



02 alpzyt/ von St. Martin nach Elm (Foopass)

Freitag/Samstag 03./04. August 2012

Die Anreise nach St. Martin am Gigerwaldsee braucht etwas Zeit, so starten wir unseren Ausflug zum Nachbarn schon früh am Morgen. Nach einer gemütlichen Einkehr im Restaurant wandern wir hoch zur Alp Foo, wo wir beim Äpler unser Nachtlager im Stroh beziehen können (Schlafsack mit Comfortbereich +7° mitnehmen!). Am nächsten Morgen profitieren wir von der guten Lage und besteigen nach dem Frühstück noch das Foostöckli am Foopass. Der Abstieg nach Elm ist lange, aber abwechslungsreich. Das kühle Bier in Elm haben wir dann sicher verdient.

Leitung

bergzyt, Gabi Aschwanden, Wanderleiterin SBV

Treffpunkt

Freitag 03. August 2012, 8.30 Uhr Bad Ragaz Bahnhof SBB

Achtung! Postauto fährt zum Gigerwald Stausee um 8.35 Uhr

Anforderungen

Kondition für 6-8 Stunden wandern und maximal 1200 Höhenmeter Aufstieg pro Tag

Unterkunft/Verpflegung

1 Übernachtung in der Alphütte Foo, inkl. Halbpension und Tee à discretion

Lunch/Zwischenverpflegung

Für den Lunch und die Zwischenverpflegung sind Sie selber besorgt.

Ausrüstungsliste beigelegt

Kosten

CHF 200.– pro Person

Preise inkl. Organisation, 1 Übernachtung, Halbpension, Marschtee, Führung mit Wanderleiterin SBV

Nicht enthalten sind: Anreise, Postauto, Lunch/Zwischenverpflegung

Versicherung

Eine ausreichende Versicherung ist Sache der Teilnehmenden. Wir empfehlen den Gönnerbeitrag der

[REGA](#).

Anmeldung und Zahlung

Gerne erwarten wir Ihre Anmeldung schriftlich mit angeführtem Talon, telefonisch oder per e-mail. Bitte bezahlen Sie die Kosten bar bei der Durchführung der Wanderung.

Durchführung

Es werden die aktuellen Wetterverhältnisse berücksichtigt. Die Durchführung wird 2 Tage im Voraus bekannt gegeben.

Materialliste/Ausrüstung

- Rucksack (30-35lt) mit Regenhülle
- Kleidung geeignet für Berg-Wandertouren
- Reservekleider
- Wind- und Regenjacke
- Faserpelz oder wärmender Pullover
- Bergschuhe
- Wanderstöcke
- Regenschirm
- Hausschuhe
- Leichter Schlafsack (Komfortbereich +8°)
- Mütze und Handschuhe
- Sonnenhut
- Sonnencreme
- Sonnenbrille
- Teeflasche
- Toilettenartikel
- Persönliche Medikamente
- Plastiksack für Abfall oder schmutzige Wäsche
- Stirnlampe
- Evtl. Feldstecher
- Evtl. Fotoapparat
- Evtl. Kleine Lupe
- Zwischenverpflegung

ACHTUNG: Das Gewicht des Rucksacks sollte nicht mehr als 7kg betragen.

Weitere Auskünfte

Gabi Aschwanden
Hüttenwartin Fridolinshütte SAC, dipl. Wanderleiterin SBV
Auenstrasse 8, 8783 Linthal
Telefon 055 643 34 34
Mobile 079 228 91 60
info@bergzyt.ch
www.bergzyt.ch

Glarner Kantonalbank, 8750 Glarus
IBAN CH63 0077 3000 5109 2417 5

Anmeldung

Ich melde mich verbindlich für die 2-Tagestour vom 3./4. August 2012

“alpzyt/von St. Martin nach Elm (Foopass)

an:

Vorname, Name: _____

Adresse: _____

PLZ, Wohnort: _____

Telefon: _____

Mobile: _____

Mail: _____

Ich melde im Ganzen..... Personen an und bezahle die Kosten von Fr. 200- pro Person bar an bergzyt, Gabi Aschwanden, beim Antreten der Wanderung.

Ich habe die Anmeldebedingungen zur Kenntnis genommen:

Ort, Datum: _____

Unterschrift: _____

ausfüllen und per Post an die obenstehende Adresse schicken.