

Nidwaldner Wanderwege

Kursangebot für Wanderer und Interessierte

Kursname	NWW 21-23 Sicher Wandern - Wandern ist gesund
Datum, Zeit	Samstag, 24.04.2021 (09:30 bis ca. 16:00 Uhr, Seilbahn fährt 09.40 Uhr)
Kursort	Maria Rickenbach NW (Niederrickenbach)
Treffpunkt	09:30 Uhr Talstation Dallenwil-Niederrickenbach, beim Eingang/Kasse LDN: https://maria-rickenbach.ch/maria-rickenbach/anreise-lage/
Kursleitung	Marina Grossrieder, Wanderleiterin mit Eidg. FA
Kurskosten	Für Mitglieder der Nidwaldner Wanderwege kostenlos Für Nichtmitglieder CHF 70.--
Anforderungen	Keine speziellen Vorkenntnisse erforderlich. Einfache Anwendungs-Tour max. 3-4 Stunden Gehzeit, je nach Wetter / Verhältnissen.
Kursziele	<ul style="list-style-type: none"> • Ausschreibungen einer Wanderung verstehen und einschätzen können (Schwierigkeitsgrade, Anforderungen an Technik & Kondition) • Richtige Wanderausrüstung kennen (Kleider, Verpflegung dem Wetter / Temperatur angepasst, passender Rucksack, Schuhe, Apotheke / Notfall Kit, wertvolle Material- und Praxis Tipps -> was brauche ich). • Risiken und Gefahren vor und auf der Tour erkennen (Wetter, sonstige)
Kursinhalt	<ul style="list-style-type: none"> • Die positiven Wirkungen des Wanderns - Nebenwirkungen? • Tourenausschreibung / SAC Schwierigkeitsskala verstehen, Einschätzung Fähigkeiten und Anforderungen, geeignete Tour finden • Basis Tourenplanung kennen; Zeitbedarf, Wetter, korrekte Ausrüstung • Verhalten bei Gewitter, Notfällen, Alarmierung • Angebote der Nidwaldner Wanderwege kennen • Wertvolle Praxis Tipps zur Ausrüstung und dem Unterwegssein • Anwendungs-Tour mit Tipps und Umsetzung der Theorie in die Praxis
Ausrüstung	Rucksack, Trekking-/Wanderschuhe mit gutem Profil, warme und wetterfeste Wanderkleidung (Schichtenprinzip), Kopfbedeckung, Sonnenbrille, Getränk / Zwischenverpflegung aus dem Rucksack (z.B. Nüsse, Riegel, Sandwich), evt. Wanderstöcke, Schreibzeug/Notizmaterial
Bemerkungen	Kafi & Einführung im Pilgerhaus, Theorie/Praxis drinnen & draussen. Kosten für Anreise/Seilbahn und Konsumation/Verpflegung ist Sache der Teilnehmenden. Preis Bähnli retour CHF 25.20 (Halbtax 12.60), GA gültig
Anmeldung	Bis am 17. April 2021, mittels Anmeldeformular auf der Webseite der Nidwaldner Wanderwege (nw-wanderwege.ch)