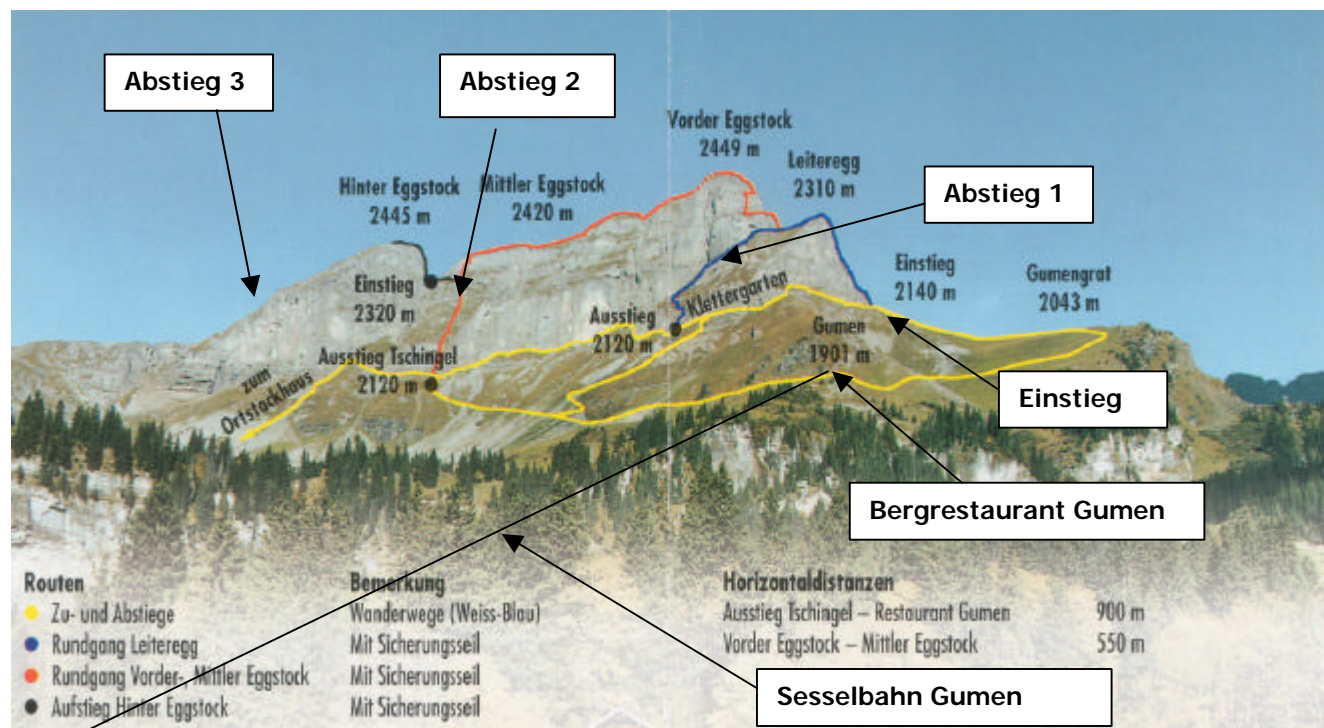


Richtiges Einteilen der Kräfte ist der grösste Sicherheitsfaktor. Müdigkeit schwächt die Konzentration und der Verlust der Konzentration erhöht die Absturzgefahr um ein Vielfaches.

Aus diesem Grund ist es wichtig zu erkennen, ob ein Abstieg nach dem ersten oder zweiten Gipfel notwendig ist.

Übersicht



Die Anforderungen der Kraft und Ausdauer dürfen nicht unterschätzt werden. Die Gipfel sind höher als 2000 m und der **Abstieg erfordert in der Regel mehr Kraft als der Aufstieg.**

Fairness und Regeln

- Die letzte WC Anlage befindet sich beim Restaurant Gumen.
- Um die einmalige Alpenflora zu schonen halten Sie sich bei den Überschreitungen an die Wegmarkierungen. Folgen Sie wenn immer möglich dem „Trampelpfad“. Ausserdem besteht auch bei den Überschreitungen bei einer allzu grossen Abweichung vom markierten Weg Absturzgefahr. Weisen Sie vor allem übermütige Jugendliche darauf hin, dass zur Nordseite der Eggstöcke spitzwinklige Abrisskanten in die Senkrechte bestehen.
- **Die ganze bestehende Anlage der Klettersteige befindet sich in einem Pflanzenschutzgebiet. Es ist verboten Blumen zu pflücken.**
- Der eigene Abfall gehört in den eigenen Rucksack.
- Blumen sind weitaus schöner anzuschauen als Zigarettenstummel.
- Helfen Sie uns, die Anlage sauber zu halten.

Der Verein Trendsport dankt Ihnen für Ihr Verständnis und Ihre Fairness.