bergundtal
hoch. fürs leben.



Grundkurs Bergsteigen Eis & Fels Tödi

Eis- und Felsausbildung im Glarnerland mit Besteigung des Tödi 3612m

So macht das Lernen Spass: Wir verbinden Bergsteigerausbildung mit den lohnendsten Gipfeln im hochalpinen Glarnerland - Clariden 3267m, Gross Schärhorn 3296m und Tödi 3612m - zu einer Ausbildungswoche der Extraklasse. Die Besteigungen sind einfach, die Gegend einsam und verlassen und die SAC Hütten - Claridenhütte, Planurahütte und Fridolinshütte - locken mit Übernachtungen vom Feinsten. Die Abschlusstour zum Tödi 3612m ist lang. Bitte beachten Sie dazu den Hinweis in den Detailinfos.

Kursinhalt Elementare Kletter- und Sicherungstechniken im hochalpinen Felsgelände, Knoten, Seilhandhabung, Anseilen in der Seilschaft, Pickel- und Steigeisentechnik, Selbstrettungstechniken, Tourenplanung und Wetterkunde.

Kursziel Die Teilnehmer sind nach diesem Kurs sehr gut darauf vorbereitet, an einfachen bis mittelschwierigen Hochtouren der Technik «Stufe 1» und «Stufe 2» teilzunehmen.

1. Tag Anreise zum Urnerboden. Fahrt mit der Seilbahn zum Fisetengrat 2010m. Wanderung zur Claridenhütte 2453m und Grundausbildung am Nachmittag.

2. Tag Ausbildungstour über den Claridenfirn zum Clariden 3267m. Abstieg zur Planurahütte 2947m.

3. Tag Ausbildungstour über den Hüfifirn zum Grossen Schärhorn 3296m und Felsausbildung bei der Planurahütte.

4. Tag Eisausbildung im Kolk bei der Planurahütte und am Nachmittag Wanderung zur Fridolinshütte 2111m.

5. Tag Lange Tour zum Tödi 3612m und zurück zur Fridolinshütte. Abstieg nach Hintersand und mit dem Taxibus nach Linthal.

Anforderungen

Technik: Stufe 1: Ich habe Bergwandererfahrung und bewege mich trittsicher im unwegsamen Gelände und auf Geröllfeldern. Hochtourenerfahrung mit Steigeisen, Pickel und Seil wird nicht vorausgesetzt.

Kondition: Stufe 4: Ich betreibe regelmässig Ausdauersport wie Wandern, Joggen, sportliches Radfahren. Lange Touren mit und bis zu 10 Stunden Gehzeit und Aufstiegen von rund 1500 Höhenmeter pro Tag schaffe ich. Bei einem Tempo von ca. 400 Hm pro Stunde fühle ich mich wohl.

Schlüsselstelle:
Die Abschlusstour auf den Tödi ist nicht zu unterschätzen. Ein luftiger Abstieg entlang eines Stahlseils führt uns zum Gletscher. Anschliessend navigieren wir über Moränengelände zur Gelben Wand. Hier sind einige beherzte Züge an Stahltritten und Fixseilen gefragt. Schwindelfreiheit und Trittsicherheit sind nötig. Dieser Kurs ist unser konditionell und technisch anspruchsvollster Hochtouren-Grundkurs. Er ist für sportliche und konditionell sehr gut trainierte Personen geeignet. Sie benötigen Alpinwandererfahrung, Trittsicherheit und müssen schwindelfrei sein. Falls Sie nicht sicher sind, ob Sie diese Anforderungen erfüllen, empfehlen wir Ihnen die Teilnahme an unserem Grundkurs Bergsteigen Schnee und Eis im Turtmanngebiet oder den Grundkurs Bergsteigen Fels und Eis Susten im Berner Oberland.

Leistungen inbegriffen

- Leitung durch Bergführer
- 4 Nächte im Lager
- 4x Halbpension
- Tourentee
- Kursunterlagen
- Ab 4 Gästen kommt für den letzten Tourentag (Tödi) ein Aspirant hinzu

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

Anreise zum Urnerboden. Per Seilbahn fahren wir zum Fisetengrat 2010m und wandern von dort aussichtsreich über die Höhen zur Claridenhütte 2453m, die malerisch zwischen Gletschereis und Fels auf dem Gipfelplateau des Altenorenstocks liegt. Nach einer Essenspause starten wir die Ausbildung in der Nähe der Hütte und planen danach die Ausbildungstour für den kommenden Tag.

Aufstieg 730Hm, Abstieg 280Hm, Gehzeit ohne Pausen ca. 3 Std.

