



A.L.M. -Tour :

Grattour vom Siplingerkopf zum Girenkopf

Traumhafte Gratwanderung ab Balderschwang. Wir laufen am Grat zwischen Siplinger Kopf und Girenkopf. Dort gibt es eine Besonderheit zu entdecken: Seltsam anmutende Felsformationen aus Hergottsbeton (Nagelfluh) sind markant für die Landschaft im Allgäuer Voralpenland. Die Tour führt über felsig-grasiges Gelände mit vier ausgesetzten, seilversicherten Stellen.

Anforderungen:	mittelschwere Wanderung, Trittsicherheit vorausgesetzt Kondition **, Technik **
Treffpunkt / Koordinaten:	Parkplatz an der Straße östlich von Balderschwang, Mitfahrgelegenheit kann ab Kempten organisiert werden
Beginn/Ende [Datum, Uhrzeit]	Beginn: Sa, 13.07.2019, 9 Uhr
Höhenmeter / Dauer:	Dauer: ca. 5-6 h ca. 900 hm
Ausrüstung:	Stabiles Schuhwerk mit Profilsohle, Rucksack, <i>[kann bei Bedarf in der A.L.M.- Ausrüstungsbörse geliehen werden]</i> Getränk, Brotzeit, Mütze, Sonnenbrille, Wechselwäsche
Wegbeschreibung:	Durchatmen, abschalten, Gedanken schweifen lassen und das gute Gefühl von Bewegung an der frischen Luft genießen. Der Gratweg zwischen Siplingerkopf und Girenkopf bietet traumhafte Ausblicke auf das Allgäuer Voralpenland.
Kosten:	keine
Anmeldung: [bis 9.07.19]	Online-Anmeldung unter www.alpenlebenmenschen.de/mitmachen

Kondition: * Gehzeiten zwischen 2-4 Stunden ** Gehzeiten zw. 4-6 Stunden *** Gehzeiten > 6 Stunden

Technik: * erfordert sicheres Gehen auf einfachen alpinen Bergwegen ** erfordert Trittsicherheit auf mittelschweren Wegen und Steigen

Das **Projekt Alpen.Leben.Menschen** möchte Einheimische und Flüchtlinge auf den Bergen zusammenbringen und somit einen Beitrag zur Integration leisten. Wir freuen uns auf eine rege

Teilnahme von Einheimischen und Geflüchteten! Die o.g. Tour wird im Rahmen dieses Programms vom DAV veranstaltet und von mindestens einem zertifizierten DAV-Fachübungsleiter/Trainer geleitet. Die Teilnehmeranzahl ist begrenzt.

Bei widrigen Witterungsbedingungen wird rechtzeitig eine Planänderung bekanntgegeben.

