



## Hochtour Tödi 3612m

**Audienz beim «König» der Glarner Alpen**

**Der höchste Glarner lockt mit einem variantenreichen Aufstieg und einem gewaltigen Tief- und Rundblick. Wir besteigen den Tödi über die lange, aber dennoch spannende Normalroute ab der Fridolinshütte.**

- 1. Tag** Treffpunkt in Linthal und mit dem Alpentaxi bis Hinter Sand. Aufstieg zur urchigen Fridolinshütte 2111m.
- 2. Tag** Gipfeltour auf den Tödi 3612m über die Gelbe Wand und den Bifertenfirn. Abstieg zurück zur Fridolinshütte und weiter nach Hinter Sand. Heimreise ab Linthal.

## 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 4: Ich betreibe regelmässig Ausdauersport wie Wandern, Joggen, sportliches Radfahren. Lange Touren mit und bis zu 10 Stunden Gehzeit und Aufstiegen von rund 1500 Höhenmeter pro Tag schaffe ich. Bei einem Tempo von ca. 400 Hm pro Stunde fühle ich mich wohl.

### Schlüsselstelle:

Die Hochtour auf den Tödi ist nicht zu unterschätzen. Ein luftiger Abstieg über eine Leiter führt uns zum Gletscher. Anschliessend navigieren wir in einem Labyrinth von Spalten und Felsen zur Gelben Wand. Hier sind einige beherzte Züge an Stahlritten und Fixseilen gefragt. Schwindelfreiheit und Trittsicherheit sind nötig. Für die 10 Stunden reine Gehzeit ist eine sehr gute Kondition nötig.

## Leistungen inbegriffen

- 1 Nacht im Mehrbettzimmer
- 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
- Annulationskostenversicherung

# Detailprogramm

## Vorgesehener Tourenablauf

### 1. Tag

Von unserem Treffpunkt am Bahnhof Linthal lassen wir uns bequem nach Hinter Sand 1300m fahren. Schon die Fahrt mit dem Alpentaxi durch die Linthschlucht ist imposant. Beeindruckende Felswände säumen unseren Weg und so vergeht der Aufstieg zur Fridolinshütte wie im Flug. Auf der Hüttenterrasse angekommen lassen wir uns erstmal mit einem feinen Stück Kuchen verwöhnen und erspähen unsere Route von morgen.

**Aufstieg 800 Hm, Gehzeit ohne Pausen ca. 2.5 Std.**

### 2. Tag

Noch vor Sonnenaufgang starten wir im Schein der Stirnlampen zur alten Grünhornhütte. Eine Leiter führt hier steil auf den Gletscher hinunter und bald erreichen wir die Gelbe Wand. Mit einigen beherzten Zügen an Metallbügeln und Fixseilen überwinden wir diese Steilstufe und gelangen wieder auf den Bifertenfirn. Im Zick-Zack um Spalten steigen wir weiter bis zum Gipfel des Tödi 3612m. Der Ausblick, bei gutem Wetter über die ganzen Schweizer Alpen, entschädigt für den einen oder anderen Schweißtropfen. Der Abstieg führt uns auf der gleichen Route zur Fridolinshütte und nach einer verdienten Rast weiter nach Hinter Sand.

**Aufstieg 1600 Hm, Abstieg 2400 Hm, Gehzeit ohne Pausen ca. 10 Std.**

## Treffpunkt

Unser Bergführer erwartet dich um 13:16 Uhr in Linthal am Bahnhof.

## Anreise

Von deinem Wohnort nach Linthal Bahnhof und wieder zurück.

## Zusatzkosten

Die Kosten für das Alpentaxi betragen ca. CHF 70.00 pro Person.

## 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

### Fridolinshütte SAC 2110m

Die Gemütliche SAC-Hütte im Glarnerland am Fusse des Tödi

Die Fridolinshütte ist ein beliebter Ausgangsort für die anspruchsvolle Besteigung des Tödi – Piz Russein auf der Normalroute vom Glarnerland aus sowohl als Hochtour im Sommer als auch als Skitour im Frühling.



### Angebot und Ausstattung



Mehrbettzimmer



Halbpension



Hausschuhe  
vorhanden



Handyempfang



kein WLAN



Barzahlung

# 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
- LED Stirnlampe mit neuer Batterie
- Etwas Bargeld für Getränke
- SAC/DAV-Ausweis, wenn vorhanden
- Heftpflaster und Compeed
- Taschenmesser
- Ev. Fotoapparat

## 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
- Helm
- 1 Bandschlinge 120cm

## 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.

## 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 Höttentouren.

#### Mietmaterial

Folgende Ausrüstung kannst du direkt bei der Anmeldung bestellen.

- Pickel, CHF 20.00
- Steigeisen, CHF 30.00
- Helm, CHF 20.00
- Klettergurt (mit 2 HMS Karabinern), CHF 20.00

## 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: 21.01.2026 23:47