höhenfieber
berge. unter uns.



Spaghetti-Tour Monte Rosa

10x 4000er im Wallis

Die Spaghettitour im Monte Rosa Massiv ist legendär und eine der schönsten Mehrtages-Hochtouren der Alpen. 10 Viertausender in 5 Tourentagen stehen auf dem Programm. Übernachtung in der höchst gelegenen Hütte der Alpen, der Margherita-Hütte auf 4500 Metern inklusive.

1. Tag Anreise nach Zermatt. Über Breithorn 4164m zum Rifugio Ayas 3400m.
2. Tag Traversierung des Castors 4223m zum Rifugio Sella 3585m.
3. Tag Über den Naso 4272m, Balmenhorn 4167m und Vincentpyramide 4215m zum Rifugio Mantova 3400m.
4. Tag Aufstieg zum Corno Nero 4321m, zur Ludwigshöhe 4341m, weiter zur Parrotspitze 4432m und zuletzt auf die Signalkuppe 4554m - Capanna Margherita.
5. Tag Abschlusstour zur Zumsteinspitze 4563m und Abstieg nach Zermatt.

Anforderungen

Technik: Stufe 4: Ich habe bereits mehrere Hochtouren im Schwierigkeitsgrad WS (wenig schwierig) bis ZS (ziemlich schwierig) gemacht. Ich bewege mich sehr sicher auf den Steigeisen, schmale Firngrate und steile Blankeisstellen bereiten mir keine Probleme. Kletterstellen im Fels im 2. Schwierigkeitsgrad begehe ich sicher im Nachstieg, auch mit Steigeisen.

Kondition: Stufe 3: Ich betreibe regelmässig Ausdauersport wie Wandern, Joggen, sportliches Radfahren. Ich bewältige bis zu 8 Stunden Gehzeit und 1400 Höhenmeter Aufstieg pro Tag. Bei einem Tempo von ca. 350 Hm pro Stunde fühle ich mich wohl.

Schlüsselstelle:
Die Spaghetti-Tour 10x 4000er ist keine Hochtour für Einsteiger. Wichtig ist vor allem eine sehr gute Steigeisentechnik, denn es gilt täglich Passagen mit rund 40° Neigung im Firn und Blankeis zu begehen. Der schmale Firngrat am Castor beispielsweise erfordert Schwindelfreiheit und absolute Trittsicherheit. Für routinierte Bergsteiger mit viel Steigeisenpraxis ist die Tour aber ein absolutes Highlight. Wem diese Erfahrung fehlt, empfehlen wir die Spaghetti Light Tour.

Leistungen inbegriffen

- Leitung durch Bergführer
- 4 Nächte im Lager
- 4x 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

Mit der Seilbahn fahren wir zum Kleinen Matterhorn 3817m. Hier beginnt das Abenteuer Monte Rosa: Ein gemütlicher Anstieg führt zum Gipfel des Breithorns 4164m. Der Ausblick ist grandios, es grüssen uns reihum die prominenten Viertausender. Entlang der Südflanke gelangen wir danach zum Schwarztor und steigen zum Rifugio Guida d'Ayas 3394m ab.

Aufstieg 480Hm, Abstieg 900Hm, Gehzeit ohne Pausen ca. 4 Std.

2. Tag

Entlang der uns vom Vortag bekannten Route steigen wir in Richtung Zwillingsjoch auf. Den Gipfel des Castors 4223m besteigen wir über die etwas steilere Westflanke. Sehr eindrucksvoll führt das letzte Stück über einen schön geschwungenen Grat zum Gipfel. Der Ausblick vom höchsten Punkt zum nahen Lyskamm und der Tiefblick über den Zwillingsgletscher sind sehr eindrücklich. Unschwierig geht es danach zum Rifugio Sella 3585m.

Aufstieg 850Hm, Abstieg 640Hm, Gehzeit ohne Pausen ca. 5.5 Std.

3. Tag

Entlang der Südseite des Lyskamms führt die Spur zum Naso 4272m. Hier kann es sein, dass der Bergführer zwei, drei Seillängen sichert. Danach steigen wir im Fels ein Stück ab und nehmen im Vorbeigehen das Balmenhorn 4167m mit. Die formschöne Vincentpyramide 4215m lassen wir uns auf keinen Fall entgehen. Diese steht vorgelagert hoch über den Tälern und bietet einen tollen Ausblick bis zu den oberitalienischen Seen. Wir steigen danach zum schön gelegenen Rifugio Mantova 3400m ab.

Aufstieg 1000Hm, Abstieg 1190Hm, Gehzeit ohne Pausen ca. 6.5 Std.

4. Tag

Schon bei Tagesanbruch machen wir uns auf den Weg zum Lysjoch. Vorbei am Rifugio Gnifetti gewinnen wir über schön gestufte Hänge schnell an Höhe und werden schon bald wieder die 4000er Grenze erreichen. Nacheinander werden wir den Corno Nero 4321m, die Ludwigshöhe 4341m und die Parrotspitze 4432m besteigen und als Krönung die Signalkuppe 4554m mit der Capanna Margherita erreichen. Der Ausblick am Abend auf die Lichter von Varese und Milano ist schlichtweg gigantisch.

Aufstieg 1420Hm, Abstieg 270Hm, Gehzeit ohne Pausen ca. 6.5 Std.

