

**Zeitschrift:** Clubnachrichten / Schweizer Alpen-Club Sektion Bern  
**Herausgeber:** Schweizer Alpen-Club Sektion Bern  
**Band:** 90 (2012)  
**Heft:** 3

**Rubrik:** Tourenberichte

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. [Siehe Rechtliche Hinweise.](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. [Voir Informations légales.](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. [See Legal notice.](#)

**Download PDF:** 18.01.2025

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

## Zweitagestour mit Menu Surprise

*Arpelistock (3036 m) und Wildhorn (3247 m) am Wochenende vom 31.3./1.4.*

### Arpelistock

Soo, unser Abenteuer im äussersten Westen des Berner Oberlands kann beginnen. Acht SACler, vier Frauen und vier Männer, starten bei herrlichem Frühlingswetter ab Bern Richtung Gstaad. Man kennt sich und daher sind wir sofort «en famille».

In Gstaad gehts aufs Postauto, welches uns flugs auf den Col du Pillon bringt. Und von dort aus transportiert uns die geräumige Luftseilbahn weiter auf die Sex Rouge. Ohne Schweisströpfchen stehen wir so innert Kürze auf 3000 m ü.M.!

Von der Sonne geblendet heisst es sofort Gletscherbrille montieren. Martin zieht sein Gstädtli an und wir tun es ihm gleich, denn sofort gehts downhill zum Glacier de Tsanfleuron. Jupeeh! In rasigem Tempo düsen wir 800 m abwärts Richtung Sanetschpass, wo uns im Osten schon der Arpelistock anstrahlt. Aber oh je, die vergangenen «Hitzetage» haben den Aufstiegsgrat Arête de l'Arpille völlig ausapern lassen, und so heisst es Ski aufschnallen und Tenü-erleichterung! Wir steigen als Karawane mit Vollpackung den vulkanähnlichen Berg hoch. Die Hitze zollt Tribut, zum Glück haben alle genug Flüssiges dabei. Nach ca. 450 m Aufstieg sind wir wieder im Schnee und schnallen nun endlich die Felle an. 200 m unterhalb des Gipfels können wir die Harscheisen gut gebrauchen, der Hang ist steil und pickelhart. Nach einer letzten happigen Steigung sind alle auf dem Gipfel und strahlen. Die Belohnung: ein grandioser Ausblick auf Berner und Walliser Alpen. Voller Heiss hunger verzehren wir unsere Sandwiches, während uns eine Bergdohle auf dem Gipfelkreuz beobachtet.

Irgendwann haben alle genug «gsünnelet» und Ruth bemerkt richtigerweise: «Gömmer wiiter»? Alles klar, wir starten talwärts Richtung Gälteglatscher.

Der Nordhang bietet anfänglich herrlichen Pulverschnee. Wir geniessen die verzuckerten Steilhänge und ziehen unsere Spuren darin. Weiter unten, mittlerweile im Sulz mit leichtem Deckel, schwingen wir in grossen Kehren durch das gewundene, weisse Hochtal inmitten einer wilden Felslandschaft. Irgendwo in diesem endlosen Weiss erreichen wir dann die einsame Geltenhütte, unsere heutige Unterkunft! Nach dem obligaten Auslegen und Trocknen von Fellen, Schuhen und Kleidern gönnen sich alle etwas Flüssiges auf der langen Holzbank an der Sonne. Stimmung total relaxt! Über uns thront das Wildhorn, welches wir morgen in Angriff nehmen wollen. Als die Sonne im Westen verschwindet – Ruth hat wieder mal kalt... – richten wir uns im Zimmer Nr. 9 ein. Um 18.30 Uhr werden wir von Ueli und Marianne (Hüttenehepaar) mit einem 4-Gänger verwöhnt. Die strahlenden, braungefärbten Gesichter zeugen von einem erlebnisreichen Tag! Nur in den Kojen gehts unorthodox zu. Wir liegen komplett schepps in den Betten: 1. Person Kopf am Fussende, 2. Person Kopf oben usw. Aber schlussendlich schlafen alle gut...



Geltenhütte

### Wildhorn

Pieep... 5.30 h, das Handy von Martin schrillt und weckt uns jäh aus unseren Träumen. Noch etwas schläfrig schälen

wir uns aus den Wolldecken. Einige spüren wohl noch den guten Rotwein von gestern.

Nach reichhaltigem Zmorge gehts raus zum Fellemontieren. Es ist noch Nacht, leichte Bise, aber der Himmel übersät mit funkelnden Sternen! Also steigen wir mit Stirnlampe und warmen Kleidern ausgerüstet Richtung Wildhorn hinauf. Auch heute Morgen brauchen wir die Harscheisen, die Hänge und Felsbänder am Gälteglatscher sind pickelhart. Mit der Bise und ohne Sonne ist es saukalt. Da nützt auch das permanente Händeschütteln von Yves wenig... Doch dank dem flotten Tempo unseres Tourenleiters erreichen wir schon bald den Glacier du Brochet und jetzt – aahhhh, die Sonne kommt! Die Wärme durchflutet unsere Körper, und mit der neuen Energie gehts sofort viel leichter den Berg hoch. Auch der Montblanc im Westen glänzt schon in der Morgensonne.

