



## Sektion Austria

Alpenvereinshaus Sektion Austria  
A-1010 Wien, Rotenturmstraße 14

Telefon: 01/513 10 03

Fax: 01/513 10 03/17

ZVR-Zahl: 454438765

Web: [www.alpenverein-austria.at](http://www.alpenverein-austria.at)

E-mail: [austria@sektion.alpenverein.at](mailto:austria@sektion.alpenverein.at)

### Technische Anforderungen:

**T Technische Anforderung (Wanderungen, Hochtouren, Trekking, Klettersteig, Klettern, Schneeschuhwandern, evtl. Skitouren)**

**T1** Ich bewege mich trittsicher auf Wegen und Steigen.

**T2** Unwegsames Gelände, Schroffen- und Blockgelände sind kein Problem für mich. Ich bin trittsicher und schwindelfrei.

**T3** Ich fühle mich in technisch schwierigen Verhältnissen wohl, und habe gute Bergerfahrung. Kletterschwierigkeiten bis zum 1+ UIAA Grad bewältige ich im Auf- und Abstieg problemlos auch ohne Seilgebrauch.

**ST Skitechnik (Skitouren, Skitechnikkurse, Skiwochen)**

**ST1** Auf roten Pisten fahre ich sicher im Parallelschwung, abseits der Piste habe ich wenig Erfahrung.

**ST2** Jede schwarze Piste bewältige ich sicher und kontrolliert, im Gelände beunruhigen mich lichte Waldpassagen und etwas steilere Hänge nicht.

**ST3** Auch bei schwierigen Verhältnissen sind schwarze Pisten für mich kein Problem, im Gelände bevorzuge ich steile Abfahrten und Engstellen (dichter Wald, Rinnen).

### Zusätzliche Bewertungen/Anmerkungen:

Klettern:

Kletterschwierigkeiten nach der UIAA: 2 – 11,

Eisklettern: WI 1 – WI 6

Klettersteig:

Klettersteigbewertungen nach Skala: A – E

Eis- und Firnflanken:

Hangneigungen in Grad

Sonstige Ergänzungen z.B.: Sicheres Skifahren im Gelände, sicheres Gehen mit Steigeisen, Erfahrung/Verträglichkeit mit/von Höhen ab xxxxm, ... .

### Konditionelle Anforderungen:

Als Basiswerte werden die Stundenleistungen von entweder 400 Höhenmetern oder 4 km Entfernung herangezogen. (Zeiten exkl. Pausen!)

**Für alle Touren!**

**K1** 2 – 4 Stunden / Tag (Auf- und Abstieg/Abfahrt)

**K2** 4 – 7 Stunden / Tag (Auf- und Abstieg/Abfahrt)

**K3** 7 – 10 Stunden / Tag (Auf- und Abstieg/Abfahrt)

---

**Weitere Kurse & Touren unter [www.alpenverein-austria.at](http://www.alpenverein-austria.at)**