

Outdoorschule Süd e.V.
Haslacher Str.25 • 79115 Freiburg
Telefon (0761) 4589 5466
info@outdoorschule-sued.de



Infos

zu unseren SET-Seminaren im Engadin

Nachdem du dich angemeldet hast, checke bitte noch einmal Folgendes:

- Hast du den richtigen Seminartermin gebucht?
- Sind die von dir angegebenen Daten korrekt?
- Hast du den richtigen Preis ausgewählt?
- Bist du mit den Stornobedingungen einverstanden?

Informiere dich gerne zur Sicherheit nochmal auf der Webseite über das gebuchte Angebot.

Wir empfehlen grundsätzlich, eine Reiserücktrittsversicherung abzuschließen – damit bist du auf der sicheren Seite, falls du unerwartet doch nicht teilnehmen kannst. Informiere dich vorab über die Konditionen des Versicherers, zu denen du das Geld wieder zurückerstattet bekommst.

Rechnung

Etwa zwei Wochen vor Seminarbeginn bekommst du eine Rechnung über die Seminargebühr. Du hast uns ja bei der Anmeldung angegeben, welchen Preis du bezahlen möchtest. Wenn die Rechnung an eine andere Anschrift gehen soll als die von dir angegebene, teile uns dies bitte umgehend mit. Die von uns obligatorisch gebuchten Übernachtungen sowie die Verpflegung werden dir erst nach dem Seminar in Rechnung gestellt.

Vor Ort sind Schweizer Franken nötig – der Dorfladen nimmt nicht zwingend Euro.

Zu den Kosten für Unterkunft und Verpflegung: siehe unten

Beginn: 9.00 Uhr

Bitte sei am ersten Seminartag bis spätestens (!) 9 Uhr im Outdoorcenter. (Anreise am Vortag siehe unten). Wenn es für dich machbar ist, kannst du schon vorher auf dem Gelände eintrudeln und in Ruhe dein Bett beziehen und uns ein bisschen beim Aufbauen helfen – dann kann es pünktlich losgehen.

Seminarende

Das Seminar wird am 4. Tag gegen 15/ 16 Uhr enden. Hilfe beim Abbau und Aufräumen ist gern gesehen.

Seminarort

Wir sind im Gruppenhaus „[Outdoor Center Rezia Martina](#)“ im Dorf Martina im Engadin / Schweiz (ca. 20 km flussabwärts von Scuol). Martina liegt im Dreiländereck zwischen Schweiz / Österreich (Tirol) und Italien (Südtirol) Im Haus gibt es Bettwäsche und warme Duschen und die üblichen sanitären Anlagen.

Outdoorschule Süd e.V.
Haslacher Str.25 • 79115 Freiburg
Telefon (0761) 4589 5466
info@outdoorschule-sued.de



Anreise und Fahrgemeinschaften

Die Anreise zum Lagerplatz muss jede*r Teilnehmer*in selbst organisieren. Etwa zwei Wochen vor Seminarbeginn mailen wir eine Teilnehmerliste, damit sich Fahrgemeinschaften bilden können. (Wer nicht möchte, dass seine Daten verschickt werden, hat dies ja bei der Anmeldung angegeben.). Eine Anfahrtsbeschreibung gibt es [hier](#).

Frühere An- bzw. Abreise

Es ist möglich, am Vortrag anzureisen. Die Mehrkosten dafür müssen selber übernommen werden. Bitte entsprechend anmelden unter info@outdoorschule-sued.de. Eine frühere Abreise am letzten Seminartag ist möglich, jedoch lohnen sich die abschließenden Übungen am letzten Tag.

Verpflegung

Die Verpflegung muss auf privater Basis stattfinden, sie ist daher nicht im Seminarpreis enthalten. Um möglichst viel Zeit am Wasser verbringen zu können, buchen wir für diese Tage Vollpension im Gruppenhaus. Rechnet dafür ca. 100.- CHF/Nacht für Übernachtung plus Vollpension, die nach dem Seminar nochmals in Rechnung gestellt werden. Für das erste Mittagessen bringt bitte selbst Verpflegung mit. Am Wasser gibt es bei Bedarf immer warmen Tee oder Suppe. Vegetarische Verpflegung ist möglich. Auf vegane Verpflegung und bestimmte Nahrungsmittelunverträglichkeiten können wir leider nicht generell eingehen. Auf Anfrage teilen wir mit, welche Produkte verfügbar sein werden.