Nach gut 4,5 h Aufstieg stehen wir auf dem Wildhorn – allerdings nicht ganz alleine – von der Lenkerseite steigen massenhaft Gleichgesinnte hoch. Es ist windstill und wir geniessen den Gipfel mit allem Drum und Dran ausgiebig. Ich werde das hinaufgeschleppte Seil an Tanja los. Letztendlich war es wohl in jedem Rucksack zuhause.

Nach ausgiebigem «Gipfelstudium» und Relaxen heisst es Skis anschnallen. Mit grossen Schwüngen und wehenden Haaren sausen wir über den Tügel- und den Chilchligletscher talwärts – Adrenalin pur! Herrlich, dieses Freiheitsgefühl, inmitten dieser wilden Berglandschaft über breite Schneefelder hinunterzuraschen! Nach 1000 m Abfahrt erreichen wir die Wildhornhütte oberhalb des zugefrorenen Iffigsees. Auf der sonnigen Terrasse benötigen alle etwas gegen den trockenen Gaumen. Jetzt kommt das Menu Surprise unseres Tourenführers! Er schlägt uns

eine Route mit nochmaligem Aufstieg zum Iffighore vor. Dafür könnten wir viel weiter ins Tal abfahren.

Madeleine, anfänglich skeptisch, lässt sich auch überreden, und so «steissen» wir in der prallen Sonne über sulzige Alpweiden hoch zum Iffighore. Zuberst angelangt, auch auf Martins Stirn hat es ein paar Schweisströpfchen, liegt nun nochmals eine über 1000-Meter-Abfahrt vor uns. Und die hats in sich! Über gut fahrbaren Sulzschnee düsen wir über den Pörisgrat zwischen Felsen, Berglärchen und kleinen Couloirs runter nach Fähriche auf 1210 m ü.M. Wie bestellt liegt das letzte Schümli Schnee vor dem Restaurant Alpenrösli – besser gehts nicht!

Und hier endet ein wunderschönes Weekend auf der Gartenterrasse beim grossen Bier mit acht zufriedenen SAC-Cracks.

Der Dank geht an Martin, wir kommen nächstes Jahr gerne wieder!



Auf dem Wildhorn.

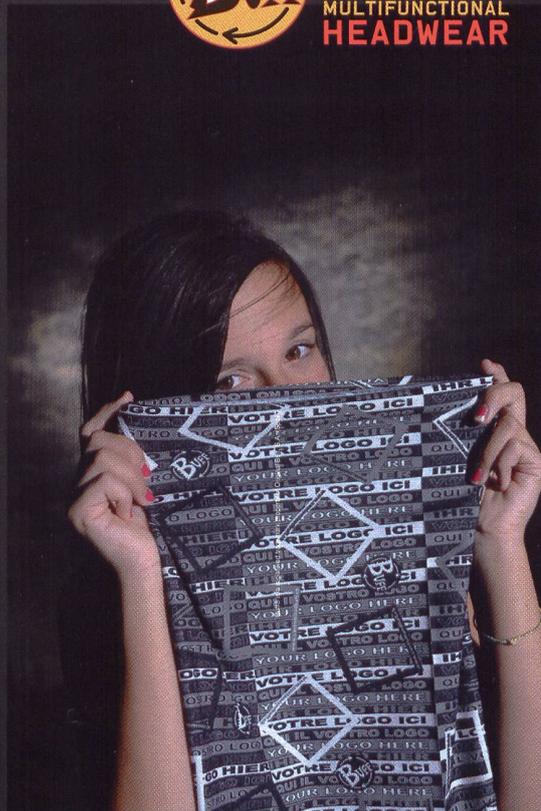
Tourenleiter: Martin Balmer  
Bericht/Fotos: Renzo Bonetti  
Teilnehmer: Alex, Madeleine,  
Margrit, Renzo, Ruth, Tanja, Yves

Weitere Tourenberichte auf  
[www.sac-bern.ch/03\\_aussicht/  
tourenberichte.asp?SektionsBezug=Bern](http://www.sac-bern.ch/03_aussicht/tourenberichte.asp?SektionsBezug=Bern)

Für Ihre  
Wandergruppe,  
Verein  
oder Firma

Ihre Farbe + Logo =

Ihr  Produkt  
THE ORIGINAL  
MULTIFUNCTIONAL  
HEADWEAR



Gestalten Sie Ihren  
Buff®  
ab 25 Stk



[WWW.CUSTOMIZEDBUFF.CH](http://WWW.CUSTOMIZEDBUFF.CH)

# Ziel Nussgipfel

## Veteranen-Wanderwoche in Zernez



Blick ins Val Tasna.



Was ist hier falsch?



Wir genossen das vorzügliche Essen im Hotel Bär&Post.

### Freitag, 15. Juni, Reisetag

Mit Genugtuung kann Heinrich Steiner beim Treffpunkt im Bahnhof Bern feststellen, dass alle 34 Teilnehmer (3 werden mit dem Auto reisen) pünktlich und gut gelaunt vor Ort sind. Schon auf der Reise dürfen wir zu einem Geburtstag gratulieren: Maria Roth ist 85 Jahre jung.

