



Gletschertrekking Rund um den Ortler

Eine einzigartige Trekking-Woche rund um den Ortler, den höchsten Berg im Südtirol.

Was bei den Wallisern das Matterhorn ist, ist bei den Südtirolern ihr Ortler. Er ist nicht einfach ein Gipfel, sondern Ort der Sehnsucht. Die Joche um den Ortler verbinden seit langem Nord und Süd, auf ihnen wurde im Ersten Weltkrieg aber auch erbittert gekämpft. Wir bewegen uns während sieben Tagen in dieser Grenzregion, im Nationalpark Stilfser Joch, entdecken wunderschöne Landschaften und hören spannende Geschichten. Kulinarisch werden wir verwöhnt mit Knödel, Cappucino, Apfelstrudel, Pizzoccheri und Spaghetti. Eine Genusswoche für konditionsstarke Bergwanderer – und für alle Sinne!

- 1. Tag** Treffpunkt in Mals. Transfer nach Sulden und Aufstieg zur Hintergrathütte (2661m).
- 2. Tag** Über den Gletscherweg und die Suldenspitze trekken wir zur Zufallhütte (2265m).
- 3. Tag** Aufstieg zur Fürkelescharte und Abstieg zum Rifugio Larcher al Cevedale.
- 4. Tag** Über den Palon de la Mare (3685m) erreichen wir das Rifugio Mantova al Vioz (3535m).
- 5. Tag** Via Ghiacciai di Forni zur Brancahütte und weiter zu unserer nächsten Unterkunft, der Pizzinihütte (2700m).
- 6. Tag** Heute geht es über den Passo Zebrù ins Val Zebrù und mit dem Fahrrad nach Bormio, wo wir die städtische Therme geniessen.
- 7. Tag** Transfer über das Stilfser Joch nach Trafoi. Aufstieg zur Berglerhütte und weiter zu Payerhütte 3029m. Von dort steigen wir nach Sulden ab und reisen am Nachmittag zurück in die Schweiz.

Anforderungen

Technik: Stufe 1: Ich habe Bergwandererfahrung und bewege mich trittsicher im unwegsamen Gelände und auf Geröllfeldern. Hochtourenenerfahrung mit Steigeisen, Pickel und Seil wird nicht vorausgesetzt.

Kondition: Stufe 3: Ich betreibe regelmässig Ausdauersport wie Wandern, Joggen, sportliches Radfahren. Ich bewältige bis zu 8 Stunden Gehzeit und 1400 Höhenmeter Aufstieg pro Tag. Bei einem Tempo von ca. 350 Hm pro Stunde fühle ich mich wohl.

Leistungen inbegriffen

- 5 Nächte in Alpenvereinshütten
- 1 Nacht im Hotel
- 6x Halbpension
- Tourentee

Leistungen nicht inbegriffen

- Anreise zum Treffpunkt und Heimreise
- Nicht erwähnte Mahlzeiten und Getränke
- Taxitransfer, Sessellift und Rent a Bike
- Zusätzliche Leistungen in der Unterkunft
- Annullationskostenversicherung

Detailprogramm

Vorgesehener Tourenablauf

1. Tag

Sulden ist so etwas wie eine Kleinausgabe von Zermatt. Heute ein schmuckes Bergdorf am Fusse des Ortlers und der Königsspitze, damals gefühlt so etwas wie das Ende der Welt. Man sagte, dass hier die Kinder mit den Bären aus einer Schüssel gegessen haben und im 19. Jahrhundert bedrohte ein Vorstoss des Suldenferners die Gampenhöfe am Rande des Dorfes. Mit dem Langenstein Sessellift fahren wir die ersten Höhenmeter hinauf und wandern gemütlich über den Morosini Weg zur schön gelegenen Hintergrathütte (2661m).

Aufstieg 400 Hm, Gehzeit ohne Pausen ca. 1.5 Std.

