



Schweizer Alpen-Club SAC
Club Alpin Suisse
Club Alpino Svizzero
Club Alpin Svizzer



Sektion Tödi
Gegründet 1863

Iglu-Weekend Oberurnen, Vorder Schwändi 1250müM

Koordinaten	718 802 / 218 555
Datum	Samstag 07.+ Sonntag 8. Februar
Leiter	<u>Quasi</u> , Stöff, Daniela, Nadja, Roger,
Besammlng	11:30 Uhr Bahnhof Näfels
Programm	Samstag: Aufstieg zu Biwakplatz mit Iglubau Sonntag: Je nach Schnee& Witterungsverhältnissen Rückmarsch oder kleinen Tour zur Lohegg (719 310 / 219 565)
Ausrüstung	siehe Packliste – Unbedingt sofort lesen und umgehend melden, wenn du etwas nicht hast. Wir können vieles organisieren-vorausgesetzt, wir wissen es genug früh.
Verpflegung	siehe Packliste
Kosten	Fr. 40.-
Rückkehr	Sonntag ca. 16.00 Uhr Bahnhof Näfels
Anmeldung	Bis spätestens am Mittwochmittag , 04.02.2015 per Telefon oder e-Mail an den KiBe-Chef: Roger Zweifel; roger.zweifel@gmx.ch ; Tel. 055 610 32 89
Auskunft	Über die Durchführung gibt es am Freitag ab 18.00 Uhr bei Roger Zweifel Tel. 055 610 32 89 Auskunft



Falls irgendwelche Fragen auftauchen sollten:
Tel. an den KiBe-Chef

Ich freuä mich uf ä cooli Nacht ☺

ūcharā Roger



Ausrüstungsliste Iglu-Weekend

Diese Liste führt alle Gegenstände auf, die Du am Weekend dabei haben solltest. Aus langjähriger Erfahrung im Schneebiwakieren rate ich Dir, Dich an diese Liste und das vorgeschlagene Packungs- & Bekleidungskonzept zu halten und nichts Unnötiges mitzutragen.

Grundsätzlich ist der Weg zum Biwakplatz mehrheitlich präpariert, die letzten 500m sind jedoch im 4m tiefen Pulver. Wenn du eigene Schneeschuhe hast, bringe diese mit – für alle anderen können wir welche organisieren. Skistöcke muss jeder selber mitbringen. Tourenskis gehen selbstverständlich auch. Grundsätzliches zum Packen:

- **Packe alles in mehrere Kunststoffsäcke. Im Schnee hast Du keinerlei Ablagefläche wie in einer Hütte. Wenn Du nicht weisst, wo Du was findest, bzw. nicht mal weisst, was Du dabei hast, wird das Suchen und Finden ganz schnell sehr schwierig. Taschenlampe sollte griffbereit in der Aussentasche des Rucksacks sein, ebenso die Ersatzhandschuhe**
- **Halte dich wenn irgendetwas möglich an die Packungs- und Bekleidungsempfehlungen. Ein Rucksack mit Winterkleidern wird schnell voll und schwer.**

Das Folgende trägst du auf dem Körper:

Füsse:

- 1 Paar Woll- oder Kunstfasersocken
- Berg- oder Wanderschuhe, gut imprägniert oder gefütterte Winterschuhe/ Stiefel.
- Gamaschen (sehr zu empfehlen, falls du welche hast!)

Beine:

- Unterhosen
- lange Unterhosen / Fasihosen ev. synthetisch oder Wolle / Trainerhosen
- Hose (Wind/ Regenhosen sind meist sinnvoller als Skihosen die schnell nass sind !)

