

# Berg

## Faszination Berg

### 2019



**Kürsinger Hütte, Birnlücke,  
Zillertaler Alpen, Krimml**

#### **Termin**

21. bis 25. Juli 2019

Inmitten der faszinierenden Bergwelt Österreichs verläuft die fünftägige Hüttentour zw. der Gletscherwelt des Großvenedigers und den Zillertaler Alpen. Weite Blockfelder, Gletscher und schmale Grate wechseln sich mit steilen Schutt- und Geröllflanken ab. Dazwischen liegen malerische Bergseen und wilde Wasserfälle umringt von faszinierenden Berggipfeln wie Großvenediger, Dreiherrn Spitze und Reichen Spitze. So ergibt sich eine kurzweilige, atemberaubende und ausgesprochen panoramaschöne Tour.

#### **Anreise/Rücktransfer**

Anreise mit eigenem Pkw. Jeder Teilnehmer sollte bis spätestens 11:00 Uhr am Parkplatz Hopfeldboden im Obersulzbachtal / Neukirchen am Großvenediger eintreffen.

#### **Hotel/Unterkunft/Treffpunkt**

Kürsinger Hütte, Birnlücken Hütte, Richter Hütte, Zittauer Hütte

#### **Leistung/Preis**

Organisation, Information, Betreuung und Führung durch Maximilian Karlsböck  
256,-

Die Hütten sind vor Ort zu bezahlen.  
Kosten von ca. € 20-50,- je nach Zimmertyp.

#### **Guide/Trainer /Referent**

Maximilian Karlsböck

# Berg

## Pilgertour in den hohen Tauern

**Etappe 2019**

In den Medien wird uns Bergsport als Freizeitbeschäftigung für junge, schlanke, gesunde und bewegliche Personen verkauft. Es ist jedoch zur heutigen Zeit vielmehr als das, und zwar eine wichtige Möglichkeit, in unserem hektischen, informationsüberladenen und leistungsorientierten Alltag zur Ruhe zu finden.

Die Faszination Natur, Bewegung, Stille und Stressmanagement möchte ich bei diesen Touren vereinen. Zusätzlich erhalten sie Tipps für eine bessere Technik am Berg und die Handhabung der richtigen Ausrüstung, um am Berg mehr Selbstvertrauen zu gewinnen. Dadurch können sie Ängste abbauen und erhalten ein neues sicheres Berg- und Lebensgefühl. Eine ideale Kombination aus körperlicher Anstrengung und mentaler Entspannung, an einer der schönsten Stellen mitten im den Hohen Tauern. Maxfitness bietet nun zum fünften Mal dieses jährlich wiederkehrende Bergerlebnis an. Die erste Etappe 2015 war mit Start in Hüttschlag und nach 16 Jahren Pilgertour am Berg werden wir das Ziel am Ende des westlichen Alpenhauptkammes erreichen.

### Die Tour

**Start/Ziel** Obersulzbachtal in Neukirchen am Großvenediger / Krimml

Tag 1	Parkplatz Hopfeldboden	Kürsinger Hütte 2562m	2-5 Std	
Tag 2	Kürsinger Hütte 2562m -	Warnsdorfer Hütte 2334m -	Birnlücken Hütte 2441m	9 Std
Tag 3	Birnlücken Hütte 2441m	Richter Hütte 2374m	7 Std	
		oder Krimmler Tauernhaus 1631m	5 Std.	
Tag 4	Richter Hütte 2374m	Zittauer Hütte 2329m	5 Std	
Tag 5	Zittauer Hütte 2329m	Krimml 1067m	4-5 Std	

Zu Mittag ist immer eine Pause eingeplant. Die Einkehr ist mit in den jeweiligen Tourenzeiten eingerechnet.

**evt. mögliche Gipfel:** Kl. Sonntagskopf 2527m, Rosskopf 2845m

Je nach Wetter können und werden die Touren leicht abgeändert.



### Voraussetzungen

Grundkondition für ganztägige Bergtour von bis zu 13 Stunden und bis zu 2400 Hm. Trittsicherheit im Gelände, erlangt durch oftmaliges Wandern auf felsdurchsetzten Wanderwegen. Kletterstellen zwischen 2-3+ Schwierigkeitsgrad begleiten die ganze Tour. Auch gehen am Gletscher/Eis sollte bekannt sein. Erfahrung mit Steigeisen ist notwendig!

### Ausrüstung

Steigeisentaugliche Bergschuhe, 20-35 Liter Rucksack, Regenschutz, Sitzgurt, eine Rebschnur zum Sichern bei kurzen Kletterstellen, Stirnlampe, Steigeisen, Wanderstöcke, Ersatzkleidung zum Umziehen, Riegel und Trinkflasche, Hirschtalg, Blasenpflaster, Laufschuhe, Hüttenschlafsack

### Kontakt/Anmeldung

**maxfitness Karlsböck KEG**

Firmenfitness, Outdoorfitness

Leistungsanalysen,

Gesundheitsstrassen

Rainerstr 4-6

A-4020 Linz

**Büro**

Semleitnerweg 56

A-4111 Walding

E-Mail: [max@fitnesscoach.at](mailto:max@fitnesscoach.at)

Tel: 0043 676 3283601

Homepage: [www.maxfitness.at](http://www.maxfitness.at)



**Teilnahme auf eigene Gefahr!**

