

Fastenwandern mit Lotte Krisper-Ullyett im Jahr 2020 *Ohne Fußabdruck durch die Alpen*

Liebe Fastenwanderin, lieber Fastenwanderer!

Im Jahr 2020 biete ich deutlich mehr Touren an als bisher :-). Kommt und bringt Freunde mit!

#09 26. Apr - 2. Mai	Slowenien/Steiermark: Von Spielfeld aufs Bachergebirge (SLO)	7h	Im Frühling durch das steirisch-slowenische Hügelland	Ab €680	Early Bird bis 31.1.
#10 18. Mai - 24. Mai	Salzkammergut: Am Grundlsee zum Narzissenfest	7h	Alpine Tageswanderungen plus Yoga und Thermenbesuch	Ab €600	Early Bird bis 31.1.
#11 28. Jun - 4. Jul	Salzkammergut: Vom Grundlsee zum Hoch mölbing WARTELISTE	8h	Alpine+ Hüttenwanderung. Lange, steile Wege für geübte FASTER und Berggeher	Ab €650	Early Bird bis 31.1.
#12 2. Aug - 8. Aug.	Salzkammergut: Von Aussee zum Gosaukamm	7h	Hütten- und Kulturwanderung durchs innere Salzkammergut	Ab €650	Early Bird bis 31.3.
#13 20. Sep - 26. Sep	Salzkammergut: Vom Grundlsee aufs Dachsteinplateau	8h	Alpine+ Hüttenwanderung. Lange, steile Wege für geübte FASTER und Berggeher	Ab €680	Early Bird bis 31.3.

Auch 2020 ist unter meinen Hüttenwanderungen ein stationäres Angebot am **Grundlsee (#10)** zu finden: Diesmal bestaunen wir zum Abschluss sogar die Figuren des **Narzissenfests**. Die Touren Richtung **Hochmölbing/Warscheneck (#11)** und aufs **Dachsteinplateau (#13)** sind die alpinsten Touren mit den längsten Tagesetappen. Bei beiden Routen gibt es jeweils einen Tag, an dem wir mindestens 9 Stunden bergauf-bergab im Karst unterwegs sind. Wir werden für unsere Ausdauer fürstlich belohnt, mit sensationellen Ausblicken, erfrischenden Gebirgsbächen, zarten Gebirgsblumen und einem sehr gekräftigten Körper. Der gemächliche "Fastenschritt" ist dabei unser wichtigster Begleiter und Sicherheitsfaktor. Die Tour Richtung **Gosaukamm (#12)** ist ein "bewährter Klassiker": im historischen Herzen des Salzkammerguts und dennoch auf abgelegenen Wegen mit atemberaubend schönen Ausblicken unterwegs. Das Smaragdgrün des Gosausees wird sich für immer ins Gedächtnis brennen. Neuland betrete ich mit einem Ausflug in die **Stejrska (#09)**, in das steirische/slowenische Weinhügelland. Die Möglichkeit, bereits im April zu wandern, und eine hilfsbereite slowenische Wanderführerin haben mich ermutigt, mich aus dem gewohnten Salzkammergut hinaus über die österreichischen Staatsgrenze Richtung Bachergebirge zu bewegen.

Grundsätzlich richten sich meine Hüttenwanderungen an geübte Fastenwanderer mit alpinem Geist, inklusive der geforderten Gelassenheit beim Zusammenwarten, im Matratzenlager oder bei situationsbedingten Planänderungen. Das Wetter, ein kaputter Schuh oder eine andere unvorhergesehene Situation können uns vom angestrebten Ziel abhalten. Auch sind die Suppen am Berg sehr unterschiedlich gut zubereitet oder sind in manchen Hütten nur als aufgelöstes Pulver zu haben. Wer sich nicht sicher ist, ob er/sie sich das zumuten will, dem empfehle ich die stationäre Fastenwoche am Grundlsee, bzw. auf <http://www.fasten-wander-zentrale.de> nach komfortableren Touren zu suchen.

Weiter unten gibt es mehr Details über die Touren, sowie Tagesablauf, Packliste, Teilnahmevoraussetzungen und so weiter. Oder ihr ruft mich an: Ich gebe gerne persönlich Auskunft, per Email oder Telefon.

Freut mich wenn Du mitkommst!

