. Bei sehr wenig Schnee kann der Ort auch kurzfristig geändert werden.*

### **Leistungen:**

*Organisation und Leitung durch den erfahrenen Tourguide Andi unter Vermittlung von Basis Know How für das Gehen im winterlichen Gelände: Tagesplanung, Routenwahl und Orientierung, Material, Achtsamkeit gegenüber möglicher Lawinengefahr.*

### **Anmeldung und Kosten:**

*Telefonisch oder per Mail, 100.- für das Schnuppertraining plus das Abendessen und die etwa 30.- für Übernachtung mit Frühstück in schönen, einfachen Zimmern - alles was die Alm betrifft wird direkt mit dieser abgerechnet.)*

*Deine Teilnahme wird durch die Anzahlung von mindestens 50.- auf folgendes Konto gesichert:*

*DI Andreas Stiasny/Steiermärkische Sparkasse/AT09 2081 5000 0653 5058*

*Freie Plätze werden in Reihenfolge des Eintreffens der Anzahlung vergeben, maximal 7 Teilnehmer.*

### **Kontakt - ruft mich einfach an, oder per Mail, Betreff "Seeberg":**

Andi Stiasny, DI Architektur, Übungsleiter Wildnistrekking, seit über 40 Jahren auf Schiern und Schneeschuhen im Alpinen Gelände unterwegs, [www.findedich.at](http://www.findedich.at), [andi@findedich.at](mailto:andi@findedich.at), 0043 (0)316 81 91 82