

Frischlucht Coaching

Wie weit?
Wie weiter?
Weitsicht gefällig?

Weiter kommen
Weiter gehen
Weiter sehen

Niesen oder Coaching? Beides!

Bergauf Anstrengung pur, auf dem Gipfel die 360° Rundschau und das Bergrestaurant geniessen und in der Niesenbahn gemütlich zurücklehnen und den Gedanken nachhängen. Diese Attribute sprechen für das Wandercoaching auf den Niesen ohne auf ein paar Annehmlichkeiten zu verzichten. Aufstieg über Mülönen, Oey-Diemtigen oder Wimmis möglich... und natürlich auch als Abstieg ☺.

Route(n)

Mülönen – Hasleren – Niesenwald – Glögghore – Räbmattli – Niesen - Mülönen
Oey – Züegg – Bruchgeeren – Chumpli – Stand – Niesen – Mülönen
Wimmis – Gatafel – Ahorni – Hundsrügg – Stueffistein – Stand – Niesen – Mülönen

Ausrüstung

- Trekking- oder Wanderschuhe
- Wanderhose (kurz oder lang)
- T-Shirt (+ 1 Ersatz)
- Faserpelz / Pullover / Fleecejacke
- Regenjacke
- evt. Wanderstöcke
- Kopfbedeckung
- Sonnenbrille
- Sonnenschutz
- Portemonnaie
- Taschentücher
- Evt. Handschuhe

Schwierigkeitsgrad / Anforderung

T 2 (SAC Wanderskala) www.sac-cas.ch
weiss – rot – weiss markiert

Besonderes

Die Tour kann von Mai – Oktober gut begangen werden und ist mit den öffentlichen Verkehrsmitteln gut erreichbar (www.sbb.ch/fahrplan). Der Niesen gilt als Kraftort. Im Berghaus kann übernachtet werden www.niesen.ch. Der Sonnenauf- und untergang sind eine wahre Augenweide.

Toureninfos

Total Zeitbedarf: ca. 5 ½ Stunden
Wandern: ca. 4 ½ Stunden
Pausen: ca. 1 Stunde
Aufstieg: ca. 1660 Hm

Verpflegung

- 1 – 2 Liter Flüssigkeit
- Verpflegung für 1 Tag
- Trockenfrüchte
- Apfel oder Birne
- Getreideriegel

Kosten

CHF 250.00 für Coaching und Wanderleitung
Kosten für Verpflegung im Berghaus und Talfahrt

Ich freue mich auf Deine Kontaktaufnahme und unser Erlebnis!

Tatjana Jaggy
tj@hfthun.ch
Hotelfachschule Thun

Coach SCA i.A. Höfli 301
G 033 227 77 71
Leiterin Restaurant & Events

3634 Thierachern
P 033 722 04 85
Referentin Gastronomie