

# Berge & Yoga

<b>Veranstaltung:</b>	<b>Sommer in den Dolomiten</b> Ins Märchenreich aus Felstürmen und grünen Almen
<b>Kategorie:</b>	Berge
<b>Schwierigkeit:</b>	mittel
<b>Höhe und Gehzeit:</b>	bis 900 Hm im Auf- und Abstieg, ca. 4 - 6 Std. GZ tägl.
<b>Termin:</b>	<b>21.07.2024</b> 12:00Uhr bis <b>25.07.2024</b> 17:00Uhr (5 Tage)
<b>Anmeldeschluss:</b>	19.05.2024
<b>Treffpunkt/Ort</b>	vor Ort
<b>Kosten:</b>	EUR 420,- / Person 420,00 ? ab 6 TeilnehmerInnen
<b>Gruppengröße:</b>	6 bis 8
<b>Leitung:</b>	Christine
<b>Ausrüstung:</b>	<b>Ausrüstungsliste für Mehrtageswanderung im Sommer</b> Bitte bedenken Sie beim Packen, dass Sie den Rucksack mehrere Tage tragen müssen. Nehmen Sie nur so viel mit, wie unbedingt nötig ist. Rucksack ca. 35 ? 45 l mit gepolstertem Tragegestell und Regenüberzug Teleskopstöcke knöchelhohe Bergschuhe mit guter Profilsohle (z. B. Vibram) 1 paar leichte Hüttenschuhe 1 Berghose (ideal als "zipp-off") 1 leichte Hose zusätzlich zum Wechseln bzw. für die Hütte (keine Jeans) 1 kurze Hose (falls nicht "zipp-off") 1 oder 2 leichte Funktionshemden bzw. -pulli oder -bluse 1 Fleece oder Softshelljacke Strümpfe Unterwäsche Wechselwäsche (T-Shirts) 1 wasserdichter bzw. -abweisender Anorak (z. B. Goretex) 1 Regen hose (evtl. kleinen Regenschirm, wenn die Bekleidung nicht mehr so dicht ist) leichte Mütze, Stirnband und Handschuhe Sonnenhut Sonnenbrille Sonnencreme (auch an einen Schutz für die Lippen denken) kleines Waschzeug , Handtuch dünner Hüttenschlafsack (in Bergsportgeschäften erhältlich) Badezeug (falls in der Tourenbeschreibung ein See angegeben ist) kleine Tourenapotheke (Tape, Blasenpflaster, persönliche Medikamente) Taschentücher Taschenlampe kleines Taschenmesser (zum Brotzeit machen) 1 Trinkflasche mind. 1 Liter Brotzeit: Müsliriegel, Brot, Käse etc. Obst (Trockenfrüchte, Nüsse) Teebeutel (nur für DAV-Mitglieder, die ein Teewasser auf der Hütte erhalten) DAV-Ausweis (falls DAV-Mitglied) Bargeld und EC-Karte (eine Bezahlung mit EC-Karte ist auf Hütten nicht möglich) Eine Mitgliedschaft bei einer Sektion des Deutschen Alpenvereins (DAV) ist zu empfehlen. Bei den Übernachtungskosten auf DAV-Hütten zahlen Sie als Mitglied nur die Hälfte, erhalten Teewasser und ein günstiges "Bergsteigeressen". Im Falle eines Unfalls in den Bergen zahlt der DAV in der Regel die Kosten für die Hubschrauberrettung und die Bergwacht.
<b>Beschreibung</b>	Die schönste Art, die Dolomiten in all ihrem Formenreichtum kennenzulernen ist, sie zu "Erwandern". Die Tour führt auf abwechslungsreichen Wegen und Steigen durch die bizarre Welt der kristallinen leuchtenden Kalkfelsen der Dolomiten, vorbei an einem herrlichen Bergsee, durch karge Felslandschaft und über alpine Rasen zu schön gelegenen Hütten, in denen bei Pasta & Co ein wenig italienischer Flair erlebbar wird. Der Rosengarten und Schlern sind eine beeindruckende Region in den Dolomiten und hier erlebt man auf eindruckliche Art ihre Schönheit in vielfältiger Form.  Leistung: Organisation der Unterkünfte und Leitung der täglichen Touren durch UIMLA Bergwanderführerin. Ein detailliertes Tagesprogramm erhalten Sie auf Anfrage bzw. bei Anmeldung. Die Anreise erfolgt individuell, nach Absprache möglichst in Fahrgemeinschaften. Fahrkosten und Kosten für die Übernachtung und Verpflegung sind nicht im Preis enthalten und werden vor Ort von jedem selbst barbezahlt.