



Skitouren um Sedrun

Surselva-Tourenräume mit Wellness

Dank der „Visiun Porta Alpina“ erlangte das ruhige Bergdorf Sedrun Berühmtheit. Geplant war ein Zwischenbahnhof im Gotthard-Basistunnel und damit der direkte Anschluss an Europa. Ein Traum, der platzte – leider. Wir dagegen erfüllen uns einige der schönsten Tourenräume dieser Region und geniessen den Komfort im hervorragend geführten Hotel La Cruna.

1.Tag Anreise nach Sedrun. Gipfeltour vom benachbarten Cavorgia zum Vanatsch (2478m). **2.Tag** Kurze Fahrt nach Mutschnengia. Herrliche Tour über einen breiten Rücken zum Piz Muschaneras (2604m) mit toller Abfahrt bis Mumpé (1304m). **3.Tag** Vom Oberalppass Aufstieg zum Piz Badus (2928m) und lange Abfahrt nach Tschamutt. **4.Tag** Mit Seilbahnfahrt verkürzte Tour zum Piz Máler (2790m) und lange Abfahrt nach Dieni. Heimreise am Nachmittag ab Sedrun.

Daten & Preise

Nr	Datum	Preis	Unterkunft	Bergführer
293052	20.02.20 - 23.02.20	CHF 1'195.-	Hotel La Cruna	Johannes Andenmatten, Bergführer
293053	12.03.20 - 15.03.20	CHF 1'195.-	Hotel La Cruna	Höhenfieber Bergführer

Leistungen: 4-8 Gäste pro Bergführer, 3 Nächte im Doppelzimmer mit Dusche/WC, 3x Halbpension, Tourentee, 10% Einkaufsgutschein bei TRANSA.

Detailprogramm

Höhenfieber begrüsst dich in der Surselva. Wir freuen uns darauf, mit dir gemeinsam diese abwechslungsreiche Region zu entdecken. Zur optimalen Vorbereitung und zur Einstimmung auf diese Tage bitten wir dich, folgenden Infos durchzulesen.

Es ist obligatorisch, 2 Tage vor Tourenbeginn (ab 17 Uhr) die letzten Informationen zu deiner Tour zu lesen. Wir senden dir dazu zum angegebenen Zeitpunkt einen Direktlink oder du informierst dich unter www.hoehenfieber.ch, Rubrik „Durchführung“. (Kursnummer und Passwort gemäss Buchungsbestätigung).

Vorgesehener Tourenablauf

1.Tag Individuelle Anreise nach Sedrun (1441m). Wir deponieren unser Gepäck im Hotel und starten sogleich zur ersten Gipfeltour. Ein Taxitransfer bringt uns zur gegenüberliegenden Talseite in das benachbarte Dorf Cavorgia. Von hier führt eine abwechslungsreiche Route zuerst ein Stück durch den Wald, später über offenes Alpgelände zum Vanatsch (2478m) hoch. Das letzte Stück folgt dem markanten Grat bis zum höchsten Punkt. Danach fahren wir im Bereich der Aufstiegsspur ab. Aufstieg 1100Hm, Abfahrt 1100Hm, Gehzeit ohne Pausen ca. 3.5 Std.

2.Tag Per Taxibus lassen wir uns nach Mutschnengia (1405m) bringen. Auf einer Alpstrasse gewinnen wir erste Höhenmeter durch den Wald bis zu den Alphütten von Tegia Nova (1855m). Dort breiten sich weite Hänge vor uns aus. Über einen markanten Rücken führt die Spur in gerader Linie zum Gipfel des Piz Muschaneras (2604m) hinauf. Genussvoll schwingen wir nach der Gipfelrast zurück zum Ausgangspunkt, bei guten Verhältnissen durch eine Mulde mit häufigem Pulverschnee. Bei ausreichender Schneedecke können wir bis nach Mumpé abfahren. Aufstieg 1200Hm, Abfahrt 1300Hm, Gehzeit ohne Pausen ca. 4 Std.

3.Tag Eine kurze Zugfahrt bringt uns zum Oberalppass (2044m). Von der Passhöhe starten wir zum stolzen Gipfel des Piz Badus (2928m). Vorbei am Lai da Tuma, Quelle des Rheins, führt uns die Spur über abwechslungsreiches Gelände bis kurz unter den Gipfel. Die letzten paar Meter zum höchsten Punkt legen wir zu Fuss zurück. Nach verdienter Gipfelrast erwartet uns eine weitere Topabfahrt bis hinunter nach Tschamut (1645m). Aufstieg 1100Hm, Abfahrt 1450Hm, Gehzeit ohne Pausen ca. 3.5 Std.

