



Ski- und Splitboardtouren St. Antönien

Eindrückliche Skitouren im Prättigau mit Übernachtung im Hotel

Das Seitental des Prättigaus ist dank seiner schnellen Erreichbarkeit und den vielen sanften Skitouren-Gipfeln ein ideales Tourengebiet. Wir treffen uns in St. Antönien und übernachten im Dorf im Hotel Rhätia.

- 1. Tag** Anreise nach St. Antönien 1420m. Skitour gemäss Detailprogramm.
- 2. Tag** Aufstieg zum Girenspitz 2367m oder Schafberg 2456m und Abfahrt zurück nach St. Antönien.

Anforderungen

Technik: Stufe 2: Ich habe erste Skitourenenerfahrung aus einem Grundkurs oder auf geführten Skitouren gesammelt. Die Schwierigkeit der Skitouren wird mehrheitlich als L (leicht) bis WS (wenig schwierig) eingestuft und wir bewegen uns im Gelände um 30° Steilheit. Kurze steilere Passagen bieten genügend Platz zum Schwingen. Die Spitzkehre im Aufstieg kriege ich hin. Tiefschneeerfahrung und Parallelschwung im unpräpariertem Schnee werden vorausgesetzt.

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

- Leitung durch Bergführer
- 1 Nacht im Mehrbettzimmer mit Etagedusche
- 1x Halbpension
- Tourentee

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

Von unserem Treffpunkt in St. Antönien machen wir einen kurzen Abstecher in die Unterkunft und starten dann auf Tour. Es stehen uns für diesen Tag mehrere Optionen offen. Unter anderem Touren auf den Eggberg 2201m, das Hasenflüeli 2411m, das Chrüz 2195m und aufs Spitzenbüel 2194m.

Aufstieg und Abfahrt bis 1000Hm, Gehzeit ohne Pausen ca. 3.5 Std.

2. Tag

Auch für diesen Tag überlassen wir dem Bergführer gemeinsam mit der Gruppe die finale Entscheidung, welche Tour in Angriff genommen werden will. Die Möglichkeiten sind vielfältig. Mit im Rennen sind der Schafberg 2456m und die Girens Spitze 2368m, die wunderbare Abfahrten zurück nach St. Antönien bieten. Heimreise am Nachmittag ca. 15 Uhr ab St. Antönien.

Aufstieg und Abfahrt bis 1200Hm, Gehzeit ohne Pausen ca. 4.5 Std.

Treffpunkt

Unser Bergführer erwartet dich um 09:43 bei der Postautohaltestelle St. Antönien Platz. Fahrplanwechsel vorbehalten.

Anreise

Von deinem Wohnort nach St. Antönien Platz und wieder zurück. Für Autofahrer stehen etwas ausserhalb des Dorfes gebührenpflichtige Parkplätze zur Verfügung.

Unterkunft

Hotel Rhätia - Übernachtung im Lager

Gepäck

Übernachtungsgepäck kann am ersten Tag vor der Tour in der Unterkunft deponiert werden und nach der Tour am 2. Tag dort für die Rückreise wieder abgeholt werden.

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 Member-Bereich unter 'Bevorstehende Touren' verfügbar.

Unterkunft

Hotel Rhätia St. Antönien

Einfach und gut

Das Hotel liegt mitten im Tal der beeindruckenden Gebirgskette des Rätikons. Die Zimmer sind einfach und urchig ausgestattet. Für die hausgemachten Speisen wird grosser Wert auf Nachhaltigkeit, Regionalität und biologischen Anbau gelegt.



Angebot und Ausstattung



Doppelzimmer



Halbpension



Barzahlung



Kreditkarten-
Zahlung



TWINT-Zahlung

Ausrüstung

Bekleidung

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

Diverses

- Rucksack mit Hüftgurt (30-40l)
- Trinkflasche, mit Vorteil Thermosflasche
- Sonnen- und Lippencreme, Sonnenhut
- Sportbrille und Skibrille
- LED Stirnlampe mit neuer Batterie
- Heftpflaster und Compeed
- Taschenmesser

Technische Ausrüstung

- Tourenskis, Felle, Harscheisen, Skitourenschuhe
- Splitboard, Felle, Harscheisen, Snowboardschuhe
- Lawinenschüttelgerät (LVS): Digitales 3-Antennengerät
- Lawinenschaufel und Sonde
- Ski- oder Teleskopstöcke (grosse Teller)
- Skihelm: wir empfehlen einen Helm

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

Übernachtung im Hotel

- Ohrenpfropfen
- Toilettenartikel

Mietmaterial

Folgende Ausrüstung kannst du direkt bei der Anmeldung bestellen.

- 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: 13.05.2026 23:42