höhenfieber
berge. unter uns.



Aufbaukurs Bergsteigen (Fels/Firn/Eis) im Orny-Trient

Mehr Sicherheit auf Hochtouren dank gezielter Fortbildung

Du hast bereits Erfahrungen auf einfachen Hochtouren gesammelt. In einer weiterführenden Ausbildung im Bergsteigen möchtest du mehr Sicherheit erlangen für deine zukünftigen Hochgebirgstouren. Das Ornygebiet und das Plateau du Trient bieten ideale Voraussetzungen für diesen Kurs.

Kursinhalt Wir werden Themen behandeln wie Sicherungstechniken in Fels, Firn und Eis (Anseilarten, Stände, Zwischensicherungen), Seilhandhabung auf dem Gletscher (Spaltenrettung) und auf dem Grat (Seilverkürzung, Gehen am kurzen Seil), Abseilen, Planung einer Tour mit Karte, Routenführer und Fernglas, Beurteilung der Wetter- und Schneeverhältnisse, Routenwahl sowie Anwendung von Karte, Kompass und GPS.

Kursziel Nach dem Aufbaukurs bist du in der Lage, selbständig einfache Hochtouren zu unternehmen, oder unter Führung an mittelschwierigeren bis anspruchsvollen Touren teilzunehmen.

Technische Anforderungen Du hast bereits einen Grundkurs Bergsteigen besucht und im Anschluss einige Hochtourenerfahrung gesammelt. Du bewegst dich sicher im steilen Firn auf den Steigeisen und im Fels im 2.-3. Schwierigkeitsgrad in Bergschuhen. Die Seilverkürzung ist dir geläufig.

1. Tag Treffpunkt in Martigny. Transfer nach Champex und Aufstieg ab Grands Plans 2194m zur Cabane d'Orny 2826m. Repetition der Knoten- und Sicherungstechnik, Tourenplanung.

2. Tag Ausbildungs-Klettertour über den S-Grat der Pointe d'Arpette 3059m.

3. Tag Eisausbildung im Aufstieg über den Glacier d'Orny zur Trienthütte 3170m.

4. Tag Anwendungstour über das Plateau du Trient und den NW-Grat auf die Tête Blanche und weiter zur Petite Fourche 3512m. Abstieg hinunter nach La Breya/Champex.

Anforderungen

Technik: Stufe 3: Ich habe bereits mehrere Hochtouren im Schwierigkeitsgrad WS (wenig schwierig) gemacht und der Umgang mit Pickel, Steigeisen und Seil ist mir vertraut. Kletterstellen im Fels im 2. Schwierigkeitsgrad begehe ich sicher im Nachstieg.

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 Klettereien um die Ornyhütte und die Ausbildungstouren um die Trienthütte sind felslastig. Klettererfahrung wird vorausgesetzt, damit wir die Touren in eigenständigen Seilschaften durchführen können. Um ein optimales Lern-Ergebnis an diesem Kurs zu erzielen, ist es wichtig, dass die Teilnehmenden sich im 2.-3. Schwierigkeitsgrad in Bergschuhen bewegen können und grundlegende Techniken wie Partnersicherung, Seilverkürzung und Knoten bereits kennen.

Leistungen inbegriffen

- Leitung durch Bergführer
- 3 Nächte im Lager
- 3x Halbpension
- Kursunterlagen
- 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 in Martigny und Transfer nach Champex wo wir mit uns mit dem Sessellift bequem nach Grands Plans 2194m bringen lassen. Hier starten wir den Aufstieg in die Cabane d'Orny 2826m. Den Nachmittag nutzen wir, um Knoten- und Sicherungstechnik im Klettergarten zu repetieren und alle Teilnehmer auf den aktuellen Stand zu bringen.

Aufstieg 650Hm, Gehzeit ohne Pausen ca. 3 Std.

2. Tag

Eine perfekte Ausbildungs-Klettertour im III. Schwierigkeitsgrad finden wir direkt hinter der Hütte am S-Grat der Pte d'Arpette. In griffigem Granit klettern wir in kurzen Seillängen über den Grat und lassen uns dabei genügend Zeit, um Standplätze und Zwischensicherungen korrekt zu erstellen. Das Gelände eignet sich zudem optimal, um den Wechsel zwischen kurzem, halblangem und langem Seil zu schulen.

3. Tag

Heute wechseln wir vom Fels ins Eis. Über den Glacier d'Orny steigen wir zur Cabane du Trient 3170m auf. Unterwegs finden wir in einem eindrücklichen Windkolk ein spannendes Klassenzimmer aus Eis und Schnee. Hier können wir Inhalte wie die Spaltenrettung vor eindrücklicher Kulisse üben. Auf der Hütte angelangt planen wir gemeinsam die morgige Abschlusstour..

Aufstieg 350Hm, Gehzeit ohne Pausen ca. 1.5 Std.