2. Tag

Weil „learning by doing“ noch immer die beste Methode ist, steigen wir sogleich über den flachen Claridenfirn zum Clariden 3267m auf, der direkt auf der Kantonsgrenze zwischen Uri und Glarus liegt. Wir finden hier ein ideales Ausbildungsgelände, um den Umgang mit Steigeisen, Pickel und Gletscherseil zu üben. Erst zum Schluss der Tour liegt ein etwas steilerer Gipfelhang vor uns. Vom Clariden steigen wir zur Planurahütte 2947m ab, wo wir am Nachmittag an den Wänden des riesigen Windkolks (windverformte Schneewand) die Selbstrettung am Seil üben.

Aufstieg 880Hm, Abstieg 380Hm, Gehzeit ohne Pausen ca. 5.5 Std.

3. Tag

Da unser Ausgangspunkt bereits ziemlich hoch liegt, dauert die Ausbildungstour über den Hüfifirn zum Gross Schärhorn 3296m nicht allzu lange. Unterwegs werden wir unsere Route zwischen Gletscherspalten suchen und in Dreierseilschaften den Gipfel via Ostgrat in Schnee und Fels ersteigen. Ausbildung bei der Planurahütte am Nachmittag.

Aufstieg 780Hm, Abstieg 780Hm, Gehzeit ohne Pausen ca. 6 Std.

4. Tag

Eisausbildung im Kolk bei der Planurahütte. Von der Planurahütte aus wandern wir am Nachmittag auf dem markierten Weg in Richtung Obersand. Bei Interesse der Gruppe besichtigen wir noch die Saurierspuren, die auf einer Felsplatte deutlich sichtbar sind. Über den Ochsentritt gelangen wir zur urigen Fridolinshütte 2111m.

Aufstieg 260Hm, Abstieg 1100Hm, Gehzeit ohne Pausen ca. 4 Std.

5. Tag

Heute steht der Höhepunkt der Tourenwoche an: Im Schein der Stirnlampen folgen wir den guten Pfadspuren zur alten Grünhornhütte. Von dort geht es über den Gletscher, über die gelbe Wand und über den großen Gletscherbruch auf den Bifertenfirn. Diesen queren wir bis zum Gipfel des Tödi 3612m. Zurück zur Fridolinshütte, Abstieg nach Hintersand und mit dem Taxibus nach Linthal.

Aufstieg 1600Hm, Abstieg 2400Hm, Gehzeit ohne Pausen ca. 10 Std.

Wichtig! - Ihre Fitness

Dieser Kurs ist unser konditionell und technisch anspruchsvollster Hochtouren-Grundkurs. Er ist geeignet für sportliche und konditionell sehr gut trainierte Personen. Sie benötigen Alpinwandererfahrung, Trittsicherheit und müssen schwindelfrei sein. Falls Sie nicht sicher sind, ob Sie diese Anforderungen erfüllen, empfehlen wir Ihnen die Teilnahme an unserem Grundkurs Bergsteigen Schnee und Eis im Turtmanngebiet, den Grundkurs Bergsteigen Fels und Eis Susten im Berner Oberland oder die Teilnahme an der 4000er-Trainingswoche im Wallis.

Die Tour zum Tödi

Die Route von der Fridolinshütte über den Bifertenfirn zum Tödi ist technisch einfach (WS auf der Hochtourenskala). Konditionell jedoch anspruchsvoll mit 5-6 Stunden Aufstieg zum Gipfel und ca. 5 Stunden Abstieg bis nach Obersand. Eine geniale Tour, die jedoch nur bei gutem Wetter gemacht werden kann. Das Gebiet ist jedoch sehr vielseitig und bietet auch Alternativen wie z.B. den Gross Düssi.

Treffpunkt

Unser Bergführer erwartet Sie um 09:52 Uhr bei der Haltestelle Urnerboden, Dorf. Fahrplanwechsel vorbehalten.

Anreise/Bahnbillet

Von Ihrem Wohnort nach Urner Boden Dorf und zwischen 17.00 und 18.00 Uhr ab Linthal wieder zurück. Autofahrer können ihr Fahrzeug in Linthal 5 Minuten entfernt vom Bahnhof parken.

Zusatzkosten

Die Zusatzkosten für Seilbahn und Taxibus von Hintersand nach Linthal beträgt ca. CHF 50.00 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

1. Nacht

Claridenhütte SAC 2453m

SAC-Hütte im Herzen der Glarner Alpen

Die Claridenhütte im Kanton Glarus liegt spektakulär und dient als Ausgangspunkt für vielfältige Aktivitäten. Von hier führen Skitouren, Schneeschuhtouren und Hochtouren auf die 3000-er Gipfel Clariden 3267m, Gross Schärhorn 3296m und Gemsfairenstock 2972m. In der Umgebung lassen sich zudem Dinosaurierspuren entdecken und ein kleines Klettergebiet befindet sich in der Nähe.



