

SKITOUREN MIT KINDERN

Tipps, Tricks und Routenvorschläge für Familienskitouren

Bernhard Ziegler



tourentipp Verlag

INHALTSVERZEICHNIS

Vorwort	6
1. Voraussetzungen – richtiger Zeitpunkt	8
2. Ausrüstung	10
2.1. Tourenski für Kinder	11
2.2. Felle	11
2.3. Skitourenstiefel für Kinder	12
2.4. Skitourenbindung für Kinder	13
2.5. Skistöcke	18
2.6. Bekleidung	18
2.7. LVS-Gerät	19
2.8. Skihelm	19
3. Skitouren mit Kindern	21
3.1. Motivation, Wunschvorstellung und Realität	21
3.2. Kindgerecht – was ist das?	21
3.2.1. Tierspuren, Pflanzen, Lebensräume	22
3.2.2. Spuranlage und Gelände	23
3.2.3. Mit allen Sinnen – ein sinnliches Erlebnis!	24
3.2.4. Eine Geschichte – ein Spiel	24
3.2.5. Schneetisch und Schneehöhle	25
3.2.6. Details entdecken und fotografieren	26
3.2.7. Hüttenübernachtung	26
3.2.8. Mit Freunden auf Skitour	26
3.2.9. LVS-Suche – Schneeprofil	27
3.2.10. Nachbetrachtung	27
3.3. Planung und Vorbereitung	27
3.4. Durchführung einer Kinderskitour	29
4. Allgemeine Routenkriterien für Kinderskitouren	32
5. Routenvorschläge	34

5.1.	Schreckenkopf Bayerische Voralpen	37
5.2.	Schwarzenberg Bayerische Voralpen	41
5.3.	Brecherspitz Skigipfel Bayerische Voralpen	45
5.4.	Lämpersberg Bayerische Voralpen	49
5.5.	Tanzeck Bayerische Voralpen	53
5.6.	Zwiesel Bayerische Voralpen	57
5.7.	Lahnenkopf Bayerische Voralpen	61
5.8.	Sonntraten Bayerische Voralpen	65
5.9.	Silberkopf Bayerische Voralpen	69
5.10.	Erlbergkopf Chiemgauer Alpen	73
5.11.	Lembergschneid Chiemgauer Alpen	77
5.12.	Schmiedalm-Kreuz Chiemgauer Alpen	81
5.13.	Spitzsteinhaus Chiemgauer Alpen	85
5.14.	Inntaler Heuberg Chiemgauer Alpen	89
5.15.	Mauerschartenkopf Wettersteingebirge	93
5.16.	Hinteres Hörnle Ammergauer Alpen	97
5.17.	Großer Ochsenkopf Allgäuer Alpen	101
5.18.	Riedbergerhorn Allgäuer Alpen	105
5.19.	Wertacher Hörnle Allgäuer Alpen	109
5.20.	Hirschberg Allgäuer Alpen	113
5.21.	Falkenmoosalm Karwendelgebirge	117
5.22.	Weißkopfkogel Kitzbüheler Alpen	121
5.23.	Rauthhütte Mieminger Berge	125
5.24.	Birgitzköpfl Stubai Alpen	129
5.25.	Schuttberge Münchner Stadtgebiet	133
6.	Checkliste	139
7.	Stichwortverzeichnis, Ortsregister und Bilderläuterungen	141
	Über den Autor	146
	Danksagung	147
	Tourenbuch – eigene Routen	148
	Impressum	151