bergundtal

Skitour Höji Sulegg 2413m

Der Donnerstag verspricht Traumwetter in den Bergen. Nutzen wir dieses Geschenk und unternehmen eine schöne Skitour hoch über dem Lauterbrunnental.

Anforderungen

Technik: Stufe 2: Ich habe erste Skitourenerfahrung aus einem Grundkurs oder auf geführten Skitouren gesammelt. Die Schwierigkeit der Skitouren wird mehrheitlich als L (leicht) bis WS (wenig schwierig) eingestuft und wir bewegen uns im Gelände um 30° Steilheit. Kurze steilere Passagen bieten genügend Platz zum Schwingen. Die Spitzkehre im Aufstieg kriege ich hin. Tiefschneeerfahrung und Parallelschwung im unpräpariertem Schnee werden vorausgesetzt.

Kondition: Stufe 2: Ich betreibe Ausdauersport wie Wandern, Joggen, Radfahren. Ich bewältige 4 Stunden Aufstieg pro Tag, das sind bis zu 1200 Höhenmeter. Bei einem Tempo von ca. 300 Hm pro Stunde fühle ich mich wohl.

Leistungen inbegriffen

1 Tag geführte Tour durch dipl. Bergführer

Detailprogramm

Vorgesehener Tourenablauf

Von der Talstation in Isenfluh lassen wir uns rund 400 Höhenmeter nach Sulwald hinauftragen. Von dort steigen wir zunächst durch den Wald in südwestlicher Richtung zur Alp Suls hinauf. Weiter via Schärihubel und über wunderbares Skigelände erreichen wir die Höji Sulegg 2413m mit perfektem Blick auf Eiger, Mönch und Jungfrau. Die Abfahrt führt uns via Gumma und zwei kurzen Gegenanstiegen zurück nach Sulwald und via Schlittelpiste zu unserem Ausgangspunkt.

Aufstieg 1000Hm, Abfahrt 1000Hm, Gehzeit ohne Pausen 3-4 Std.

Treffpunkt

Unser Bergführer erwartet Sie um 08:47 Uhr in Isenfluh Dorf.

Verbindungen: Basel ab 05.56 Uhr, Bern ab 07.04 Uhr, Luzern ab 06.06 Uhr, Zürich ab 06.02 Uhr, Winterthur ab 05:24, Brig ab 06.48 Uhr

Anreise/SBB-Ticket

Von Ihrem Wohnort nach Isenfluh Dorf und zurück.

Parkplätze sind in Isenfluh vorhanden, falls jemand mit dem Auto anreist.

Zusatzkosten

Für die Bergbahn muss mit ca. CHF 10.- gerechnet werden.

Materialmiete

Wir vermieten für die Spontantouren kein Material. Bitte wenden Sie sich direkt an den Bergführer, wenn Sie Fragen zum Material haben oder keine Gelegenheit finden, benötigtes Material in einem Bergsportgeschäft zu mieten.

Verschiedenes

Bitte wenden Sie sich in dringenden Fällen oder bei Unklarheiten direkt an den leitenden Bergführer. Die Mobiltelefonnummer des Bergführers finden Sie im Bestätigungsmail.

Durchführung

Wir informieren Sie wie folgt über die Durchführung: bei Spontantouren 1 Tag vor Tourenbeginn (ab 16.30 Uhr). Wir senden Ihnen dazu zum angegebenen Zeitpunkt einen Direktlink an Ihre Mailadresse.

Nach der Tour

Nach der Tour senden wir Ihnen per Mail Informationen und Direktlinks zum Foto-Upload/Download und zum Feedbackformular.

Ausrüstung

Bekleidung

- Gore Tex Jacke
- Skitouren- oder Skihose
- Soft Shell oder Fleecejacke
- Dünne, winddichte Fingerhandschuhe
- Warme Finger- oder Fausthandschuhe

Diverses

- Sonnenbrille und Skibrille
- Trinkflasche, mit Vorteil Thermosflasche
- Heftpflaster und Compeed
- Ev. Fotoapparat, Feldstecher
- Rucksack mit Hüftgurt (25-35l)
- Taschenmesser

Technische Ausrüstung

- Tourenskis, Felle, Harscheisen
- Skitourenschuhe
- Lawinenverschüttetensuchgerät (LVS): Digitales 3-Antennengerät
- Lawinenschaufel und Sonde
- Ski- oder Teleskopstöcke (grosse Teller)
- Skihelm: wir empfehlen einen Helm

Verpflegung

- Zwischenverpflegung: Essen und Trinken für unterwegs. Gut geeignet sind Dörrobst, Nüsse, Schokolade, Nüsse, Käse, Vollkornbrot und Energieriegel. Es empfiehlt sich, mindestens einen Liter warmen Tee in der Thermoskanne mitzunehmen.

Kontakt

Haben Sie noch Fragen? Wir beraten Sie gerne!

Telefon: +41 41 450 44 25
E-Mail: info@bergundtal.ch
Homepage: https://www.bergundtal.ch/

Büro-Öffnungszeiten

Montag bis Freitag
09:00–12:00 Uhr
13:30–17:00 Uhr

Programm- und Preisänderungen vorbehalten.
Allgemeine Geschäftsbedingungen: https://www.bergundtal.ch/AGB
Druckdatum: 20.05.2024 13:59:09