

# Berge & Yoga

<b>Veranstaltung:</b>	<b>Schneeschuhgehen &amp; Naturbetrachtungen</b> Natur erleben und beobachten
<b>Kategorie:</b>	Berge
<b>Schwierigkeit:</b>	leicht
<b>Termin</b>	<b>08.01.2022</b> 10:00Uhr
<b>Anmeldeschluss:</b>	07.01.2022
<b>Treffpunkt/Ort</b>	Bahnhof Raubling oder am Ausgangspunkt der Tour
<b>Kosten:</b>	EUR 35,- / Person
<b>Schneeschuhe:</b>	EUR 10,00 / Person Nur in begrenzter Zahl verfügbar
<b>Gruppengröße:</b>	6 bis 8
<b>Leitung:</b>	Christine
<b>Ausrüstung:</b>	<b>Ausrüstungsliste für Schneeschuhwanderung (Tagestour)</b> Nehmen Sie nur so viel mit, wie unbedingt nötig ist. Mit einem leichten Rucksack haben Sie mehr Freude an der Tour.  Rucksack ca. 20 - 30 l Skistöcke mit großem Teller Bergschuhe, knöchelhoch, wasserabweisend, Berghose oder Skitourenhose Anorak, wasserdicht oder wasserabweisend Mütze und Handschuhe Ersatzhandschuhe  Wechselwäsche Ä Sonnenbrille Sonnenscreme, Lippenchutz kleine Tourenapotheke (Tape, Blasenpflaster) persönliche Medikamente ca. 1 Liter heißes Getränk Brotzeit: z.B. belegte Brote, Müsliriegel, Trockenfrüchte Taschentücher Bargeld DAV-Ausweis falls Mitglied 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 Tee/wasser und ein günstiges "Bergsteigeressen". Im Falle eines Unfalls in den Bergen zahlt der DAV in der Regel die Hubschrauberrettung und die Kosten für die Bergwacht.
<b>Beschreibung</b>	Durch eine tief verschneite Landschaft die erste Spur ziehen ist eine Freude. Das Knirschen des Schnees unter den Füßen begleitet einen und im Rhythmus des Gehens kommt man allmählich zur Ruhe. Die Schneelandschaft vermindert die Geräusche, es ist stiller als im Sommer, auch die Formen und Farben der Landschaft unterscheiden sich zu denen in den anderen Jahreszeiten. Der Schnee formt und verbindet die einzelnen Bereiche noch einmal anders, die Farbe Weiß dominiert und überzieht einen großen Teil der Natur. Eine Winterlandschaft hat einen ganz besonderen Zauber: das Glitzern der Schneekristalle übt eine Faszination aus und auch wenn es dicke Flocken schneit, ist es interessant, unterwegs zu sein. Auf Tour betrachten wir verschiedenen Phänomene und ihre Ausdrucksformen. Wir machen uns Gedanken, wie man naturverträglich im winterlichen Gelände unterwegs ist und wie die Tiere in dieser "harten Jahreszeit" zurechtkommen. Die leichte Schneeschuhtour findet, je nach Schneeverhältnissen im Mangfallgebirge und den Chiemgauer Alpen statt und ist für Anfänger geeignet. Schneeschuhwandern kann jeder, es erfordert keine besonderen Vorkenntnisse Ausrüstung kann gegen Gebühr ausgeliehen werden.