2. Tag

Frühmorgens gehen wir über den Gletscherweg zum Suldenferner, wo wir unsere Gletscherausrüstung anziehen. An den mächtigen Seitenmoränen dieses Ferners können wir seine einstige Grösse erkennen. Mit der Suldenspitze 3376m erklimmen wir bereits unseren ersten Dreitausender, vor unseren Augen eröffnet sich das weite Plateau des Zufallferners mit dem Gipfel des Cevedale 3764m. Nach einer verdienten Gipfelrast wandern wir über den Langferner zur Zufallhütte 2265m hinunter. Hier geniessen Sie entweder die hütteneigene Sauna oder doch lieber einen Cappuccino auf der Sonnenterrasse.

Aufstieg 900 Hm, Abstieg 1300 Hm, Gehzeit ohne Pausen ca. 6.5 Std.

3. Tag

Haben Sie gut gegessen und geschlafen? Hüttenwirt Ulrich Müller und sein Team sind jedenfalls weitem bekannt für ihre exzellente Bewirtung. Wir ziehen trotzdem weiter: je nach Verhältnissen wandern wir über den Fürkele Ferner hinauf zur Fürkelescharte oder auch auf die 3757m hohen Zufallspitzen. Vor uns öffnen sich nun die Berge der Südlichen Ortlergruppe, der Brenta, Presanella und Adamello, unten führt das Val di Sole hinauf zum Passo Tonale. Das Rifugio Larcher al Cevedale 2608m befindet sich bereits in der Provinz Trentino. Wir bewegen uns weiterhin im Stilfser Joch Nationalpark, einem der grössten Naturschutzgebiete in den Alpen. Dieser grenzt im Norden auch an den Engadiner Nationalpark.

Aufstieg 800 Hm, Abstieg 400 Hm, Gehzeit ohne Pausen ca. 4,5 Std.

4. Tag

Haben Sie schon vom Palon del la Mare 3703m gehört? Klingt zwar sehr italienisch, aber nicht nach Berg. Auf seinem Gipfel möchten wir heute stehen, und wir erreichen ihn über die «Vedretta de la Mare». Am Abend geniessen wir ein gutes Glas Teroldego auf dem Rifugio Mantova al Vioz, mit seinen 3535 Metern Höhe immerhin das zweithöchste Schutzhaus in den Ostalpen. Es liegt südseitig auf dem Gipfelgrat unter dem Monte Vioz und eröffnet auch heute einen wunderschönen Blick in die Adamellogruppe. Aus dieser Gegend stammen übrigens sämtliche Braunbären, die seit einigen Jahren von hier aus die Alpen erkunden.

Aufstieg 1100 Hm, Abstieg 200 Hm, Gehzeit ohne Pausen ca. 6 Std.

5. Tag

Haben Sie den Sonnenaufgang genossen? Im Licht der frühen Sonne werden wir heute die «Ghiacciai dei Forni» überqueren und zum Rifugio Branca 2487 m absteigen. In der Zeit des Ersten Weltkrieges war dieser Gletscher oft Schauplatz erbitterter Kämpfe zwischen den Kaiserschützen und den italienischen Alpini Soldaten. Durch die Gletscherschmelze kommen immer wieder Relikte aus der damaligen Zeit heraus. Nach einer kurzen Rast bei der Brancahütte wandern wir weiter zur Pizzinihütte 2700m. Hier, am Fusse der Königsspitze 3851m, werden wir heute übernachten. Was wird uns Claudio wohl zum Abendessen servieren: Knödel, Spaghetti oder Pizzoccheri?

Aufstieg 400 Hm, Abstieg 1300 Hm, Gehzeit ohne Pausen ca. 5 Std.

6. Tag

Nachdem wir in den letzten Tagen viel gewandert sind, gönnen wir uns heute eine kleine Abwechslung. Über den Passo Zebbru` gelangen wir zur Baita del Pastore im gleichnamigen Valle Zebbru`. Die 15 km hinaus nach Bormio fahren wir mit dem Rad, übernachten in einem Hotel und geniessen die städtische Therme. Wussten Sie, dass die Schwefelbäder von Bormio bereits bei den römischen Schriftstellern Plinius und Cassiodor erwähnt wurden? Im 17. Jahrhundert waren die Frühlingsbadefahrten nach Bormio auch in der Schweiz sehr beliebt. Das sollten wir uns auf keinen Fall entgehen lassen.

Aufstieg 300 Hm, Abstieg 850 Hm, Gehzeit ohne Pausen ca. 2,5 Std.

