

# Abtenauer Wanderwoche

## 6. bis 13. Oktober 2012



**abtenau**  
mitERLEBEN

### WANDERUNGEN FÜR ALLE SINNE:

Zur schönsten Wanderzeit des Jahres laden wir Sie ein,  
das Lammertal intensiv zu erleben.



[www.abtenau-info.at](http://www.abtenau-info.at)



Wir möchten Sie herzlich einladen uns und unsere Wanderregion kennenzulernen. Ihre einheimischen Begleiter, Wander- und Bergführer gewähren Ihnen interessante Ein- und Ausblicke in unsere Naturlandschaft und wenn Sie Lust haben, lernen Sie nebenbei auch noch so einiges, das Ihnen für Ihre zukünftigen Wanderabenteuer behilflich sein wird. Alle Erlebnistouren und Wanderungen werden in 2 Intensitätsstufen (gemütlich – sportlich) geführt! Das Wochenprogramm wird so gestaltet, dass Sie bei allen Programmen mit dabei sein können!

Interessante Praxisworkshops, Schnupperkurse, Vorträge und andere Veranstaltungen bereichern und ergänzen diese Woche. So können Sie auch gerne einmal in die Welt der Bergsteiger, Kletterer oder Höhlenforscher eintauchen. Sie lernen mit neuen Navigationshilfen umzugehen und Sie erhalten Einblicke in die Arbeit der Bergretter/Bergwacht.



[www.abtenau-info.at](http://www.abtenau-info.at)

## ERLEBNIS UND THEMENWANDERUNGEN

### DIE KRAFT DES WASSERS

**Wasserfallwanderung.** Diese Tour führt uns entlang der Wasser-Kraftplätze rund um Abtenau. Zu den beiden Wasserfällen in die Au, über den Strubberg, vorbei an den Winnerfall, hin zur Lammerklamm und zum Schluss zu den Aubachwasserfällen. Zurück nach Abtenau nutzen wir den Bus. Viele Infos gibt's über Kneippen am Wildbach, über Geologie und Höhlen im Tennengebirge sowie zu den Gesundheitsforschungen für Aufenthalte an und bei Wasserfällen.

### ALMWANDERN – ALMLEBEN

**Wanderung auf der Postalm,** dem größten Almgebiet Österreichs. Dieses grandiose, weitläufige Almgebiet bietet eine einzigartige Wanderlandschaft. Die für Sie geplante Tour führt über einige „Genußgipfel“ (bis 1.800m) der Osterhorngruppe. Genug Zeit zum Rasten in den urigen Hütten ist eingeplant, denn die einheimischen Jäger, Förster sowie Almbauern haben einiges zu erzählen.

### ALPINE GIPFELWANDERUNG

Diese Bergtour führt uns ins **Tennengebirge** und je nach Lust, Laune und Kondition rauf bis über 2000 m. Über die Wandalm (1800 m) und den First (1820 m) planen wir einen Abstecher auf die Tagweide (2134 m). Entlang der Südstürze des großen Traunsteins geht's dann weiter zur Gsengalm (1447 m) und dann zurück über den Karkogel nach Abtenau. Die Bergführer informieren Sie über die Grundlagen einer Bergtour und geben Ihnen interessante Einblicke in die alpinen Besonderheiten (Höhe, Wetter usw.)



# PRAXISWORKSHOPS

## ORIENTIERUNGS -TOUR

Ein Praxisworkshop zur einfachen terrestrischen Orientierung beim Wandern informiert über moderne Navigationshilfen, GPS, Geochaching u.s.w.



## KLETTER- SCHNUPPERKURS

Das richtige Gehen und Steigen ist enorm wichtig. Was tun wenn man in felsiges Terrain gerät? Wie sichert man mit Seil? Ein tolles Sicherheitsprogramm für zukünftige Bergwanderer. Geübt wird an der Kletterwand oder im Felsklettergarten.



## NATUR FOTOGRAPHIEREN

Ein Profi zeigt ihnen die schönsten Plätze rund um Abtenau und gibt Ein- und Ausblicke in die Kunst der Naturfotografie.



## HÖHLENWANDERUNG

Gemeinsam mit einem Höhlenguide erkunden Sie mit Helm und Stirnlampe die Tiefen des Tennengebirges. Dieses Naturschauspiel lässt Sie den Alltag vergessen.



## RADWANDERN

Ob mit einem Trekking-, einem Mountain- oder einem E-Bike, es gibt viele Möglichkeiten unser alpines Gelände rund um Abtenau sportlich und einfach zu bewältigen.



