



## Skitouren im Südtiroler Matschertal

**Im Vinschgauer Seitental unweit von Mals finden wir sportliche Skitouren sowie herzliche Gastfreundschaft**

Neben einem vielfältigen Skitourenangebot an Sonnen- und Schattenhängen begeistert auch das komfortable Almhof Glieshof. Wer auf den Skitouren noch nicht genug geschwitzt hat, kann dies am Nachmittag in der Sauna nachholen. Eine Superwoche für alle Gäste, die Touren bis zu 1400 Höhenmetern mit tollen Abfahrten und eine bequeme Unterkunft zu schätzen wissen.

- 1. Tag** Anreise via Ofenpass ins Matschertal auf 1807 Metern über Meer.
- 2. Tag** Direkt hinter der Hütte geht es los durch das Upiatal zum Upikopf 3175m.
- 3. Tag** Von der Pleresspitze 3188m sind Rundblick und Abfahrt einmalig schön.
- 4. Tag** Auf einer abwechslungsreichen Route zur Saldurscharte 3225m.
- 5. Tag** Durch das versteckte Remstal zum Litzner 3206m.
- 6. Tag** Die Abschlusstour führt uns zur Portlesspitze 3074m. Heimreise am Nachmittag.

### Ihre Pluspunkte

- professionell geführte Skitouren durch erfahrenen Berg+Tal-Teambergführer
- Premium-Unterkunft mit hochwertigem Wellnessbereich
- Regionale und authentische Küche
- Harte Touren - weiches Bett: Bis zu 1500 Hm pro Tag und anschliessend Erholung pur im Almhotel Glieshof

## Anforderungen

**Technik:** Stufe 3: Ich bin regelmässig auf Skitouren und mag etwas sportlichere Touren im Schwierigkeitsgrad WS (wenig schwierig) bis ZS (ziemlich schwierig) im Gelände um 35° Steilheit. Ich beherrsche die Spitzkehre. Ich bin ein sicherer Tiefschneefahrer in allen Schneearten und die Abfahrt ist für mich ein wichtiger Bestandteil der Skitour.

**Kondition:** Stufe 3: Ich betreibe regelmässig Ausdauersport wie Wandern, Joggen, Radfahren. Ich bewältige 5 Stunden Aufstieg pro Tag, das sind bis zu 1400 Höhenmeter. Bei einem Tempo von ca. 350 Hm pro Stunde fühle ich mich wohl.

### Schlüsselstelle:

Lange Touren mit täglich bis zu 1500 Höhenmetern. Sichere Spitzkehren und eine solide Skitechnik sind wichtig.

## Leistungen inbegriffen

- Leitung durch Bergführer
- 5 Nächte im DZ mit DU/WC
- 5x Halbpension
- Freie Benützung der Saunalandschaft
- 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

Die Anreise mit Bahn und Bus führt via Vereinatunnel-Ofenpass nach Mals/Malles. Wir werden den Transfer zum Glieshof (1824m) mit einem Taxibus oder ev. auch mit Privatautos von Gästen organisieren (sofern jemand mit dem Auto anreist).

### 2. Tag

Direkt hinter dem Hotel führt ein abwechslungsreicher Anstieg durch das einsame Upiatal zum Upikopf (3175m) empor. Im oberen Teil weitet sich das Gelände zu einem weiten Talkessel aus. Vom Gipfel können wir ein erstes Mal das Vinschgau, den südlichen Teil der Öztaler Alpen sowie die nordwestliche Ecke des Ortlergebietes überblicken.

**Aufstieg 1350Hm, Abfahrt 1350Hm, Gehzeit ohne Pausen ca. 4 Std.**

### 3. Tag

Heute besuchen wir die gegenüberliegende Talseite und steigen über weite Osthänge zur Pleresspitze (3188m) auf. Über eine kurze Steilstufe gelangen wir von der Matscheralm zum Pleresboden und durch abwechslungsreiches Gelände direkt zum Gipfel hoch. Die letzten Meter legen wir zu Fuss zurück. Eine rassige Abfahrt ist der Lohn für die Höhenmeter, die wir heute zurückgelegt haben. Je nach den Verhältnissen stehen mehrere Möglichkeiten offen, um den besten Schnee zu finden.

**Aufstieg 1350Hm, Abfahrt 1350Hm, Gehzeit ohne Pausen ca. 4 Std.**

### 4. Tag

Heute starten wir zu einer richtigen Erkundungstour, sofern die Verhältnisse dies erlauben werden. Von der inneren Matscheralm steigen wir durch ein enges Tal zum Saldurgraben auf. Hier verflacht sich das Gelände und wir folgen in abwechslungsreicher Linienführung dem vom Gelände vorgegebenen Weg zur Scharte (3225m) zwischen der Saldurspitze und dem Lazaunspitz. Die Abfahrt über die oberen nordseitigen Hänge ist sensationell.

