Conditie Winter vereiste

Level 1
Stijgingen tot 700 hoogtemeters met een maximale looptijd van 3 tot 4 uur per dag. De afdalingsmeters komen overeen met het aantal hoogte meters wat gestegen word of zijn te vinden in de dag etappes beschrijving .

Level 2
Stijgingen tot 1100 hoogtemeters met een maximale looptijd van 3,5 tot 5 uur per dag. De afdalingsmeters komen overeen met de stijgingsmeters of zijn te vinden in de dag etappe beschrijving.

Level 3
Stijgingen tot 1400 hoogtemeters met een maximale looptijd van 4,5 tot 6 uur per dag. Je conditie is voldoende om dit meerdere dagen vol te houden. De afdalingsmeters komen overeen met de stijgingsmeters of zijn te vinden in de dag etappes beschrijving.

Level 4
Stijgingen vaak boven de 1400 hoogtemeters met een looptijd van meer dan 6 uur per dag. Je conditie is voldoende om dit meerdere dagen vol te houden. Afhankelijk van de tour bevind je je op hooggebergte. De afdalingsmeters komen overeen met de stijgingsmeters of zijn te vinden in de dag etappes beschrijving.

Winter ervaring/kunnen vereiste

Level 1
Voor beginners & genieters: Ervaring met toerskiën of freeriden is niet vereist. Je beheerst de parallelle skiën op de zwarte pistes in korte bochten. Deze tochten hebben stijgingen en afdalingen met een maximale steilheid van 30°. Klimtechnieken zoals spitzkehren en bochtlopen worden geoefend.

Level 2
Voor gevorderden: Je hebt al ervaring met toerskiën en freeriden en kunt veilig skiën in off-piste terrein en op verschillende soorten sneeuw. De tochten hebben beklimmingen en afdalingen met overwegend een steilheid van 30°. De klim gebeurt meestal met een combinatie van bochtenlopen en spitzkehren.

Level 3
Voor sportievelingen & ervaren skiërs: Je hebt ruime ervaring met toerskiën en freeriden en beheerst een goede skitechniek in off-piste terrein en verschillende soorten sneeuw. Tijdens de afdaling kunnen steilere, smalle passages voorkomen. Voor de klim is veilige spitzkehren kunnen maken noodzakelijk. Het gebruik maken van harscheisen is voor jou geen probleem.

Level 4
Voor ambitieuze skiërs: Je hebt ervaring met toerskiën, ook in hooggebergte, en bent een uitstekende skiër, zelfs in uitdagend terrein en op alle soorten sneeuw. Stijgingen en afdalingen met een steilheid van ongeveer 40° zijn voor jou geen probleem. Bij sommige afdalingen is vall vrij skiën een vereiste. Het gebruik van stijgijzers en een ijsbijl kan soms nodig zijn. Bij uitglijden tijdens de klim of afdaling kunnen gevolgen hebben. Tijdens de afdaling kunnen steile, korte en smalle passages voorkomen.

Conditie Zomer alpinisme vereiste

Level 1
Stijgingen en afdalingen tot 1000 hoogtemeters met wandeltijden tussen 5 en 7 uur. Het wordt aanbevolen om vooraf te acclimatiseren. De gemiddelde wandelsnelheid bedraagt ongeveer 300 hoogtemeters per uur met rugzak van 10 kg .

Level 2
Stijgingen en afdalingen tot 1200 hoogtemeters met wandeltijden tussen 6 en 8 uur. Een voorafgaande acclimatisatie wordt vereist . De gemiddelde wandelsnelheid bedraagt ongeveer 300 hoogtemeters per uur met 10 kg rugzak

Level 3
Stijgingen en afdalingen tot 1400 hoogtemeters en meer met wandeltijden tussen 8 en 10 uur. Een voorafgaande acclimatisatie wordt verreist. De gemiddelde wandelsnelheid bedraagt ongeveer 350 hoogtemeters per uur met 10 kg rugzak

---

Ervaring/kunnen zomer alpinisme Vereiste

Level 1
Ideaal voor beginners zonder ervaring met hooggebergte , die al wel alpiene bergwanden ervaring hebben met klimpassages tot de I. graad. Zwarte wandel paden. Tijdens de reis komt door licht terrein zoals puinhellingen, blokgraten tot II graad en eenvoudige firnhellingen tot 40 graden. Vanwege het risico op gletsjerspleten wordt op vlakke gletsjers aan een lang touw gelopen. Tred zekerheid zijn en geen hoogtevrees hebben is vereist.

