

# ZERMATTERS

## ALPINE SCHOOL

# Nachthike 2019

## BARMELWEID - BRUGG (CH) | 1 NACHT

Über dir die Sterne, unter dir das Lichtermeer. Eine Nachtwanderung ist ein ganz besonderes Erlebnis. Von der Dämmerung, der Dunkelheit, der Sterne am Himmel und der Lichter der Dörfer bis der nächste Tag von den Vogelstimmen geweckt wird und das Licht am Horizont erscheint.

Mit jedem Schritt wird es dunkler und bald beschränkt sich das Blickfeld auf den Kegel der Stirnlampe. Sie geniessen die Ruhe der Nacht, erkennen Sternbilder am Himmel und stärken sich unterwegs mit Verpflegung aus Ihrem Rucksack. Dann erscheint ein heller Streifen am Horizont, die Vögel zwitschern den Tag ein und Sie beenden Ihre Wanderung, müde aber zufrieden bei einem wohlverdienten Frühstück in Brugg.

Eine Nacht die du nicht so schnell vergessen wirst!

<b>Inhalt</b>	Dieses Programm entsteht in Zusammenarbeit mit der Sektion Sport des Kantons Aargau.
<b>Technik</b>	<b>leicht</b>  Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich.
<b>Kondition</b>	<b>mittel</b>  Eine gute Kondition für eine Wanderung von 8 Stunden muss vorhanden sein. Aufstieg 900 Höhenmeter, Abstieg 1100 Höhenmeter.
<b>Treffpunkt</b>	20.00 Uhr, Barmelweid (Bushaltestelle, Ankunft Bus 19.47 Uhr)
<b>Abreise</b>	ca. 9.00 Uhr, Brugg

## Leistungen

<b>Inklusive</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Führung durch Bergführer-/Wanderleiter der Mammut Alpine School</li><li>• Frühstück</li></ul>
<b>Exklusive</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• An-/Heimreise</li><li>• Persönliche Ausgaben</li></ul>

# ZERMATTERS

## ALPINE SCHOOL

### Programm

**Tag 1**      Treffpunkt auf der Barmelweid. Begrüssung und Einführung durch unsere Guides und die Begleiter der Sektion Sport des Kantons Aargau. Geführte Wanderung in Gruppen (Barmelweid – höchster Punkt Kt. Aargau – Wasserfluh – Herzberg – Asperhof Herzberg). Mitternachtsstopp mit heissen Getränken und einer kleinen Stärkung. Nach der Pause geht es weiter mit der Wanderung in geführten Gruppen (Asperhof Herzberg – Staffelegg – Kilholz – Linnerberg – Bözberg – Brugg). Uns erwartet ein reichhaltiges Frühstück in Brugg. Verabschiedung beim Restaurant.

# ZERMATTERS

## ALPINE SCHOOL

### Technische Ausrüstung

**Schuhe** Die Wanderschuhe müssen folgende Merkmale aufweisen:

- trittfeste Sohle
- stabiler Schaft (ausreichender Knöchelschutz)
- wasserabweisend

**Weiteres**

- Rucksack ca. 30 – 40 Liter, ev. mit Rucksacküberzug
- ev. Teleskopstöcke
- ev. Regenschirm

### Bekleidung

- Soft Shell und/oder Fleecejacke
- T-Shirt oder Hemd
- Unterwäsche
- Mütze/Stirnband und Cap/Hut
- Handschuhe (wind- und wasserabweisend)
- Funktionssocken und Ersatzsocken
- Wander-/Bergschuhe (mind. knöchelhoch, stabile Sohle)

### Verpflegung

Die Zwischenverpflegung wird unterwegs während der Wanderung eingenommen und muss selber mitgebracht werden. Wir empfehlen bspw. Brot, Käse, Trockenfleisch, Energieriegel und Schokolade. In Brugg erwartet dich ein reichhaltiges Frühstück, welches im Preis inbegriffen ist.

### Diverses

- Stirnlampe
- Trinkflasche (wir empfehlen eine Thermosflasche)
- Zwischenverpflegung
- Taschenmesser
- Kleine Apotheke für den persönlichen Bedarf
- Heftpflaster und Compeed
- Fotoapparat (optional)