Lotte Krisper-Ullyett

PS Eine verbindliche Reservierung erfolgt durch die schriftliche **Anmeldung** und Anzahlung von € 50,-.



#9 Von Spielfeld durch die slowenisch-steirische Toskana zum Bacherengebirge 26. April - 2. Mai 2020

Dieses Angebot richtet sich an Fasterinnen und Faster und Berggeher, die das hügelige Weinland und das Grenzland erkunden möchten.

Wir sind täglich ca. 6 Stunden wandernd unterwegs, davon reine Gehzeit 4 - 5 Stunden. Wir fasten nach Dr. Buchinger (siehe <http://www.fasten-wander-zentrale.de>). 8-12 Teilnehmer.

Änderungen vorbehalten (wetter-, gruppen-, quartierbedingt)

Sammeltreffpunkt: Sonntag 26. April 11:15 - 12:15 Bahnhof Spielfeld-Straß Anfahrt von Wien: 07:58 ab - 11:08 an (direkt); von Salzburg: 6:15 ab - 11:08 (keine Gewähr, bitte selbst prüfen)	
1. Tag Sonntag: 12:15 Start in die Fastenwoche, Aufbruch zur ersten Wanderung, Hoarrachkogel, Eingehen & Akklimatisieren; Übernachtung Valdhuber ca 12km, 4h	26.4.
2. Tag Montag: Übernachtung Koča na Žavcarjevem vrhu , ca 18km, 7h	27.4.
3. Tag Dienstag: Über Sveti Duh zum Bauernhof Kure ca 14km, 7h	28.4.
4. Tag Mittwoch: Übernachtung Remschnigg (noch nicht fixiert) 7h	29.4.
5. Tag Donnerstag: Übernachtung Koča Šumik (noch nicht fixiert) 7h	30.4.
6. Tag Freitag: Übernachtung Ruška Koča 7h	1.5.
7. Tag Samstag: Fastenbrechen, Abstieg nach Maribor; Ende 14:00 Uhr Zugempfehlung Direktzug Maribor Wien 18:19 - 22:02	2.5.

Teilnahmegebühr: Frühbucher bis 31.1.2020 Regulär

Im Mehrbettzimmer: € 680 €730

Im Doppelzimmer: € 760 €810

Im Einzelzimmer: € 840 €890

Anzahlung: € 50 bei Anmeldung

[Anmeldungslink](#), Anmeldung auch per E-Mail möglich



#10 Am Grundlsee zur Narzissenblüte 18.-24. Mai 2020

Dieses Angebot richtet sich an geübte Festerinnen und Fester und Berggeher, die auch steile An- und Abstiege mögen. Wir sind täglich ca. 6-7 Stunden wandernd unterwegs, davon reine Gehzeit 4 - 5 Stunden. Wir fasten nach Dr. Buchinger (siehe <http://www.fasten-wander-zentrale.de>). 8-12 Teilnehmer.

Änderungen vorbehalten (wetter-, gruppen-, quartierbedingt)

Unterkunft: Christl Steinegger, Mosern 27, A8993 Grundlsee http://www.grundlsee-ferien.at/christl.htm	
1. Tag Montag: Mittags Eintreffen im Grundlsee Quartier (734m) Transfer Bahnhof - Quartier per "Narzissenjet" ca 15 min., günstig Start: 14:30 Aufbruch zur ersten Wanderung, Eingehen & Akklimatisieren	18.5.
Je nach Witterung stehen uns die Seen, Hausberge und eventuell sogar einige Hütten des Ausseerlandes für unsere Wanderungen zur Verfügung, und das alles zur Zeit der Narzissenblüte! Mögliche Wanderziele (Änderungen vorbehalten): <ul style="list-style-type: none"> • 3 Seen Blick • Aussichtswarte Tressenstein (1201m) - Altausseersee • Trisselwand (1758m) • Loserhütte (1540m), Trisselwand, Backenstein • Lahngangsee, Pühringer Hütte Preislich inkludiert sind: <ul style="list-style-type: none"> • 3 Bewegungseinheiten (Yoga und anderes) • 1 Transfer mit dem Narzissenjet + 1 Transfer mit öffentlichen Verkehrsmitteln • 1 Hüttenübernachtung (bei Schönwetter) • 1 Eintritt in die Narzissentherme Bei Schlechtwetter: Über Schlechtwetter trösten uns Seespaziergänge, Thermenbesuche, zusätzliche Bewegungseinheiten oder ein Ausflug nach Hallstatt bzw. in die Dachsteinhöhlen hinweg. Badesachen und bequeme Turnbekleidung also mitnehmen. Zusatzkosten für Anfahrt und Eintritte für Schlechtwetteralternativen sind nicht im Preis inkludiert).	19.5.
	20.5
	21.5.
	22.5.
	23.5.
7. Tag Sonntag: Spaziergang, Fastenbrechen, Narzissenfest Bootskorso zum Abschluss Ende 14:00 Uhr.	24.5.

