



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

**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 Gneisklettereien um den Steingletscher. Kursschluss und Heimreise am späten Nachmittag.

## Anforderungen

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

## Leistungen inbegriffen

- 1 Nacht im DZ mit Etagendusche
- 1x Halbpension
- Kursunterlagen
- Gruppenmaterial
- 10% Einkaufsgutschein bei TRANSA

## 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 den schönen Plattenpanzern oberhalb des Hotels 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

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

## 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/Bahn билет

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.

# Ausrüstung

## Bekleidung

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

## Diverses

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

## Technische Ausrüstung

- Klettergurt mit 2 HMS Karabinern
- Kletterset (1 HMS Karabiner, Sicherungs-/Abseilgerät, 1 Set à 6 Expressen, Bandschlingen 60cm, Standschlinge, Prusikschlinge, Magnesiumbeutel)
- Helm
- Kletterschuhe (eng aber bequem)
- weiteres Klettermaterial wenn vorhanden
- Falls vorhanden: 1-2 weitere HMS-Karabiner

## 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.
- Tourentee: Der Tourentee wird von der Unterkunft jeweils am Morgen bereitgestellt und ist im Preis inbegriffen.

## Übernachtung im Hotel

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

## Mietmaterial

Folgende Ausrüstung kannst du direkt bei der Anmeldung bestellen. Nachträglich ist dies bis 10 Tage vor Tourenbeginn telefonisch oder via Webformular möglich: [hoehenfieber.ch/mietmaterial](https://www.hoehenfieber.ch/mietmaterial)

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

- Kletterset, 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: 25.04.2025 10:45:22