

Coaching Skihochtouren Chamonix

Selbst ist der Mann - selbst ist die Frau!

Sie möchten mehr Routine bekommen, wie Sie auf Gletschern am besten Ihre Spur anlegen oder wie Sie vom Skidepot zum Gipfel am kurzen Seil optimal sichern?

Kursziel/-Inhalt

Sie vertiefen ihr Wissen in Planung, Taktik und Routenwahl auf Gletscher, Spalten- und Selbststrettung sowie die Kletter- und Sicherungstechnik zwischen Skidepot und Gipfel. Ziel ist, selbständig und souverän Skihochtouren machen können.

Programm

Der Ausbildungsschwerpunkt liegt in diesem Kurs auf der Routenwahl über spannende Gletscher und Anstiege mit Steigeisen und am kurzen Seil. Unser Klassenzimmer ist das Mont-Blanc-Massiv mit seinen imposanten Bergen und dem internationalen Ambiente.

Mögliches Programm:

1. Tag Anreise nach Argentière – Seilbahn zur Aig. des Grands Montets 3295m – Glacier d'Argentière 2600m – Ref. d'Argentière 2771m (1h) – Ausbildung;
2. Tag Aiguille d'Argentière 3901m (4h);
3. Tag Col du Passon 3028m (2h) – Petite Fourche 3512m (3h) – Le Tour 1453m – Transfer nach Chamonix, Übernachtung im Hotel Chamonix;
4. Tag Seilbahn Aiguille du Midi 3842m – Salle à Manger 2400m – Biv. des Périades 3432m (3h) – Le Montenvers 1906m – Chamonix – Heimreise.

Anforderungen

Aufbau 2: Grundkenntnisse in der Beurteilung der Lawinengefahr, Orientierung, Tourenplanung, Umgang mit Pickel und Steigeisen sowie Seiltechnik. Sicherer Aufstieg und Abfahrt in steilem Gelände. Ausdauer für Tagestouren mit bis zu 6 Stunden Aufstieg und bis zu 1500Hm.

Leistung / Preis

Kleingruppe mit 4-6 Gästen.

Im Preis inbegriffen sind die gesamte Planung und Organisation, Übernachtung in Hütte im Lager und im Hotel im Doppelzimmer mit Halbpension und Tourentee, Ausbildung und Führung durch dipl. Bergführer, ausführliche Lehrunterlagen und CO2-Kompensation bei myclimate.

Kosten pro Person Fr. 990.-.

Nicht inbegriffen sind die Transporte mit Taxi und Bergbahnen sowie die Getränke in den Unterkünften.

Treffpunkt / Reise

Besammlung um 10.52 Uhr in Argentière am Bahnhof. In Martigny und Châtelard-Frontière umsteigen.

SBB-Fahrplan: Bern ab 7.34 Uhr, Zürich ab 6.32 Uhr, Luzern ab 6.05 Uhr, Basel ab 6.31 Uhr.

Heimreise: Chamonix ab ca. 15.00 Uhr

Ausrüstungsliste

- Ski mit Tourenbindung
 - Skitourenschuhe
 - Skistöcke mit eher grossen Tellern
 - Klebfelle
 - Harscheisen

 - Lawinenschüttensuchgerät (LVS) mit neuen- oder Ersatzbatterien
 - Lawinenschaufel
 - Lawinensonde

 - Anseilgurt
 - Pickel
 - Steigeisen (angepasst und mit Antistoll!)
 - Total 7 Karabiner (3 VP, 4 normale Schraubkarabiner)
 - Bandschlinge (120 cm)
 - falls vorhanden: 2 Reepschnurstücke (1.50m & 4m à 5-6mm)
 - Falls vorhanden: 1-2 Eisschrauben, Ropeman oder Micro Traxion

 - Rucksack
 - Windjacke mit Kapuze
 - Skihose (wasserabweisend)
 - Warme Kleidung (Mehrschichtenprinzip)
 - Handschuhe (2 Paar)
 - Mütze/Stirnband
 - evtl. Buff/Gesichtsschutz
 - evtl. Sonnenhut
 - gute Sonnenbrille
 - evtl. Skibrille
 - Sonnencreme / Lippenchutz
 - Kompass und Höhenmeter (wenn vorhanden)
- Stirn- oder Taschenlampe
 - Seidenschlafsack
 - Toilettenartikel
 - Ersatzwäsche
 - evtl. Blasenpflaster
 - evtl. Persönliche Medikamente
 - evtl. Ohropax

 - evtl. Fotoapparat
 - evtl. Feldstecher
 - Halbtaxabo (wenn vorhanden)
 - SAC-Ausweis (wenn vorhanden)
 - (Thermos)-Flasche
 - Taschenmesser
 - Lunch für 4 Tage
 - falls vorhanden Kompass, Höhenmesser, GPS
 - Landkarte 1:25'000 IGN Chamonix 3630OT
 - Lehrheft Technik und Taktik für leichte Hochtouren
 - ID oder Pass
 - EURO für Transfers und Getränke

Mietmaterial

Technisches Material kann bei uns bis 10 Tage im Voraus gemietet werden. Der Bergführer bringt Ihnen das Material direkt auf die Tour/den Kurs mit.

[Zur Mietmaterialliste >](#)

BÄCHLI BERGSPORT **IHR AUSRÜSTUNGSPARTNER**

Die grösste Auswahl von Bergsportartikeln in der Schweiz,
sportliche Beratung, wegweisenden Service und faire Preise.

10 mal in der Schweiz oder unter www.baechli-bergsport.ch