Um 12.29 Uhr erreichen wir Zernez, wo uns Herr Patscheider, unser Gastgeber für die kommende Woche im Hotel Bär & Post, empfängt und unser Gepäck zum Hotel transportiert. Das Nachtessen ist vorzüglich. Vor dem Dessert wird das Programm für den nächsten Tag bekannt gegeben. Das Wetter wird gemäss Prognose gut sein und alle sind voll Tatendrang.

### Samstag, 16. Juni 2012, Bever-La Punt

Am sehr reichhaltigen Frühstücksbuffet können alle genügend Energie tanken, um sich den Anforderungen der «Einlaufftour» zu stellen. Hans Lüthi begrüsst alle 37 Wander-Wochen-Teilnehmer beim Bahnhof und orientiert über die Route und den Tagesablauf. Die Via Fier Retica (RhB) bringt uns nach Bever. Dort geht es bei strahlendem Sonnenschein gleich bergauf

und anschliessend auf der Via Engiadina mit prächtigem Blick auf den Talboden und in die Berge talabwärts. Eine vielfältige, farbenfrohe Flora erfreut das Auge.

Kurz vor der Albulastrasse wird es dramatisch. Beim Queren eines Hanges in leicht sumpfigem Gelände versperrt uns eine Herde von Rindern und Kälbern den Weg und will diesen partout nicht freigeben. Das Durcheinander von verängstigten SAClern und Tieren ist gross und im glitschigen Gelände nicht ungefährlich. Die Tiere sind nicht nur hornlos, sondern benehmen sich auch kopflos. Nach einer Viertelstunde ist der Spuk vorbei und auf beiden Seiten sind – Gott sei Dank – keine Verletzten zu beklagen. Für den Rest der Wanderung benützen wir teilweise die Albulastrasse. Nach rund 3 Stunden Marschzeit erreichen wir La Punt. Im Hotel sind wir von den Besitzern zu einem Begrüssungsapéro eingeladen.

### Sonntag, 17. Juni 2012, Ofenpass-Alp da Munt-Lü-Fuldera

Süsom Givé (Passhöhe) ist der Ausgangspunkt der heutigen Wanderung. Tourenleiter ist unser Obmann Erwin Mock, den das GR-Kennzeichen schon

seit Geburt begleitet, also ein Einheimischer.

Auf schönem waldigem Weg steigen wir Richtung Alp da Munt. Sobald wir den schattigen Wald verlassen, bietet sich uns eine vielfältige und traumhaft schöne Blumenpracht. Dass wir dabei sogar einen weissen Enzian bewundern können, ist noch das Tüpfchen auf dem i. Wir wandern auf der Senda Val Müstair, befinden uns also im Münstertal. Nach der Alp da Munt erreichen wir die Alp Champatsch, wo wir an einem schattigen Ort Mittagshalt machen. Nächste Station ist das Dörfchen Lü, wo die «Schafscheide» stattfindet: 10 Personen wollen ihre Knie schonen und schwenken ab ins Restaurant, um später mit dem Postauto nachzukommen. Die Übrigen nehmen den Abstieg nach Fuldera unter die Füsse.

### Montag, 18. Juni 2012, Motta Naluns-Ardez

Heute steht das Unterengadin auf dem Programm. Wir fahren mit der RhB nach Scuol und von dort mit der Luftseilbahn auf den Motta Naluns (2142 m). Es gibt zwei Gruppen: 13 Teilnehmer werden, geführt von Erwin Mock, die etwas kürzere Tour (ca. 3.5 Stunden Marschzeit) nach Ardez

unternehmen, die restlichen 22 und der Schreiber werden Roland Jordi auf dem längeren Weg (5 Stunden) folgen. Wir passieren Prui (2058 m) und folgen der Via Engiadina Richtung Alp Laret. Nach der Mittagsrast geht es auf einem prächtigen Höhenweg ins Val Tasna bis zur Alp Valmala (1979 m). Von Weitem schauen wir zu, wie ein Bagger die Brücke über die tosende Tasna abreisst. Da Roland der Behelfsbrücke überhaupt nicht traut, machen wir einen kleinen Umweg, um talaufwärts auf der nächsten Brücke den Bach zu überqueren. Der Abstieg nach Ardez ist lang und wird in zügigem Tempo vollzogen. Eingangs Ardez passieren wir die Ruina Chanoua, welche bereits im 9. Jahrhundert als «fiskalisch Taberne» erwähnt wurde.

### **Dienstag, 19. Juni 2012, Guarda-Zernez**

Die heutige Tour, geführt von Heinrich Steiner persönlich, wird nicht mit vielen Höhenmetern gespickt sein und eher kurz ausfallen. Vom Bahnhof Guarda aus wandern wir immer in der Nähe des Inns talaufwärts. Eine Gletschermühle am Wegrand erhält unsere Beachtung. In Susch bewundern wir die grossen, schönen Engadinerhäuser. Gegen 14.00 Uhr erreichen wir die «Paurarira Chasuot», den Bauernhof der Hotelierfamilie Patscheider. Dort lassen wir uns den von Heinrich Steiner aus Anlass seines bevorstehenden 70. Geburtstags spendierten Apéro munden. Nachher widmen wir uns den frischen Salaten und feinen Grilladen, die Herr Patscheider für uns zubereitet. Kaffee und feine Bündner Nusstorte runden das währschafte Mahl ab. Der Heimweg nach Zernez dauert eine halbe Stunde und tut gut nach dem reichhaltigen «Picknick».

