

Wandern * Lagerfeuer * Campieren Unter freiem Himmel

01. - 03.09.2023
für Frauen & Männer



Drei Tage ganz in der Natur, ein Abenteuer

Draussen sein, alles dabei, was es zum Leben braucht. Am Feuer kochen, unter einer Plane schlafen, im Bergbach baden. Unmittelbar, sinnlich und verbunden: mit sich, den anderen Frauen und Männern und vor allem dem Weg, den Bergen, Wassern, Winden und Gestirnen. Zeit im Rhythmus der Natur. Durchatmen, auftanken, Ausblick haben.

Am Treffpunkt kaufen wir Lebensmittel ein, Töpfe und Planen kommen noch in die Rucksäcke. Wir gehen 2 – 3h pro Tag und schlagen an einem schönen Ort nahe einem Bergbach ein Nachtlager auf. Die Rucksäcke werden immer leichter, die Gemüter meistens auch.

Konstanze Thomas und der lokale Guide Christian Mülle haben viel Erfahrung in der Co-Leitung und Begleitung von Menschen in der Natur. Gerne geben sie ihr Know how rund ums Feuer machen, Planen spannen und Kochen mit Freude weiter. Leidenschaft, die ansteckt...

Anreise Ab Zürich via Erstfeld, Amsteg nach Bristen Dorf

Treffpunkt Bristen Dorf, 10h

Übernachtung Draussen unter einer Plane

Rückreise Bristen Talstation, ca. 16h (Sonntag)

Kosten CHF 565.- bei 6 Teilnehmenden
CHF 650.- bei 5 Teilnehmenden

inklusive

- Organisation BergFrau
- Leitung Konstanze Thomas
- Lokaler Führer Christian Mülle
- eine Plane pro Person als Dach

exklusiv

- An- und Rückreise
- Versicherung

- Kochutensilien
- Lebensmittel
- Gemeinschaftsmaterial

Anmeldung	Bis 15. August 2023, Einzahlung bis 25. August 2023
Bezahlung	Bitte überweise den Betrag auf Bank BSU, Uster Bergfrau GmbH, im Lot 12, 8610 Uster IBAN CH77 0688 8016 0242 7660 4
Abmeldung	Gemäss AGB: https://bergfrau.ch/rechtliches/agb
Leitung	Konstanze Thomas
Tourentage	<p>Freitag Anreise zum Treffpunkt. Kennenlernen, Einkauf der Lebensmittel und verteilen der verschiedenen Sachen zum Tragen. Kurze Fahrt mit dem Bergtaxi zur Alp Stössli, ca. 2 Stunden wandern bis zum ersten Platz «Stäuberboden»</p> <p>Samstag Nach dem Frühstück packen, weiterziehen, wieder einrichten im Raum «Öfeli». Es bleibt genügend Zeit, um zwischendurch spontan Halt zu machen und in einen Bach zu springen oder zu träumen. Bei Interesse Bau eines Brotofens für frischen Sonntagszopf. Ca 3 Std Wandern</p> <p>Sonntag Gemütlich packen, aufbrechen. Gehzeit ca. 3 Stunden via Golzernsee zur Golzernbahn Bergstation und mit der Bahn hinunter. Heimreise.</p>
Mitnehmen	<ul style="list-style-type: none">• Rucksack ab 60 Liter (mit 1/3 Platz für Lebensmittel und Gemeinschaftsmaterial)• Schlafsack und Liegematte, evtl. Plane als Unterlage• Feste Schuhe auch für wegloses Gelände• Kleidung, um bei allen Wetterlagen den ganzen Tag draussen zu sein.• Kopfbedeckung für Tag und Wollmütze für die Nacht, Sonnencreme, evtl. Mückenmittel• Stirnlampe• Sackmesser und Zündhölzli• Teller, Trinkgefäss, Besteck• Reepschnur 4-6mm dick, ca. 30m Länge (zum Plachen spannen) Bekommt man im Do it relativ günstig von der Rolle; es lohnt sich, hier ein wenig zu investieren.• Handtuch (klein), Zahnbürste, Toilettenpapier• ...und weiteres Persönliches
Versicherung	Für eine ausreichende Unfall- u/o Krankenversicherung sind alle Teilnehmenden selbst verantwortlich.
Sicherheit	BergFrau verfügt über die im Gesetz vorgeschriebene Bewilligung als Wander- und Schneeschuhleiterin und die geforderte Haftpflichtversicherung.
Covid-19	BergFrau respektiert die Vorgaben des BAG und verfügt über ein Schutzkonzept: siehe https://bergfrau.ch/aktuelles/corona-virus/

Unvergessliche Erfahrungen in der Natur