höhenfieber

Bergsteigerkurs mit Wellness in Saas Fee

Täglich neue Abenteuer rund um Saas Fee inklusive Allalinhorn 4027m

Das neu erbaute wellnessHostel4000 in Saas Fee bietet tolle Vorteile: Modern und komfortabel untergebracht starten wir täglich gut erholt zu neuen Abenteuern. Mittels Gratis-Bergbahnen sparen wir Geld, Zeit und Kraft und genießen den Kletter- und Alpinkurs von der ersten bis zur letzten Minute.

Kursinhalt Pickel- und Steigeisentechnik, Knoten, Seilhandhabung, Anseilen in der Seilschaft, Selbstrettungstechniken, Einführung ins Felsklettern inkl. Sicherungs- und Klettertechniken, Tourenplanung, Routenwahl und Wetterkunde.

Kursziel Die Teilnehmer sind nach diesem Kurs sehr gut darauf vorbereitet, an einfachen bis mittelschwierigen Hochtouren der Technik «Stufe 2» teilzunehmen.

1. Tag Anreise Saas Fee. Grundausbildung Seiltechnik & Klettern. **2. Tag** Kletterausbildung in Furggstalden. **3. Tag** Klettersteigtour zum Mittaghorn. **4. Tag** Eisausbildung Hohlaubgletscher. **5. Tag** Krönende Abschlusstour Allalinhorn 4027m, Heimreise.

Anforderungen

Technik: Stufe 1: Ich habe Bergwandererfahrung und bewege mich trittsicher im unwegsamen Gelände und auf Geröllfeldern. Hochtourenerfahrung mit Steigeisen, Pickel und Seil wird nicht vorausgesetzt.

Kondition: Stufe 1: Auf Wanderungen bewältige ich bis zu 4-6 Stunden Gehzeit und 1000 Höhenmeter Aufstieg pro Tag. Bei einem Tempo von ca. 300 Hm pro Stunde fühle ich mich wohl.

Schlüsselstelle:
Die Klettersteigpassagen sind technisch leicht und gut gesichert, dennoch ist hier Schwindelfreiheit gefragt. Wer zudem Bergwandererfahrung mitbringt, meistert die Ausbildungstouren jedoch ohne Probleme. Dank Stützpunkt im Tal kann problemlos auch ein Tag ausgesetzt werden, falls jemand eine Pause wünscht.

Leistungen inbegriffen

- 4 Nächte im Doppelzimmer mit DU/WC
- 4x Halbpension
- freie Benützung von Hallenbad und Wellnessanlage
- freie Fahrt mit den Bergbahnen
- Klettersteigset
- Tourentee
- Kursunterlagen
- 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

Wir treffen uns am Postautoterminal in Saas Fee. Unsere Unterkunft liegt nur ein paar Schritte entfernt. Nachdem wir uns in den Zimmern eingerichtet haben, stellt der Bergführer das Ausbildungs-programm vor. Am Nachmittag starten wir in der nahen Umgebung mit der Grundausbildung zu den Themen Knoten, Anseilen und Seiltechnik in der Seilschaft.

Aufstieg 100Hm, Gehzeit ohne Pausen max. 0.5 Std.

2. Tag

Fahrt mit dem Postbus nach Saas Almagell. Mit einer kleinen Seilbahn fahren wir nach Furggstalden und wandern ein kurzes Stück zum schön gelegenen Klettergarten. In bestem Fels und gut gesichert lernen wir hier die grundlegenden Sicherungs- und Klettertechniken. Übung macht den Meister! Wir verbringen den ganzen Tag am Fels, damit alle Kursteilnehmer möglichst viel klettern können.

Aufstieg 100Hm, Abstieg 100Hm, Gehzeit ohne Pausen ca. 0.5 Std.

3. Tag

Heute fahren wir mit der Felskinn-Seilbahn bis zur Station Morenia oder auch Mast 4. Auf gutem Weg gelangen wir zum Einstieg des Klettersteigs zum Mittaghorn 3144m. Dieser führt wunderbar über den Nordwestgrat zum höchsten Punkt. Nach einer kurzen Einführung gehen Sie den Steig dann selbstständig, mit dem Klettersteigset gesichert und in der Gruppe. Der Bergführer begleitet die Gruppe und kann Sie, wenn notwendig, jederzeit unterstützen. Vom Gipfel steigen wir über Plattjen nach Saas-Fee ab.

Aufstieg 600Hm, Abstieg 1350Hm, Gehzeit ohne Pausen ca. 6.5 Std.

4. Tag

Nun wenden wir uns dem Thema Firn und Eis zu. Als "Klassenzimmer" für die Grundausbildung dient uns ein außerordentlich wildes und motivierendes Ambiente. Mit der ersten Bahn der Metro Alpin fahren wir bis zum Ausgang Stollenloch (ca. 3200m). Dieser diente einst dazu, ausgebrochenes Felsmaterial zu „entsorgen“. Unsere Schnee- und Eisausbildung absolvieren wir nun auf dem Hohlaubgletscher und steigen dabei in Richtung Britanniahütte ab. Dazu geht es anfangs auf gutem Weg hoch, dann wandern wir weiter zur Station Felskinn. Bequem schweben wir mit der Seilbahn nach Saas Fee hinunter.

Aufstieg 200Hm, Abstieg 400Hm, Gehzeit ohne Pausen ca. 2.5 Std.

