

## Einführungskurs Skihochtouren Konkordia

10.05. - 13.05.18 , mit Berger Christoph

### Die Technik für den Gletscher und vom Skidepot zum Gipfel

Im Herzen des UNESCO-Weltnaturerbes, rund um die Konkordiahütte in den Berner Alpen, machen wir Sie bei wunderbaren Aufstiegen und rassigen Abfahrten mit der richtigen Technik für Skihochtouren vertraut. Wir nehmen uns viel Zeit, um die nötigen Fertigkeiten für die Gletscherbegehung und den Aufstieg mit Steigeisen vom Skidepot zum Gipfel zu üben und uns mit der Welt der winterlich verschneiten Gletscher vertraut zu machen.

### Kursziel/-Inhalt

Technik für Skihochtouren. Planung, Routenführung, Anseilen auf dem Gletscher, Spalten- und Selbstrettung, Kletter- und Sicherungstechniken vom Skidepot zum Gipfel. Nach diesem Kurs sind Sie gut gerüstet, um auf anspruchsvolleren Skihochtouren sicher mitzugehen.

### Programm

In diesen vier Tagen bewegen wir uns mittendrin in der mächtigsten Gletscherwelt der Schweiz, in der nach Mitte März meist hervorragende Verhältnisse für Hochtouren herrschen; die gut bewarteten Hütten und die vielen Tourenmöglichkeiten ergänzen unsere breite Ausbildung perfekt. Das vorgesehene Programm:

1. Tag: Individuelle Anreise auf das Jungfrauoch - Abfahrt zur Konkordiahütte - Ausbildung zu Orientierung, Spaltenrettung und Selbstaufstieg. An den Abenden machen wir jeweils einen Tagesrückblick, vertiefen das Gelernte und planen die Tour des nächsten Tages.
2. Tag: Trugberg 3880m (3h) - Ausbildung zu Routenwahl, Anseilen auf Gletscher und Steigeisengehen. Abfahrt zurück zur Konkordiahütte.
3. Tag: Kranzberg 3666m (3h) - Ausbildung zum Gehen am kurzen Seil - Abfahrt auf den Aletschgletscher 2900m - Aufstieg zur Hollandiahütte 3240m (2h).
4. Tag: Anwendungstour Äbeniflue 3962m (3h)

oder Mittagshorn 3892m (3h) - rassige Abfahrt auf die Fafleralp im Lötschental 1771m - Heimreise.

### Anforderungen

Grundkenntnisse aus Skitouren. Sie beherrschen den Aufstieg in steilem Gelände (Spitzkehren/Einsatz von Harscheisen). Sie kommen mit jedem Schnee zurecht. Ausdauer für Tagestouren mit bis zu 5 Stunden reiner Aufstiegszeit und bis zu 1200Hm. Zum Teil wird das ganze Gepäck über verschiedene Etappen mitgetragen.

### Leistung / Preis

Kleingruppe mit 4-6 Gästen. Im Preis inbegriffen sind die gesamte Planung und Organisation, Übernachtung in Hütte im Lager mit Halbpension und Tourentee, Ausbildung und Führung durch dipl. Bergführer, ausführliche Lehrunterlagen und CO2-Kompensation bei myclimate. Kosten pro Person Fr. 980.-.

### Treffpunkt / Reise

Besammlung um 11.05 Uhr auf dem Jungfrauoch, beim Bahnschalter in der Station Jungfrauoch. SBB-Fahrplan: Basel ab 6.59, Bern ab 8.04, Luzern ab 7.06, Zürich ab 7.02, St. Gallen ab 5.42 Uhr. via Interlaken-Lauterbrunnen oder via Interlaken-Grindelwald auf die Kleine Scheidegg und weiter aufs Jungfrauoch. Heimreise: ca. 15.00 Uhr ab Blatten (VS).

## Ausrüstungsliste

- Ski mit Tourenbindung
- Skitourenschuhe
- Skistöcke mit eher grossen Tellern
- Klebfelle
- Harscheisen
  
- Lawinerverschüttetensuchgerät (LVS) mit neuen- oder Ersatzbatterien
- Lawinenschaufel
- Lawinensonde
  
- Anseilgurt
- Pickel
- Steigeisen (angepasst und mit Antistoll!)
- Bandschlinge (120 cm)
- 6 Karabiner (2 Schraubkarabiner, 4 normale)
- 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
- 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)
- Geld für Getränke
- (Thermos)-Flasche
- Taschenmesser
  
- Lunch für vier Tage
- Landeskarten 1:25'000: Mürren (1248), Finsteraarhorn (1249), Lötschental (1268), Aletschgletscher (1269) oder Kartenausdruck <https://s.geo.admin.ch/7569079ed5> (unter Drucken 1:25'000 wählen und evtl. Ausschnitt anpassen)
- Kompass und Höhenmesser
- 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](http://www.baechli-bergsport.ch)

