



## Gletschertrekking rund um die Jungfrau

**Rundreise in fünf Tagen über Gletscher und Hochgebirgsrouten abseits der ausgetretenen Pfade**

Das emsige Treiben auf dem Jungfraujoch lassen wir bald hinter uns und tauchen in die Hochgebirgswelt des UNESCO Weltnaturerbes Jungfrau-Aletsch-Bietschhorn ein. Im Lötschental werden wir im Hotel komfortabel übernachten. Weiter trekken wir via Gspaltenhornhütte und Sefinefurrga nach Stechelberg in beeindruckendem Hochgebirgsambiente.

- 1. Tag** Anreise nach Grindelwald Terminal und weiter aufs Jungfraujoch (3354m). Schöne Wanderung über den Jungfraufrirn zur Konkordiahütte (2850m). Diese liegt hoch über dem Gletscher auf einem Felsvorsprung.
- 2. Tag** Im Banne der Nordwand des Aletschhorns über den sanft geneigten Aletschfirn zur Hollandiahütte (3240m).
- 3. Tag** Ins Lötschental geht es über den Langgletscher und danach auf Wanderwegen zur Fafleralp.
- 4. Tag** Mit Postauto und Bahn wechseln wir vom Lötschen- ins Kiental. Von der schönen Griesalp steigen wir zur Gspaltenhornhütte auf.
- 5. Tag** Grandioses Finale im Antlitz der mächtigen Gestalt der Jungfrau. In ganz neuer Perspektive steigen wir am Schilthorn entlang nach Gimmelwald ab. Heimreise ab Stechelberg am Nachmittag.

# Anforderungen

**Technik:** Stufe 1: Ich benötige keine Erfahrung im Hochgebirge und keine alpine technischen Vorkenntnisse. Ich habe Bergwandererfahrung im Bereich T3 gemäss SAC-Wanderskala (rot-weiße Wanderwege).

**Kondition:** Stufe 2: Ich betreibe Ausdauersport wie Wandern, Joggen, sportliches Radfahren. Ich bewältige bis zu 8 Stunden Gehzeit und 1400 Höhenmeter Aufstieg pro Tag. Bei einem Tempo von ca. 300 Hm pro Stunde fühle ich mich wohl.

**Schlüsselstelle:**

Durch den Gletscherrückgang werden die letzten Meter zur Hollandiahütte über eine Art Klettersteig zurückgelegt. Diese Passage begehen wir auch im Abstieg. Hier ist Trittsicherheit und Schwindelfreiheit gefragt.

## Leistungen inbegriffen

- 3 Nächte im Mehrbettzimmer
- 1 Nacht im DZ mit DU/WC
- 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

Sie reisen von Ihrem Wohnort nach Grindelwald Terminal an. Gemeinsam mit der Gruppe geht es aufs Jungfrauoch (3354m). Dank dieser Bahn starten wir unsere Tour auf einer respektablen Höhe und wandern über den Jungfrau firn zum Konkordiaplatz hinunter. Korrekt ausgerüstet und am sicheren Seil werden Sie die Welt der Gletscher hautnah erleben. Mächtige Gipfel wie die Jungfrau 4158m, das Grosse Grünhorn und das Aletschhorn säumen den Weg und lassen keine Sekunde Langeweile aufkommen. Zur hoch über dem Gletscher gelegenen Konkordiahütte (2850m) führt eine luftige Eisentreppe mit Geländer. Am Abend werden Sie den unvergesslichen Ausblick auf den Konkordiaplatz und die Gipfel im letzten Sonnenlicht geniessen können.

**Aufstieg 150Hm, Abstieg 750Hm, Gehzeit ohne Pausen ca. 3.5 Std.**

### 2. Tag

Nachdem wir über die Treppenstufen zum Konkordiaplatz abgestiegen sind, werden wir diese rund vier Quadratkilometer grosse Gletscherebene überqueren. Im Banne der Aletschhorn nordwand wandern wir anschliessend über den sanft geneigten Aletschfirn zur Hollandiahütte (3240m). Wie ein Adlerhorst liegt diese über der Lötschenlücke und bietet durch ihre besondere Lage ein überwältigendes Panorama nach Westen ins Lötschental und nach Osten zum Konkordiaplatz. Bei gutem Wetter besteht am Nachmittag die Möglichkeit, noch zum Anujoch (3629m) aufzusteigen.

**Aufstieg 550Hm, Abstieg 150Hm, Gehzeit ohne Pausen ca. 3.5 Std.**

### 3. Tag

In der wärmenden Morgensonne bereiten wir uns auf den Abstieg ins Lötschental vor. Wie der Name schon andeutet, folgen wir dem ziemlich langen Langgletscher bis auf ca. 2350 Metern Höhe. Hier verlassen wir den Eisstrom in nördlicher Richtung zu einer guten Wegspur, die zur Anenhütte führt. Mit jedem Schritt, den wir Absteigen wird die Umgebung grüner und die Luft ist erfüllt vom Duft der Blüten, Gräser und Nadelbäume. Auf der Fafleralp können wir unverzüglich im Halbschatten der unser Hotel umgebenden Lärchen unseren Durst löschen. Weiter erwartet uns hier eine Verpflegung in gediegenem Ambiente und ein erholsamer Schlaf in einem kuscheligen Hotelbett.

