

## Anmeldeformular Höhenmedizinischer Intensivkurs

### Teil 2: Sommerkurs

**Alpin Center Hotel Steingletscher, Sustenpass, Schweiz, vom 05.07. – 11.07.2025**

Haben Sie den Kurs bereits besucht? Eine Teilnahme ist dann nur möglich insofern der Kurs nicht ausgebucht ist.

**Name, Vorname, Titel**

**Straße, PLZ-Ort**

**E-Mail:**

**Telefon:**

**Berufsbezeichnung**

Arzt in Praxis

Assistenzarzt

Facharzt

**Mitglied des DSÄB**

(erhalten 50 € Nachlass auf die Kursgebühr / bitte Kopie des aktuell gültigen Mitgliedsausweises dieser Anmeldung beilegen)

Ja

Nein

**Zimmerzuteilung**

Großes Zweibettzimmer mit Dusche und WC (Kursgebühr: 1.780,00 €)

Zweibettzimmer mit Dusche und WC (Kursgebühr: 1.690,00 €)

Dreibettzimmer mit Dusche und WC (Kursgebühr: 1.620,00 €)

Matratzenlager (Kursgebühr: 1.420,00 €)

Die Kosten verstehen sich inkl. Gebühren des Kurses (Bergführer/Referenten) und Halbpension, Lunchpaket und Tourentee

**Bemerkungen / Zimmerpartner**

Nach Ihrer Anmeldung erhalten Sie von uns die Teilnahmebestätigung mit Angabe der Bankverbindung. Der Kursbetrag ist bis spätestens 01.03.2025 zu entrichten.

.....

Datum, Unterschrift

**Anmeldung (mind. Seite 1+2) bitte per E-Mail zurück an**

kontakt@ams-die-akademie.de



## Fragebogen Höhenmedizinischer Intensivkurs

### Teil 2: Sommerkurs

**Alpin Center Hotel Steingletscher, Sustenpass, Schweiz, vom 05.07. – 11.07.2025**

---

Vorname, Nachname:

#### Tourenenerfahrung

- 1 - Ich bin Anfänger aber trittsicher und schwindelfrei.
- 2 - Ich besitze ein alpines Grundwissen.
- 3 - Ich bin ein geübter Bergsteiger.
- 4 - Ich bin ein sehr guter Bergsteiger.

#### Klettertechnisches Können

(die Angaben beziehen sich auf die aktuelle Leistungsfähigkeit)

Maximaler Schwierigkeitsgrad im Vorstieg:

Alpine Touren:

Grad  keine Erfahrung

Klettergarten/Halle:

Grad  keine Erfahrung

Alpines Klettern:

Letzte Tour vor  Monaten im  Grad

#### Allgemeine Leistungsfähigkeit

- 1 - Ich schätze mich konditionell als wenig trainiert ein.
- 2 - Ich schätze mich konditionell als mittelmäßig ein.
- 3 - Ich schätze mich konditionell als gut ein.
- 4 - Ich schätze mich konditionell als sehr gut ein.
- 5 - Ich schätze mich konditionell als extrem gut ein.

#### Dieser Kurs soll für mich anerkannt werden als:

- Fortbildung zum Zusatztitel „Sportmedizin“ (für niedergelassene & in der Klinik tätige Ärzte möglich)
- Zertifikat für Weiterbildung (nur für niedergelassene Ärzte & Ärzte mit abgeschlossener Facharztausbildung sinnvoll)

**Anmeldung (mind. Seite 1+2) bitte per Email zurück an**  
kontakt@ams-die-akademie.de

## Mietvertrag Leihhausrüstung Höhenmedizinischer Intensivkurs

### Teil 2: Sommerkurs

**Alpin Center Hotel Steingletscher, Sustenpass, Schweiz, vom 05.07. – 11.07.2025**

---

**Wichtig: - Die Leihgebühr bitte BAR vor Ort bezahlen!**

Name: \_\_\_\_\_

<b>Gegenstand</b>	<b>Anzahl</b>	<b>Preis für 1 Woche</b>
1 Klettergurt		15,- Euro
1 Helm		15,- Euro
3 Reepschnüre, 1 lange Bandschlinge, 3 HMS- Karabiner, 5 Normalkarabiner 1 Tube 1 Eisschraube		35,- Euro
1 P. Steigeisen		20,- Euro
1 Eispickel		15,- Euro
<b>Gesamte Ausrüstung</b>		<b>100,- Euro</b>

\_\_\_\_\_  
Datum, Unterschrift

**Bitte senden Sie die Materialbestellung möglichst mit der Anmeldung,  
jedoch bis spätestens 15. Mai 2025.  
Später eingehende Bestellungen können leider nicht berücksichtigt werden!**

## Ausrüstungsliste für den Sommerkurs Steingletscher

- Ausweis, Geld, Uhr, Handy + Netzteil, Krankenversicherungskarte
- große Tasche für Wochengepäck
- Tagesrucksack, ca. 35 l
- Bergstiefel, minimal Bergschuhe der Kategorie C, Trekkingschuhe genügen nicht!
- Zustiegsschuhe
- Daunenjacke dünn
- Anorak
- Fleecejacke
- Weste
- Tourenhose
- Tourensocken
- Funktionshemden (Tourenhemden/-shirts)
- Gamaschen evtl.
- Gore – Tex Überhose
- lange Unterhose
- Handschuhe + Überhandschuhe
- Mütze
- Sonnenkappe
- Sonnencreme und Lippenchutz
- Sonnen- oder Gletscherbrille
- Trinkflasche oder Thermosflasche
- Müsliriegel
- Fotoapparat + Ladegerät
- Freizeitbekleidung
- Waschzeug und Handtuch, Shampoo
- kl. Notapotheke (EH)
- Biwaksack (wenn vorhanden)
- Schlafsack (bei Übernachtung im Lager)
- Stirnlampe evtl.
  
- GPS, Kompass, Höhenmesser (wenn vorhanden)
- Karten der schweizerischen Landestopographie vom Gebiet des Sustenpass,
- LK 25 1211 Meiental und/oder LK 50 255 Sustenpass (wenn vorhanden)
  
- Klettergurt (Hüftgurt, kein Komplettgurt)
- Kletterschuhe (wenn vorhanden bitte mitbringen)
- Helm
- Einfachseil (wenn vorhanden bitte mitbringen)
- Sicherungsgerät (z.B. Grigri o.ä., wenn vorhanden)
- Tuber (wenn vorhanden)
- Klemmen (Petzl Micro-Traxion oder Edelrid Spoc, Petzl Basic wenn vorhanden)
- Express - Schlingen (wenn vorhanden bitte mitbringen)
- 3 Reepschnüre, Durchmesser 5 mm, Länge: 3m, 3m und 1m, oder Material Dyneema bzw.Kevlar
- 5 Normalkarabiner
- 1 Bandschlinge, Länge 120 cm

- 3 HMS - Karabiner
- Steigeisen
- Eispickel
- Trekkingstöcke evtl.
- 1 Eisschraube (wenn vorhanden)
  
- Steileisgeräte (wenn vorhanden bitte mitbringen)
- Klemmkeile, Klemmgeräte z.B. Camalots oder Friends (wenn vorhanden)

**Wichtig!**

Leihrüstung bekommen sie nach Reservierung bei AMS direkt von den Bergführern vor Ort