

# ZERMATTERS

## ALPINE SCHOOL

# ISPO MUNICH SPORTS WEEK - LAWINENTRAINING IN LENGGRIES

## LAWINENTRAINING MIT TRANSPORT VOM MAMMUT STORE MÜNCHEN (DE) | 1 TAG

SCHNELL, RICHTIG, EFFEKTIV HANDELN – In unserer Lawinenausbildung werden dir, auf Übungstouren im Gelände, die Funktion der Notfallausrüstung (Barryvox (LVS-Gerät), Lawinen-Sonde, Lawinen-Schaufel) und die wichtigsten Fakten der Lawinenkunde vermittelt. Mammut Produktkompetenz und Erfahrung aus erster Hand.

<b>Inhalt</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Gefahreninterpretation des Lawinenbulletins</li><li>• Vertiefung in der 3x3 Methode</li><li>• Umgang mit der Notfallausrüstung (LVS, Schaufel, Sonde)</li><li>• Rettungsabläufe und Unfallplatzorganisation</li><li>• Kennenlernen des Lawinenairbag</li></ul>
<b>Ziel</b>	Du weisst Bescheid über die Funktion der Notfallausrüstung und wie eine Verschüttetensuche effizient organisiert und durchgeführt wird.
<b>Technik</b>	<b>Technik leicht</b>  Alpintechnik: Keine alpintechnischen Vorkenntnisse erforderlich, Gelände: mehrheitlich mässig steil
<b>Kondition</b>	<b>leicht</b>  Gehzeiten von 2–4 Std., bis ca. 700 Höhenmeter, ca. 250 Höhenmeter/Std.
<b>Treffpunkt</b>	08:00 Uhr Mammut Store München, Frauenstraße 16, 80469 München
<b>Abreise</b>	ca. 16.00 Uhr in Lenggries

## Leistungen



## Mietmaterial

Unser Bergführer bringt das bestellte Mietmaterial an den vereinbarten Treffpunkt. Folgendes Material kann bei uns gemietet werden:

- Barryvox (LVS-Gerät)
- Lawinen-Sonde
- Lawinen-Schaufel
- Lawinen-Airbag-Rucksack
- Schneeschuhe von MSR

## Technische Ausrüstung

- LVS-Gerät (Lawinen-Verschütteten-Suchgerät)
- Lawinen-Sonde
- Lawinen-Schaufel
- Tourenrucksack oder Lawinen-Airbag-Rucksack (ca. 30l)
- Schneeschuhe und Stöcke

## Bekleidung

- Skijacke und Skihose (Gore-Tex oder ähnliches Material)
- Soft Shell und/oder Fleecejacke
- Funktionelle Unterwäsche kurz/lang
- Mütze und Stirnband
- 2x Handschuhe (1x dünn; 1x warm, wind- und wasserdicht)
- Funktionssocken und Ersatzsocken

## Verpflegung

- Tee und Lunch muss selber mitgenommen werden
- Zwischenverpflegung (z.B. Riegel, Trockenfrüchte, Trockenfleisch)

## Diverses

- Sonnen- und Skibrille
- Sonnen- und Lippencreme (LSF 30 oder mehr)
- Thermosflasche aus bruchsicherem Material