**Aufstieg 140Hm, Abstieg 1580Hm, Gehzeit ohne Pausen ca. 4.5 Std.**

### 4. Tag

Mit Postauto und Bahn wechseln wir von der Fafleralp ins Kiental. Ab der Griesalp (1408m) wandern wir über wunderschöne Alpweiden dem schroffen Gspaltenhorn entgegen. Inmitten des wilden Kessels auf einer steilen Rippe thront die Gspaltenhornhütte (2454m).

**Aufstieg 1100Hm, Gehzeit ohne Pausen ca. 4 Std.**

### 5. Tag

Nach kurzem Abstieg queren wir auf schmalen Pfaden unter dem Bütlassen zur Sefinafurrga (2611m). Aus ganz neuer Perspektive präsentiert sich die Jungfrau von ihrer Ostseite vor uns. Der Bergführer zeigt euch gerne die anspruchsvollen Anstiege über den Rottalgrat und Rotbrättgrat, sowie das heimelige Silberhornhüttchen am Grat vom Schwarzmönch. Wir steigen nun ins Lauterbrunnertal ab. Vorbei an der Rotstockhütte und über schmale Pfade am Tryndli gelangen wir nach Spilboden und weiter nach Gimmelwald hinab. Die steilen Felswände zum Talboden überschweben wir bequem mit der Seilbahn und reisen ab Stechelberg nach Hause.

**Aufstieg 650 Hm, Abstieg 1700Hm, Gehzeit ohne Pausen ca. 6 Std.**

## Unterkunft

Wir übernachten in den SAC-Hütten Konkordia, Hollandia und Gspaltenhorn. Die dritte Nacht verbringen wir im Hotel Fafleralp.

## Treffpunkt / Jungfraubahn

Berg+Tal reserviert für die ganze Gruppe Sitzplätze ab Station Grindelwald Terminal bis Jungfrauoch (Ankunft 10.11 Uhr).

**ACHTUNG:** Die Platzreservation beinhaltet **KEIN** Ticket! Am Treffpunkt bleibt keine Zeit, um ein Ticket zu lösen. Bitte lösen Sie das Ticket bis Jungfrauoch vor Anreise.

Unser Bergführer erwartet Sie um 08:34 Uhr bei der Station Grindelwald Terminal (bei den Ticketschaltern)

Wer früher anreist, meldet uns dies bitte bis spätestens zwei Tage vor Tourenbeginn. Unser Bergführer erwartet Sie dann um 10:11 Uhr auf dem Jungfrauoch bei der Kaffeebar gleich in der Eingangshalle. Fahrplanwechsel vorbehalten.

### **Anreise/Bahnbillet**

Anreise von Ihrem Wohnort nach Grindelwald Terminal und gemeinsam mit der Gruppe zum Jungfrauoch. Wichtig: das Bahnbillet bis Jungfrauoch ist vor der Anreise zu lösen!

Rückreise ab Stechelberg ab ca. 15 Uhr.

Autofahrer parkieren von Vorteil in Interlaken Ost P+R (ca. CHF 20.00/pro Tag).

### **Reiseliteratur-Tipp**

Für schöne Wanderungen in der Region empfehlen wir den Rother Wanderführer »Berner Oberland Ost«.

### **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

### 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

## 2. Nacht

### Hollandiahütte SAC 3238m

Hochalpine SAC Hütte zwischen Jungfraujoch und Lötschental

Die Hollandiahütte SAC ist eine spektakulär gelegene Unterkunft in der Gletscherwelt über dem Lötschental und dem Aletschgletscher. Der Zugang ist nur für Bergsteiger mit Erfahrung oder in Begleitung einer Bergführerin oder eines Bergführers möglich.



### Angebot und Ausstattung



Mehrbettzimmer



Halbpension



Hausschuhe  
vorhanden



Handyempfang



Barzahlung



Kreditkarten-  
Zahlung



### 3. Nacht

## Hotel Fafleralp 1789m

Hotel auf der Fafleralp im oberen Teil des Lötschentals im Wallis

Das altehrwürdige Hotel Fafleralp ist mit seiner frischen Bergluft, Aussicht und Lage ein Paradies für Geniesser, Wanderer, Bergsteiger und Feinschmecker. Dies schätzte bereits der berühmteste Stammgast Charlie Chaplin Ende der 50er-Jahre.



### Angebot und Ausstattung



Doppelzimmer



Mehrbettzimmer



Duschkmöglichkeit



Handyempfang



WLAN



Barzahlung



Kreditkarten-  
Zahlung



TWINT-Zahlung

### 4. Nacht

## Gspaltenhornhütte SAC 2455m

SAC Hütte oberhalb der Griesalp im Berner Oberland

Die Gspaltenhornhütte ist eine Sommerhütte im Wanderparadies Kiental im Berner Oberland in der Schweiz. Die SAC Hütte erreicht man von der Griesalp, auf welche von Reichenbach im Kandertal die steilste Postautostrecke Europas hinauf führt.



### Angebot und Ausstattung



Mehrbettzimmer



Halbpension



Hausschuhe  
vorhanden



fliessendes  
Wasser



Handyempfang



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
- 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

## 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.

## Mietmaterial

Folgende Ausrüstung können Sie direkt bei der Anmeldung bestellen.

- Pickel, CHF 30.00
- Steigeisen, CHF 40.00
- 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: 20.01.2026 23:50