

## Reiseverlauf

### Coaching-Reise „Transalp über den Höhenweg“ Deutschland, Österreich & Italien

#### 1. Tag:

Treffpunkt um 9 Uhr an der Nebelhornbahn in Oberstdorf. Von der Bergstation der Bahn (1927 m) geht es auf dem Panoramahöhenweg zum Laufbacher Eck (2180 m) und weiter zum Prinz-Luitpold-Haus auf 1846 m).

*Gehzeit ca. 5 Stunden, Aufstieg 550 m, Abstieg 650 m*

#### 2. Tag:

Aufstieg vom Prinz-Luitpold-Haus über die Kreuzspitze (2367 m) zum Hochvogel (2592 m). Abstieg über den Bäumenheimer Weg (leichter Klettersteig) nach Hinterhornbach (1100 m). Mittagspause und Fahrt mit einem Kleinbus nach Boden (1356 m) im Lechtal. Entspannter Aufstieg ohne Rucksäcke zur Hanauer Hütte (1920 m, Rucksacktransport). Während einer ausgedehnten Rast im Aufstieg haben wir Zeit für eine erste kleine Seminareinheit.

*Gehzeit ca. 8 Stunden, Aufstieg 1250 m, Abstieg 1500 m*



Gletscherwanderung zur  
Wildspitze

#### 3. Tag:

Über die Dremelscharte (2434 m), die uns als Kulisse für eine Gruppen-Coachingeinheit dient, geht es bergab ins obere Inntal, zum Mittagessen auf der Alm. Fahrt mit dem Kleinbus nach Mittelberg im Pitztal. Von dort aus steigen wir zur Braunschweiger Hütte (2760 m) auf, wobei unser Weg an einem beeindruckenden Wasserfall und der Gletscherzunge des Mittelbergferners vorbeiführt.

*Gehzeit ca. 8 Stunden, Aufstieg 1600 m, Abstieg 1200 m*

#### 4. Tag:

Noch vor Sonnenaufgang überqueren wir den Mittelberggletscher und steigen zum Mittelberg Joch (3166 m) auf. Weiter geht es über den Taschachferner zur Wildspitze, mit 3772 m der höchste Punkt Tirols. Hinab geht es mit über das Mitterkarjoch und einen leichten Klettersteig nach Stablein (2356 m). Dort bringt uns ein Sessellift nach Vent, in ein idyllisches Tal auf 1900 m. Übernachtung im Hotel.

*Gehzeit ca. 9 Stunden, Aufstieg 1050 m, Abstieg 1550 m*

### 5. Tag:

Von Vent aus wandern wir durch das Niedertal zur Martin-Busch-Hütte auf 2527 Höhenmetern. Wir haben Zeit für Gruppen- und Einzelcoachings, bevor wir weitergehen, zur Similaun-Hütte an der österreichisch-italienischen Grenze, mit 3019 m der höchstgelegene Schlafplatz unserer Tour. Mit allen, die noch Kraft in den Beinen haben, machen wir einen Abstecher zum Hauslabjoch auf 3279 m, der Fundstelle des „Ötzi“.

*Gehzeit ca. 6 Stunden, Aufstieg 1400 m, Abstieg 300 m*

### 6. Tag:

In den frühen Morgenstunden brechen wir mit leichtem Gepäck zum Similaun auf (3606 m). Zurück geht es auf die Similaun Hütte zum Mittagessen. Von dort aus erfolgt der letzte Teil unserer Alpenüberquerung. Zunächst führt uns der Weg über steiles Gelände, das dann aber durch blühende Almwiesen abgelöst wird. In Obervernagt im Schnalstal (1690 m) lassen wir den Tag ausklingen und halten einen kleinen Seminarteil ab. Übernachtung in einer kleinen, privaten Hütte.

*Gehzeit ca. 6 Stunden, Aufstieg 600 m, Abstieg 1800 m*

### 7. Tag:

Nach einem ausgiebigen Frühstück starten wir in einen intensiven Seminartag im Schnalstal. Am Nachmittag geht es in einer kleinen Wanderung zum Stausee, wo wir die zweite Coachingeinheit des Tages abhalten. Übernachtung in der Hütte.

### 8. Tag:

Seminartag und Zeit zur Entspannung. Einzelcoachings und abschließende Seminareinheit im Schnalstal, gemeinsames Abendessen mit regionalen Delikatessen in einer der traditionellsten Hütten des Tals.

### 9. Tag:

Nach einem Frühstück auf der Hütte geht es im Kleinbus zurück nach Oberstdorf.



Ausblick auf dem Abstieg nach Stablein

## Details zur Coaching-Reise Transalp

**Zeitraum:** 26.06. - 04.07.2010

### **Leistungen Growing Mind:**

- 9 Tage Coachingseminar in Kleingruppen (max. 12 Teilnehmer)
- Bergführer
- Leihhausrüstung (Steigeisen, Klettergurt, Eisgerät)

**Preis:** 2.500,-

(für Unterkunft, Verpflegung etc. kann zusätzlich mit ca. 350 - 500,- € gerechnet werden)

*Wir freuen uns auf die gemeinsame Reise!*

*Miriam Paetzold und Team*



### **Kontakt**

**Miriam Paetzold**

Growing Mind

Tel: 089 20 23 8657

Mobil: 0163 771 7474

Email: [office@growing-mind.com](mailto:office@growing-mind.com)

[www.growing-mind.com](http://www.growing-mind.com)