**Aufstieg 1400Hm, Abfahrt 1400Hm, Gehzeit ohne Pausen ca. 4 Std.**

### 5. Tag

In das versteckte Remstal gelangen wir vom Kirchlein vom Tumpaschin aus. Zuerst durch den Wald und danach immer dem Talgrund folgend erreichen wir den stolzen Litzner (3206m). Von diesem Gipfel können wir einen besonders schönen Rundblick genießen. Die Abfahrt erfolgt entlang der Aufstiegsspur.

**Aufstieg 1550Hm, Abfahrt 1550Hm, Gehzeit ohne Pausen ca. 4.5 Std.**

### 6. Tag

Heute geht es ein wenig gemütlicher, jedoch nicht weniger schön, zur Portles-Spitze (3074m) hoch. Für die Abfahrt suchen wir uns dann die besten Hänge aus und sausen direkt zum Glieshof zurück. Vielleicht ist heute ein besonders guter Tag, um die müden Knochen im Dampfbad etwas zu kurieren. Heimreise am Nachmittag.

**Aufstieg 1250Hm, Abfahrt 1250Hm, Gehzeit ohne Pausen ca. 3.5 Std.**

## Treffpunkt

Unser Bergführer erwartet Sie um 15:04 Uhr in Mals, Bahnhof/Malles, stazione. Fahrplanwechsel vorbehalten.

## Anreise/Bahnбилет

Von Ihrem Wohnort nach Mals, Bahnhof/Malles, stazione und wieder zurück. Den Weitertransport werden wir mit einem Taxibus ins Matschertal zum Glieshof organisieren.

Wir bitten Sie, uns gleich bei Ihrer Anmeldung zu informieren, ob Sie mit dem Auto anreisen und ob Sie eine Mitfahrgelegenheit anbieten können. Bitte teilen Sie uns auch mit, für wie viele Personen (inkl. Skis und Gepäck) Sie maximal Platz haben. So können wir nach Möglichkeit direkt ab Mals Fahrgemeinschaften bilden und auf das Taxi verzichten.

## Zusatzkosten

Der Preis für die Fahrt von Mals zum Glieshof und zurück beträgt je nach Anzahl Teilnehmer 20-30 Euro pro Person.

### **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

## Wellnesshotel Glieshof

Ein idyllischer Ort für einen unvergesslichen Urlaub im Matschertal

Das heimelige Gasthaus Glieshof liegt am Ende der im Winter befahrbaren Strasse im Matschertal. Neben einer herzlichen Atmosphäre nach Südtiroler Art, bietet die Unterkunft eine hervorragende Küche mit einem 4-Gänge-Wahlmenü mit regionalen Köstlichkeiten. Es warten wunderschöne Zimmer mit höchstem Wohnkomfort auf uns.



Für zusätzlichen Luxus sorgt das Ambiente im Wellnessbereich. Das Hallenbad ist 19 Meter lang und mit einer grossen Fensterfront sowie schönen Bildern umgeben. Nach einer gemütlichen Baderunde kann man sich auf Liegestühlen ausruhen und dem vergangenen Tag nachträumen.

Nach einem wunderbaren Tagtraum darf man sich in der finnischen oder Bio-Kräutersauna verwöhnen lassen. Auch ein Dampfbad kann für eine Wohltat sorgen. Im Ruheraum kann man sich entspannen und neue Energie für den nächsten Tag sammeln.

## Angebot und Ausstattung



Doppelzimmer



Halbpension



Sauna



Duschtuch  
vorhanden



WLAN

# 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
- Badebekleidung

## Diverses

- Rucksack mit Hüftgurt (30-40l)
- Separates Gepäckstück
- Trinkflasche, mit Vorteil Thermosflasche
- Sonnen- und Lippencreme, Sonnenhut
- Sportbrille und Skibrille
- Bargeld in Euro
- Heftpflaster und Compeed
- Taschenmesser
- Identitätskarte/Personalausweis
- 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

## Landkarten und Literatur (freiwillig)

- Bergliteratur online: [www.pizbube.ch](http://www.pizbube.ch)

## 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 im Hotel

- Bequeme Schuhe für den Hotelaufenthalt
- Bekleidung für den Hotelaufenthalt
- Ohrenpfropfen
- Toilettenartikel
- Bademantel und Badelatschen sind vorhanden.

## Packtipps

- Light bringt weit! Der Rucksack sollte nicht mehr als 8-9 Kg wiegen. Dies vor allem bei Hüttentouren.
- Wir zeigen Ihnen im Internet wie es geht: [bergundtal.ch/packvideo](https://www.bergundtal.ch/packvideo)

## Mietmaterial

Folgende Ausrüstung können Sie direkt bei der Anmeldung bestellen.

- LVS, CHF 55.00
- 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: 03.02.2026 23:39