### **Mittwoch, 20. Juni 2012, Il Fuorn-Alp la Schera-Munt la Schera-Buffalora**

Heute steht die Königsetappe auf dem Programm. 11 Teilnehmer beziehen ihren Ruhetag. Wir starten in Il Fuorn (1794 m) am Ofenpass auf angenehmem Weg unter Leitung von Paul Kaltenrieder und steigen durch den schattigen Föhren- und Arvenwald auf. Sehr viel Fallholz liegt am Boden. Die Flora ist etwas anders als in den vergangenen Tagen. Alpenrosen sind häufig zu sehen

und auf der Alp la Schera (2091 m) winkt uns sogar das Edelweiss. Wieder werden zwei Gruppen gebildet. Paul übernimmt die «Gipfelstürmer» und Erwin die «Gipfelumkreiser». Der kurze Halt auf dem Gipfel des Munt la Schera (2586 m) reicht gerade zum Händeschütteln und Anziehen der Regenbekleidung, und schon beginnt der Abstieg. Doch das Wetter foppt uns. Ein paar Böen, ein paar Regentropfen, und vorbei ist der Spuk.

### **Donnerstag, 21. Juni 2012, S-chanf-Alp Griatschouls-S-chanf**

Unsere letzte Wanderung findet am längsten Tag statt. Das soll aber keineswegs heissen, dass damit auch die längste Wanderung verbunden sein wird.

Von S-chanf steigen wir unter der Führung von Erwin Mock über einen anfangs etwas steilen Sonnenhang Rich-

tung Acla Laret (2006 m). Im Gegensatz zu den letzten Tagen fehlt bisher die üppige Flora. Doch nach Acla Laret ändert sich das und unsere Augen können sich kaum satt sehen an Enzian, Veilchen und wie die Schönen sonst noch heissen. Auf der Alp Griatschouls machen wir ausgiebige Mittagsrast und geniessen die prächtige Aussicht: vor uns der Piz d'Esan, links das Val Susauna und rechts das Val Trupchun. Am Abend lädt Toni Wenger, der heute seinen 84. Geburtstag feiern kann, zum Apéro ein. Er betont in einer kurzen launigen Ansprache, wie wichtig für ihn die Veteranen sind.

Ich sage im Namen aller Teilnehmer «Danke, Merci, Grazcha» an Heinrich und Jeanette Steiner, an Erwin Mock, Paul Kaltenrieder, Hans Lüthi und Roland Jordi und sage «Auf Wiedersehen im nächsten Jahr!»

Hans Rohner



Gruppenbild der Gipfelstürmer auf dem Munt la Schera.

Leitung: Heinrich Steiner, Stellvertreter Erwin Mock

Teilnehmer: 37 (19 Frauen, 18 Männer) Durchschnittsalter 72,5 (Frauen 71, Männer 74), Jeanette und Heinrich Steiner, Marty und Erwin Mock, Hanni und Paul Kaltenrieder, Hans Lüthi, Katharina und Roland Jordi, Verena und Alfred Hölzli, Ruth und Hanspeter Staub, Hanni und Bruno Fuss, Dora und Hans Jenni, Annemarie Gasser Helfer und Kurt Helfer, Margrit und Hans Rohner, Hannes Meier, Gerdi Dürler und Willy Stettler, Ida und Walter Kuster, Edith und Hans Locher, Heinrich Krebs, Maria Roth, Ruth Herren, Dorli und Edi Voirol, Elisabeth Graber, Doris Haller, Vreni und Toni Wenger.

Text: Hans Rohner

Fotos: Ruth Staub, Dorli Voirol, Walter Kuster

# Alpenblumenwoche

*Veteranengruppe im Val d'Anniviers vom 15. bis 21. Juli 2012*



Waldteufelchen auf Witwenblume.

Was wurmt sich da an den Hängen des Val d'Anniviers hinauf? Ein Tatzelwurm, mal stetig vorwärts, mal ruckartig, mal im Stillstand, mal gebückt oder liegend, mit Fotoapparaten und Lupen den Boden respektive die Pflanzen absuchend.

Von aussen gesehen mag unsere Gruppe von Alpenblumenfans eigenartig gewirkt haben, da sie nicht den Gipfel zum Ziel hatte, sondern den Weg respektive die Blumen daran. Und dank des späten Bergfrühlings und des nassen Bergsommers hatte es Blumen zuhauf!

Da war es gut, dass Hanni, die botanische Leiterin, den Fokus auf drei Familien legte: diejene der Enziane, der Steinbreche und der Klees. Ihr fundiertes Wissen, ihre Begeisterung und ihr didaktisches Geschick waren ansteckend. Es wurde emsig aufgeschrieben, beobachtet und repetiert, aber auch immer wieder gestaunt über soviel Schönheiten. Winzige, kaum sichtbare Blüten wie der «zarte Enzian» oder der «winzige Augentrost» lösten Ahs und Ohs aus, wenn wir durch die Lupe ihre verborgene Schönheit entdeckten. Es galt Merkmale wie Fiederchen, Flügelchen, Blattformen und Ableger zu beachten!