5. Tag

Das Beste kommt zum Schluss: Den höchsten Gipfel sparen wir bis zuletzt auf. Von der Bergstation Mittelallalin 3457m aus steigen wir auf dem Normalweg zum Allalinhorn 4027m auf. Dieser Gipfel befindet sich inmitten der höchsten Gipfel der Schweiz. Wetten, dass bei guter Sicht mehr als 30 Viertausender zu zählen sind? Der Bergführer kennt natürlich alle mit Namen. Heimreise am Nachmittag ab Saas Fee.

Aufstieg 570Hm, Abstieg 570Hm, Gehzeit ohne Pausen ca. 3.5 Std.

Kursinhalt

Pickel- und Steigeisentechnik, Knoten, Seilhandhabung, Anseilen in der Seilschaft, Selbstrettungstechniken, Einführung ins Felsklettern inkl. Sicherungs- und Klettertechniken, Tourenplanung, Routenwahl und Wetterkunde.

Kursziel

Die Teilnehmer sind nach diesem Kurs sehr gut darauf vorbereitet, an einfachen bis mittelschwierigen Hochtouren der Technik «Stufe 2» teilzunehmen.

Anmerkung zum Kursablauf

Je nach Wetter wird der Bergführer das Programm anpassen und Tagespunkte untereinander austauschen. Zusätzlich zu den geplanten Touren stehen weitere attraktive Klettersteige, Kletterrouten, Gletschertouren und nicht zuletzt der bekannte Erlebnissteig „Gorge Alpine“ zur Auswahl.

Klettersteig

Für den Klettersteig empfehlen wir die Mitnahme von Klettersteig- oder Gartenhandschuhen. Bitte melden Sie uns, wenn Sie Ihr eigenes Klettersteigset an den Kurs mitbringen.

Unterkunft

Mit dem neu erbauten wellnessHostel4000 in Saas Fee realisierte die Youth Hostel Switzerland einen Meilenstein in ihrer Geschichte – modern, lässig und unkompliziert. Wir übernachten im Doppelzimmer mit DU/WC. Sie können das Hallenbad und sämtliche Wellnesseinrichtungen des 1900-qm-Areals mit Saunas und Spas kostenlos benützen.

Bemerkung zur Ausrüstung

Der Kurs ist so geplant, dass Sie mit Ihren Bergschuhen klettern. Falls Sie Kletterfinken besitzen, können Sie diese gerne mitnehmen.

Treffpunkt

Unser Bergführer erwartet Sie um 11:04 Uhr in Saas Fee, Busterminal. Fahrplanwechsel vorbehalten

Anreise/Bahnbillet

Von Ihrem Wohnort nach Saas Fee und wieder zurück. Autofahrer parken ihr Fahrzeug kostenpflichtig im Parkhaus am Dorfeingang.

Zusatzkosten

Zusätzliche Transportkosten Metroalpin ca. CHF 45.-

Durchführung

Wir informieren Sie 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 Ihnen zum genannten Zeitpunkt einen Direktlink an Ihre Mailadresse. Für registrierte Benutzer sind die Last Infos zudem im Memberbereich www.bergundtal.ch/member unter 'Bevorstehende Touren' verfügbar.

Ausrüstung

Bekleidung

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

Diverses

- Rucksack mit Hüftgurt (30-40l)
- Separates Gepäckstück (für Hotelaufenthalt)
- Sonnenbrille
- Sonnen- und Lippencrème, Sonnenhut
- Trinkflasche, ev. Thermosflasche
- LED Stirnlampe mit neuer Batterie
- Heftpflaster und Compeed
- Schreibzeug und Notizpapier
- Ev. Fotoapparat
- Taschenmesser

Technische Ausrüstung

- Steigeisenfeste oder bedingt steigeisenfeste Bergschuhe
- Steigeisen mit Antistoll (keine Alu-Steigeisen)
- Pickel (Ideallänge: Von Hand bis Schuhrand)
- Klettergurt mit 2 HMS Karabinern
- Helm
- Verstellbare Trekkingstöcke

Empfehlung

- Verstellbare Trekkingstöcke sind hilfreich für Gletschertrekking, Alpinwanderungen sowie auf Hochtouren für flache Gletscherstrecken, lange Abstiege und im weglosen Gelände. Es kann auch nur 1 Stock verwendet werden.

Landkarten und Literatur (freiwillig)

- SAC Clubführer Walliser Alpen, LK 1:25'000: Randa 1328, Saas 1329

Verpflegung

- Zwischenverpflegung: Diese wird zwischen Frühstück und Abendessen gegessen. Gut geeignet sind Dörrobst, Schokolade, Nüsse, Käse, Vollkornbrot und Energieriegel. Damit der Rucksack nicht zu schwer wird, sollte nicht zu viel Essen mitgenommen werden. Auf den meisten Hütten kann zusätzliche Zwischenverpflegung gekauft werden.
- 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
- Bequeme Schuhe für den Hotelaufenthalt
- Ohrenpfropfen
- Toilettenartikel
- Badeanzug

Packtipps

- Light bringt weit! Der Rucksack sollte nicht mehr als 8-9 Kg wiegen. Dies vor allem bei Hüttentouren.
- Wir zeigen Ihnen im Internet wie es geht: bergundtal.ch/packvideo

Mietmaterial

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

- Pickel, CHF 30.00
- Steigeisen, CHF 40.00
- Helm, CHF 25.00
- Klettergurt (mit 2 HMS Karabinern), CHF 30.00

Kontakt

Haben Sie noch Fragen? Wir beraten Sie 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: 04.05.2024 17:13:58