4. Tag

Heute gilt es, das Gelernte auf einer kombinierten Hochtour in die Tat umzusetzen. Einen abwechslungsreichen Mix aus Eis, Firn und Kletterstellen im Fels bietet uns der Nordwestgrat der Tête Blanche 3421m. Gecoached vom Bergführer begehen wir die Tour in eigenständigen Seilschaften und wenden situativ die passenden Sicherungstechniken an. Bei günstigen Bedingungen hängen wir gleich noch die Petite Fourche 3512m an. Der Abstieg führt uns zurück nach la Breya. Heimreise am Nachmittag ab Champex.

Aufstieg 450Hm, Abstieg 1400Hm, Gehzeit ohne Pausen ca. 6.5 Std.

Bemerkung zur Ausrüstung

Der Kurs ist so geplant, dass du mit deinen Bergschuhen kletterst. Du kannst deine Kletterfinken optional mitnehmen. Bitte bedenke aber, dass diese als zusätzliches Gewicht mitgetragen werden müssen.

Treffpunkt

Unser Bergführer erwartet dich um 09:00 Uhr in Martigny am Bahnhof. Fahrplanwechsel vorbehalten.

Anreise/Bahnbillet

Von deinem Wohnort nach Martigny und wieder zurück. Die Strecke von Martigny nach Champex, télé werden wir entweder mit Privatautos oder mit einem Taxi zurücklegen. In Champex bei der Sesselbahn nach La Breya stehen Parkplätze zur Verfügung.

Bitte teile uns gleich bei der Anmeldung mit, falls du planst, mit dem Auto anzureisen und eine Mitfahrgelegenheit für die Weiterfahrt anbieten kannst. Gib uns auch gleich bekannt, für wieviele Gäste du zusätzlich noch Platz hast. Besten Dank.

Zusatzkosten

Die Zusatzkosten für Sesselliftfahrt und Taxi betragen ca. CHF 60.-

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. + 2. Nacht

Cabane d'Orny CAS 2826m

SAC-Hütte am Tor zum Schweizer Mont-Blanc-Gebiet

Diese grosszügige Ornyhütte in Dreiecksform ist der ideale Ausgangspunkt für kombinierte Touren, Kletterrouten und Tagestouren. Im Sommer ist sie ein wichtiger Zwischenstopp auf dem Weg zur Trienthütte.



Angebot und Ausstattung

Mehrbettzimmer
Halbpension
Hausschuhe vorhanden
Barzahlung
Kreditkarten-Zahlung

3. Nacht

Cabane du Trient CAS 3170m

SAC-Hütte im Wallis im Schweizer Teil des Mont Blanc

Die Cabane du Trient SAC ist eine hochalpine Unterkunft im Schweizer Teil des Mont Blanc-Massivs. Die modernisierte Berghütte ist besonders im Frühjahr als Teil der Walliser Haute Route von Chamonix nach Zermatt beliebt. Die Unterkunft ist modern und komfortabel, für CHF 5.- kann geduscht werden und die Hütte hat sogar eine Sauna (CHF 20.-).



Angebot und Ausstattung

Mehrbettzimmer
Halbpension
Hausschuhe vorhanden
Duschmöglichkeit
fliessendes Wasser
Sauna
kein Handyempfang
kein WLAN
Barzahlung
Kreditkarten-Zahlung

Ausrüstung

Bekleidung

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

Diverses

- Rucksack mit Hüftgurt (30-40l)
- Trinkflasche, mit Vorteil Thermosflasche
- Sonnen- und Lippencrème, Sonnenhut
- Sonnenbrille (wir empfehlen Kategorie 4)
- LED Stirnlampe mit neuer Batterie
- Etwas Bargeld für Getränke
- SAC/DAV-Ausweis, wenn vorhanden
- Heftpflaster und Compeed
- Taschenmesser
- Schreibzeug und Notizpapier
- Ev. Fotoapparat
- falls vorhanden: Kompass oder GPS

Technische Ausrüstung

- Steigeisenfeste oder bedingt steigeisenfeste Bergschuhe Sind meine Bergschuhe geeignet? https://www.bergundtal.ch/Fit-fuer-den-Sommer
- Steigeisen mit Antistoll (keine Alu-Steigeisen)
- Pickel (Ideallänge: Von Hand bis Schuhrand)
- Klettergurt mit 2 HMS Karabinern
- Hochtouren-Set Aufbaukurse (2 HMS Karabiner, Sicherungs-/Abseilgerät, 1 Set à 3 Expressen, Bandschlingen 60+120 cm, Reepschnüre 6mm 120+400 cm, 1 Eisschraube)
- Helm
- Falls vorhanden: 1-2 weitere HMS-Karabiner
- Rücklaufsperre (z.B. Petzl Micro Traxion und Petzl T-Bloc) falls vorhanden
- Falls vorhanden: Klemmkeile und Friends

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.

Landkarten und Literatur (freiwillig)

- Auswahlführer Walliser Alpen, Plaisir West, LK 1:25'000: Orsière 1345

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 Hüttentouren.

Mietmaterial

Folgende Ausrüstung kannst du direkt bei der Anmeldung bestellen.

- Pickel, CHF 35.00
- Steigeisen, CHF 40.00
- Helm, CHF 30.00
- Klettergurt (mit 2 HMS Karabinern), CHF 30.00
- Hochtourenset, CHF 35.00

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: 07.11.2026 23:48