Teilnahmegebühr: Frühbucher bis 31.1.2020	Regulär
Im Mehrbettzimmer:	€ 600 €700
Im Doppelzimmer:	€ 700 €750
Im Einzelzimmer:	€ 800 €850

Anzahlung: € 50 bei Anmeldung

[Anmeldungslink](#), Anmeldung auch per E-Mail möglich





#11 Grundlsee zum Hochmölbing/Warscheneck 28. Jun - 4. Jul 2020

Dieses Angebot richtet sich an routinierte Festerinnen und Fester mit alpiner Erfahrung und guter Kondition. Wir sind täglich ca. 8 Stunden unterwegs, davon reine Gehzeit durchschnittlich 6 Stunden (im Fastenschritt). Wir fasten nach Dr. Buchinger (siehe <http://www.fasten-wander-zentrale.de>). Hüttenschlafsack notwendig. Empfohlenes Maximalgewicht des Rucksacks beträgt 7-8 kg, Größe 35 Liter. 5-12 Teilnehmer.
 Änderungen vorbehalten (wetter-, gruppen-, quartierbedingt)

1. Tag Sonntag: Treffpunkt: ab 12:00 Bahnhof Bad Aussee (639m). Aufbruch 12:45 Uhr. Ziel: Gößl (710m) Eingehen und Akklimatisieren, Abkühlung im Grundlsee , ~ 15km; Jufa, (Mehrbettzimmer)	28.6.
2. Tag Montag: Tauplitzalm (1663m) Gößl-Schneckenalm (1153 m) - Ödernalm - Tauplitzalm. 15km, ↑ 1324hm, 6h Gehzeit, Unterkunft: voraussichtlich Grazer Hütte (DZ, Komfortzimmer), Jacuzzi €10	29.6.
3. Tag Dienstag: Liezener Hütte (1762m) 14km, ↑ 675hm, ↓ 619hm. Selbstversorgerhütte	30.6.
4. Tag Mittwoch: Tagestour Hochmölbing (2336m) Tagestour auf den Hochmölbing/Schrocken mit "Leichtgepäck" 14km, ↑ ↓ 1014hm Übernachtung: wieder Liezener Hütte	1.7.
5. Tag Donnerstag: Linzer Haus auf der Wurzer Alm (1380m) → 14km, ↑ 905hm, ↓ 550hm, 8-9h Gehzeit. Nur bei stabilen Verhältnissen.	2.7.
6. Tag Freitag: Tagestour Warscheneck (2388) / Stubwieswipfel (1786) Übernachtung: wieder Linzer Haus	3.7.
7. Tag Samstag: Abstieg zum Gleinker See (81m), mit Zug nach Bad Aussee → 7km, ↑ 300, ↓ 870. Fastenbrechen am See. Transfer zum Bahnhof Spital am Pyhrn Mit dem Zug zurück nach Bad Aussee. Ankunft in Bad Aussee voraussichtlich um 14:15 oder 16:15	4.7.

Teilnahmegebühr:

Im Mehrbettzimmer:

Frühbucher bis 31.1.2020

€ 650

Regulär

€750

Wir sind in Berghütten untergebracht.

Die Gebühr deckt Unterkunft, Verpflegung, 1 Yoga Einheit und 2 Transfers ab. Falls zusätzliche Transfers / Unterkunftswechsel / Thermeneintritt aufgrund von Schlechtwetter oder anderen ungeplanten Ereignissen notwendig sind / beschlossen werden, sind diese extra zu bezahlen.

Anzahlung: € 50 bei Anmeldung.

