



## 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 Mönchsjochhütte (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 den Fieschergletscher nach Fieschertal ab. Die Heimreise erfolgt am Nachmittag ab Fiesch.

# 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
- 10% Einkaufsgutschein bei TRANSA

## 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 Jungfrauojoch führt der Weg zunächst flach in Richtung Mönchsjoche. 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 Mönchsjochehütte.

**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

Zum Abschluss folgen wir der überaus lohnenden Route über den Fieschergletscher nach Fieschertal. Der Weg führt abwechslungsweise über den Gletscher und die angrenzenden Ufer. Steilere Passagen im Fels sind mit Ketten und Leiter wie ein Klettersteig abgesichert. Das Ambiente ist sehr abenteuerlich. Von Unnerbärg ob Fieschertal aus fahren wir mit dem Alpentaxi nach Fiesch. Die Heimreise erfolgt am früheren Nachmittag ab dem Bahnhof Fiesch.

**Aufstieg 100Hm, Abstieg 1800Hm, Gehzeit ohne Pausen ca. 7 Std.**

## Treffpunkt

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

## Anreise/Bahnbillet

Anreise aufs Jungfrauojoch, Heimreise ab Fiesch. Mit Taxibus ab Unnerbärg oder mit Postauto ab Fieschertal nach Fiesch. Bitte **reservieren Sie** sich beim Kauf des Tickets gleich **den Sitzplatz** bis Jungfrauojoch, damit Sie pünktlich am Treffpunkt ankommen.

## Zusatzkosten

Die Zusatzkosten für den Taxitransfer betragen ca. CHF 15.00.

## 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.

# Ausrüstung

## Bekleidung

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

## Diverses

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

## Technische Ausrüstung

- Steigeisenfeste oder bedingt steigeisenfeste Bergschuhe
- 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.
- 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

- Ohrenpfropfen
- Toilettenartikel im Kleinformat, ev. Erfrischungstücher
- 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](http://bergundtal.ch/packvideo)

### **Mietmaterial**

Folgende Ausrüstung können Sie direkt bei der Anmeldung bestellen. Nachträglich ist dies bis 10 Tage vor Tourenbeginn telefonisch oder via Webformular möglich: [bergundtal.ch/mietmaterial](http://bergundtal.ch/mietmaterial)

- 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: 25.04.2025 11:43:14