5. Tag

Bei Sonnenaufgang machen wir uns zur nochmals herausfordernden Abschlussetappe auf: Die Zumsteinspitze 4563m mit dem berauschenden Tiefblick in die gewaltige Ostwand auf das mehr als 3000 Meter tiefer gelegene Macugnaga belohnt für die angenommene Herausforderung dieser Tourenwoche. Von nun an geht es nur noch abwärts über den riesigen Grenzgletscher, vorbei an der eisgepanzerten Nordwand des Lyskamm zur Monte-Rosa-Hütte. Nach einem labenden Schluck packen wir die letzten Meter zum Rotenboden. Die Gornergrat Bahn wird uns nach Zermatt zurückbringen. Die Heimreise erfolgt ca. um 16 Uhr ab Zermatt.

Aufstieg 500Hm, Abstieg 2200Hm, Gehzeit ohne Pausen ca. 6 Std.

Treffpunkt

Unser Bergführer erwartet dich um 08:17 Uhr am Bahnhof Zermatt. Fahrplanwechsel vorbehalten.

Anreise/Bahnbillet

Von deinem Wohnort nach Zermatt und zurück.

Zusatzkosten

Für Bergbahnen ca. CHF 50.- mit Halbtaxabo oder ca. CHF 100.00 ohne Halbtaxabo.

Übernachtung vor der Tour

Wir empfehlen dir das Hotel Bahnhof www.hotelbahnhofzermatt.com oder die Jugendherberge.

Gepäck

Nicht für die Tour benötigtes Gepäck wie Reisebekleidung, Schuhe etc. kann in Schliessfächern beim Bahnhof Zermatt deponiert werden.

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

Rifugio Guide della Val d'Ayas 3394m

Italienische Hütte am Fuss von Pollux und Castor im Monte Rosa

Das Rifugio Guide della Val d'Ayas auch Rifugio Lambronecca genannt, ist eine hochalpin gelegene, moderne Berghütte auf der italienischen Seite des Monte Rosa. Die Unterkunft ist ideal gelegen, um nach der Besteigung von Breithorn oder Pollux ab dem Klein Matterhorn am nächsten Tag die Spaghetti Tour via Castor fortzusetzen, ohne viel Höhe zu verlieren.



Angebot und Ausstattung

Mehrbettzimmer | Halbpension | Hausschuhe vorhanden | fliessendes Wasser | WLAN | Strom

Barzahlung | Währung: EURO | Kreditkarten-Zahlung

2. Nacht

Rifugio Quintino Sella CAI 3585m

Italienische Hütte auf der Südseite des Castor im Monte Rosa

Die Berghütte des Italienischen Alpenclubs liegt in den Walliser Alpen der autonomen Region Aostatal. Mitten auf der Spaghetti-Tour, am Fusse des Lyskamm und Castor gelegen bietet sie Platz für bis zu 142 Gästen.



Angebot und Ausstattung

Mehrbettzimmer | Halbpension | Hausschuhe vorhanden | Strom | Barzahlung | Währung: EURO

3. Nacht

Rifugio Città di Mantova 3498m

Italienische Hütte im Aostatal auf der Südseite des Monte Rosa

Das Rifugio Città di Mantova ist die leicht erreichbare und komfortable Unterkunft auf der Monte Rosa Südseite. Die moderne Berghütte ist Ausgangspunkt für die Besteigung zahlreicher Viertausender.



Angebot und Ausstattung

Mehrbettzimmer | Halbpension | Duschmöglichkeit | Handyempfang | WLAN | Strom

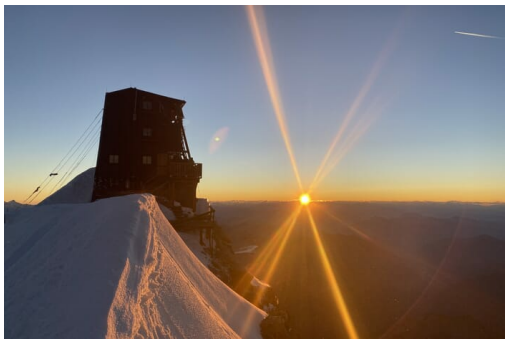
Barzahlung | Währung: EURO | Kreditkarten-Zahlung

4. Nacht

Capanna Margherita CAI 4554m

Hütte auf der Signalkuppe im Monte Rosa auf der Grenze Italien-Schweiz

Die Capanna Regina Margherita CAI ist die spektakulärste und höchst gelegene Hütte der Alpen. Die Hütte wurde 1893 in Anwesenheit von Margherita von Savoyen, der Königin von Italien, eröffnet. Das gesamte Baumaterial musste zu Fuss hochgetragen werden, womöglich mit Hilfe von Maultieren.



Angebot und Ausstattung

Mehrbettzimmer | Halbpension | Hausschuhe vorhanden | Handyempfang | WLAN | Strom

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
- Bargeld in Euro
- SAC/DAV-Ausweis, wenn vorhanden
- Heftpflaster und Compeed
- Taschenmesser
- Identitätskarte/Personalausweis
- Ev. Fotoapparat

Technische Ausrüstung

- Steigeisenfeste oder bedingt steigeisenfeste Bergschuhe Sind meine Bergschuhe geeignet? /Fit-fuer-den-Sommer
- Steigeisen mit Antistoll (keine Alu-Steigeisen)
- Pickel (Ideallänge: Von Hand bis Schuhrand)
- Klettergurt mit 2 HMS Karabinern
- Helm
- Verstellbare Trekkingstöcke
- 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 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

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: 18.11.2026 23:51