

# „Gespür für Schnee“

Vermeiden von & Umgang mit winterlichen Notfällen



# Workshopinhalt „Gespür für Schnee“

Hast Du Angst vor Lawinen? Wir auch! Und trotzdem gehen wir jeden Winter mit großer Freude viele Skitouren – warum? Weil wir gelernt haben mit unserer Angst umzugehen, die Lawinengefahr richtig einzuschätzen und das Risiko, von einer Lawine erfasst zu werden, zu minimieren. Und genau das ist ein Ziel für diesen Workshop: dass Du lernst, Skitouren so anzugehen, dass Du Dich dabei sicher fühlen kannst.

Das zweite Ziel dieses Workshops ist es, eine Idee davon zu bekommen, was Du tun kannst, wenn das Worst-Case-Szenario im Winter eintritt und Du eine Nacht draußen verbringen musst.

## Ziele:

- Sicherheit im freien Skigelände (wieder) gewinnen
- Ein einfach zu handhabendes Werkzeug für Risikomanagement kennen und umsetzen lernen (Tourenplanung, Entscheidungsstrategie und Standardmaßnahmen im Gelände)
- Durchspielen eines Worst-Case-Szenarios mit einer Nacht im Gelände (Schneehöhle, Iglu etc.). Wenn Du möchtest, empfehlen wir, dass Du (wie wir auch) draußen in diesem Biwak übernachtet.

## Inhalte:

In unserer Arbeit haben wir die besten Erfahrungen gemacht, wenn wir unterschiedliche Seminarsettings (Seminarraum, Winterlandschaft outdoors, Plenum, Kleingruppe, Solo, etc.) zur Bearbeitung der Themen bzw. individuellen Erfahrungen nutzen. Inhaltlich werden wir uns - angepasst an die Bedürfnisse unserer TeilnehmerInnen - auf folgende Themen konzentrieren:

- Auseinandersetzung mit Lawinengefahr - wovon geht die Gefahr für uns als Skitourengeher aus?
- Was davon beeinträchtigt mich?
- Wie können / müssen wir uns verhalten, um das Risiko einer Lawinenauslösung / -verschüttung zu vermeiden („Risikomanagement“)?
- Entscheidungsstrategie und Standardmaßnahmen (von der Tourenplanung bis zur *Stop or go*-Entscheidung im Gelände)
- Umgang mit der Notfallausrüstung & professionelles Vorgehen im Notfall Lawine
- Hürden für die Umsetzung des Risikomanagements auf Skitouren erkennen
- Kennenlernen von Möglichkeiten im Winter rasch eine Notunterkunft zu bauen
- Schutz vor & Umgang mit Kälte
- Komfortable Übernachtung in der selbst gebauten Notunterkunft



# Eckdaten „Gespür für Schnee“

**Zielgruppe:** du bist bei diesem Seminar goldrichtig, wenn Du Dich in **einer** der folgenden Aussagen wiederfindest:

- Du gehst gerne auf Skitour, doch – sobald Du ins freie Gelände kommst – beschleicht Dich ein Gefühl der Unsicherheit
- Wenn Du an Skitouren denkst, bekommst Du Angst vor einer Lawine
- Du möchtest Deine Kompetenz im Umgang mit der Lawinengefahr im Gelände weiterentwickeln
- Du hast selbst schon einen Lawinenunfall erlebt, stehst seither im Bann Deiner Angst vor Lawinen und möchtest Dich Deiner Angst stellen
- Du wolltest immer schon mal im Winter draußen schlafen



**Voraussetzung:** durchschnittliche Fitness, ein wenig Erfahrung im Skitourengehen, sicherer Stemmschwung im Gelände und der Wille zur Selbstreflexion

**Methoden:** aktuelle Lawinenkunde in Theorie und Praxis, Biwakbau im Schnee, erlebnisorientierte Lernmethoden, gegenseitiger Austausch, Meditation, Symbol- und Visionsarbeit, individuelle Einzelcoachings nach Notwendigkeit

**Ort:** „**Tauplitzhaus**“ auf der Tauplitz & im Skitouren Gelände rund um die Hütte. Talort: Tauplitz Tal

Wir haben für die ganze Zeit des Workshops den Seminarraum im Tauplitzhaus zur Verfügung (dies gilt auch für die Nacht, falls Du Dich entscheiden solltest, doch nicht im Biwak schlafen zu wollen).

**Zeit:** **Samstag 21.** (08::30 – Tauplitz Tal) bis **Sonntag 22. Jänner 2023** (ca. 16::00)

**Workshopkosten:** **270,- €** pro Person mit Frühbucherbonus bei Anmeldung bis zum 15.11.2022

**300,- €** Normalpreis pro Person. Sozialtarif ist natürlich möglich!

**Kosten Tauplitzhaus:** Für die Nutzung des Seminarraums mit HP ca. **80,-**



Mag. Dr. Stefan Gatt  
e-mail: [office@stefangatt.at](mailto:office@stefangatt.at)  
mobil: (+43) 664-210 50 95  
A-4020 Linz / Tummelplatz 15  
website: [www.stefangatt.at](http://www.stefangatt.at)



Mag. Markus Stockert  
e-mail: [markus@stockert.cc](mailto:markus@stockert.cc)  
mobil: (+43) 664 – 531 95 13  
A-5411 Oberalm, Kahlspergstraße 35e  
website: [www.stockert.cc](http://www.stockert.cc)

# Anmeldung „Gespür für Schnee“

Ich melde mich verbindlich zu obigem Workshop an.

Name, Geb.dat. \_\_\_\_\_ Beruf: \_\_\_\_\_

Adresse: \_\_\_\_\_

Tel.Nummer: \_\_\_\_\_

Email: \_\_\_\_\_

Ich gebe mein Einverständnis, dass meine e-mail-Adresse und mein Wohnort ca. vier Wochen vor dem Seminar an die anderen TN für die Bildung von Fahrgemeinschaften weitergegeben werden darf:

Für Fragen stehen wir gerne zur Verfügung! Markus Stockert: 0664 - 531 95 13 markus@stockert.cc, oder Stefan Gatt: 0664 – 210 50 95 office@stefangatt.at

**Seminarkosten: 300- € pro Person** exkl. **Kost & Logis** siehe Seite mit Eckdaten  
Frühbucherbonus: **30,- Euro (also 270,-)** bei Anmeldung **bis 15. 11. 2022**  
Sozialtarif ist natürlich auf Anfrage möglich !

**Stornoregelung:** Eine Absage oder Verschiebung ist bis 30 Tage vor dem Seminarbeginn kostenfrei. Bei einer Absage ab 29 Tagen oder kürzer vor dem Seminarbeginn werden 150€ einbehalten. Bei einer Absage von 15 Tagen oder kürzer wird der gesamte Seminarbeitrag fällig. Bei Verhinderung kann gerne ein Ersatzteilnehmer genannt werden. Mit der Unterschrift / Überweisung des Seminarbeitrages werden diese Stornobedingungen akzeptiert.

Datum: \_\_\_\_\_

Unterschrift: \_\_\_\_\_

Die Anmeldung ist möglich per e-mail (Scan / Foto des Anmeldeformulars) oder durch Zusendung dieses ausgefüllten Abschnittes per Post. Sie wird nach dem Zeitpunkt des Eintreffens berücksichtigt.