Mir hatten es die verschiedenen weisen Sternblumen angetan, das Felsenleimkraut, das Sandkraut, das Hornkraut, der Sternsteinbrech, der Moossteinbrech, die Frühlings-Miere. Nur – welche war jetzt was? Oft brach mein mühsam erworbenes, vermeintliches Wissen zusammen und resultierte im sokratischen «ich weiss, dass ich nichts weiss!». Hanni und ihr Ehemann Fritz, ein ebenso fundierter Pflanzenkenner, brachten dann wieder Klarheit ins Chaos. Die von Edi freundlicherweise in Aussicht gestellte Artenliste der gesehenen Alpenblumen wird unser Wissen zudem nachhaltig sichern helfen.

Daneben gab es anderes zu entdecken und zu lernen: Marius benannte (fast) alle Berggipfel rund um uns, Jakob erzählte uns manches über Gesteinsarten und Mineralien, Toni konnte die Vögel an ihrem Gesang und ihrem Flug erkennen. So hatte sich eine Expertengruppe zusammengefunden, und der rege Austausch war eine Bereicherung für uns alle.

Die Unterkunft im Hotel Bella Tola war sehr nobel, handelt es sich dabei doch um ein historisches Hotel aus den Anfängen des Tourismus. 1859 erbaut, kürzlich restauriert, mit dem ursprüng-

lichen Mobiliar, spiegelte es den Reichtum längst vergangener Zeiten. Den Luxus der Wellnessoase haben wir abends zur Erholung genossen.

Die Touren waren im Bereich von ca. 2000 m bis 2900 m, oberhalb von Chandolin, St-Luc, Grimetz und Zinal. Das Postauto und die verschiedenen Bergbahnen brachten uns bequem an die Ausgangsorte unserer Wanderungen. Tagesziele waren das Illhorn, der Lac de Moiry, der Lac Bella Tola, die Corne de Sorbois 2895 m und das Hotel Weisshorn. Über die Alpenkultur haben wir anlässlich einer Dorfführung zu Beginn der Woche viel Interessantes erfahren. Dieses schöne Tourenprogramm verdanken wir dem Tourenleiter H.P. Rütli, der es minutiös und perfekt vorbereitet hatte. Leider konnte er wegen einer vorgängigen Knieoperation nicht mitwandern.

Ein Höhepunkt war der Besuch von Gerhart Wagner, dem früheren Leiter der Alpenblumenwoche und Mitautor der Flora Helvetica, der sogenannten Blumenbibel, die bereits in 5. Auflage vorliegt. Er erzählte uns viel Interessantes aus der Entstehungsgeschichte dieses Wunderwerks, aus Zoologie und Botanik.

Ein Hauptakteur war das gute Wetter, das den – vom Regenruf des Buchfinken angekündigten – Regen bis zur letzten Nacht zurückhielt! Allen sei herzlich gedankt.

Nächstes Jahr wird die Blumenwoche im Appenzellerland stattfinden.

Technische Leitung: H.P. Rütli

Botanische Leitung: Hanni

Gränicher und Fritz Gränicher

Teilnehmer: Veteranen der Sektion Bern SAC und Partnerinnen sowie weitere SAC-Mitglieder, total 14

Fotos: Eric Steiner

Führer der Artenliste: Edi Voirol

Bericht: Margrit Moser

# Schoggitour

## Senioren-Alpinwanderung auf den Dent du Broc, 1829 m

Nach einem verregneten Vortag trifft sich die Gruppe um 7.20 Uhr am Bahnhof in Bern. Die Wetteraussichten sind super – wie könnte es anders sein: «Wenn (B)Engel reisen...!». Die Reise führt uns über Freiburg Richtung Charmey. Bei der Haltestelle «La Tsintre» verlassen wir das Postauto und starten die Wanderung.

### Unverhoffter Umtrunk

Anfänglich geht es gemütlich der Strasse entlang ins Vallée de Motelon, vorbei an einem Wegweiser, der uns anzeigt, dass da noch die Gelegenheit, einen Kaffee zu trinken, wäre. Doch Ruedi erklärt, dass wir diesen Weg demnächst verlassen werden. So wandern wir unverdrossen des Weges. Aber siehe da, vor uns taucht das Restaurant Le Pralet auf. Vor lauter «Gsprächle» haben unsere ortskundigen Herren doch glatt die Abzweigung verpasst. Oder war etwas anderes der Grund? Ist eigentlich egal, wie geniessen jedenfalls an der Sonne einen guten Tropfen Weisswein und stossen auf einen schönen Tag an!

### Aufstieg

Danach geht es durch schöne Frühsommerlandschaft unserem plötzlich auftauchenden Ziel entgegen. Nach einer kurzen Rast vor der letzten Steigung begleiten uns einige Ziegen, die dann aber den schattigen Waldrand vorziehen und uns auf dem staubigen Weg alleine weiterziehen lassen. Wir erreichen den Sattel zwischen dem Dent du Chamois und dem Dent du Broc auf 1669 m. Es fehlen noch 150 Höhenmeter bis zum Gipfel. Wir bestaunen die kahle Felswand und spekulieren, wo es

nun weitergehen wird. Deutlich sticht das Gipfelkreuz in den blauen Himmel. Und es ist nun auch gut ersichtlich, warum zum Besteigen trockenes Wetter wünschenswert ist. Wir queren auf einem schmalen Weg den Fuss des Berges, um quasi von der Hinterseite aufzusteigen. Durch eine grasig-steinerne Rinne erklimmen wir den Gipfel.