Angebot und Ausstattung

Mehrbettzimmer | Halbpension | Hausschuhe vorhanden | Strom | Barzahlung

2. + 3. Nacht

Planurahütte SAC 2947m

SAC Hütte zwischen Klausenpass und Tödi im Kanton Glarus

Die Planurahütte ist die höchstgelegene SAC Hütte der Ostschweiz. Sie ist umgeben von Gletschern und befindet sich neben dem grössten Windkolk Europas. Die Abendstimmungen bei dieser Hütte sind fantastisch.



Besonderheiten und Grösse der Planurahütte

Die hochalpine SAC-Hütte verfügt über 41 Schlafplätze in Mehrbettzimmern. Wasser bezieht sie aus Schnee und Regenwasser, so dass die Waschmöglichkeiten beschränkt sind. Der Handyempfang ist eingeschränkt vorhanden, Hüttenpersonal fragen. Die Hütte ist während der Skihochtourensaison und im Sommer bewartet. Ohne Bewartung steht ein Winterraum mit 4 Schlafplätzen zur Verfügung. In der einfachen Küche werden regionale Fleisch- und Käseprodukte verwendet und auch das selbst gebackene Brot stammt aus Ostschweizer Mehl.

Nahe dem Hüttenweg von Obersand zur Planurahütte auf ca. 2400m (Koordinaten 711700/186900) findet man Dinosaurierspuren, die zu den ältesten der Schweiz gehören.

Angebot und Ausstattung

Mehrbettzimmer | Halbpension | Hausschuhe vorhanden | fliessendes Wasser | Strom | Barzahlung | Kreditkarten-Zahlung

4. Nacht

Fridolinshütte SAC 2110m

Die Gemütliche SAC-Hütte im Glarnerland am Fusse des Tödi

Die Fridolinshütte ist ein beliebter Ausgangsort für die anspruchsvolle Besteigung des Tödi – Piz Russein auf der Normalroute vom Glarnerland aus, sowohl als Hochtour im Sommer als auch als Skitour im Frühling. Sie ist eine urige und gemütliche SAC-Hütte.



Angebot und Ausstattung

Mehrbettzimmer

Halbpension

Hausschuhe vorhanden

Handyempfang

kein WLAN

Barzahlung

Ausrüstung

Bekleidung

- Soft Shell oder Fleecejacke
- Gore Tex Jacke und Wetterschutzhose
- Hochtouren- oder Trekkinghose
- 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
- Sonnenbrille (wir empfehlen Kategorie 4)
- LED Stirnlampe mit neuer Batterie
- Etwas Bargeld für Getränke
- SAC/DAV-Ausweis, wenn vorhanden
- Heftpflaster und Compeed
- Taschenmesser
- Schreibzeug und Notizpapier
- Ev. Fotoapparat

Technische Ausrüstung

- Steigeisenfeste oder bedingt steigeisenfeste Bergschuhe Sind meine Bergschuhe geeignet? /Fit-fuer-den-Sommer
- Steigeisen mit Antistoll (keine Alu-Steigeisen)
- Pickel (Ideallänge: Von Hand bis Schuhrand)
- Klettergurt mit 2 HMS Karabinern
- Reepschnüre 5m Länge mit 6mm Durchmesser und 1,5m Länge mit 6mm Durchmesser (um eine Prusik Schlinge zu knüpfen oder eine bereits geknüpfte Prusik-Schlinge)
- Helm
- Falls vorhanden: 1-2 zusätzliche HMS Karabiner, Sicherungs-/Abseilgerät, Bandschlingen 60+120cm
- 2 zusätzliche HMS - oder Schraubkarabiner (Insgesamt werden 5 Stück benötigt)

Empfehlung

- Verstellbare Trekkingstöcke sind hilfreich für Gletschertrekking, Alpinwanderungen sowie auf Hochtouren für flache Gletscherstrecken, lange Abstiege und im weglosen Gelände. Es kann auch nur 1 Stock verwendet werden.

Landkarten und Literatur (freiwillig)

- SAC Clubführer Glarner Alpen, LK 1:25'000: 1192 Schächental, 1193 Tödi

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 Hüttentouren.
- Wir zeigen Ihnen im Internet wie es geht: bergundtal.ch/packvideo

Mietmaterial

Folgende Ausrüstung können Sie direkt bei der Anmeldung bestellen.

- Pickel, CHF 35.00
- Steigeisen, CHF 40.00
- Helm, CHF 30.00
- Klettergurt (mit 2 HMS Karabinern), CHF 30.00

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: 21.11.2026 23:48