



## Skitour Patrouille des Glaciers light

**Von Zermatt nach Verbier auf der Skitouren-Route der Rennläufer**

**Statt einer Wettkampfzeit von 10 Stunden nehmen wir uns für die weltberühmte Patrouille des Glaciers vier ganze Tage Zeit. Während die Wettkampfathleten an den schönsten Orten vorbeieilen, besteigen wir die Tête Blanche 3710m und die Rosablanche 3335m und geniessen die riesigen Gletscher, das hochalpine Ambiente und die rassigen Abfahrten.**

- 1. Tag** Anreise nach Zermatt. Aufstieg via Zmutt und Zmuttgletscher zur Schönbielhütte 2694m.
- 2. Tag** Besteigung der Tête Blanche über den Tiefmatten- und Stockjigletscher. Tolle Abfahrt via Col de Bertol nach Arolla (2008m).
- 3. Tag** Aufstieg zum Pas de Chèvre 2855m und Abfahrt zum entlegenen Lac des Dix. Über den Col des Roux 2803m gelangen wir zur Cabane Prafleur (2622m).
- 4. Tag** Abschlussetappe mit Besteigung der Rosablanche 3335m. Abfahrt zu unserem grossen Ziel Verbier (1490m).

## 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 3: Ich betreibe regelmässig Ausdauersport wie Wandern, Joggen, Radfahren. Ich bewältige 5 Stunden Aufstieg pro Tag, das sind bis zu 1400 Höhenmeter. Bei einem Tempo von ca. 350 Hm pro Stunde fühle ich mich wohl.

### Schlüsselstelle:

Der Übergang am Pas de Chèvres führt über eine luftige Leitern mit aufgebundenen Ski. Bei Bedarf kann der Bergführer die Gäste sichern, Schwindelfreiheit ist jedoch wichtig.

## Leistungen inbegriFFEN

- 2 Nächte im Mehrbettzimmer
- 1 Nacht im DZ mit DU/WC
- 3x Halbpension
- Tourentee

## Leistungen nicht inbegriFFEN

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

# Detailprogramm

## Vorgesehener Tourenablauf

### 1. Tag

Unser Treffpunkt am Bahnhof in Zermatt ist zugleich Startpunkt der Wettkampfroute. Also wollen auch wir unsere Tour an diesem Ort beginnen. Wenn auch nicht joggend, sondern wandernd, starten wir dennoch mit aufgebundenen Ski und verzichten auf die Bergbahn. Auf schönem Wanderweg geht es in den Weiler Zmutt (1937m) hinauf. Nun wechseln wir die Talseite und gelangen ans Ende der Schotterstrasse. Bis hierher reicht meist der Schnee. Somit wechseln wir auf die Skier. Unter der imposanten Matterhorn Nordwand hindurch folgen wir dem kupierten Gelände. Unter dem Schnee und vielen Metern Schotter liegt unter uns der Zmuttgletscher. Nun verlassen wir für heute die Originalroute und wenden uns der Schönbielhütte (2694m) zu. Über einen kurzen steilen Hang gelangen wir zur gastfreundlichen Sonnenterrasse. Die Mühen werden durch einen herrlichen Ausblick auf Matterhorn und Dent d'Hérens belohnt.

**Aufstieg 1150Hm, Gehzeit ohne Pausen ca. 4.5 Std.**

### 2. Tag

Im ersten Licht gelangen wir in kurzer Abfahrt zurück auf den Zmuttgletscher. Zwischen den mächtigen 4000ern Dent d'Hérens und Dent Blanche gewinnen wir Höhe. Über den Tiefmatten- und Stockjigletscher gelangen wir zum Col de la Tête Blanche (3589m) und lassen uns den Gipfel der Tête Blanche (3710m) nicht entgehen. Dies ist der höchste Punkt unserer Durchquerung. Während die Wettkämpfer hier zu eisiger Nachtzeit durchkommen und im Kegel der Stirnlampe nicht viel wahrnehmen, geniessen wir den Ausblick zu sonniger Mittagsstunde. Über den Glacier du Mont Miné und mit kurzem Gegenanstieg zum Col de Bertol (3264m) gelangen wir in langer Abfahrt hinunter nach Arolla (2008m). Im Hotel du Glacier stärken wir uns und verfallen in wohlverdienten Schlaf.

**Aufstieg 1400Hm, Abfahrt 2100Hm, Gehzeit ohne Pausen ca. 5 Std.**

### 3. Tag

Noch bevor das Skigebiet von Arolla seine Pforten öffnet, steigen wir in die Montagne d'Arolla und zum Pas de Chèvre (2855m) hinauf. Über die Eisenleiter erreichen wir den Glacier de Cheillon. Die Cabane des Dix lassen wir links liegen und fahren zum Lac des Dix ab. Am steilen Westufer folgen wir dem See bis La Barma (2457m). Über den Col des Roux (2803m) erreichen wir nach kurzer Abfahrt die Cabane de Prafleuri (2622m).