Teamgeist

Jede*r trägt zum Gelingen des Seminars bei. Wir stellen zwar die „Lagerfeuerköche“, beim Zelt aufbauen, Frühstück und Feuer machen, Abspülen, Holz hacken, usw. ist jedoch Hilfe gefragt. Wir bieten keinen Hotel-Rundum-Service!

Wetter

Das Seminar findet bei jedem Wetter statt. Dennoch finden immer wieder Übungen unter freiem Himmel statt. Daher ist regendichte und warme Kleidung unbedingte Voraussetzung („die volle Montur“!). Über nassem Neoprenanzug als Windschutz wirkt Regenkleidung auch Wunder! Im Sommer bitte auch an entsprechenden Sonnenschutz denken.

Notfallnummern der Outdoorschule, falls du dich verfährtst oder zu spät kommst

Notfalltelefon Basisseminare: 0761 45895468

Ausrüstungsliste

für die Erste-Hilfe-Inhalte

- strapazierfähige Kleidung, die schmutzig werden darf (Achtung, am Lagerfeuer gibt es Funken!)
- Regenkleidung: wasserdichte Jacke und Hose
- warme, winddichte Kleidung, auch im Sommer – wir sind in den Bergen
- feste Schuhe, in denen man einen steilen Hang hinunter laufen kann ohne sich die Haxen zu brechen (für die Notfälle sorgen WIR! :-)); möglichst regendicht
- Sonnenschutz: Sonnencreme, -brille, ggf. Mütze
- Schreibzeug, Armbanduhr
- Taschenlampe, am besten: Stirnlampe
- wenn du Beratung möchtest: dein eigenes Erste-Hilfe-Set
- vielleicht einen leckeren Wein, Kuchen oder andere Schmankerln aus deiner Heimat?!
- Dinge deines persönlichen Bedarfs schreiben wir hier nicht auf, z.B. Zahnbürste, Medikamente; Fotoapparat, o.ä.

für die SRT - Inhalte

Alles **fett** geschriebene ist **zwingend nötig!**

Alles normal geschriebene dient dem Komfort / der Ergänzung und soll nur mitgebracht werden, wenn vorhanden:

- **Wildwasserhelm** (alternativ: Kletterhelm)
- Kappe zum Drunterziehen
- Kälteschutz: „**Long John**“ (also der bei Paddlern übliche, ärmellose Paddelanzug aus Neopren) in Verbindung mit **langärmeliger Trockenjacke**, oder alternativ ein **Taucheranzug** aus Neopren mit langen Ärmeln und Beinen, oder ein **Trockenanzug** aus dem Kanusport
Nicht geeignet: Kurzärmelige Paddeljacke und kurzbeiniger Neoprenanzug
- **Fleecepulli** oder Funktionswäsche für drunter
- wer hat: 2. Neoprenanzug für den nächsten Tag...
- **feste, knöchelhohe Schuhe**: entweder spezielle Wildwasserstiefel oder sonst auch alte Turnschuhe / Bergschuhe
nicht geeignet: TEVAs oder andere Sandalen / Halbschuhe
- **Wildwasserrettungsweste** mit umlaufendem **Bergegurt** und **Panikauflösung**
- Cowtail (Bergeleine) am Bergegurt
- an der Weste: **Signalpfeife** (im Kurs erhältlich, wenn noch nicht vorhanden)
- eigener Wurfsack
- **eigenes Rettungsmesser**
- eigenes Erste-Hilfe-Set
- Paddelhandschuhe oder Arbeitshandschuhe (wegen des Umganges mit den Seilen)
- **wasserdichte Taschenlampe oder Stirnlampe**
- eigenes, technisches Rettungsmaterial (Karabiner, Bandschlingen, Seilrollen etc.)
- für Brillenträger: **Brillenband** gegen Verlust
- **Handtuch** und **warme (!) Wechselklamotten** fürs Flussufer
- **wasserfeste Sonnencreme**

Weitere Fragen an: thorsten@outdoorschule-sued.de