### Gipfelrast

Die schöne Aussicht auf den Lac de Gruyère, Bulle, Broc und den Jura entschädigt für den Aufstieg. Wir lassen uns nicht allzu lange Zeit und brechen nach einem lustigen Eintrag ins Gipfelbuch auf. Wir machen uns an den nicht ganz harmlosen Abstieg, schliesslich wollen wir rechtzeitig in Broc sein, wir haben da noch Termine! Der Glust und der Durst nach einem kühlen Bier hat sich gemeldet und zudem lockt die Schokoladefabrik.

### Abkühlung

Aber eben, einmal mehr bestätigt sich, dass der Abstieg genau wie der Aufstieg seine Zeit und vor allem Kraft und Konzentration fordert. Es sind vom Gipfel nach Broc 1100 Höhenmeter, die auf unterschiedlich gutem, zum Teil recht rutschigem Weg durch Geröll, Wald und Wiesen vernichtet werden müssen.

Unten im Dorf beim Brunnen steigt dann die grosse Sause! Flaschen füllen, Schweiss abspülen, Schuhe putzen, Füsse kühlen und zum Schluss den Brunnen putzen. Wegen dieser Aktion müssen wir halt auf das Bier verzichten und marschieren schnurstracks der Nase nach zur Fabrik. Ruedi zaubert



vor dem Eingang sein frisches Hemd aus dem Rucksack, das ihn sich deutlich von der restlichen Gruppe abheben lässt!

Die kurzweilige Führung durch die gutschweizerische Schokoladekultur und die ausgiebige Degustation der Pralinen von Cailler runden den schönen Tag ab – fast... Es fehlt ja noch das kühle Getränk! In Bern gönnen wir uns abschliessend das kühle Bier, von dem wir schon auf dem Dent du Broc schweissgebadet geträumt haben, und lesen im Abend-Blick, dass heute der wärmste Tag des Jahres war! Prost!



Tourenleiter: Ruedi Schneider  
Teilnehmer: Christian Buri,  
Christian Hildebrandt, Fritz  
Marthaler, Reto Pfeiffer, Heidi  
Tschanz und die Schreiberin  
Beatrice Stebler.

# Der kurze Einstieg zum grossen Aufstieg

SAC-Ausbildungskurs für Hochtouren 18.–22. Juni 2012, Chelenalphütte



Aufstieg

Frühmorgens am Montag, dem 18. Juni, macht sich eine Gruppe von 12 wackeren und motivierten Nachwuchsalpinisten auf den Weg zur Göschenalp. Während vier Tagen gilt es sich unter der fachkundigen Anleitung der Gebirgsprofis Mischu Wirth, Lukas Rohr und Rhea Matter die nötigen Grundfertigkeiten für die eigenständige Planung und Durchführung einfacher Hochtouren anzueignen. Die Ausbildung beginnt bereits im Postauto. Der einheimische Chauffeur erklärt der auswärtigen Alpinistenschar kurzerhand die Eigenheiten der Göschenalp, seiner Heiligen und Bewohner. Mit Blick auf den Damma- und Chelengletscher folgt am ersten Tag der sonige Aufstieg zur Chelenalphütte, unserem Basislager für die nächsten Tage. Schwer bepackt mit Seilen, Pickeln, Helmen und der nötigen Ration an Salami, Brot und Berner Schoggi frisch sind wir bereits auf dem Weg nach oben unsere Kenntnisse in Geologie auf und üben Kartenlesen.

Am Dienstag lockt dann der Fels. An der Terrassenmauer üben wir die Standardbewegungen, und im Klettergarten

Knöpfe, Standeinrichten, Vor- und Nachstieg. Nicht wenige unter uns entdecken dabei die Tücken des Kletterns mit Bergschuhen.

Weil die Witterung einen nicht zu unterschätzenden Faktor im Alpinismus darstellt, üben wir am Mittwoch gleich unter höchst wechselhaften Bedingungen auf Fels und Eis. Wie setzt man Eisschrauben und baut Sanduhren, wenn einem völlig durchnässt die Finger abfrieren? Wie überquert man auf dem Rückweg reissende Gebirgsbäche, welche sich frühmorgens noch als gemütliche Rinnsale einen Weg ins Tal bahnten? Welche Route ist die sicherste auf der Moräne und über den Gletscher?

Donnerstags dann nochmals Eis und Fels, Fels und Eis. Während die einen auf dem Gletscher Steigeisenlaufen, Sicherungstechniken und T-Schlitz üben, erproben sich die anderen bei der Hütte in Rettungstechniken und bauen österreichische und schweizerische Flaschenzüge.

Gute Planung ist die halbe Miete. Und da die Teilnehmer in Zukunft gerne auch selber Touren planen möchten, gilt es sich mit den wichtigsten Punkten

der Tourenplanung vertraut zu machen und diese anhand der anstehenden Sustenhorn-Besteigung gleich anzuwenden.

