höhenfieber

Hochtour Sustenhorn 3502m

Spannende Überschreitung ab der Chelenalphütte SAC

Das Sustenhorn 3502m von der Kehlenalp im Göschenertal zum Steingletscher im Gadmertal zu überschreiten - das ist wohl die interessanteste und landschaftlich schönste Art, einen der höchsten Berge der Urner Alpen zu besteigen. Der 3500 Meter hohe Aussichtgipfel ist technisch leicht, verlangt aber eine gute Kondition.

1. Tag Treffpunkt in Göschenen. Gemeinsame Weiterfahrt auf die Göscheneralp 1782m. Aufstieg zur Chelenalphütte 2350m.
2. Tag Über Moränen und Gletscher, an imposanten Spalten vorbei aufs Sustenhorn 3502m. Abstieg über den Gletscher zur Tierberglihütte und weiter zum Steingletscher am Sustenpass 1865m.

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 2: Ich betreibe Ausdauersport wie Wandern, Joggen, sportliches Radfahren. Ich bewältige bis zu 7 Stunden Gehzeit und 1200 Höhenmeter Aufstieg pro Tag. Bei einem Tempo von ca. 300 Hm pro Stunde fühle ich mich wohl.

Schlüsselstelle:
Die Schwierigkeiten am Sustenhorn hängen stark von den Verhältnissen ab. Bei Blankeis erfordert der Übergang an der Sustenlimmi und im Gipfelbereich Trittsicherheit. Die Tour ist trotzdem für bergwandererpropte Hochtoureneinsteiger geeignet.

Leistungen inbegriffen

- 1 Nacht im Lager
- 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

Treffpunkt in Göschenen. Gemeinsame Weiterreise zur Göscheneralp 1782m. Aufstieg zur Chelenalphütte 2350m.

Aufstieg 700Hm, Gehzeit ohne Pausen ca. 3 Std.

2. Tag

Über Moränen und Gletscher, an imposanten Spalten vorbei aufs Sustenhorn 3502m. Abstieg über den Gletscher zur Tierbergli-Hütte und weiter auf dem Hüttenweg bis zum Parkplatz „Umpol“ 2095m. Alpentaxi via Steingletscher nach Meiringen.

Aufstieg 1150Hm, Abstieg 1450Hm, Gehzeit ohne Pausen ca. 7 Std.

Unterkunft

Wir übernachten in der gastfreundlichen Chelenalphütte SAC (Tel. 041 885 19 30) im Lager.

Treffpunkt

Unser Bergführer erwartet dich um 10:50 Uhr am Bahnhof Göschenen. Fahrplanwechsel vorbehalten.

Gemeinsame Weiterfahrt mit dem Postauto um 11.15 Uhr ab Göschenen Bahnhof zur Göscheneralp.

Anreise/Bahnbillet

Von deinem Wohnort zur Göscheneralp. Rückreise ab Meiringen.

Zusatzkosten

Kosten für Alpentaxi am 2.Tag von Umpol (Steingletscher) nach Meiringen ca. CHF 35.-.

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 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)
- Sonnenbrille
- Sonnen- und Lippencrème, Sonnenhut
- Trinkflasche, ev. Thermosflasche
- LED Stirnlampe mit neuer Batterie
- Heftpflaster und Compeed
- SAC/DAV-Ausweis, wenn vorhanden
- Ev. Fotoapparat
- Etwas Bargeld für Getränke
- 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

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.

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 in Hütte/n

- Toilettenartikel im Kleinformat, ev. Erfrischungstücher
- Innenschlafsack aus Seide oder Baumwolle (aus Hygienegründen)
- Die Hütten verfügen in der Regel über fliessend kaltes Wasser zur Körperpflege
- Es stehen Hüttenfinken zur Verfügung
- Ohrenpfropfen

Packtipps

- Light bringt weit! Der Rucksack sollte nicht mehr als 8-9 Kg wiegen. Dies vor allem bei Hüttentouren.

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

- Pickel, CHF 20.00
- Steigeisen, CHF 30.00
- Klettergurt (mit 2 HMS Karabinern), CHF 20.00

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 00:19:14