höhenfieber
berge. unter uns.



Kletterkurs Mehrseillängen Sustenpass

Einsteigerkurs ins Plaisir-Klettern

Kurze Zustiege, bestens eingerichtete Routen und eine gemütliche Unterkunft – was will man mehr? Die Wände rund um den Steingletscher am Sustenpass eignen sich perfekt für einen entspannten Einstieg ins Klettern von Mehrseillängen-Routen.

Anforderungen Du hast bereits Vorstiegs-Erfahrung im Fels (4c im Klettergarten) und beherrscht die Partnersicherung. Nun möchtest Du den Schritt in die Welt des Mehrseillängenkletterns angehen. Dann bist Du bei diesem Kurs genau richtig.

Kursinhalte Standplatz einrichten, Zwischensicherungen, Abseilen, Planung und Klettern von Mehrseillängen-Routen, Anwendung von diversem Sicherungsmaterial.

Kursziel Die Teilnehmer haben nach dem Kurs die technischen Fähigkeiten, selbständig eine einfache, gut abgesicherte Mehrseillängenroute zu klettern. Sie können danach selbst abschätzen, welche Routen sie selbständig durchführen können und welche sie besser geführt unternehmen.

1. Tag Anreise zum Steingletscher. An den nahe gelegenen Mehrseillängen-Routen erlernen wir die Grundlagen wie Standplatzbau, Kommandos und das Abseilen.

2. Tag Ausbildungs- und Anwendungstouren an den schönen Gneiskletterein um den Steingletscher. Kursschluss und Heimreise am späten Nachmittag.

Anforderungen

Schwierigkeit: Halle: 5a, Fels: 4c, MSL: nein, Vorstieg: ja, Zustieg: 1h

Leistungen inbegriffen

- Leitung durch Bergführer oder Kletterlehrer
- 1 Nacht im DZ mit Dusche/WC
- 1x Halbpension
- Kursunterlagen
- Gruppenmaterial (inkl. Seile)

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 Kursablauf

1. Tag

Nach der Begrüssung durch den Bergführer deponieren wir unser Gepäck im Hotel, bevor wir zum Sektor Gletscher starten. Gleich neben dem schönen Gletschersee finden wir ein Dutzend bestens eingerichteter Routen von zwei bis vier Seillängen. Hier erarbeiten wir die Grundlagen der Sicherungstechnik und Seilmanöver, um einen gemeinsamen Wissenstand zu erreichen. Nach der Mittagspause klettern wir unter Aufsicht des Bergführers unsere erste Mehrseillängen-Route und üben danach das Abseilen.

2. Tag

Nach dem Frühstück wandern wir zu einem der vielen Mehrseillängengebieten rund um das Hotel Steingletscher. Hier finden wir ein wahres Paradies an gut eingerichteten Mehrseillängenrouten in den Schwierigkeitsgraden 4 bis 6. Optimal also, um Seillänge für Seillänge Routine im Standplatzbau und Seilhandling zu gewinnen. Besonderes Augenmerk legen wir heute auch auf das Abseilen. Nach dem Kursabschluss bei Kaffee und Kuchen treten wir am späten Nachmittag die Heimreise ab Steingletscher an.

Kursinhalte

Die Teilnehmer haben nach dem Kurs die technischen Fähigkeiten, selbständig eine einfache, gut abgesicherte Mehrseillängenroute zu klettern. Sie können danach selbst abschätzen, welche Routen sie selbständig durchführen können und welche sie besser geführt unternehmen.

Kursziel

Erlernen der notwendigen Seil- und Klettertechniken, um unter Anleitung eines Bergführers in alpinen, gut gesicherten Mehrseillängen-Routen zu klettern und abzuseilen.

Treffpunkt

Unser Bergführer erwartet dich um 09:56 Uhr an der Haltestelle Steingletscher, Susten. Fahrplanwechsel vorbehalten.

Anreise/Bahnbillet

Von deinem Wohnort nach Steingletscher, Susten und zurück. Beim Hotel stehen Parkplätze zur Verfügung.

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

Berghotel Steingletscher Sustenpass

Gemütliches Berghotel mit einem Bilderbuch-Sternenhimmel

Das Berghotel Steingletscher liegt auf 1865m Höhe und bietet 30 schlichte Zimmer auf drei Etagen. Ausserdem sind die Gastgeber stets bemüht für die Gäste das Beste zu machen. Die Küche orientiert sich an der Schweizer Tradition und weckt Heimatgefühle.



Angebot und Ausstattung

Doppelzimmer | Mehrbettzimmer | Halbpension | WLAN | Barzahlung | Kreditkarten-Zahlung

Ausrüstung

Bekleidung

- Soft Shell oder Fleecejacke
- Leichte Regenjacke, ev. Regenhose
- Kletterhose, T-Shirt und Pulli
- Ersatzunterwäsche

Diverses

- Rucksack mit Hüftgurt (30-40l)
- Trinkflasche, mit Vorteil Thermosflasche
- Sonnen- und Lippencrème, Sonnenhut
- Sonnenbrille
- LED Stirnlampe mit neuer Batterie
- Etwas Bargeld für Getränke
- Heftpflaster und Compeed
- Taschenmesser
- Schreibzeug und Notizpapier
- Ev. Fotoapparat
- Stabile Schuhe für Zustieg

Technische Ausrüstung

- Klettergurt mit 2 HMS Karabinern
- Kletterset (1 HMS Karabiner, Sicherungs-/Abseilgerät, 1 Set à 6 Expressen, Bandschlingen 60cm, Standschlinge, Prusikschlinge, Magnesiumbeutel)
- Helm
- 2 zusätzliche HMS - oder Schraubkarabiner (Insgesamt werden 5 Stück benötigt)
- Kletterschuhe (eng aber bequem)
- Optional: zusätzliches Klettermaterial (Express, Schraubkarabiner und Schlingen)
- Kletterseile: Höhenfieber stellt die Seile für die ganze Gruppe zur Verfügung

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.
- Halbpension: Bei dieser Tour ist Halbpension (Abendessen/Frühstück) inklusive.

Übernachtung im Hotel

- Bequeme Schuhe für den Hotelaufenthalt
- Bekleidung für den Hotelaufenthalt
- Ohrenpfropfen
- Toilettenartikel

Mietmaterial

Folgende Ausrüstung kannst du direkt bei der Anmeldung bestellen.

- Helm, CHF 20.00
- Klettergurt (mit 2 HMS Karabinern), CHF 20.00
- Kletterset, CHF 25.00

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: 29.10.2026 23:55