



## Hochtour Pigne d'Arolla 3787m

**Wir tauchen ein in die wilde Gletscherwelt des hinteren Val d'Hérens**

Über den Col de Riedmatten erreichen wir die einzigartig gelegene Cabane des Dix. Den Pigne d'Arolla 3787m überschreiten wir von West nach Ost und gelangen über den Col du Brenay auf den Gipfel. Via Cabane des Vignettes steigen wir wieder nach Arolla ab.

- 1. Tag** Treffpunkt in Arolla (2003m). Aufstieg zum Col de Riedmatten (2918m) und schliesslich zur Cabane des Dix (2928m).
- 2. Tag** Via Col du Brenay auf den Pigne d'Arolla 3787m. Abstieg via Col des Vignettes und Glacier de Pièce nach Arolla.

# Anforderungen

**Technik:** Stufe 2: Ich habe einen Hochtourenkurs besucht oder erste Erfahrungen auf geführten Hochtouren im Schwierigkeitsgrad L (leicht) bis WS (wenig schwierig) gesammelt. Ich habe Erfahrung im Steigeisengehen und bewältige kurze Kletterstellen im Fels.

**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 Schwierigkeiten hängen stark von den Verhältnissen ab. Bei Blankeis erfordert der Aufstieg zur Pigne sicheres Gehen auf Steigeisen. Die Tour ist zudem lang. Eine gute Kondition ist zwingend notwendig.

## 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
- Annullationskostenversicherung

# Detailprogramm

## Vorgesehener Tourenablauf

### 1. Tag

Von unserem Treffpunkt in Arolla steigen wir zum Col de Riedmatten (2918m) auf, er ist das Tor in die Gletscherwelt der Pigne d'Arolla 3787m. Über einen steilen Wanderweg gelangen wir auf den Glacier de Cheilon, über welchen die Route zur Cabane des Dix hinauf führt.

**Aufstieg 1100Hm, Abstieg 100Hm, Gehzeit ohne Pausen ca. 4.5 Std.**

### 2. Tag

Früh morgens steigen wir auf den Glacier de Cheilon hinunter. Wir überqueren diesen und steigen über eine Gletscherrampe via Col du Brenay (3633m) auf den Gipfel des Pigne d'Arolla 3787m. Dieses Gipfelpanorama ist kaum zu toppen. Der Abstieg führt über weite Firnhänge hinunter zur Cabane des Vignettes (3160m), wo wir eine verdiente Pause einlegen. Doch nicht allzu lang, denn der Abstieg nach Arolla dauert noch ein gutes Stück. Etwas müde, aber zufrieden, diesen markanten Berg bestiegen zu haben, treten wir am Nachmittag die Heimreise an.

**Aufstieg 950Hm, Abstieg 1870Hm, Gehzeit ohne Pausen ca. 9 Std.**

## Treffpunkt

Unser Bergführer erwartet Sie um 12:03 Uhr in Arolla, Poste. Fahrplanwechsel vorbehalten.

## Anreise/Bahnbillet

Von Ihrem Wohnort nach Arolla Poste und wieder zurück

## 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

## Cabane des Dix CAS 2928m

**Cabane des Dix CAS: SAC-Hütte auf der Haute Route Chamonix - Zermatt**

Die vielbesuchte Dixhütte SAC ist vor allem als Etappe der Walliser Haute Route bekannt und zählt zu den meist besuchten Hütten der Schweiz.



## Angebot und Ausstattung



Mehrbettzimmer



Halbpension



Hausschuhe  
vorhanden



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
- Warme Finger- oder Fausthandschuhe
- Mütze, ev. Stirnband oder Buff
- Gamaschen

## Diverses

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

## 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
- Helm

## 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.

## 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](https://www.bergundtal.ch/packvideo)

### **Mietmaterial**

Folgende Ausrüstung können Sie direkt bei der Anmeldung bestellen.

- Pickel, CHF 20.00
- Steigeisen, CHF 30.00
- Helm, CHF 20.00
- Klettergurt (mit 2 HMS Karabinern), CHF 20.00

## **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: 24.01.2026 23:47