



## Hochtour Mönch, Jungfrau, Finsteraarhorn

**Drei fantastische Viertausender für's Tourenbuch: Mönch 4110m, Jungfrau 4158m und Finsteraarhorn 4273m gelten als Berg-Ikonen**

**Unsere eindrückliche Gipfelrunde führt uns von Grindelwald zum Grimselpass durch das zusammenhängend vergletscherte Jungfraugebiet. Diese monumentale Landschaft wurde unlängst in das Verzeichnis des Unesco-Weltnaturerbes aufgenommen. Wir werden die prominentesten Gipfel besteigen.**

- 1. Tag** Vom Jungfraujoch aus besteigen wir den Mönch 4110m und übernachten in der Mönchsjochehütte (3629m).
- 2. Tag** Über den Rottalsattel führt die Normalroute zur Jungfrau 4158m. Wir übernachten in der Konkordiahütte.
- 3. Tag** Das Grünegghorn 3863m überschreiten wir auf dem Weg zur Finsteraarhornhütte (3048m).
- 4. Tag** Der Gipfel des Finsteraarhorn 4273m ist klein, dafür die Aussicht umso grösser. Der Abstieg zur Hütte erfolgt auf der gleichen Route.
- 5. Tag** Wir steigen auf einer sehr abwechslungsreichen Route über das Oberaarjoch zum Oberaarsee ab. Die Heimreise erfolgt via Grimselpass ab Meiringen.

# Anforderungen

**Technik:** Stufe 5: Ich habe bereits mehrere Hochtouren im Schwierigkeitsgrad ZS (ziemlich schwierig) gemacht. Ich gehe absolut sicher auf den Steigeisen, schmale Firngrate und steile Firn und Eisflanken bereiten mir keine Probleme. Kletterstellen im Fels im 3. Schwierigkeitsgrad begehe ich sicher im Nachstieg, auch mit Steigeisen.

**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:

Eine der anspruchsvollsten kombinierten Hochtouren in unserem Programm. Am Mönch und an der Jungfrau ist absolut sicheres Steigeisengehen gefragt. Die Abseilstelle am Grünegghorn ist luftig. Der Bergführer lässt die Teilnehmer am Seil ab. Trotzdem ist hier Eigeninitiative und Erfahrung von den Teilnehmern gefragt, damit diese sich selbständig am Standplatz sichern können.

# Leistungen inbegriffen

- 4 Nächte im Mehrbettzimmer
- 4x 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 auf dem Jungfrauoch führt der Weg zunächst flach in Richtung Mönchsloch. Steiler geht es dann am Südgrat zum Mönch 4110m zur Sache. In hübscher Kletterei geht es zum Vorgipfel und eine horizontale Traverse führt zum stimmigen Schneegipfel. Der Tiefblick ins Tal von Lauterbrunnen und der Rundblick in die Jungfrauregion sind atemberaubend. Der Abstieg führt zur Mönchslochhütte.

**Aufstieg 650Hm, Abstieg 450Hm, Gehzeit ohne Pausen ca. 4 Std.**

### 2. Tag

Heute werden wir früh aus den Federn geholt. Schon in der Morgendämmerung machen wir uns auf den Weg zum Einstieg zur Jungfrau 4158m. Bis zum Rottalsattel zieht sich die Spur ohne grösseren Probleme gleichmässig über den markanten Ostsporn. Vom Sattel führt eine exponierte Traverse zum Südgrat des Gipfelaufschwunges zur Jungfrau 4158m. In Schnee und Fels klettern wir zuletzt zum herrlichen Gipfel empor. Der Abstieg führt über den Jungfraufirn zum Konkordiaplatz und über die legendären Treppenstufen zur Konkordiahütte empor.

**Aufstieg 1000Hm, Abstieg 1800Hm, Gehzeit ohne Pausen ca. 7.5 Std.**

### 3. Tag

Wiederum sehr früh brechen wir heute auf. Über den Grüneggfirn steigen wir auf das Grünegghorn. Wir überschreiten den Gipfel und erreichen in einfacher Kletterei den Sattel zwischen Grünegghorn und Gross Grünhorn. Hier erwartet uns eine kurze Abseilpiste, die uns den Zugang zum Gletscher verschafft. Vor uns liegt nun der Fieschergletscher, den wir zur Finsteraarhornhütte queren.

**Aufstieg 1250Hm, Abstieg 1100Hm, Gehzeit ohne Pausen ca. 7.5 Std.**

### 4. Tag

Ein weiterer Höhepunkt steht uns heute bevor. Die Tour zum Finsteraarhorn 4273m bietet alles was wir uns wünschen können: Ein direkter Anstieg, eine anregende Kletterei am Gipfelgrat und eine geniale Aussicht vom Gipfel, die unser Meinung nach eine der besten im ganzen Alpenraum ist. Der Abstieg erfolgt auf der gleichen Route zur Hütte zurück.

