



## Skitouren 3x4000 Monte Rosa

### 4000er-Runde mit Breithorn und Co.

**Beithorn, Vincentpyramide, Ludwigshöhe: Drei 4000er in drei Tagen, dazu viel Abfahrt bei wenig Aufstieg. Die Bergbahnen in Zermatt und im Val de Gressoney ermöglichen uns dieses verlängerte Wochenende der Superlative. Ein Muss für alle abfahrtsorientierten Skitourengeher.**

**1. Tag** Treffpunkt in Zermatt. Aufstieg vom Klein Matterhorn zum Breithorn (4164m) und Abfahrt zum Rifugio Ferraro (2072m). **2. Tag** Dank Liftunterstützung bequemer Wechsel ins Val de Gressoney und Aufstieg zum Rifugio Gnifetti (3625m). **3. Tag** Aufstieg zur Vincentpyramide (4215m) und zur Ludwigshöhe (4342m). Grandiose Abfahrt über den Grenzgletscher zurück nach Zermatt.

## Daten & Preise

Nr	Datum	Preis	Unterkunft	Bergführer
33951	25.03.22 - 27.03.22	CHF 825.-	Rifugio Ferraro, Rifugio Gnifetti	Berg+Tal Bergführer
33952	01.04.22 - 03.04.22	CHF 825.-	Rifugio Ferraro, Rifugio Gnifetti	Susanne Süssmeier, Bergführerin
33953	08.04.22 - 10.04.22	CHF 825.-	Rifugio Ferraro, Rifugio Gnifetti	Berg+Tal Bergführer

**Leistungen:** 4-6 Gäste pro Bergführer, 2 Nächte im Mehrbettzimmer, 2x Halbpension, Tourentee, 10% Einkaufsgutschein bei TRANSA.

# Detailprogramm

Die Alpenschule Berg+Tal heisst Sie im Monte Rosa-Massiv willkommen. Wir freuen uns darauf, zusammen mit Ihnen diese Welt der 4000er zu entdecken. Für Ihre optimale Vorbereitung und zu Ihrer Einstimmung auf diese Tage bitten wir Sie, die folgenden Infos durchzulesen.

Es ist obligatorisch, 2 Tage vor Tourenbeginn (ab 17 Uhr) die letzten Informationen zu Ihrer Tour zu lesen. Wir senden Ihnen zum genannten Zeitpunkt einen Direktlink. Für registrierte Benutzer sind die Last Infos zudem im Memberbereich [www.bergundtal.ch/member](http://www.bergundtal.ch/member) unter 'Bevorstehende Touren' verfügbar.

## Vorgesehener Tourenablauf

**1. Tag** Unser Bergführer erwartet Sie in Zermatt am Bahnhof. Die Seilbahn zum Klein Matterhorn befördert uns in Windeseile auf 3817m Höhe. Hier beginnt der kurze Aufstieg zum Breithorn (4164m). Von hier oben haben wir einen packenden Ausblick auf die bevorstehende Rundtour. Je nach Verhältnissen wählen wir die Abfahrt durch das Vallone di Verra zum Rifugio Ferraro (2072m) oder das Tal von Courthoud via St. Jacques zu unserer Unterkunft.

Aufstieg 600Hm, Abfahrt 2300Hm, Gehzeit ohne Pausen ca. 2.5 Std.

**2. Tag** Wiederum mit Liftunterstützung gelangen wir bequem über den Colle Bettaforca ins Val de Gressoney und weiter zur Punta Indren (ca. 3200m). Natürlich nutzen wir die Tageskarte optimal aus und lassen uns die eine oder andere Variantenabfahrt in diesem bekannten Freeride-Gebiet nicht entgehen, bevor wir zum Rifugio Gnifetti (3625m) aufsteigen.

Aufstieg 500Hm, Abfahrt 2000-3000Hm, Gehzeit ohne Pausen ca. 2 Std.

**3. Tag** Heute starten wir früh zur Königsetappe dieser Tourentage. Über den Lysgletscher steigen wir zur Vincentpyramide (4215m) auf. Nach einer kurzen Abfahrt kleben wir die Felle erneut auf und steigen zur Ludwigshöhe (4342m) hoch. Es folgt eine ewige Abfahrt vor imposanter Kulisse zwischen Lyskamm und Dufourspitze über den Grenz- und Gornergletscher bis nach Furi (1832) oder Zermatt (1646m), je nach Schneelage. Heimreise ab Zermatt am Nachmittag.

Aufstieg 900Hm, Abfahrt 2850Hm, Gehzeit ohne Pausen ca. 3.5 Std.

## Unterkunft

Wir übernachten im Rifugio Ferraro und im Rifugio Gnifetti CAI im Mehrbettzimmer.

## Treffpunkt

Unser Bergführer erwartet Sie um 09:14 Uhr in Zermatt am Bahnhof. Fahrplanwechsel vorbehalten.

## Anreise/Bahn билет

Von Ihrem Wohnort nach Zermatt und wieder zurück.