7. Tag

Mit dem Taxishuttle geht es heute über das Stilfser Joch nach Trafoi zum Kirchlein Hl. Drei Brunnen auf 1605m. Hier beginnt unser letzter Aufstieg zur Payerhütte 3029m. Der Weg führt zuerst steil hinauf auf die Berglhütte 2188m, vorbei am Tabarettakamm und dann hoch hinaus zur Hütte. Julius Payer war ein k.u.k. Offizier und Kartograf, der Mitte des 19. Jahrhunderts die Ortlergruppe kartierte und auch 1865 bei der ersten Besteigung über den heutigen Normalweg von Sulden dabei war. Nach einer Mittagsrast auf der Hütte steigen wir am Nachmittag nach Sulden ab und reisen ab Mals nach Hause.

Aufstieg 1400 Hm, Abstieg 700 Hm, Gehzeit ohne Pausen ca. 6 Std.

Unterkunft

Wir übernachten in Bormio eine Nacht im Hotel mit Doppelzimmer und fünf Nächte in Hütten und komfortablen Berggasthäusern im Mehrbettzimmer. Einige Unterkünfte verfügen über Duschen (teilweise kostenpflichtig). Am besten Crocs oder superleichte Turnschuhe mitnehmen.

Erste Nacht in der Hintergrathütte, zweite Nacht in der Zufallhütte, dritte Nacht im Rifugio Larcher, vierte Nacht im Rifugio Vioz, fünfte Nacht in der Pizzinihütte und die sechste Nacht in einem Hotel in Bormio.

Treffpunkt

Unser Bergführer erwartet Sie um 13:45 Uhr am Bahnhof Mals/Malles, Fahrplanwechsel vorbehalten. Gemeinsamer Taxitransfer nach Sulden am Ortler.

Anreise

Von Ihrem Wohnort über Zernez und den Ofenpass nach Mals im Vinschgau. Die Heimreise ab Mals ist um 16.03 Uhr geplant. Fahrplanänderung oder Programmänderung vorbehalten.

Anforderung

Auf dieser Tour bewegen wir uns auf Bergwegen, über weite Strecken aber auch im felsigen und weglosen Gelände, auf wenig unterhaltenen Bergpfaden und auf verschneiten oder blanken Gletschern. Gute Trittsicherheit und regelmässige Routine im Bergwandern sowie erste Erfahrungen auf Gletschertrekkings oder einfachen Hochtouren werden vorausgesetzt. Badeanzug/Schwimmhose für die Therme in Bormio mitnehmen.

Deine Vorbereitung

Wir gehen bis auf eine Höhe von fast 3700 m und übernachten einmal auf 3535m. Technisch ist die Trekkingtour nicht schwierig, aber die konditionellen Anforderungen sind nicht zu unterschätzen. Zur optimalen Vorbereitung empfehlen wir Ihnen, spätestens zwei Monate vor der Tour regelmässig Ihre Ausdauer zu trainieren, sei dies mit Joggen, Radfahren oder Bergwandern mit Rucksack.

Zusatzkosten

Für den Langenstein Sessellift (retour 17.-), das Rent a bike und den Taxitransfer nach Trafoi fallen zusätzliche Transportkosten von ca. Euro 120.00 an.

Reiseliteratur-Tipp

Für schöne Wanderungen in der Region empfehlen wir den Rother Wanderführer »Vinschgau«.

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, mit Vorteil Thermosflasche
- Taschenmesser
- LED Stirnlampe mit neuer Batterie
- SAC/DAV-Ausweis, wenn vorhanden
- Identitätskarte/Personalausweis
- Bargeld in Euro
- Ev. Fotoapparat
- Badeanzug
- Etwas Bargeld für Getränke
- Heftpflaster und Compeed

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.
- 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
- Hüttenfinken/Hausschuhe: nicht alle Hütten verfügen über Hüttenfinken

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 35.00
- Steigeisen, CHF 50.00
- Klettergurt (mit 2 HMS Karabinern), CHF 35.00

Kontakt

Haben Sie noch Fragen? Wir beraten Sie gerne!

Telefon: +41 41 450 44 25

E-Mail: 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: 22.10.2025 23:50