



## Aufbaukurs Bergsteigen Fels & Eis Orny

**Tourenplanung, Seilführung, alpines Felsklettern, Sicherungs-, Rettungstechniken und Anwendungstouren**

**Haben Sie nach einem Grundkurs schon einige Erfahrung auf einfachen Hochtouren sammeln können und möchten jetzt Ihre Ausbildung auf einem höheren Niveau fortsetzen? In Kleingruppen werden wir die theoretischen Grundlagen praxisnah üben und vertiefen. Die Umgebung der Ornyhütte und Trienthütte bietet für diesen Kurs beste Voraussetzungen.**

**Kursinhalt** Sicherungstechniken in Fels, Firn und Eis, Felsklettern (3-4), Rettungstechniken, Schulung der Steigeisentechnik, Orientierung, Tourenplanung, Routenwahl, Wetterkunde.

**Kursziel** Dieser Kurs vermittelt Ihnen die Fähigkeit, selbstständig einfache Hochtouren durchzuführen und an mittelschwierigen bis anspruchsvollen geführten Touren teilzunehmen.

**Technische Anforderungen** Sie haben bereits einen Grundkurs Bergsteigen besucht und im Anschluss einige Hochtouren Erfahrung gesammelt. Sie bewegen sich sicher im steilen Firn auf den Steigeisen und im Fels im 2.-3. Schwierigkeitsgrad in Bergschuhen. Die Seilverkürzung ist Ihnen geläufig.

- 1. Tag** Anreise nach Martigny und Transfer nach Champex, Aufstieg zur Cabane d'Orny CAS 2826m, Kursbeginn am Nachmittag.
- 2. Tag** Aufstieg zum Plateau du Trient zu den idealen Firn- und Eisausbildungsplätzen. Übernachtung in der Cabane du Trient 3170m.
- 3. Tag** Ausbildungstour in Schnee, Eis und Firn zur Aiguille du Tour 3540m. Dafür ist genug Zeit eingeplant, um in 2er-Seilschaften selbstständig zu üben. Abstieg zur Cabane d'Orny.
- 4. Tag** Anwendungstour im Fels an den Aiguilles d'Arpettes. Sie können Ihre neu erworbenen Fähigkeiten nochmals vertiefen. Heimreise am späteren Nachmittag.

## Anforderungen

**Technik:** Stufe 3: Ich habe bereits mehrere Hochtouren im Schwierigkeitsgrad WS (wenig schwierig) gemacht und der Umgang mit Pickel, Steigisen und Seil ist mir vertraut. Kletterstellen im Fels im 2. Schwierigkeitsgrad begehe ich sicher im Nachstieg.

**Kondition:** Stufe 2: Ich betreibe Ausdauersport wie Wandern, Joggen, sportliches Radfahren. Ich bewältige bis zu 7 Stunden Gehzeit und 1200 Höhenmeter Aufstieg pro Tag. Bei einem Tempo von ca. 300 Hm pro Stunde fühle ich mich wohl.

### Schlüsselstelle:

Die Klettereien um die Ornyhütte und die Ausbildungstour zur Aiguille du Tour sind felslastig. Klettererfahrung wird vorausgesetzt, damit wir die Touren in eigenständigen Seilschaften durchführen können. Um ein optimales Lernergebnis an diesem Kurs zu erzielen, ist es wichtig, dass die Teilnehmer sich im 2.-3. Schwierigkeitsgrad in Bergschuhen bewegen können und grundlegende Techniken wie Partnersicherung, Seilverkürzung, Knoten etc. bereits kennen.

## Leistungen inbegriffen

- 3 Nächte im Mehrbettzimmer
- 3x Halbpension
- Kursunterlagen
- 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

Treffpunkt in Martigny, Transfer nach Champex und gemeinsamer Aufstieg ab Grands Plans 2194m zur Cabane d'Orny 2826m. Uns werden noch rund zwei Stunden zur Verfügung stehen, um die elementaren Seil- und Sicherungstechniken zu checken und um einige neue Elemente einzufügen als Grundlage für die kommenden Tage. Nach dem Nachessen werden wir auf der Karte die umliegenden Gipfel bestimmen um uns möglichst rasch mit dem Gelände vertraut zu machen.

**Aufstieg 650Hm, Gehzeit ohne Pausen ca. 3 Std.**

### 2. Tag

Nach einem zeitigen Frühstück wandern wir zum Col d'Orny hinauf. Hier betreten wir das grosse Plateau du Trient. Unser Ausbildungsplatz befindet sich an einem Kolk, einem vom Wind erodierten Loch zwischen Gletscher und Felswand. Dieses und die umliegenden Spalten eignen sich hervorragend für die Gletscherausbildung. Am späteren Nachmittag wandern wir hinüber zur Cabane du Trient CAS 3170m. Nachdem wir uns in der Hütte eingerichtet haben, werden wir die Tour für den kommenden Tag planen.

**Aufstieg 350Hm, Gehzeit ohne Pausen ca. 1.5 Std.**

### 3. Tag

Früh morgens werden wir zur Aiguille du Tour 3540m aufbrechen. Dieser sehr schöne Gipfel bietet einen abwechslungsreichen Mix aus Routensuche, Spaltenzonen, Bergschrund und einfacher Kletterei im Granit. In selbständigen Seilschaften werden Sie abwechslungsweise die Führung übernehmen und selbständig sicherungstechnische Massnahmen treffen. Ihr Bergführer wird Ihnen dabei mit Rat und Tat zur Verfügung stehen. Wir steigen nach der Tour über den Col d'Orny zur Ornyhütte ab. Wiederum planen wir die Tour für den kommenden Tag.