4.Tag Zum Abschluss unternehmen wir eine Tour in hochalpinem Ambiente. Dank einer für die Öffentlichkeit zugänglich gemachten Werkseilbahn sparen wir beim Aufstieg zum Piz Máler viel Kraft, die wir bei der Abfahrt optimal einsetzen können. Die Route folgt sehr aussichtsreich einem breiten Kamm und durch eine grosse Mulde bis zum Gipfel. Nach ausgiebiger Pause machen wir uns an die Abfahrt, die durch ideales Skigelände direkt nach Dieni hinab führt. Mit dem Pendelzug kehren wir nach Sedrun zurück. Die Heimreise erfolgt am Nachmittag. Aufstieg 900Hm, Abfahrt 1350Hm, Gehzeit ohne Pausen ca. 3.5 Std.

Unterkunft

Wir übernachten im gepflegten Hotel La Cruna, Tel. 081 920 40 40 (www.hotelcruna.ch). Neben der hervorragenden lokalen Küche besticht das Haus mit komfortablen Doppelzimmern und einem einladenden Wellnessbereich mit Sauna, Dampfbad und Solarium.

Treffpunkt

Unser Bergführer erwartet dich um 10:31 Uhr am Bahnhof Sedrun. Fahrplanwechsel vorbehalten.

Anreise

Von deinem Wohnort nach Sedrun und wieder zurück.

Zusatzkosten

Für Bahnen und Taxitransporte muss mit Zusatzkosten von ca. CHF 80.- gerechnet werden.

Kontakt

Bitte wende dich für Fragen direkt ans Höhenfieber-Büro, Tel. 032 361 18 18 oder Mail info@hoehenfieber.ch. Die Handynummer des Bergführers ist nur für den Notfall gedacht, wenn du z.B. den Zug verpasst hast.

Durchführung

Wir informieren dich wie folgt über die Durchführung: bei Weekendtouren 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 oder du informierst dich unter www.hoehenfieber.ch, Rubrik „Durchführung“ (Kursnummer und Passwort gemäss Buchungs-bestätigung).

Nach der Tour

Nach der Tour senden wir dir per Mail Informationen und Direktlinks zum Foto-Upload/Download und zum Feedbackformular.

Ausrüstung

Bekleidung

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

Diverses

- Sportbrille und Skibrille
- Rucksack mit Hüftgurt (20-30l)
- Separates Gepäckstück (für Hotelaufenthalt)
- Sonnen- und Lippencreme, Sonnenhut
- Trinkflasche, mit Vorteil Thermosflasche
- Taschenmesser
- Heftpflaster und Compeed
- Ev. Fotoapparat, Feldstecher

Technische Ausrüstung

- Skihelm : wir empfehlen einen Helm
- Tourenskis, Felle, Harscheisen
- Skitourenschuhe
- Lawinenschüttelgerät (LVS): Digitales 2- oder 3-Antennengerät
- Lawinenschaufel und Sonde
- Ski- oder Teleskopstöcke (grosse Teller)

Landkarten und Literatur (freiwillig)

- LK 1:25'000: Oberalppass 1232
- SAC Skitourenführer Graubünden Nord
- Skitourenkarte: Disentis 256S
- Bergliteratur online: www.pizbube.ch

Verpflegung

- Zwischenverpflegung: Diese wird zwischen Frühstück und Abendessen gegessen und für die entsprechende Anzahl Tage mitgenommen. Gut geeignet sind Dörrobst, Schokolade, Trockenfleisch, Käse, Vollkornbrot und Energieriegel. Damit ihr 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

- Bekleidung für den Hotelaufenthalt
- Badeanzug
- Bequeme Schuhe für den Hotelaufenthalt
- Toilettenartikel
- Badetuch ist vorhanden

Packtipps

- Light macht Freude! Der Rucksack sollte nicht mehr als 8-9 Kg wiegen. Damit Sie es richtig geniessen können.

Mietmaterial

- LVS 4-5 Tage, CHF 30.00
- Schaufel 4-5 Tage, CHF 10.00
- Sonde 4-5 Tage, CHF 10.00

Impressionen



Weitere Impressionen findest du auf unserer Homepage unter <https://www.hoehenfieber.ch/kurs293>

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: 29.01.2020 19:29:38