**Aufstieg 1350Hm, Abfahrt 750Hm, Gehzeit ohne Pausen ca. 5 Std.**

### 4. Tag

Auf unserer heutigen finalen Etappe besteigen wir über den Glacier de Prafleuri die Rosablanche (3335m). Während des Skitourenrennens wird dieser Gipfel ausgelassen. Wir schnallen uns die Steigeisen an und erreichen vom Skidepot nach kurzer Wegstrecke am Grat den wunderschönen Aussichtsgipfel. Unter uns liegt der Lac des Dix, wo wir herkommen. Weiter westlich erblicken wir den Mont Fort, den wir heute noch umrunden wollen. Über den Col de Momin verlassen wir die Gletscherwelt. Ein letzter kurzer steiler Anstieg zum Col de la Chaux (2939m) ist zu bewältigen. Nun geht es knapp 1500 Höhenmeter nur noch abwärts nach Verbier (1490m). Ohne grosses Publikum, doch mit einer grossen Portion Stolz wandern wir in den Zielort der PDG hinein. Ab Verbier treten wir am Nachmittag die Heimreise an.

**Aufstieg 1000Hm, Abfahrt 2150Hm, Gehzeit ohne Pausen ca. 4 Std.**

## Skihochtour

Diese Tour führt über Gletscher durch hochalpines Gelände. Eine gute Skitechnik und sicheres Aufsteigen und Abfahren, auch in steilerem Gelände ist notwendig. Wir empfehlen Skihochtouren nicht als Saison-Einstieg oder direkt nach einem Skitouren-Grundkurs.

## Treffpunkt

Unser Bergführer erwartet dich um 10:17 Uhr in Zermatt vor dem Kiosk am Bahnhofsvorplatz. Fahrplanwechsel vorbehalten.

## Anreise

Von deinem Wohnort nach Zermatt und ab Verbier wieder zurück. Autofahrer parken ihr Fahrzeug in Martigny oder Visp.

## **Zusatznacht in Zermatt**

Für eine Zusatznacht in Zermatt empfehlen wir dir das Hotel Sarazena in der Nähe des Bahnhofs. Informationen findest du unter [www.hotel-sarazena.ch](http://www.hotel-sarazena.ch).

## **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

## 1. Nacht

### Schönbiehlhütte SAC 2694m

SAC-Hütte beim Matterhorn auf der Walliser Haute Route oberhalb Zermatt

Die Schönbiehlhütte ist eine Hütte des Schweizer Alpen Clubs, welche umgeben ist von mächtigen 4000ern wie Matterhorn, Dent Blanche, Dent d'Hérens und Obergabelhorn. Die SAC-Hütte ist Ausgangspunkt für klassische hochalpine Touren wie die Walliser Haute Route oder die Tour du Ciel.



### Angebot und Ausstattung



Mehrbettzimmer



Halbpension



Hausschuhe vorhanden



fliessendes Wasser



Barzahlung



Kreditkarten-Zahlung

## 2. Nacht

### Hotel Du Glacier Arolla

Das gemütliche Hotel im Zentrum von Arolla

Das zentral gelegene Hotel du Glacier in Arolla ist gastfreudlich und einfach. Wir übernachten im Doppelzimmer.



### Angebot und Ausstattung



Doppelzimmer



Halbpension



Sauna



Barzahlung



Kreditkarten-Zahlung

### 3. Nacht

#### Cabane de Prafleuri

##### Die einfache Hütte

Die Hütte liegt auf 2.622 Meter über Meer. Als Etappenziel lädt sie zu einer wohlverdienten Pause ein. Das traditionelle, reichhaltige Abendessen wird in geselliger Runde serviert.



##### Angebot und Ausstattung



Mehrbettzimmer



Halbpension



Strom



Barzahlung



Kreditkarten-  
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 Lippencrème, Sonnenhut
- Sportbrille und Skibrille
- LED Stirnlampe mit neuer Batterie
- Etwas Bargeld für Getränke
- SAC/DAV-Ausweis, wenn vorhanden
- Heftpflaster und Compeed
- Taschenmesser
- Ev. Fotoapparat, Feldstecher

## Technische Ausrüstung

- Steigeisen mit Antistoll
- Tourenskis, Felle, Harscheisen
- Skitourenschuhe
- Lawinenverschüttetensuchgerät (LVS): Digitales 3-Antennengerät
- Lawinenschaufel und Sonde
- Ski- oder Teleskopstöcke (grosse Teller)
- Skihelm: wir empfehlen einen Helm
- Klettergurt mit 2 HMS Karabinern, Bandschlinge 120 cm

## 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 in Hütte/n

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

## Packtipps

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

## Mietmaterial

Folgende Ausrüstung kannst du direkt bei der Anmeldung bestellen.

- LVS, CHF 45.00
- Schaufel, CHF 15.00
- Sonde, CHF 15.00
- Steigeisen, CHF 40.00
- Klettergurt (mit 2 HMS Karabinern, Bandschlinge 120 cm), CHF 30.00

## Kontakt

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

Telefon: +41 32 361 18 18

E-Mail: [info@hoehenfieber.ch](mailto: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: 24.01.2026 23:42