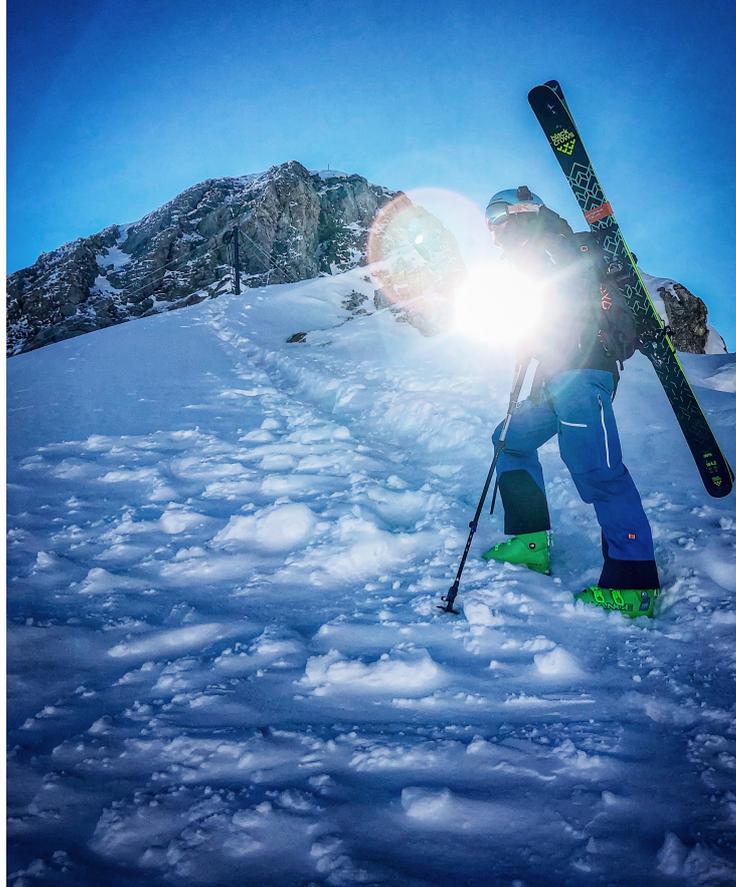


DRAUSSEN

UNTERWEGS

A photograph of four skiers standing on a snowy mountain peak, looking out over a vast, snow-covered landscape. The skiers are wearing colorful gear: one in a red jacket and black pants, one in a purple jacket and purple pants, one in a blue jacket and orange pants, and one in a green jacket and blue pants. They are all equipped with backpacks and ski poles. The background shows a dense forest of evergreen trees under a cloudy sky.

1/W20



AB IN DIE NEUE SAISON!

„Es geht schon wieder los.“

Das war ein super Sommer. Doch um ehrlich zu sein, bin ich schon wieder reif für den Winter. Und der lässt nicht mehr lange auf sich warten. Und so mancher hat schon die ersten Touren in den Beinen oder hat sich auf gut präparierten Pisten wieder mit den Skiern oder dem Snowboard vertraut gemacht. Und damit die Vorfreude auf das Skitouren/Freeriden/Snowtrekken steigt, findest du hier schon mal unsere Termine für den Saisonstart.

1

„The mountains are yearning.
And I must go.“



SICHER DRAUSSEN UNTERWEGS SEIN!

Nr. 1

Die Grundlage

Wenn du dir die Freiheit nimmst, abseits des gesicherten Skiraums unterwegs zu sein, dann solltest du dich auch in die Pflicht nehmen, dich mit den möglichen Gefahren und deren Vermeidung auseinander zu setzen.

Im Winter draussen unterwegs zu sein ist keine Wissenschaft, jedoch erfordert sie ein gewisses Maß an Verständnis für die überlebenswichtigen Faktoren.



2

Die wesentlichen Bestandteile

Aufgrund meiner konditionellen Fähigkeiten sowie meiner Skitechnik wähle ich mir eine Skitour. Dazu sammle ich Informationen zu Wetter und Schnee (Lawinenlagebericht), plane meine Aufstiegs- und Abfahrtsroute mittels analogen oder digitalen Kartenmaterials, richte mein Equipment zusammen und schon kann es losgehen. Aber bin ich dann bereit für den Notfall, falls meine Planung nicht ganz optimal war? Bin ich in der Lage, schnell und sicher meine Kamerad*innen aus der Lawine zu bergen? Auch wenn die Rahmenbedingungen niemals die gleichen sein werden und wir hoffen, niemals in die Notlage einer Lawine zu geraten, ist doch der schnelle und sichere Umgang mit der Notfall-Standardausrüstung (Lawinenverschüttetensuchgerät, Sonde und Schaufel) ein unbedingtes Muss da draussen! Also: Nichts wie los und üben, üben, üben. Bei unseren Workshops!



Nr. 1

AUF DIE PLÄTZE, FERTIG, LOS!

Bevor es wieder so richtig losgeht, haben wir wieder unsere jährliche Workshop-Reihe in Zusammenarbeit mit Gigasport für euch parat:

**3.1.2020: Notfall Lawine: THEORIEWORKSHOP/
17-19h/ Gigasport „La Place“.**

**4.1.2020: Notfall Lawine: PRAXISWORKSHOP/
8-16h/„Präbichl“.**

Beide Workshops sind kostenlos. Einzig eine Anmeldung (einfach auf die fetten Workshop-Titel klicken) ist erforderlich.

Um das Angenehme mit dem Nützlichen zu verbinden, bieten wir heuer erstmals eine Kombination aus Skitourentagen und Notfall-Workshops an.

**17.-19.1.2020: SKITOUREN UND SICHERHEITSTAGE
in der Eisenerzer Ramsau.**

FIRST COME - FIRST SERVE

3

UND DA GEHT ´S SO RICHTIG LOOOOOS!

TOURING

SA, 11.1. **Kraglschinken** mit Sandy

SO, 25.1. **Silberling Lilly/Zwölferköpfl** Jue

FREERIDE

SO, 12.1. **Riesneralm** mit Jue

SNOWTREK

SA, 11.1. **Amundsenhöhe** mit Silvi

SO, 26.1. **Sommeralm** mit Silvi

Go out and explore.

Unser Team freut sich auf
dich!

INFORMATIONEN

DATENSCHUTZ

Du und deine Daten sind uns wichtig. Daher behandeln wir diese sehr vertraulich. Mehr dazu, wenn du oben klickst.

Nr. 1



Nach neuer Datenschutz Grundverordnung (DSGVO) musst du dich selbsttätig für einen weiteren Bezug unseres Newsletters anmelden. Ja? Dabei? Super - dann einfach **DA** draufklicken...

GRUNDLAGEN

DAG ist ein gemeinnütziges Projekt der Naturfreunde Steiermark und der ASKÖ Steiermark. Unsere Aktivitäten setzen neben eigener Ausrüstung, dem Grundwissen um Alpine Gefahren und Notsituationen auch die Mitgliedschaft bei den **Naturfreunden Österreich** voraus.

AUSNAHME: Bei allen Aktivitäten kann gerne einmal geschnuppert werden.

4

IMPRESSUM

ASKÖ Steiermark, Draussen aktiv gesund, Schloßstraße 20,
8020 Graz

M: basislager@draussen-aktiv-gesund.at

F: +43 676 9765784

W: www.draussen-aktiv-gesund.at