## Hinweis Kondition und Akklimatisation

Trotz der vergleichsweise kurzen Aufstiege verlangt diese Tour aufgrund der Höhe über 4000m.ü.M neben einer soliden Skitechnik eine gute Kondition. Wir empfehlen Ihnen nach Möglichkeit, bereits am Vortag anzureisen und einen Skitag in Zermatt zu geniessen, um sich etwas an die Höhe zu gewöhnen.

## Zusatzkosten

Für die Fahrt zum Klein Matterhorn ist mit Zusatzkosten von ca. CHF 50.00 (mit Halbtaxabo Schweiz) zu rechnen. Die Tageskarte im Skigebiet Monte Rosa kostet ca. 50 EUR.

## Verschiedenes

Bitte wenden Sie sich für Fragen direkt an unser Büro in Root-Luzern, 041 450 44 25. Die Handynummer des Bergführers ist nur für den Notfall gedacht, wenn Sie z.B. den Zug verpasst haben.

## 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 [www.bergundtal.ch/member](http://www.bergundtal.ch/member) unter 'Bevorstehende Touren' verfügbar.

## Nach der Tour

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

## Anforderungen

**Technik:** Stufe 3: Ich habe Skitourenenerfahrung aus der Stufe 2 oder vergleichbare Kenntnisse. Ich bin ein sicherer Tiefschneefahrer in allen Schneearten. Die Abfahrt ist für mich ein wichtiger Teil der Skitour und ich fühle mich auch im steilen Gelände wohl. Ich habe alpine technische Kenntnisse im Umgang mit Pickel und Steigeisen.

**Kondition:** Stufe 2: Ich betreibe Ausdauersport oder bin regelmässig in den Bergen unterwegs. Ich bewältige 4-5 Stunden Aufstieg pro Tag, das sind bis zu 1400 Höhenmeter. Bei einem Tempo von ca. 350Hm pro Stunde fühle ich mich wohl.

# Ausrüstung

## Bekleidung

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

## Diverses

- Rucksack mit Hüftgurt (30-40l)
- Sonnenbrille und Skibrille
- Sonnen- und Lippencreme, Sonnenhut
- Trinkflasche, mit Vorteil Thermosflasche
- Taschenmesser
- LED Stirnlampe mit neuer Batterie
- Heftpflaster und Compeed
- SAC/DAV-Ausweis, wenn vorhanden
- Identitätskarte/Personalausweis
- Bargeld in Euro
- Ev. Fotoapparat, Feldstecher

## Technische Ausrüstung

- Klettergurt mit 2 HMS Karabinern, Bandschlinge 120 cm
- Skihelm : wir empfehlen einen Helm
- Tourenskis, Felle, Harscheisen
- Skitourenschuhe
- Steigeisen mit Antistoll
- Pickel
- Lawinenverschüttetensuchgerät (LVS): Digitales 3-Antennengerät
- Lawinenschaufel und Sonde
- Ski- oder Teleskopstöcke (grosse Teller)

## Verpflegung

- Zwischenverpflegung: Diese wird zwischen Frühstück und Abendessen gegessen. Gut geeignet sind Dörrobst, Schokolade, Trockenfleisch, Käse, Vollkornbrot und Energieriegel. Damit ihr 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 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

## **Covid 19 - Besondere Massnahmen**

- siehe aktuelles Schutzkonzept: [www.bergundtal.ch/Schutzkonzept](http://www.bergundtal.ch/Schutzkonzept)
- Innenschlafsack aus Seide oder Baumwolle OBLIGATORISCH (ohne gibt es keinen Schlafplatz)
- Leichter Kissenbezug (Pullover zusammenfalten und darin platzieren. Auch aufblasbares Reisekissen möglich.)
- 100ml Desinfektionsmittel
- Leichtes Reisehandtuch
- Schutzmasken

## **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](http://bergundtal.ch/Packvideo)

## **Mietmaterial**

- Sonde 2-3 Tage, CHF 15.00
- Pickel 2-3 Tage, CHF 20.00
- Steigeisen 2-3 Tage, CHF 30.00
- LVS 2-3 Tage, CHF 35.00
- Schaufel 2-3 Tage, CHF 15.00
- Klettergurt 2-3 Tage, CHF 20.00 (mit 2 HMS Karabinern, Bandschlinge 120 cm)

# Impressionen





Weitere Impressionen finden Sie auf unserer Homepage unter <https://www.bergundtal.ch/kurs339>

## 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

**STÖCKLI**  
THE SWISS SKI

**FRITSCHI**  
SWISS BINDINGS

**LA SPORTIVA**  
innovation with passion

**TRANSA**  
TRAMPOLIN & GYM EQUIPMENT

**EXPED**  
EXPEDITION EQUIPMENT



**PILATUS INDOOR**  
KLETTERZENTRUM-ZENTRALSCHWEIZ

**explora**

**Black Diamond**

CAUSE WE CARE  
**myclimate**

Programm- und Preisänderungen vorbehalten.

Allgemeine Geschäftsbedingungen: <https://www.bergundtal.ch/AGB>

Druckdatum: 04.12.2021 12:00:20