

Einführungskurs Fels & Eis Steingletscher

Die ersten Klettertouren und Gletschergipfel

Sie unternehmen erste Klettereien an den bestens eingerichteten Übungsfelsen rund um das Hotel Steingletscher, wo Sie bequem im Doppelzimmer übernachten. Die Eisausbildung findet auf dem nahen Gletscher statt. So erwerben Sie sich solide Basiskenntnisse im Bergsteigen, die Sie als Krönung mit der Besteigung des Gwächten- oder Sustenhorns vertiefen. Dazu übernachten Sie in der vom Eis umflossenen Tierberglhütte.

Kursziel/-Inhalt

- Grundtechniken für das Klettern & Sichern in Fels und Eis kennen lernen.
- Auf leichten Bergtouren das Gelernte anwenden und vertiefen.
- Die Bergwelt erleben und geniessen.

Ziel ist es, vertraut werden mit der Bergsteigerei und auf leichte Bergtouren mit geführten Gruppen mitgehen können.

Programm

1. Tag: Besammlung beim Hotel Steingletscher 1865m – Felsausbildung.
2. Tag: Einfache Felsklettertour.
3. Tag: Eisausbildung und Aufstieg zur Tierberglhütte 2674m (4h).
4. Tag: Besteigung des Susten- 3503m oder Gwächtenhorns 3420m (3h) - Abstieg zum Steingletscher (4h) – Heimreise.

Anforderungen

Basis: Sie bringen Begeisterung für ein Abenteuer und Ausdauer für eine sechs- bis siebenstündige Bergwanderung mit und wollen das Bergsteigen "richtig" kennenlernen.

Leistung / Preis

Kleingruppe mit 4-6 Gästen.
Im Preis inbegriffen sind die gesamte Planung

und Organisation, zwei Übernachtungen im Hotel im DZ, eine Hüttenübernachtung im Lager, Halbpension und Marschtee, Ausbildung durch dipl. Bergführer, ausführliche Lehrunterlagen und CO2 Kompensation bei myclimate.
Kosten pro Person Fr. 980.-.

Treffpunkt / Reise

Besammlung um 9.50 Uhr bei der Postautohaltestelle Steingletscher.
SBB-Fahrplan: Zürich ab 7.09, Luzern ab 7.18, Basel ab 6.04, St. Gallen ab 6.05 Uhr, ab Göschenen mit Postauto.
Bern ab 7.04 Uhr, ab Meiringen mit Postauto.
Heimreise: Steingletscher ab 14.30 oder 17.20 Uhr

Ausrüstungsliste

- Steigeisen (mit Antistoll)
- Pickel
- Anseilgurt
- Helm
- Kletterfinken
- 3 Karabiner mit Sicherheitsverschluss, einer davon birnenförmig (geeignet für HMS-Sicherung)
- 6 Expressschlingen
- 1 Bandschlinge (1.20m)
- kurzes u. langes Reepschnurstück (1.50m & 4m à Ø 5-6mm)
- Abseilgerät,
- falls vorhanden: Weitere Schlingen, Einzelkarabiner, Expressschlingen, Keile, Camlots, Micro Traxion/Ropeman, Eisschrauben

- Rucksack
- feste Bergschuhe (mind. bedingt steigeisenfest)
- Warme Kleidung (Schichtenprinzip)
- Regenjacke mit Kapuze
- Handschuhe (2 Paar)
- evtl. Gamaschen
- Mütze/Stirnband
- Sonnenhut
- gute Sonnenbrille
- Sonnencreme/Lippenschutz
- evtl. Teleskopwanderstöcke
- Kompass und Höhenmeter (wenn vorhanden)

- Stirnlampe
- Toilettenartikel
- Seidenschlafsack
- Ersatzwäsche
- evtl. Ohropax
- evtl. Blasenpflaster
- evtl. persönliche Medikamente

- evtl. Fotoapparat
- evtl. Feldstecher
- SAC-Ausweis (wenn vorhanden)
- evtl. Halbtax-Abo
- Geld für Getränke

- (Thermos-) Flasche
- Taschenmesser
- Lunch für vier Tage

- Falls vorhanden Landeskarte 1:25'000: Meiental (1211) oder ein Ausdruck davon:
<https://s.geo.admin.ch/7345d711fb>
- Lehrheft "Technik und Taktik für leichte Hochtouren"

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 AUSTRÜSTUNGSPARTNER

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

