höhenfieber
berge. unter uns.



Schneeschuhtouren St. Antönien

Eindrückliche Pfade hoch über dem Prättigau

Herrlich abgelegen gehören uns die Berge rund um unser urchiges Hotel Alpenrösli fast ganz allein. Ebenso gemütlich zeigen sich auch die Aufstiege, höchst motivierend das alpine Panorama. Bleibt nur noch, zu entscheiden, von wo die Bergsicht am schönsten ist: Von den umliegenden Gipfeln oder direkt aus dem sprudelnden Hotel-Jacuzzi unter freiem Himmel.

1. Tag Treffpunkt St. Antönien (Materialdepot), Aufstieg nach Partnunstafel 1775m und weiter zum Partnunsee.
2. Tag Wanderung unter der Sulzfluh durch zur Garschinahütte und zurück nach Partnun.
3. Tag Mit Tagesrucksack unternehmen wir die Höhenwanderung über Boller zum Spitzenbühl 2194m und Abstieg nach St. Antönien.

Anforderungen

Technik: Stufe 1: Keine Erfahrung im Schneeschuhgehen nötig. Wir bewegen uns in mässig steilem Gelände ohne lange Traversen. Ich habe aber Bergwandererfahrung auf rot-weissen Wanderwegen.

Kondition: Stufe 1: Auf Wanderungen bewältige ich bis zu 4-5 Stunden Gehzeit und rund 800 Höhenmeter Aufstieg pro Tag. Bei einem Tempo von ca. 300 Hm pro Stunde fühle ich mich wohl.

Leistungen inbegriffen

- Leitung durch Bergführer
- 2 Nächte im Lager
- 2x 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

Treffpunkt im Bergdorf St. Antönien (Materialdepot), Tourengehern als echtes Schneeloch bekannt. Um das zu überprüfen, steigen wir sogleich nach Partnunstafel 1775m und weiter zum gefrorenen Partnunsee.

Aufstieg 500Hm, Abstieg 200Hm, Gehzeit ohne Pausen ca. 2.5 Std.

2. Tag

Unter den gezackten Türmen der Sulzfluh wandern wir über sonnige Hänge zur malerisch gelegenen Garschina-Hütte 2221m zu Füßen des Schafberg und wieder zurück nach Partnun. Es bleibt genügend Zeit für ein Bad im Jacuzzi.

Aufstieg 650Hm, Abstieg 650Hm, Gehzeit ohne Pausen ca. 3.5 Std.

3. Tag

Mit leichtem Tagesrucksack machen wir uns auf die Höhenwanderung über Boller zum Spitzenbüel 2194m und steigen dann nach St. Antönien ab.

Aufstieg 500Hm, Abstieg 800Hm, Gehzeit ohne Pausen ca. 3 Std.

Hinweis zur Ausrüstung

Unsere Schneeschuhtouren finden im alpinen Gelände statt. Je nach Wetter- und Schneeverhältnissen muss mit hartem Schnee oder eisigen Passagen gerechnet werden. Um bei allen Verhältnissen sicheren Halt zu haben ist es wichtig, **robuste Schneeschuhe** mit grossen seitlichen Harscheisen zu verwenden. Bilder dazu und eine detaillierte Beschreibung findest du hier: www.hoehenfieber.ch/Schneeschuhe.

Treffpunkt

Unser Bergführer erwartet dich um 10:43 Uhr an der Postautohaltestelle St. Antönien, Platz. Fahrplanwechsel vorbehalten. Autofahrer können ausserhalb St. Antönien auf den gebührenpflichtigen Parkplätzen parkieren.

Anreise

Von deinem Wohnort nach St. Antönien, Platz und wieder zurück. Die Heimreise erfolgt um ca. 15.00 Uhr ab St. Antönien.

Gepäck

Am 1. und 3. Tag ist Gepäcktransport von/nach St. Antönien Platz organisiert. Separate Tasche und Tagesrucksack mitnehmen.

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

Berghaus Alpenrösli Partnun

Berghaus bei St. Antönien im Prättigau

Natur pur in freier Alleinlage: Wir übernachten im Berghaus Alpenrösli, inmitten einer eindrucksvollen Bergkulisse. Die Unterkunft verfügt über einen kleinen Whirlpool unter freiem Himmel (bei Interesse Badeanzug mitnehmen). Mitten im Touren-Eldorado gelegen überrascht das Haus mit selbstgemachten Bündner Spezialitäten wie Nuss- oder Linzertorte.



Angebot und Ausstattung

Mehrbettzimmer

Halbpension

Hausschuhe vorhanden

Duschmöglichkeit

Hotpot

Handyempfang

Strom

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)
- Separates Gepäckstück
- Trinkflasche, mit Vorteil Thermosflasche
- Sonnen- und Lippencrème, Sonnenhut
- Sportbrille und Skibrille
- Heftpflaster und Compeed
- Taschenmesser
- Ev. Fotoapparat, Feldstecher

Technische Ausrüstung

- hohe wasserabweisende Wander- oder Bergschuhe (über die Knöchel reichend) mit fester Sohle Ist mein Wanderschuh geeignet? https://www.bergundtal.ch/Schuhe-fuer-Schneeschuhwanderungen
- Schneeschuhe (robustes Modell mit seitlich angebrachten Harschkrallen)
- Lawinenverschüttetensuchgerät (LVS): Digitales 3-Antennengerät
- Lawinenschaufel und Sonde
- Ski- oder Teleskopstöcke (grosse Teller)

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

- Bequeme Schuhe für den Hotelaufenthalt
- Bekleidung für den Hotelaufenthalt
- Ohrenpfropfen
- Toilettenartikel
- Duschtuch
- Innenschlafsack aus Seide oder Baumwolle

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.

- LVS, CHF 35.00
- Schaufel, CHF 15.00
- Sonde, CHF 15.00
- Schneeschuhe (ohne Stöcke), CHF 40.00

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: 16.11.2026 23:46