

„der Berg ruft“ 5 Bergtouren zu SAC-Hütten

Sörenberg (LU), mit Snowtrek, 13./14.03.2010
Lidernen-Hütte, Uri (UR), 26./27.06.2010
Länta-Hütte, Vals (GR), 17./18.07.2010
Pro Natura-Zentrum, Aletsch (VS), 04./05.09.2009
Valais, 18./19.09.2009

Weekends für RollstuhlfahrerInnen, geistig-, psychisch- und sinnesbehinderte Menschen

Diese vier Weekendangebote sind Inhalt des Projektes „der Berg ruft“. Das Projekt wird in Zusammenarbeit mit dem Schweizer Alpen-Club (SAC), der Schweizer Gesellschaft für Muskelkranke (SGMK) und Procap Sport durchgeführt. Wir freuen uns, dass das Projekt „der Berg ruft“ auch weiter auf durchgeführt werden kann.

Personen, welche auf den Rollstuhl angewiesen sind, werden die Wanderung in einem speziellen Trekkingrollstuhl, Protrek (www.protrek.ch) erleben. Personen mit einer anderen Behinderung werden die ihnen entsprechende Hilfe und Begleitung von unserem Helferteam erhalten.

Sörenberg (LU), mit „Snowtrek“

Ein Winterwochenende mit dem Protrek. Speziell konstruiert mit einem Snowboard, macht er das sanfte Gleiten auf dem Schnee möglich. Die HelferInnen begleiten und stossen den Snowtrek selber mit Schneeschuhen um auch möglichst fernab vom Wege die weisse Stille geniessen zu können. Ausdauer und Kraft sind hier sehr gefragt. Die einfache Unterkunft „Salwideli“ mit Mehrbettzimmer ist ein idealer Ausgangspunkt von vier wunderschönen Winterwanderwegen und verschiedenen Routen für Schneeschuhläufer, Langläufer und Skitourenfahrer. Erstmals im Angebot!

Lidernen-Hütte, Uri (1727 m.ü.M)

Zuhinterst im Riemenstaldnertal/Chäppelberg startet der Wanderweg zur Lidernenhütte. Der Aufstieg von ca. 2 km Länge führt in angenehmer Steigung zur Hütte.

Die Hütte liegt am Fuss der Nordabdachung des Rössstocks, über dem Riemenstaldnertal auf 1727 m Höhe, inmitten von Alpweiden und erstklassigen Kalkfelsen in allen Grössen. Uebrigens handelt es sich beim Lidernenkalk um eine Gesteinsdecke, die sich vom Säntis bis zu Vierwaldstättersee hinzieht. Schön sind hier die Spuren der Gletscherarbeit zu sehen. Die Umgebung und Landschaft rund um die heimelige Hütte lädt zum Verweilen ein, schon nur der Blick auf den Vierwaldstättersee und Luzern oder die nahegelegene Eishöhle am Hundstock. Schwierigkeitsgrad: mittel.

Länta-Hütte (2090 m.ü.M.)

Umgeben von der stillen Hochgebirgswelt des Rheinwaldhorns steht zuhinterst im Tal die Läntahütte. Zwischen Gletschertor und Zervreilasee sind hier viele Formen der Bergwelt zu sehen und zu erleben. Bizarres Felsengebirge, wilde Gletscher, der Valserrhein an seinem Ursprung, Bergseen und Wasserfälle, und als Kontrast die grünen Weiden der Lampertschalp. Die Tour beginnt in Zervreila, führt weiter entlang am Zervreilasee zur Kanalbrücke. Ab dem Ochsenstafel steigt der Weg sanft an zur Lampertschalp. Nach einer Rast in der Alp führt der Weg zur Länta-Hütte. Der Höhenunterschied beträgt rund 200 m. Die Wanderwege sind teils breit und gut ausgebaut, aber zum Teil auch etwas unwegsam und eng. Schwierigkeitsgrad: anspruchsvoll!

procap sport

für Menschen
mit Handicap

pour personnes
avec handicap

Pro Natura-Zentrum, Aletsch (2000 m.ü.M.)

Die faszinierende Natur inmitten des ersten UNESCO – Weltnaturerbes in den Alpen! Ob Tiere, Pflanzen, Gletscher oder Wälder: das Gebiet rund um den Grossen Aletschgletscher wird zu einem unvergesslichen Erlebnis. Von der Riederalp führt der Weg hinauf zur „Villa Cassel“, ein viktorianisches Gebäude, das 1902 vom Londoner Bankier Cassel erbaut wurde. Eine naturkundliche Ausstellung, der wunderschöne Alpengarten, sowie eine Exkursion zum Aletschgletscher gehören am Sonntag zum Programm. Schwierigkeitsgrad: leicht, geeignet für Anfänger.

Valais

Diese Tour ist prioritaire für die Suisse Romand, d.h. französisch sprechende TeilnehmerInnen, die in der Romand wohnhaft sind. Falls sich freie Plätze für diese Tour ergeben, sind natürlich TeilnehmerInnen aus der Deutschweiz sowie Tessin gerne willkommen.

Voraussetzungen:

- Freude an der Bergwelt
- Bereitschaft zur Improvisation (Lösungen finden wir immer)
- Der mitgebrachte Handrollstuhl muss faltbar sein.
- Bereit sein, in speziellen Trekkingrollstühlen auf die Hütte gerollt und getragen zu werden
- **Maximalgewicht für TrekkingrollstuhlfahrerInnen = 70 kg**
- **Fit sein für Wanderungen von ca. 4-5 Stunden pro Tag.**

Bitte beachten Sie, dass die Teilnahme an der Bergtour anstrengend sein kann. Der Weg ist uneben, stellenweise steil und teilweise leicht abschüssig. Das bedeutet, dass die Personen in den Trekkingrollstühlen Schlägen, Schräglagen und dergleichen ausgesetzt sind. Von den RollstuhlfahrerInnen wird eine gesundheitliche Konstitution vorausgesetzt, welche dies zulässt.

Unterkunft:

SAC-Hütten, einfache Unterkünfte, nicht rollstuhlgängig

Kursleitung:

Leitungsteam bestehend aus 2 Fachpersonen (Gesamtleitung und gute Bergkenntnisse), BetreuerIn der behinderten TeilnehmerInnen) sowie eine Gruppe von freiwilligen HelferInnen aus SAC Sektionen und andere Bergweltbegeisterte.

Kosten:

Fr. 150.- für Mitglieder Procap und SGMK
Fr. 170.- für Nicht-Mitglieder

Unsere Leistungen:

1 Übernachtung im Massenlager, Abendessen und Frühstück, Tee und Wasser, Betreuung durch Fachpersonen
Nicht inbegriffen: Verpflegung (Pick-Nick am Samstag und am Sonntag) und Getränke zwischendurch. Individuelle An- und Rückreise zum Treffpunkt

Treffpunkte:

Beginn: jeweils Samstags um ca. 10.30 h bis Sonntag um ca. 16.00 h

Versicherungen:

Ist Sache Ihrer privaten Krankenkasse, Unfall-, Diebstahl oder Haftpflichtversicherung.

TeilnehmerInnen:

2 - 3 RollstuhlfahrerInnen plus Fussgänger

Anmeldung:

mit Anmeldeformular. Bitte frühzeitig anmelden!

Anmeldeschluss:

15. Februar 2010 Sörenberg
28. Mai 2010 Lidernenhütte
18. Juni 2010 Lânta-Hütte
06. August 2010 Aletsch
20. August 2010 Valais

Wir freuen uns auf Ihre Anmeldung und stehen für weitere Auskünfte gerne zur Verfügung.