[Anmeldungslink](#), Anmeldung auch per E-Mail möglich



#12 Von Bad Aussee zum Gosaukamm 2. - 8 August 2020

Dieses Angebot richtet sich an routinierte Festerinnen und Fester mit alpiner Erfahrung und guter Kondition. Wir sind täglich ca. 7-8 Stunden unterwegs, davon Gehzeit durchschnittlich 4-5 Stunden (im Fastenschritt). Wir fasten nach Dr. Buchinger (siehe <http://www.fasten-wander-zentrale.de>). Hüttenschlafsack notwendig. Empfohlenes Maximalgewicht des Rucksacks beträgt 7-8 kg, Größe 35 Liter. 5-12 Teilnehmer.

Änderungen vorbehalten (wetter-, gruppen-, quartierbedingt)

1. Tag Sonntag: Blaa Alm (913m) Treffpunkt: ab 12Uhr Bahnhof Bad Aussee (659m) 12:45 Abmarsch Richtung Altaussee. Vorbei am Altausseer See, über den Wiesenweg. Übernachtung auf der Blaa Alm. ~ 17km, 440hm	2.8.
2. Tag Montag: Lambacher Hütte (1432m) Anstieg über Sandlingalm zur Lambacher Hütte, ~ 6km, 624hm. Optional: Sandling	3.8.
3. Tag Dienstag: Bad Goisern (500m) Über Hütteneckalm, Zwerchenwand, Rossmoßalm, Ewige Wand nach Weißenbach. Felstunnel!	4.8.
4. Tag Dienstag: Goiserer Hütte (1592m) Über Jochwand und Kniekogel zur Goiserer Hütte. ~ 7km, 1150hm. Lärchenwald!	5.8.
5. Tag Donnerstag: Gosau (767m) Über des Hoch Kalmberg (Indianerkopf), dann hinunter über Iglmoosalm nach Gosau. Übernachtung in Gosau. Höhlenkirche!	6.8.
6. Tag Freitag: Gablonzer Hütte (1587m) Über Sommerau Alm und Zwieselalm zur Gablonzer Hütte. Gosaukamm & -gletscher!	7.8.
7. Tag Samstag: Hallstatt (511m) Am Gosausee vorbei, über Plankensteinalm zum Salzberg nach Hallstatt. Fastenbrechen mit Apfel Ankunft in Bad Aussee voraussichtlich um 17:41.	8.8.

Teilnahmegebühr:

Im Mehrbettzimmer:

Frühbucher bis 31.3.2020

€ 650

Regulär

€750

Wir sind in Berghütten und einfachen Quartieren im Tal untergebracht.

Die Gebühr deckt Unterkunft, Verpflegung, 1 Yoga Einheit und 2 Transfers ab. Falls zusätzliche Transfers / Unterkunftswechsel / Thermeneintritt aufgrund von Schlechtwetter oder anderen ungeplanten Ereignissen notwendig sind /beschlossen werden, sind diese extra zu bezahlen.

Anzahlung: € 50 bei Anmeldung.

[Anmeldungslink](#), Anmeldung auch per E-Mail möglich



#13 Vom Grundlsee aufs Dachsteinplateau 20.-26. September 2020

Dieses Angebot richtet sich an routinierte Festerinnen und Fester mit alpiner Erfahrung und guter Kondition. Wir sind täglich ca. 8 Stunden unterwegs, davon Gehzeit durchschnittlich 6 Stunden (im Fastenschritt). Wir fasten nach Dr. Buchinger (siehe <http://www.fasten-wander-zentrale.de>). Hüttenschlafsack notwendig. Empfohlenes Maximalgewicht des Rucksacks beträgt 7-8 kg, Größe 35 Liter. 5-12 Teilnehmer.

Anmeldung

Änderungen vorbehalten (wetter-, gruppen-, quartierbedingt)