Level 2
Je hebt al ervaring met hoog gebergte tochten en het gebruik van pickel en stijgijzers is voor jou geen probleem. Steilere firn- of rotsgedeelten en klimpassages tot de II. graad vormen geen uitdaging voor je. Je beweegt je zeker over gletsjers, sneeuwvelden en puinhellingen met een helling tot 45 graden en kan routinematig aan een lang of kort touw klimmen vanwege het risico op vallen of gletsjerspleten.

Level 3
Je hebt uitgebreide ervaring met hoogtetochten. Je kunt veilig omgaan met stijgijzers en een ijsbijl/pickel. Je kunt langere tijd geëxponeerde klimpassages tot de IV. graad of hoger aan, evenals steile firn- en ijswanden met hellingen boven de 45 graden. Herhaald zekeren en af en toe standplaatszekeringen zijn noodzakelijk. Ook kunnen zerken vanaf een standplaats is een vereiste. De gletsjers kunnen veel spleten en breuken bevatten en maken de tocht extra uitdagend. Deze tochten vereisen uitstekende tredzekerheid, geen hoogtevrees en uitgebreide ervaring in alpien terrein.

Ervaring/kunnen Klimmen zomer

Level 1
Je hebt geen klimervaring nodig. Je leert de basisprincipes van knooptechnieken, materiaalkunde en klim- en zekeringstechnieken. Geen hoogtevrees en een zekere tred zijn vereist.

Level 2
Eenvoudig tot middelzwaar klimmen in moeilijkheidsgraad III-IV (UIAA). Je hebt al ervaring met rots klimmen en je klimt af en toe in de klimhal tot 4c. Je zult regelmatig verticale secties tegenkomen die kracht vereisen. Daarnaast moet je vertrouwen hebben in abseilen en hier veilig mee om kunnen gaan.

Level 3
Middelzwaar tot uitdagend klimmen in moeilijkheidsgraad IV-VI (UIAA). Deze tochten voeren door voortdurend steil rots terrein. Deelnemers moeten ervaring hebben met rotsklimmen en in staat zijn om in de klimhal de bovenste V. graad veilig voor te klimmen en te kunnen ombouwen tot laten zakken.
Een goede combinatie van uithoudingsvermogen en kracht is vereist.

Level 4
Middelzwaar tot zware rots beklimmingen met alpiniste uitdagingen tot 250m rotswanden.
De deelnemers moet zelfstandig multi pitch kunnen klimmen in de rotsen tot V graads rots trein.
Een goede combinatie van uithoudingsvermogen en kracht is vereist, daar naast ook tred zeker kunnen wandelen en afdalen.

"Dies sind zusätzliche Dinge, die im Buchungsformular angekreuzt werden müssen."

Gegevens delen met andere deelnemers

Pop up tekst
Om jullie als groep van te voren in contact met elkaar te brengen (handig voor samen rijden, etc..), willen we jullie naam en emailadres delen met de andere deelnemers.

"ankreuzen im Buchungsformular"

- Hierbij mijn toestemming voor het delen van naam en emailadres met de andere deelnemers

Beeldmateriaal

Pop up tekst

We willen graag leuke foto’s tijdens de trip maken. Deze kunnen we nadien delen met jou en de andere deelnemers. We willen die foto’s ook graag kunnen gebruiken voor onze website of social media. Vind je het ok dat jij er ook op staat?

"ankreuzen im Buchungsformular"

- hierbij mijn toestemming voor het maken, delen en publiceren van foto’s waar ik op sta.