Hände:

- 1 Paar gute Handschuhe (idealerweise Überhandschuh und Unterhandschuh, Fäustlinge sind wärmer als Fingerhandschuhe. Nach Möglichkeit imprägnieren)

Oberkörper:

- Unterhemd kurz (Thermo-Shirt)
- langärmeliges Unterhemd (ev. synthetisch oder Wolle)
- Windjacke/ Regenschutz (Beschichtetes Nylon, Polyamid o.ä. als Windbrecher.)
- Halstuch

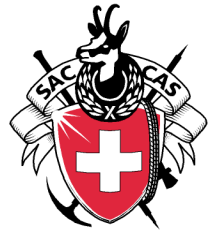
Beachte, dass eine Windjacke/ Regenschutz besser ist als einfach ein langärmeliges Shirt und eine warme Skijacke! Die Skijacke wirst Du kaum zum Schlafen anbehalten können, deshalb lohnt sich der Bekleidungs Aufbau wie oben beschrieben. Zudem findet eine Skijacke und ein warmer Pulli kaum in deinem Rucksack platz.

Kopf:

- 1 Wollkappe
- ev. Kopfstrumpf od. Roger Staub-Kappe
- Sonnenbrille (Muss zwingend dabei sein! Auch bei Nebel wird man schnell schneeblind)



Schweizer Alpen-Club SAC
Club Alpin Suisse
Club Alpino Svizzero
Club Alpin Svizzer



Sektion Tödi
Gegründet 1863

Packung:

- **Grosser Rucksack** (allenfalls mit zusätzlichen Packriemen für Schneeschuhe versehen)
- **Biwaksack** (z.B. Militärschlafsackhülle) (Wenn Du keinen auftreiben kannst, melde Dich schnellstmöglich bei Quasi 078 613 58 02)
- **Lawinenschaufel** (Falls du eine hast- für alle die keine haben, bringen wir welche mit)
- **1 Paar Ersatz Woll- oder Kunstfasersocken**
- **mind. 2 Plastiksäcke in denen deine Füsse Platz finden könnten** (Kannst Du gleich als Packsäcke verwenden.
Trick 77: Falls du im Biwak nasse Schuhe hast, kannst du dann über neue Trockene Socken die Plastiksäcke anziehen und danach in die Schuhe schlüpfen ohne gleich wieder nasse und kalte Füsse zu haben.)
- **lange Ersatz Hosen** (z.B. warme Trainerhosen) oder Faserpelzhose
- **Unbedingt ein Paar Reserve-Handschuhe** (Reserve) Woll-oder Fleece
- **Unterhemd kurz** (Thermo-Shirt)
- **Pullover** (ev. Wolle od. Faserpelzjäckli , wenn möglich keine Baumwolle!)
- **Schlafsack für 0° Celsius** (Am Besten gleich in Biwakhülle verpacken oder in Abfallsack stopfen und in oder auf den Rucksack binden)
- **Schlafunterlage** (geschlossenzellige Matte wie Therm-a Rest oder eine aus Schaumstoff) Keine Alumätteli oder reine Luftmatratzen ohne Schaumfüllung - diese nützen im Schnee nichts!!!)
- **Sonnenbrille**
- **Essbesteck & Tasse** (Teller bringen wir mit)
- **Thermosflasche** gefüllt mit Heissgetränk (mind. 1 Liter)
- **Feuerzeug**
- **5m Schnur**
- **Stirn- oder Taschenlampe** mit vollen Batterien
- **Skistöcke**
- **Persönliche Medikamente / Asthmaspray** etc.

• Lunch:

- 2 Sandwich (Für Sonntagmittag- gut wasserdicht einpacken)
- 1 Tafel Schokolade
- 1 Sack Studentenfutter / Nüsse
- 1-2 Farmerstängel

Schneeaktivitäten verheizen viel Energie. Nüsse und Schoggi gehen weg wie nichts.

Chips und Co. bringen hingegen keine Energie, benötigen zu viel Platz im Rucksack und bescheren sinnlosen Durst.

Alles übrige Essen und Trinken wird vom Kibe organisiert. Bitte tragt nicht mehr Food mit, als obig beschriebenes.

Wer sich ganz besonders gut vorbereiten will, findet unter folgender Homepage einige Hintergrundinfos für das Leben im Schnee:

<http://www.snowsaw.ch/de/tipps-und-tricks/>