<p>1. Tag Sonntag: Treffpunkt: ab 12:00 Bahnhof Bad Aussee (639m). Aufbruch 12:45 Uhr. Ziel: Gößl (710m) Eingehen und Akklimatisieren, event. Abkühlung im Grundlsee , ~ 15km: Unterkunft: Jufa Grundlsee</p>	20.9.
<p>2. Tag Montag: Tauplitzalm (1663m) Gößl-Schneckenalm (1153 m) - Ödernalm - Tauplitzalm. 15km, 1324 hm Anstieg, 5,5H Gehzeit Unterkunft: voraussichtlich Tauplitzhaus Naturfreunde</p>	21.9.
<p>3. Tag Dienstag: Viehbergalm (1446m) Über Hochmühleck 1733 Distanz: 12km, Anstieg 850hm, 4h Gehzeit. Ritzinger Hütte.</p>	22.9.
<p>4. Tag Mittwoch: Stoderalm (1829m) Über Nothgasse, Dist 10km, auf 630hm, ab 281hm. Haus der Feuerwehr Gröbming.</p>	23.9.
<p>5. Tag Donnerstag: Guttenberghaus (2146m) Dist 14,1km, Anst 905hm, Abst 550hm, 8-9h Gehzeit. Nur bei stabilen Verhältnissen.</p>	24.9.
<p>6. Tag Freitag: Gjaid Alm (1738) Über Dachsteinplateau zur Gjaid Alm - Krippenstein. 14,3km, ab 535hm, auf 431hm.</p>	25.9.
<p>7. Tag Samstag: Abstieg nach Obertraun (511m), mit Zug nach Bad Aussee Distanz 9,5km, Abstieg 1500hm, z.T mit der Gondel. Mit Zug zurück nach Bad Aussee. Ankunft in Bad Aussee voraussichtlich um 15:41.</p>	26.9.

Teilnahmegebühr:

Im Mehrbettzimmer:

Frühbucher bis 31.3.2020

€ 680

Regulär

€780

Wir sind in Berghütten bzw. einfachen Quartieren entlang der Strecke untergebracht.

Die Gebühr deckt Unterkunft, Verpflegung, 1 Yoga Einheit und 1 Bustransfers + 1 Gondel ab. Falls zusätzliche Transfers / Unterkunftswechsel / Thermeneintritt aufgrund von Schlechtwetter oder anderen ungeplanten Ereignissen notwendig sind, sind diese extra zu bezahlen.

Anzahlung: € 50 bei Anmeldung.

[Anmeldungslink](#), Anmeldung auch per E-Mail möglich

ALLGEMEINES

Zum Fasten

Wir fasten angelehnt an die Methode von Dr. Buchinger. Eine eigenständig durchgeführte Darmreinigung vor Veranstaltungsbeginn ist Grundvoraussetzung für eine Teilnahme an den Hüttenwanderungen, daher richten sich meine Veranstaltungen ausdrücklich an routinierte Faster, und nicht an Erstfaster. Die Teilnehmer kommen vorgefastet, idealerweise ist der Tourenstart bereits der dritte oder vierte Fasttag. Die Fastenverpflegung während der Fastenwanderwoche wird zur Gänze von mir bereitgestellt: Morgentees inkl. Zitronen, Grapefruit, Obst-/Gemüsesaft, Honig, Suppe. Fastentees aller Art, Glaubersalz. Wärmeflasche.

Der Ansatz von Christoph Michl, der das Fastenwandern in Deutschland über die letzten 30 Jahre entwickelt und verbreitet hat, ist für mich überzeugend und wegweisend. Für ihn stellt das Fastenwandern eine besondere Form des Wanderns dar. Und so sehe ich mich auch selbst: als Wanderführerin für Fastengeübte.

Typischer Tagesablauf

07:00 Morgentee: Vielerlei Fastentees inklusive Bittertee usw, Zitronen
08:00 Aufbruch. Langsames Gehen im Fastenschritt, häufige Trinkpausen.
12:00-14:00 Ausgedehnte Mittagspause
14:00 Stärkung (1/8L Gemüse/Obstsaft, alternativ Grapefruit, selten Buttermilch, Beeren am Weg)
Honiglöffel jederzeit bei Bedarf
~16:00 Ankunft im Quartier
18:00 Bewegungseinheit (etwa 3 Mal)
19:00 Fastensuppe
20:00 Tagesfeedback

Packliste (zugeschnitten auf die Hüttenwanderer):

