



# Schneeschuh – Schnupperwochenende mit Sauna

## *"Schneeschuhgehen rasch erlernt"*

### *Sa 14. – So 15. Jan 2023*

Abseits vom Alltagsstress in der Natur finden wir am ehesten Zeit, uns selbst zu spüren und zu genießen. Wir fordern unsere Körper beim Stapfen im Schnee, erfrischen unsere Lungen, und wer will kann als Draufgabe abends im privaten Saunahäuschen voll entspannen. Wir sind in einem kleinen Kreis, es gibt genügend Raum unsere Individualität zu leben.

Wir handeln in Abstimmung mit Gruppe und Leitung selbstbestimmt – also eigenverantwortlich.

#### **Voraussetzungen:**

Basisfitness für etwa 4 Stunden Gehzeit pro Tag, wir gehen das eher gemütlich an, es gibt zwischendurch Teepausen. In kurzer Zeit gewöhnen wir uns schon an die Schneeschuhe, eigentlich geht man so wie immer aber breitbeiniger.

**Material:** Gute Wanderbekleidung plus lange Unterwäsche aus Merinowolle und Kunststoff, warme hohe Schuhe, Tagesrucksack, Sonnenschutz und -brille. Eine detaillierte Materialliste bekommst du nach der Anmeldung. Schneeschuhe und Stöcke bitte selber zu organisieren oder per Vorbestellung für etwa 10.- pro Tag vor Ort zu reservieren, Andi hilft dabei.

#### **Essen + Übernachtung:**

Im urigen privaten "Haus Scheid" in St Wolfgang am Zirbitzkogel essen wir abends nach der Tour mit Genuss, alle die noch fit genug sind helfen beim Zubereiten mit, alle Übrigen am Morgen beim Frühstück. Nimm für untertags genügend Jause mit, die dir schmeckt, Andi kocht dann Tee oder Kaffee dazu.

#### **Treffpunkt und Dauer:**

Am Samstagvormittag um 10 Uhr treffen wir einander auf der "Schmelz" (erreichbar über Obdach oder Judenburg) zu einer eher leichten Eingetour auf die Hohe Rannach. Am Sonntag gehen wir dann gemeinsam auf den Kreiskogel (2304m) und genießen die Superausblicke über die halbe Steiermark, das Tourenwochenende endet am späten Sonntagnachmittag (Der Ort könnte sich wetterbedingt noch ändern.).

#### **Leistungen:**

Organisation und Leitung durch erfahrenen Tourguide, Fortgeschrittenen-Know How für Wintertouren: Materialkunde, Tourenplanung plus Orientierung im baumfreien Gelände, Achtsamkeit gegenüber möglicher Lawinengefahr. Alle handeln in Abstimmung mit Gruppe und Leitung selbstbestimmt – also eigenverantwortlich.

#### **Anmeldung und Kosten:**

Telefonisch oder per Mail bis 9. Jänner 2023, Kosten für die Schnuppertour: 120.-, Kosten für die Nacht in schönen Zimmern incl Sauna: 50.- (wird direkt mit den Gastgebern abgerechnet), wir verpflegen uns selbst und teilen die Einkaufskosten. Freie Plätze werden in Reihenfolge der Anmeldung vergeben, maximal 7 Teilnehmer.

#### **Kontakt – ruft einfach an, oder per Mail, Betreff "Kreiskogel":**

DI Andi Stiasny, Visionsguide, Übungsleiter Wildnistrekking, seit über 50 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

