

Schwierigkeitsbewertung für Bergwanderungen/Bergtouren

Bitte beachten Sie, dass Sie bei allen Touren den **technischen Anforderungen** gewachsen sein müssen (siehe Schwierigkeitsbewertung der jeweiligen Tour). Auch Ihre **Kondition** muss den Anforderungen in Auf- und Abstieg angemessen sein. Die konditionellen Anforderungen können Sie unter anderem den Angaben der Höhenmeter im Auf- und Abstieg und der Gesamtzeit für Auf- und Abstieg ohne Pausen bei der jeweiligen Tour entnehmen.

Ausrüstung: 1

Bewertung	Technische Anforderungen	Nötige Fähigkeiten	Beispiele	Ausrüstung	Maximale Teilnehmerzahl
Bergwanderung leicht	Breite oder schmale Wege, die zwar steil auf- oder abwärts führen können, aber in der Regel keine absturzgefährlichen Passagen enthalten	Gehen auf markierten Wegen und Steigen im Gebirge	Jochberg, Setzberg, Rabenkopf	1	10
Bergwanderung mittelschwer	Schmale Wege, oft steil und mit absturzgefährlichen Passagen. Kurze weglose Abschnitte, kurze drahtseilgesicherte Passagen und kurze einfache Kletterstellen, die den Gebrauch der Hände erfordern, können vorkommen	Zusätzlich: Sicheres Gehen auf schmalen Trittpfaden und in weglosem Gelände, Trittsicherheit und Schwindelfreiheit	Sonnjoch, Kramer, Watzmann-Hocheck	1	8
Bergtour (X)	Schmale, steil angelegte Wege, oft mit Absturzgefahr. Es kommen gehäuft versicherte Gehpassagen und/oder einfache Kletterstellen vor, die den Gebrauch der Hände erfordern	Zusätzlich: Sicheres seilfreies Steigen und Klettern in kurzen Felspassagen, Bergerfahrung notwendig	Guffert, Wettersteinspitze, Speckkarspitze, Hochkalter, Steinerne Rinne, Zugspitze über Reintal, Hochkönig über Birgkar	1	6

(X) Schwierigkeitsgrad im Fels nach UIAA

Konditionsbewertung für Bergwanderungen

Disziplin	Bewertung	Konditionsanforderung	Nötige Ausdauer
Bergwandern / Bergtouren	Kondition gering	bis 800 Hm, bis –5 Std. Gesamtgezeit	Allgemeine Sportlichkeit und Ausdauer für 2- bis 4-stündige Aufstiege mit bis zu 800 Hm sowie damit verbundene Abstiege
	Kondition mittel	801–1200 Hm, bis 7 Std. Gesamtgezeit	Ausdauer für 4- bis 5-stündige Aufstiege mit bis zu 1200 Hm sowie damit verbundene lange Abstiege
	Kondition groß	1201–1600 Hm, bis 10 Std. Gesamtgezeit	Ausdauer für 5- bis 7-stündige Aufstiege mit bis zu 1600 Hm sowie damit verbundene sehr lange Abstiege
	Kondition sehr groß	über 1600 Hm, über 10 Std. Gesamtgezeit	Ausdauer für Aufstiege mit über 7 Std. Aufstieg und mehr als 1600 Hm sowie damit verbundene extrem lange Abstiege