Nidwaldner Wanderwege

Kursangebot für Wanderer und Interessierte

Kursname	**NWW 27-93 Einführung in das Wandern Teil 2**
Datum, Zeit	Samstag, 19. Juni 2027, 09:00 bis ca. 17:00
Kursort	Voraussichtlich Melchsee-Frutt
Treffpunkt	Bergstation Melchsee-Frutt
Kursleitung	Matthias Graeff, Wanderleiter Schweizer Wanderwege Tel. 076 606 43 82, matthias.graeff@nw-wanderwege.ch
Kurskosten	Kurskosten CHF 80.— Der Kurs kann nur dank Subventionierung der Nidwaldner Wanderwege so günstig angeboten werden. Bei Annulation gelten die AGB für Kurse und Wanderungen der Nidwaldner Wanderwege.
Anmeldung	Bis 09. Juni 2027 (begrenzte Anzahl), mittels Anmeldeformular auf der Webseite der Nidwaldner Wanderwege (nw-wanderwege.ch)
Anforderungen	Allg. gute Körperliche Verfassung für eine Wanderung von ca. 3-4 Stunden. Für Einsteiger geeignet!
Kursziele	• Grundlagen des Wanderns erweitern • Wanderungen an die eigenen körperlichen Voraussetzungen anpassen können • Erlernen effizienter Gehtechnik in unterschiedlich steilem Gelände bergauf und bergab • Verhalten bei unerwarteten Situationen • Grundlegende Verhaltensweisen in Notfallsituationen kennen • Gehtechniken vertiefen und Trittsicherheit verbessern • Vorbereitung auf die Wandersaison, Erlernen von Übungen zur Vorbereitung aufs Wandern
Kursinhalt	• Vertiefung in Wandermaterial und Ausrüstung • Einschätzen von Gelände, Wetterbedingungen und alpinen Gefahren • Vertiefung der Gehtechnik in anspruchsvollerem Gelände • Verhalten bei Müdigkeit, Erschöpfung und unerwarteten Situationen • Grundlagen der Notfallplanung und richtiges Verhalten bei einem Zwischenfall • Üben, beurteilen und Fragen klären.
Ausrüstung	Feste Wanderschuhe (bereits eingelaufen!), wetterfeste Kleidung, Rucksack, Sonnenschutz (Sonnencreme, Hut/Cap, Sonnenbrille), Verpflegung für Mittags und Snack, Getränk ca 1-1,5l, Notizmaterial, Wanderstöcke, wenn vorhanden Sitzmätteli
Bemerkungen	Einführung/Theorie, Mittagessen/Picknick aus dem Rucksack (Bitte selbst mitbringen). Anwenden und Üben im Gelände auf überwiegend weiss-roten Wanderwegen (Anwendungstour nach Verhältnissen). **Kosten** für Anreise, Seilbahn und Konsumationen zu Lasten Teilnehmer:innen. **Maximal 10 Teilnehmende!** Der Ort wird in der Vorwoche bestätigt, die Startzeit bleibt.