## NORDIC WALKING TOUR

Die speziellen Wanderstöcke bieten Sicherheit im schwierigen Gelände und fordern die gesamte Muskulatur beim Wandern.



abtenau



## RAHMENPROGRAMM

### BEGRÜSSUNGSABEND

Begrüßung, Information durch die Guides zu den einzelnen Programmen, Ausrüstungscheck und vieles mehr.

### BERGRETTUNG IM LAMMERTAL

Infoabend über die Arbeit und Tätigkeiten der Bergretter!

### BERGSTEIGEN WELTWEIT

Tolle Bilder und interessante Abenteuer aus den Weltbergen.

### MUSIKABEND

Live Musik: Ein gemütliches Beisammensein bei Musik, Tanz und Stimmung.

### HEIMATMUSEUM

Eine Führung durch den „Arlerhof“, mit Wohn- und Wirtschaftsgebäude aus dem Jahre 1325, zeigt das Bauernleben von damals.

### ABSCHLUSSABEND

Diashow und Fotos der Woche, Tombola.

## INFORMATION UND ORGANISATION

Erfahrene Berg- und Wanderführer, geübte Bergsteiger, Outdoorspezialisten und 8000er Gipfelstürmer aus Abtenau und der Region Dachstein West – Lammertal begleiten Sie ganz persönlich während dieser intensiven Woche! Das Team des Tourismusverbandes Abtenau ist Ihnen bei der Reservierung gerne behilflich und steht Ihnen vor Ort mit Informationen zur Verfügung. Abtenau war Austragungsort der Wanderweltmeisterschaft 2010.

### ALLGEMEINE INFOS

- Die Teilnahme erfolgt ausschließlich auf eigene Gefahr und Risiko. Für Kinder ab 12 J. möglich.
- Das detaillierte Wochenprogramm erhalten Sie bei Ihrer Anmeldung.
- Das aktuelle Tourenprogramm für den jeweils nächsten Tag wird immer erst am Vorabend fixiert (Wetter).
- Bei extremen Wetterverhältnissen werden Touren abgesagt bzw. geändert oder verschoben. Jeden Tag sind mind. 2 verschiedene Wanderungen und z.B. ein Workshop oder ein Vortrag geplant.
- Bei allen Erlebniswanderungen besteht die Möglichkeit bei einer einfacheren und bei einer sportlicheren Variante teilzunehmen.
- Bei allen Wanderungen und Praxisworkshops werden auf Wunsch kostenlos Wanderstöcke zur Verfügung gestellt.
- Zusätzliche Ausrüstung wie z.B. Kompass und Karten sowie GPS-Geräte bei der Orientierungswanderung, wie auch Kletterausrüstung, Höhlenausrüstung und Nordic Walking Stöcke werden ebenfalls kostenlos zur Verfügung gestellt.



# WANDERWOCHE-PAUSCHALANGEBOT

## Inkludierte Leistungen:

- 7 Übernachtungen
- Verpflegung je nach Kategorie

## 6 Tage Aktivprogramm:

- 3 Themenwanderungen in jeweils 2 Varianten
- 6 Verschiedene Praxisworkshops
- Rahmenprogramm

## Inkludierte Extras:

- ✓ Alle Lift- und Rodelbahnfahrten bei den geführten Wanderungen
- ✓ Maut- und Buskosten bei den Wanderungen laut Programm
- ✓ Getränke und Obst für alle Teilnehmer
- ✓ Abtenau-Kletterkarabiner als Geschenk (Schlüsselanhänger)
- ✓ Funktionelle Trinkflasche als Geschenk
- ✓ Tombola: Urlaub, Wanderausrüstung u.v.m. zu gewinnen



## Unterkunftskategorie

Hotel 4\* mit Halbpension

## Preise pro Person im Doppelzimmer

499,-

Gültig: 6. bis 13. Oktober 2012

## INFORMATION UND BUCHUNG

Der Abtenauer

Markt 32 – 5441 Abtenau

Salzburger Land

T +43 (0) 6243 2259

F +43 (0) 6243 2259 59

E: [info@derabtenauer.com](mailto:info@derabtenauer.com)

[www.derabtenauer.com](http://www.derabtenauer.com)





© Copyright by Schubert & Francke, St. Pölten 2004

## ANREISE

ABTENAU liegt südlich der Stadt Salzburg und ist in nur 30 Autominuten über die Tauernautobahn (Ausfahrt 28 Golling/Abtenau) erreichbar.



## INFORMATION UND BUCHUNG

Der Abtenauer  
 Markt 32 – 5441 Abtenau  
 Salzburger Land  
 T +43 (0) 6243 2259  
 F +43 (0) 6243 2259 59  
 E: [info@derabtenauer.com](mailto:info@derabtenauer.com)  
[www.derabtenauer.com](http://www.derabtenauer.com)

[www.abtenau-info.at](http://www.abtenau-info.at)