



## Skitour auf die Schwalmere 2777m

**Parade-Skitouren im Berner Oberland**

Hoch über dem Lauterbrunnental erwartet uns ein unvergessliches Skitouren-Wochenende auf der gemütlichen Lobhornhütte, dazu ein hochalpines Ambiente, zwei Tourengipfel und lohnende Abfahrten. Das Berner Oberländer Dreigestirn Eiger, Mönch und Jungfrau scheint dabei stets zum Greifen nah.

- 1. Tag** Anreise nach Isenfluh, per Seilbahn geht es nach Sulwald (1528m). Aufstieg zur Höji Sulegg (2413m) und Abfahrt zur Lobhornhütte (1954m).
- 2. Tag** Aufstieg zur Schwalmere (2777m) und lange Abfahrt zurück nach Isenfluh (1081m).

# 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.

## Schlüsselstelle:

Bei günstigen Bedingungen wählen wir die rassige Abfahrt ins Soustal. Hier gibt es einige rund 35° steile Passagen zu bewältigen. Sicherer Skifahren wird vorausgesetzt.

## 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 in Isenfluh fahren wir bequem per Gondel hinauf nach Sulwald (1528m). Der Aufstieg führt uns über die Lohhornhütte bis zum Schärihubel hoch. Über einen breiten Gratrücken gelangen wir schliesslich zum Gipfel der Höji Sulegg (2413m). Bei guter Sicht ist das Panorama mit seinem Dreigestirn Eiger, Mönch und Jungfrau atemberaubend. Eine kurze, aber lohnende Abfahrt führt hinunter zur gemütlichen Lohhornhütte.

**Aufstieg 870Hm, Abfahrt 460Hm, Gehzeit ohne Pausen ca. 4 Std.**

### 2. Tag

Dicht an den schroffen Felsnadeln der Lohhörner vorbei steigen wir heute dem stolzen Gipfel der Schwalmere (2777m) entgegen. Die Aussicht zeigt sich so vielseitig wie die bevorstehende Abfahrt: Der Blick schweift von Thunersee über die Eisriesen des Berner Oberlands. Welche Abfahrtsvariante wir wählen, entscheiden die Verhältnisse. Ob die lange Abfahrt durch das Soustal oder eine der lohnenden Varianten um das Lohhorn, der Bergführer wählt die beste Route aus. Heimreise am Nachmittag ab Isenfluh.

**Aufstieg 1000Hm, Abfahrt 1250-1700Hm, Gehzeit ohne Pausen ca. 5 Std.**

## Unterkunft

Die Lohhornhütte auf 1954m ist eine gemütliche SAC-Unterkunft, die im Sommer 2011 umgebaut wurde. Der Ausblick bei schönem Wetter auf das Jungfraumassiv zählt zu den schönsten des gesamten Oberlands.

**WICHTIGER Hinweis zur Unterkunft:** Die Schlafräume sind nicht geheizt und daher kalt. Nehmen Sie bitte genügend warme Kleidung (Schichtenprinzip) oder allenfalls sogar einen dickeren Schlafsack (statt Seidenschlafsack) mit.

## Treffpunkt

Unser Bergführer erwartet Sie um 10:47 Uhr in Isenfluh, Dorf. Fahrplanwechsel vorbehalten.

## Anreise/Bahnbillet

Ab Ihrem Wohnort nach Isenfluh und wieder zurück. Wer mit dem Auto anreist, erreicht Isenfluh über eine kurvenreiche Strasse. Das kleine Dorf verfügt über einige Parkplätze. Eine weitere Möglichkeit ist, das Auto in Lauterbrunnen im grossen Parkhaus neben dem Bahnhof zu parkieren und mit dem Postauto nach Isenfluh zu fahren.

## Zusatzkosten

Für die Gondel müssen Sie mit Kosten von ca. CHF 20.00 rechnen.

## Durchführung

Wir informieren Sie 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 Ihnen zum genannten Zeitpunkt einen Direktlink an Ihre Mailadresse. Für registrierte Benutzer sind die Last Infos zudem im Memberbereich unter 'Bevorstehende Touren' verfügbar.

# Unterkunft

## Lobhornhütte SAC 1955m

Berner SAC-Hütte mit Blick auf Eiger, Mönch und Jungfrau

Die Lobhornhütte liegt auf 1955 Metern über Meer, hoch über dem Tal von Lauterbrunnen. Sie ist bekannt für ihre einmalige Aussicht auf das Dreigestirn der Eisriesen der Berner Alpen.



### Besonderheiten und Grösse der Lobhornhütte

Die Lobhornhütte bietet 24 Schlafplätze, die alle mit nordischen Duvets und Kissen ausgestattet sind. Die Hütte ist bekannt für ihre exzellente Küche aus regionalen, saisonalen und frischen Produkten. Das Brot wird im eigenen Hüttenholzbackofen gebacken. Fliessendes Wasser gibt es nur im Sommer und für das Laden elektronischer Geräte empfiehlt die Hüttenwirtin eine Powerbank mitzunehmen.

### Angebot und Ausstattung



Mehrbettzimmer



Halbpension



Hausschuhe vorhanden



Barzahlung



Kreditkarten-Zahlung



TWINT-Zahlung

# Ausrüstung

## Bekleidung

- Gore Tex Jacke
- Soft Shell oder Fleecejacke
- Skitouren- oder Skihose
- Funktionelle Unterwäsche kurz/lang
- Funktionelle Socken (1 Ersatzpaar)
- Dünne, winddichte Fingerhandschuhe
- Warme Finger- oder Fausthandschuhe
- Mütze, ev. Stirnband oder Buff

## Diverses

- Rucksack mit Hüftgurt (30-40l)
- Trinkflasche, mit Vorteil Thermosflasche
- Sonnen- und Lippencrème, Sonnenhut
- Sportbrille und Skibrille
- LED Stirnlampe mit neuer Batterie
- Etwas Bargeld für Getränke
- SAC/DAV-Ausweis, wenn vorhanden
- Heftpflaster und Compeed
- Taschenmesser
- Ev. Fotoapparat, Feldstecher

## 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: 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.
- Wir zeigen Ihnen im Internet wie es geht: [bergundtal.ch/packvideo](http://bergundtal.ch/packvideo)

## **Mietmaterial**

Folgende Ausrüstung können Sie direkt bei der Anmeldung bestellen.

- LVS, CHF 35.00
- Schaufel, CHF 15.00
- Sonde, CHF 15.00

## **Kontakt**

**Haben Sie noch Fragen? Wir beraten Sie gerne!**

Telefon: +41 41 450 44 25

E-Mail: [info@bergundtal.ch](mailto: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: 20.01.2026 23:39