**Aufstieg 470Hm, Abstieg 820Hm, Gehzeit ohne Pausen ca. 4.5 Std.**

### 4. Tag

Unsere Abschlusstour führt uns über den Südgrat zu einem der Gipfel der Aiguilles d'Arpettes. Diese Route im 3.Schwierigkeitsgrad eignet sich ideal, um nochmals die Anwendung des kurzen Seiles zu üben. Standplätze und Zwischensicherungen können ideal mit Zackenschlingen, Keilen und Friends gelegt werden. Die Heimreise erfolgt am späteren Nachmittag ab Martigny.

**Aufstieg 200Hm, Abstieg 850Hm, Gehzeit ohne Pausen ca. 5 Std.**

## Treffpunkt

Unser Bergführer erwartet Sie um 10:53 Uhr in Martigny am Bahnhof.

## Anreise/Bahnbillett

Von Ihrem Wohnort nach Martigny und wieder zurück. Teilen Sie uns bitte mit, falls Sie planen mit dem Auto anzureisen und wie viele Personen Sie zusätzlich ab Martigny mitnehmen können. Die Strecke von Martigny nach Champex, télé werden wir entweder mit Privatautos oder mit einem Taxi zurücklegen. In Champex bei der Sesselbahn nach La Breya stehen Parkplätze zur Verfügung.

## Zusatzkosten

Die Zusatzkosten für Sesselliftfahrt und Fahrgemeinschaft/Taxi betragen ca. CHF 60.00.

## Bemerkung zur Ausrüstung

Der Kurs ist so geplant, dass Sie mit den Bergschuhen klettern können. Sie können die Kletterfinken optional mitnehmen. Bitte bedenken Sie aber, dass diese als zusätzliches Gewicht mitgetragen werden müssen.

## 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 | 3. Nacht

## Cabane d'Orny CAS 2826m

SAC-Hütte am Tor zum Schweizer Mont-Blanc-Gebiet

Diese grosszügige Ornyhütte in Dreiecksform ist der ideale Ausgangspunkt für kombinierte Touren, Kletterrouten und Tagestouren. Im Sommer ist sie ein wichtiger Zwischenstopp auf dem Weg zur Trienthütte.



## Angebot und Ausstattung



Mehrbettzimmer



Halbpension



Hausschuhe vorhanden



Barzahlung



Kreditkarten-Zahlung

2. Nacht

## Cabane du Trient CAS 3170m

SAC-Hütte im Wallis im Schweizer Teil des Mont Blanc

Die Cabane du Trient SAC ist eine hochalpine Unterkunft im Schweizer Teil des Mont Blanc-Massivs. Die modernisierte Berghütte ist besonders im Frühjahr als Teil der Walliser Haute Route von Chamonix nach Zermatt beliebt. Die Unterkunft ist modern und komfortabel, für CHF 5.- kann geduscht werden und die Hütte hat sogar eine Sauna (CHF 20.-).



## Angebot und Ausstattung



Mehrbettzimmer



Halbpension



Hausschuhe vorhanden



Duschmöglichkeit



fliessendes Wasser



Sauna



kein Handyempfang



kein WLAN



Barzahlung



Kreditkarten-Zahlung

# 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
- Wärme Finger- oder Fausthandschuhe
- Mütze, ev. Stirnband oder Buff
- Gamaschen

## Diverses

- Rucksack mit Hüftgurt (30-40l)
- Trinkflasche, mit Vorteil Thermosflasche
- Sonnen- und Lippencrème, Sonnenhut
- Sonnenbrille
- LED Stirnlampe mit neuer Batterie
- Etwas Bargeld für Getränke
- SAC/DAV-Ausweis, wenn vorhanden
- Heftpflaster und Compeed
- Taschenmesser
- Schreibzeug und Notizzettel
- Ev. Fotoapparat
- falls vorhanden: Kompass oder GPS

## Technische Ausrüstung

- Steigeisenfeste oder bedingt steigeisenfeste Bergschuhe Sind meine Bergschuhe geeignet? <https://www.bergundtal.ch/Fit-fuer-den-Sommer>
- Steigeisen mit Antistoll (keine Alu-Steigeisen)
- Pickel (Ideallänge: Von Hand bis Schuhrand)
- Klettergurt mit 2 HMS Karabinern
- Hochtouren-Set Aufbaukurse (2 HMS Karabiner, Sicherungs-/Abseilgerät, 1 Set à 3 Expressen, Bandschlingen 60+120 cm, Reepschnüre 6mm 120+400 cm, 1 Eisschraube)
- Helm
- Falls vorhanden: 1-2 weitere HMS-Karabiner
- Rücklausperre (z.B. Petzl Micro Traxion und Petzl T-Bloc) falls vorhanden
- Falls vorhanden: Klemmkeile und Friends

## 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)

- Auswahlführer Walliser Alpen, Plaisir West, LK 1:25'000: Orsière 1345

## 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
- Ohrenpropfen
- 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 Hütten Touren.
- 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.

- Pickel, CHF 30.00
- Steigeisen, CHF 40.00
- Helm, CHF 25.00
- Klettergurt (mit 2 HMS Karabinern), CHF 30.00
- Hochtourenset, CHF 30.00

## 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 23:45