Es folgt ein letztes Gourmethüttenznacht. Es hat uns ausserordentlich gut gefallen auf der Chelenalphütte bei Roman Decurtins und Rusina Hilfiker, die uns die ganze Woche über ausgesprochen herrlich bewirteten.

Einige sturmreiche, nasse und vor allem kurze Stunden später dann der Abmarsch um 4 Uhr morgens in Richtung Sustenhorn. Unter wechselnder Führung erreichen wir, dem Zeitplan voraus, den Gipfel um 8.30 Uhr. Glückwünsche, Gruppenfoto und der ehrenwerte Eintrag ins Gipfelbuch folgen.



Flaschenzug

Den Hochnebel zu unseren Füßen und die Sonne im Rücken nehmen wir die 1600 Höhenmeter Abstieg über den Steingletscher in Angriff. Nach einer angesetzten Hosenrutschpartie folgt, sozusagen als grosses Finale, der Ausstieg vom Gletscher vorbei an den heerrannenden Horden eisfreudiger Touristen. Am Ziel und nach getaner Arbeit wartet das wohlverdiente Bier. Es war grandios, wunderbar und wir kommen wieder. Die nächste Tour ist bereits geplant.

Martina Durrer



Kursabschluss auf dem Sustenhorn.

### Trekking in Nepal

Ob ein Teahouse-Trekking von Punhil ins Annapurna Basecamp, eine Zelt-Tour abseits der Touristenströme in den Lamjung-Himal oder eine andere Tour: Talak Tamang, der Hüttenwart der Trifhütte, organisiert dir das Trekking deines Lebens und begleitet die Touren als deutschsprachiger Guide gleich selber.

#### Interessiert?

Talak Tamang      talak\_trekkingguide@yahoo.com  
079 828 75 58      www.trifhuetten.ch

### Hasliberg:

#### ein Chalet zu vermieten

einfache, schöne 2-Zimmer-Wohnung.  
Ganzjährig. Freie Sicht auf Wetter- und Engelhörner.

Auskunft erteilt gerne:

Urs Weibel  
078 761 29 39  
oder urs.weibel@sunrise.ch

**Ihr kompetenter  
Natursteinspezialist**



**Schiefertafelfabrik Frutigen AG**  
**Naturstein Schiefer Granit**

- Küchenabdeckungen
- Cheminéeebänke
- Waschtische
- Tischplatten, etc.

**Lötschbergstrasse 18 Tel. 033 671 13 75**  
**3714 Frutigen Fax 033 671 42 72**  
**schiefertafelfabrik@sunrise.ch**  
**www.schiefer-granit.ch**

# Familienbergsteigen

## Eine perfekte Familienbergwoche auf der Geltenhütte

Familienbergsteigen fägt für Kinder und Eltern. Die Kinder motivieren sich gegenseitig, sie finden neue Freunde, sie haben Hemmungen zu jammern, sie können miteinander spielen. Die Eltern können die Führungs- und Sicherheitsverantwortung abgeben, sie können gemeinsam mit ihren Kindern Berge und Bergsport erleben, gleichzeitig aber auch unter Erwachsenen austauschen und ihre alpinistischen Fertigkeiten weiterentwickeln, sie müssen ihre Kinder nicht selbst motivieren. Gute Voraussetzungen für tolle Berg-erlebnisse!

Bei den von mir geleiteten FaBe-Anlässen sind mir – neben der immer vorrangigen Sicherheit – drei Dinge wichtig: Ganzheitlichkeit, klare Strukturen und Rituale. Ganzheitlichkeit bedeutet, dass neben dem Bergsport auch anderes Platz findet, zuallererst das bewusste Erleben der Bergnatur, aber auch Spielen, Austauschen, Zeichnen, Geschichten, Besinnliches. Klare Strukturen helfen sowohl den Kindern als auch den Eltern, sich zurechtzufinden und ihre Bedürfnisse einzuordnen. So ist etwa meine Vorgabe für die Kinder bei Bergwochen «am nüni pitschelet und zähnputzlet im Bett, parat für d'Gschicht» schon fast ein geflügeltes Wort geworden. So gibts keine täglichen Diskussionen über wer wann in die Klappe muss, die Eltern wissen, dass sie um 21 Uhr etwas Zeit für sich haben, und die Hüttenwarte sind dankbar, dass ab 21 Uhr Ruhe im Stall ist. Kleine Rituale bilden Orientierungspunkte und Möglichkeiten für zusätzliche Erlebnisse. Für alle ist bald klar, dass es beim Frühstück eine «Morgenpost» und beim Abendessen eine «Abendpost» gibt. Oder: Eine kleine tägliche «Wettershow» am Abend macht viel mehr Spass als einfach das

nüchterne Erwähnen der Wetterprognosen.

