



Anlage 1

# Nepalreisen *Heinz Nikolaus*



## Fragebogen zur Reiseanmeldung

### Meine Erfahrungen

*Ich bin bereits in folgenden Höhen gewandert*

<i>Bis 3000</i>	<i>bis 4000</i>	<i>bis 5000</i>	<i>über 5000</i>
<i>0</i>	<i>0</i>	<i>0</i>	<i>0</i>

*Ich habe in folgenden Übernachtungen geschlafen*

<i>Hütten(lager)</i>	<i>Zelt</i>	<i>im Freien</i>	<i>Hochlager</i>
<i>0</i>	<i>0</i>	<i>0</i>	<i>0</i>

*Meine anspruchsvollsten Hochtouren*

*Mit Führer*

<i>1.</i>	<i>0</i>
<i>2.</i>	<i>0</i>
<i>3.</i>	<i>0</i>
<i>4.</i>	<i>0</i>

### Meine Technik:

<i>Im Firn ohne Seil</i>	<i>bis 20° 0</i>	<i>bis 30° 0</i>	<i>über 30° 0</i>
<i>Im Eis ohne Seil</i>	<i>bis 20° 0</i>	<i>bis 25° 0</i>	<i>über 25° 0</i>
<i>Umgang mit Eispickel</i>	<i>sicher 0</i>	<i>teilweise 0</i>	<i>nein 0</i>
<i>Umgang mit Seil</i>	<i>sicher 0</i>	<i>teilweise 0</i>	<i>nein 0</i>

### Meine Fitness

<i>Ich bereite mich zwei Monate vor der Reise darauf vor</i>	<i>0</i>
<i>Ich trainiere (Jogging, Fahrrad o.ä.)jede Woche mindestens einmal</i>	<i>0</i>
<i>Ich wandere pro Monat mindestens einmal</i>	<i>0</i>

*Meine Wanderungen gehen im Durchschnitt über*

<i>3 Stunden 0</i>	<i>4 Stunden 0</i>	<i>5 Stunden 0</i>	<i>mehr als 5 Stunden 0</i>
<i>bis 10 km 0</i>	<i>bis 15 km 0</i>	<i>20 km 0</i>	<i>mehr als 20 km 0</i>
<i>bis 500 Höhenmeter 0</i>	<i>bis 1000 Höhenmeter 0</i>	<i>bis 1500 HM 0</i>	<i>über 1500 Höhenmeter 0</i>

*Ich betreibe folgende Sportart mehr oder weniger regelmäßig:*