



# MARSCHZEITBERECHNUNG

Streckenwert = Distanz in km + Höhendifferenz in Hektometern (100 m = 1 hm)

Zeitbedarf in Stunden

- für Aufstieg = Streckenwert : 4
- für Abstieg = Streckenwert : 6
- für Abfahrt mit Ski = Streckenwert : 10

In diesen Zeiten sind kleine Halte enthalten:  
Kurzer Trinkhalt, Jacke aus, Handschuhe an,  
Harscheisen drauf, Felle weg, etc.

## Beispiele

3 km Distanz + 500 m Höhendifferenz (5 hm) = Streckenwert 8

Marschzeit im Aufstieg 2 Stunden  
im Abstieg 1 1/3 Stunden (1 Std. 20')  
in der Abfahrt 0.8 Stunden (48')



## Hochtour

Gross Wannenhorn	Δh	Δs	t ↗	t ↘
Finsteraarhornhütte 3048	-1,5	2,0	0,6	0,9
Felssporn 2901				
Gross Wannenhorn 3906	+10	2,5	3,2	2,1
			3,8	3

## Skitour

Gross Wannenhorn	Δh	Δs	t ↗	t ↘
Finsteraarhornhütte 3048	-1,5	2,0	0,4	0,9
Felssporn 2901				
Gross Wannenhorn 3906	+10	2,5	3,2	1,3
			3,6	2,2

## Man ist schneller

- bei kühlem Wetter
- am frühen Morgen
- auf hartem Schnee
- mit einer ausgeglichenen Gruppe
- mit wenig Gepäck
- auf guten Wegen
- mit ausgeruhten Leuten

## Aufgepasst auf „Zeitfresser“

- Anseilen
- Steigeisen anziehen
- Felle aufziehen
- Engpässe aller Art

**Der Zeitaufwand für eine Gruppe kann sich vervielfachen!**

## Übungen

- Rund um den Pfäffikersee
- Wanderung auf den Fluebrig
- Hochtour Hinteres Fiescherhorn