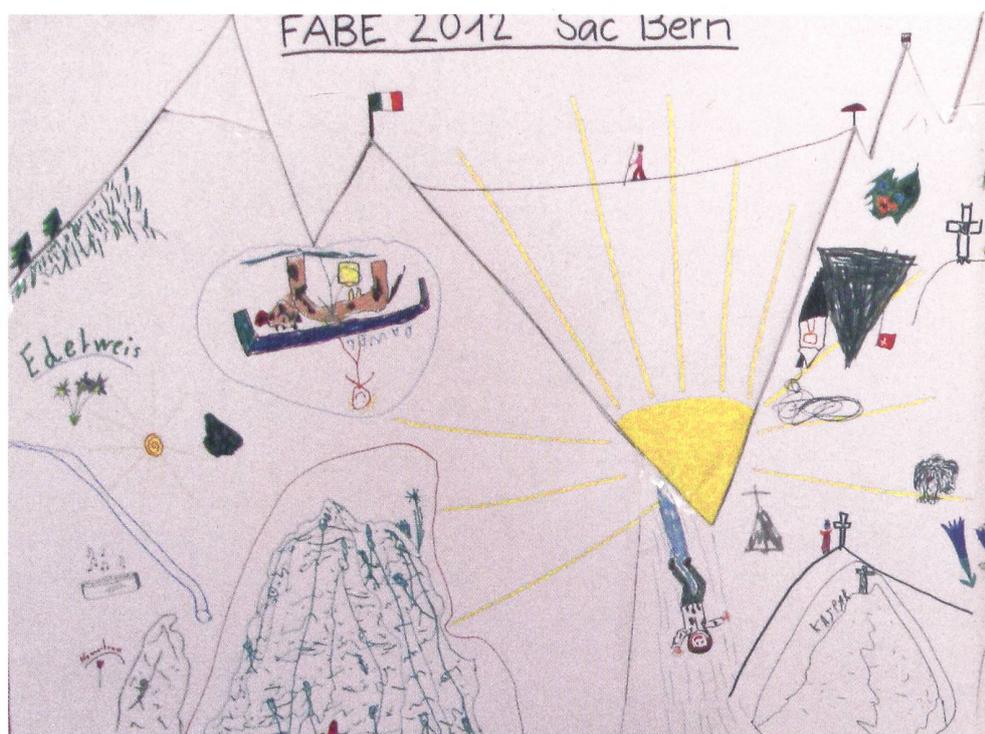
Diesen Sommer führten wir die Sommerbergwoche für Anfänger vom 8. bis 13. Juli in der Geltenhütte ob Lauenen durch. Wie schon in den letzten Jahren in der Silvretta- und der Lämmerenhütte fanden wir auch dort mit Marianne und Ueli ein tolles Hütten-

wartspaar mit viel Verständnis für die besonderen Anliegen einer FaBe-Woche. Ziemliches Wetterglück trotz durchgezogenen Prognosen sowie die beiden fantastischen Mitleiterinnen Rhea Matter und Susanne Baumann liessen diese Woche perfekt gelingen – hier eine kleine Bildreportage:

Jürg Meyer, Leiter FaBe SAC Bern/Bergführer



An den Jägersteinen im Furggentäli lässt sich wunderbar spielerisch Kraxeln und Klettern üben.



Die FaBe Sommerbergwoche 2012 in dem von den Kindern gezeichneten Wochenpanorama – dieses zielt nun als Sommerbild 2012 eine Wand im Aufenthaltsraum der Geltenhütte.



Die erste grosse Tour gleich am zweiten Tag. Auf den letzten Metern zum Arpelstock (3036 m) wird ein Schlussspurt hingelegt – nicht ganz lehrbuchkonform, aber gefahrlos und lustig.



Freude herrscht über den ersten gemeinsam bestiegenen Gipfel des Arpelstocks – für die Kleinsten, 6- bis 8-Jährigen, eine beachtliche Leistung.



Nach der Tour haben die Eltern Zeit für sich, während die Kids als Erstes und voller Eifer ihre Leistungen und Beobachtungen in der grossen Tabelle in der Hütte eintragen.



Nach Trockenübungen in Abseiltechnik bei der Hütte wird das Gelernte an einem mächtig überhängenden Felszahn hoch oben im Furgentäli in der Praxis mit viel Spass erprobt.





In der Hütte ist immer wieder Spielen angesagt, das derzeit sehr beliebte «Werwölfe» hält die Kinder lange im Bann.



Während die Eltern und die Grösseren aufs Wildhorn steigen, ist für die andern ein beschaulich-spielerischer Tag angesagt, mit Botanisieren, Lupisieren, Teekräutersammeln, Schneeballschlachten, Versteckis im Schratzenkalk, Plegere und Munggen beobachten...



... oder dem Ausprobieren altväterischer Alpinetchniken wie der Bauchbremse.



Am Spätnachmittag finden sich dann alle wieder unter der gemeinsamen Eiskaltdusche am Geltenbach. Kindern in Gruppen ist kein Alpingewässer zu kalt – letztes Jahr auf der Lämmerenhütte wurde gar bei Schneegestöber im Seelein gebadet!



Am Abend werden fünf verschiedene Tees aus selbst gesammelten Alpenkräutern degustiert und erraten.



Was der Wetterfrosch Rhea wohl heute wieder für eine Show abzieht? Das ist wichtiger als die Wetterprognose selbst...



Am letzten Tag wird nochmals geklettert, was das Zeug hält, auch Vorstieg ist angesagt, je nach Situation auch noch mit unkonventioneller Unterstützung.



Zwischen zwei Riesenblöcken kann das Kaminklettern in extremis geübt werden, eine Technik, welche man in der Kletterhalle nicht lernen kann.