Gut eingegangene, wasserdichte und knöchelhohe Wanderschuhe. Empfehlung: Wanderstöcke! Eine kurze und ein lange Garnitur, eine Hose für die Hütte, event. zusätzlich lange Unterwäsche, Wechselwäsche. Warme Jacke oder Pullover, Kopfbedeckung, Handschuhe, Sonnenschutz, Regenschutz. Eventuell Badeanzug. Sonstige persönliche Reiseutensilien auf Minimum beschränken. 1l-Trinkflasche oder Thermoskanne, ev. zweite kleinere Flasche. Kleiner Becher für Nachmittagstrunk, Löffel für Honig. Minihandtuch/Waschlappen. Eventuell: Lieblingsteebeutel, Miniwärmflasche und Microklistier. Ohropax! Leichten Hüttenschlafsack, ev. Taschenlampe falls nicht am Handy vorhanden. Alpenvereinsausweis, ECard, Bahnausweis. Tipp: das Gepäck in mehreren durchsichtigen Plastikhüllen organisieren. Empfohlene Größe des Rucksacks ist 35 Liter, mit Wasserschutzkappe. Empfohlenes **Maximalgewicht 7-8 Kilo**. Jeder Teilnehmer muss bereit sein, zusätzlich ein wenig vom Allgemeinproviand einzupacken.

Meine Rolle, eure Rolle: Ich sehe mich als Ermöglicherin dieser Tour, weil ich die Gegend kenne, die Tour fastend abgegangen bin und mich vorab um die Quartiere und Organisation gekümmert habe. Während der Fastenwanderung sehe ich mich dann als Teil einer Gruppe, in der jeder und jede bereit ist, Verantwortung dafür zu tragen, dass es der ganzen Gruppe gut geht. Selbstverständlich bin ich gerne die Haupttragende, aber nicht die Alleintragende. Das ist auch im wörtlichen Sinn gemeint: In jedem Rucksack sollte genug Platz frei sein, um einen Teil der Fastenverpflegung (bspw. 2 Grapefruits oder 1 Liter Gemüsesaft) einzupacken oder auch mal vorübergehend jemandem die Wasserflasche abzunehmen. Das gilt insbesondere für die Hüttenwanderung.

Teilen: Damit nicht jeder seine eigene Sonnencreme, Zahnpaste, Fußcreme, Shampoo, mitschleppen muss, wird rechtzeitig vor Abreises, sobald wir eine definierte Gruppe sind, die Möglichkeit gegeben, bekanntzugeben, wer was mit der Gruppe teilen würde, damit wir in Summe unser Rucksackgewicht reduzieren können. Teilen macht überhaupt Sinn! Z.B. kann meist jeder irgendetwas Besonderes (Fußmassage, Jodeln, Yoga, originelles Kartenspiel, usw.), und das kann man dann gegenseitig anbieten.

Bergrettung: Die meisten von uns haben bereits eine Bergkostenversicherung bei einer bestehenden Mitgliedschaft inkludiert, sei es über den Alpenverein, einen Schutzbrief der Autofahrerclubs, einer Kreditkarte o.ä. Ich empfehle eine Überprüfung. Im Falle des Falles (allergische Reaktion, Knöchelverletzung usw..) ist es gut, den bestmöglichen Schutz durch die Bergrettung - auch per Hubschrauber - in Anspruch zu nehmen, ohne jegliche finanzielle Sorgen im Hinterkopf zu haben. Gegebenenfalls kann man relativ kostengünstig bei der [Bergrettung](#) direkt förderndes Mitglied werden, um versichert zu sein.

Teilnahmevoraussetzungen:

Es braucht Fastenerfahrung und Bergerfahrung. Man muss gesund, belastbar und bereit sein, auf Genussmittel wie bspw. Zigaretten, Alkohol und Kaffee zu verzichten. Falls Medikamente eingenommen werden, muss vorab ein ausführliches Gespräch mit meinem Hausarzt darüber geführt werden.

Anmeldung: Die [Anmeldung](#) erfolgt durch Ausfüllen des Anmeldeformulars bzw. durch eine E-Mail an lotte@krisper.com und eine Anzahlung von € 50,- auf untenstehendes Konto.

Meldet sich der Teilnehmer vier oder mehr Wochen vor der Veranstaltung wieder ab, dann erhält er das angezahlte Geld zurück, bis auf eine Bearbeitungsgebühr von € 25. Meldet er sich vier Wochen bis zwei Wochen vor der Veranstaltung ab, so werden 25% des Gesamtpreises einbehalten. Meldet er sich zwei Wochen bis vier Tage vor der Veranstaltung ab, 40% des Gesamtpreises. Ab drei Tagen vor der Veranstaltung oder Nichterscheinen 60% des Gesamtpreises.

Konto:

Mag. Liselotte Krisper-Ullyett, Erste Bank

IBAN: AT26 2011 1000 3827 5023, BIC: GIBAATWWXXX