höhenfieber

# Skitour Sulzfluh bei St. Antönien

**Die Gargellen-Rundtour mit der Besteigung der Sulzfluh 2817m**

**Frech wie Gian und Giachen grasen wir nur an den besten Hängen vor der grossartigen Kulisse des Rätikons. Abwechslungsreich führt unsere Runde mitten durch das faszinierende Gebiet. Die langen Abfahrten weisen oft guten Schnee auf.**

**1. Tag** Ab Klosters mit Madrisa-Bahnen bis Schaffürggli 2386m. Abfahrt nach Gargellen. Mit Bergbahnen hoch zum Schafberg und Aufstieg zum Riedchopf 2540m. Abfahrt nach Partnun. **2. Tag** Aufstieg zur Sulzfluh 2817m und Abfahrt nach St. Antönien.

## Anforderungen

**Technik:** Stufe 3: Ich bin regelmässig auf Skitouren und mag etwas sportlichere Touren im Schwierigkeitsgrad WS (wenig schwierig) bis ZS (ziemlich schwierig) im Gelände um 35° Steilheit. Ich beherrsche die Spitzkehre. Ich bin ein sicherer Tiefschneefahrer in allen Schneearten und die Abfahrt ist für mich ein wichtiger Bestandteil der Skitour.

**Kondition:** Stufe 2: Ich betreibe Ausdauersport wie Wandern, Joggen, Radfahren. Ich bewältige 4 Stunden Aufstieg pro Tag, das sind bis zu 1200 Höhenmeter. Bei einem Tempo von ca. 300 Hm pro Stunde fühle ich mich wohl.

## Leistungen inbegriffen

- 1 Nacht im Mehrbettzimmer mit Etagendusche
- 1x Halbpension
- Tourentee
- 10% Einkaufsgutschein bei TRANSA

## Leistungen nicht inbegriffen

- Anreise zum Treffpunkt und Heimreise
- nicht erwähnte Mahlzeiten und Getränke
- Kosten für allfällige Transfers
- zusätzliche Leistungen in der Unterkunft
- Annullationskostenversicherung

# Detailprogramm

## Vorgesehener Tourenablauf

### 1.Tag

Ab Klosters mit Madrisa-Bahnen bis Schaffürggli 2386m. Abfahrt nach Gargellen. Mit Bergbahnen hoch zum Schafberg und Aufstieg zum Riedchopf 2540m. Abfahrt nach Partnun.

**Aufstieg 500Hm, Abfahrt 1800Hm, Gehzeit ohne Pausen ca. 2 Std.**

### 2.Tag

Aufstieg zur Sulzfluh 2817m und Abfahrt nach St. Antönien.

**Aufstieg 1050Hm, Abfahrt 1400Hm, Gehzeit ohne Pausen ca. 4 Std.**

### Unterkunft

Wir übernachten im gemütlichen Berggasthaus Alpenrösli (Tel. 081 332 12 18) im Mehrbettzimmer mit Etagendusche/WC. Unsere Unterkunft trumpft mit einem heissen Open-Air Whirlpool mit toller Aussicht auf.

### Treffpunkt

Unser Bergführer erwartet dich um 09:24 Uhr in Klosters Dorf am Bahnhof. Fahrplanwechsel vorbehalten.

### Anreise

Von deinem Wohnort nach Klosters Dorf und zurück ab St. Antönien Rüti. Autofahrer parken ihr Fahrzeug mit Vorteil in Landquart oder Küblis am Bahnhof und reisen mit den ÖV weiter.

### Zusatzkosten

Für die Bergbahnen muss mit ca. CHF 40.- gerechnet werden.

### Technische Anforderungen

Die Skitour auf die Sulzfluh ist je nach Verhältnissen technisch zwischen leicht-mittel und mittel eingestuft. Es ist vorgängige Erfahrung aus einigen Skitouren notwendig. Im Aufstieg zur Sulzfluh müssen die Skier kurz getragen werden. Es ist notwendig, dass dein Tourenrucksack mit Tragriemen ausgestattet ist, damit die Skier aufgebunden werden können.

### Durchführung

Wir informieren dich wie folgt über die Durchführung: bei Wochenendtouren 1 Tag vor Tourenbeginn (ab 11 Uhr) und bei Mehrtagestouren 2 Tage vor Tourenbeginn (ab 17 Uhr). Wir senden dir dazu zum angegebenen Zeitpunkt einen Direktlink an deine Mailadresse. Für registrierte Benutzer sind die Last Infos zudem im Memberbereich www.hoehenfieber.ch/Member unter 'Bevorstehende Touren' verfügbar.

# Ausrüstung

## Bekleidung

- Gore Tex Jacke
- Skitouren- oder Skihose
- Soft Shell oder Fleecejacke
- Dünne, winddichte Fingerhandschuhe
- Warme Finger- oder Fausthandschuhe
- Mütze, ev. Stirnband oder Buff
- Funktionelle Socken (1 Ersatzpaar)
- Funktionelle Unterwäsche kurz/lang

## Diverses

- Sonnen- und Lippencrème, Sonnenhut
- Trinkflasche, mit Vorteil Thermosflasche
- LED Stirnlampe
- Heftpflaster und Compeed
- Ev. Fotoapparat, Feldstecher
- Sportbrille und Skibrille
- Rucksack mit Hüftgurt (25-35l)
- Taschenmesser

## Technische Ausrüstung

- Tourenskis, Felle, Harscheisen
- Skitourenschuhe
- Lawinenverschüttetensuchgerät (LVS): Digitales 3-Antennengerät
- Lawinenschaufel und Sonde
- Ski- oder Teleskopstöcke (grosse Teller)

## Landkarten und Literatur (freiwillig)

- Bergliteratur online: www.pizbube.ch

## Verpflegung

- Halbpension: Bei dieser Tour ist Halbpension (Abendessen/Frühstück) inklusive.
- Tourentee: Der Tourentee wird von der Unterkunft jeweils am Morgen bereitgestellt und ist im Preis inbegriffen.

## Übernachtung im Hotel

- Einfache Bekleidung für den Hotelaufenthalt
- Ohrenpfropfen
- Toilettenartikel
- Hausschuhe und Frotteewäsche sind vorhanden

## Packtipps

- Light macht Freude! Der Rucksack sollte nicht mehr als 8-9 Kg wiegen.

## Mietmaterial

Folgende Ausrüstung kannst du direkt bei der Anmeldung bestellen. Nachträglich ist dies bis 10 Tage vor Tourenbeginn telefonisch oder via Webformular möglich: hoehenfieber.ch/mietmaterial

- LVS, CHF 35.00
- Schaufel, CHF 15.00
- Sonde, CHF 15.00

## Kontakt

### Hast du noch Fragen? Wir beraten dich gerne!

Telefon: +41 32 361 18 18
E-Mail: info@hoehenfieber.ch
Homepage: https://www.hoehenfieber.ch/

### Büro-Öffnungszeiten

Montag bis Freitag
09:00–12:00 Uhr
13:30–17:00 Uhr

Programm- und Preisänderungen vorbehalten.
Allgemeine Geschäftsbedingungen: https://www.hoehenfieber.ch/AGB
Druckdatum: 28.04.2024 17:32:39