**Aufstieg 1230Hm, Abstieg 1230Hm, Gehzeit ohne Pausen ca. 7 Std.**

### 5. Tag

Unsere Abschlussetappe führt uns zuerst über den Fieschergletscher bis zum Rotloch. Nun steigen wir über den Galmi- und Studergletscher zum Oberaarjoch 3205m. Dieser Übergang öffnet uns den Abstieg zur Staumauer des Oberaarsees und somit zurück in die Zivilisation. Hier lassen wir uns vom Taxi abholen. Heimreise ab Meiringen.

**Aufstieg 700Hm, Abstieg 1440Hm, Gehzeit ohne Pausen ca. 7 Std.**

## Treffpunkt

Unser Bergführer erwartet Sie um 09:41 Uhr auf dem Jungfrauoch an der Kaffeebar in der Eingangshalle. Fahrplanwechsel vorbehalten.

## Anreise/Bahnbillet

Anreise aufs Jungfrauoch, Heimreise ab Meiringen.

Bitte **reservieren Sie** sich beim Kauf des Tickets gleich **den Sitzplatz** bis Jungfrauoch, damit Sie pünktlich am Treffpunkt ankommen.

## Zusatzkosten

Die Zusatzkosten für den Taxitransfer betragen ca. CHF 40.00

## 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

### Mönchsjochhütte SAC 3657m

Höchstgelegene bewartete Hütte der Schweiz

Die Mönchsjochhütte befindet sich im Unesco Welterbe Jungfrau-Aletsch, in unmittelbarer Nähe des Jungfraujochs. Mithilfe der Jungfrauabahn ist sie ab dem Joch in einer Stunde Gehzeit über den Jungfraugletscher erreichbar. Die Hütte mit 135 Schlafplätzen ist Ausgangspunkt vieler bekannter Hochtouren auf 4000er-Gipfel.



## Übernachtung

Wir übernachten im Lager mit Duvets. In der Regel steht nur Wasser zum Zähneputzen zur Verfügung.

## Angebot und Ausstattung



Mehrbettzimmer



Halbpension



Hausschuhe  
vorhanden



kein fließendes  
Wasser



Handyempfang



Barzahlung



Kreditkarten-  
Zahlung



TWINT-Zahlung

## 2. Nacht

### Konkordiahütte SAC 2850m

#### Beliebte SAC Hütte über dem Aletschgletscher im Wallis

Die Konkordiahütte SAC ist eine hochalpin gelegene Unterkunft im Schweizer Kanton Wallis. Aufgrund des Rückgangs des Aletschgletschers wurde eine 150 Meter hohe Metalltreppe notwendig, um vom Konkordiaplatz zur Hütte zu gelangen. Sie liegt direkt am Aletschgletscher, dem grössten und längsten Gletscher der Alpen, inmitten des UNESCO Weltnaturerbes Jungfrau-Aletsch.



#### Besonderheiten und Grösse der Konkordiahütte

Die modernisierte Berghütte ist eine der beliebtesten Hütten der Schweiz und verfügt über 155 Schlafplätze. Die Betten sind mit Duvets und Kissen ausgestattet. Wasser ist ein kostbares Gut auf der Konkordiahütte: Ein 70'000 Liter-Wassertank wird im Frühjahr mit Schmelzwasser gefüllt und muss für die gesamte Sommer- und Skitourensaison reichen. Eine Besonderheit der Konkordiahütte ist die 150 Meter hohe, luftige Metalltreppe mit Geländer, welche vom Gletscher zur Hütte führt.

#### Angebot und Ausstattung



Mehrbettzimmer



Halbpension



fliessendes  
Wasser



Handyempfang



Strom



Kreditkarten-  
Zahlung



TWINT-Zahlung

## 3. + 4. Nacht

### Finsteraarhornhütte SAC 3048m

#### Am Fusse des höchsten Berner Gipfels: Finsteraarhorn 4274m

Die Finsteraarhornhütte SAC am Rande des Fieschergletschers ist eingebettet in eine einmalige Hochgebirgslandschaft. Umgeben ist die SAC-Hütte von imposanten Gipfeln: Fiescherhörner, Finsteraarhorn, Wannenhorn und Grünegghorn.



#### Angebot und Ausstattung



Mehrbettzimmer



Halbpension



kein  
Handyempfang



kein WLAN



Strom



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
- 1 Bandschlinge 120cm

## 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 30.00
- Steigeisen, CHF 40.00
- Helm, CHF 25.00
- 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](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: 19.01.2026 23:49