

**Zeitschrift:** Clubnachrichten / Schweizer Alpen-Club Sektion Bern  
**Herausgeber:** Schweizer Alpen-Club Sektion Bern  
**Band:** 93 (2015)  
**Heft:** 2

**Rubrik:** Tourenberichte

#### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. 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. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

#### **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. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

#### **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. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 14.01.2026

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

# Tourenberichte



Olivier am Fixseil beim Abstieg von der Senggchuppe. Bild: Martin Balmer

Veteranen

# Lawineninstruktion

Tagesskitour der Veteranen mit Lawineninstruktion am 8. Januar 2015 auf dem Jaunpass.



Die etwas spezielle Tagesskitour: Lawinenkunde im Trocken bei Ovo und Gipfeli.

Am 8. Januar 2015 führte Hans Gnädinger mit rund zehn Kameraden einen Informationstag über Lawinenhunde und Rettungsmassnahmen bei einem Lawinenunglück auf dem Jaunpass im Restaurant Taverne durch. Da die Teilnehmer dermassen interessiert an den Instruktionen waren, mussten wir leichten Herzens auf die kurze Skitour verzichten, die am Nachmittag noch vorgesehen war.

Referentinnen des Tages waren Frau Lilo Fracheboud, Lawinenhundeausbildnerin aus Konolfingen mit ihrem Lawinenhund Skip (der im theoretischen Teil nicht zu Wort kam), und Frau Dr. med. Lucretia Herwig, die auch als Einsatzärztin für die Regabasis in Zweisimmen arbeitet.

Die Informationen zeigten uns wieder einmal eindrücklich, worauf es im Falle eines Lawinenunglücks ankommt. Einiges davon möchte ich hier nochmals kurz ausführen.

## Lawinenhunde

In einem ersten theoretischen Teil führte uns Lilo Fracheboud in die faszinierende Welt der Lawinenhunde und ihrer Ausbildung ein. Es gehört eine grosse Portion Engagement, Aufwand und Begeisterung dazu, einen Hund ab ca. acht Monaten

während zwei bis drei Jahren zu einem einsatzfähigen Lawinenhund auszubilden. Lilo erzählte uns, wie die Ausbildung von einfachen zu schwierigen Suchaufgaben vor sich geht. Dabei spielt die Freude und Begeisterung des Hundes für seine Aufgaben und die Belohnungen (Cervelat, Spielzeug), die jeweils winken, eine grosse Rolle. Wöchentlich sollte mit den Hunden trainiert werden, meinte Lilo.

Für mich verblüffend und absolut faszinierend ist die Leistung der Hundenase, die unsere menschliche Vorstellungskraft übersteigt. Jedenfalls ist ein gut ausgebildeter Lawinenhund in der Lage, in zehn Minuten eine Fläche von 10000 Quadratmetern abzusuchen. Am Nachmittag sahen wir dann, in welchem Tempo der Labrador Skip die Fläche absuchte, zwei vergrabene Rucksäcke ortete und durch intensives Scharren anzeigt und ausgrub. Da kann man nur staunen und sieht, wie ein Lawinenhund hier «Übermenschliches» leistet.

## Die Rettung

Im zweiten theoretischen Teil führte uns die junge Ärztin Lucretia Herwig aus Thun in einige grundlegende Fakten zur Rettung bei Lawinenunfällen ein. Dies kann man

wohl an vielen Orten nachlesen, sie aber von einer Notfallärztin live zu vernehmen und Fragen stellen zu können, ist schon sehr viel wirkungsvoller.

Man unterscheidet bei einem Lawinenunglück Teilverschüttete (75%) und Ganzverschüttete (25%). Zuerst rettet man die Teilverschütteten, da deren Überlebenschancen sehr gross sind (96%) und die Rettung rasch geht. Bei Ganzverschütteten ist die Situation viel gravierender. Die Ganzverschütteten muss man zuerst einmal finden. Dabei spielt der Faktor Zeit zwischen Verschüttung (Lawinenniedergang) und dem Zeitpunkt der Freilegung des Gesichts eine entscheidende Rolle.

Wie Lucretia immer wieder erwähnte, ist es für Rettungsleute entscheidend zu wissen, ob der Ganzverschüttete eine Atemhöhle hatte (d.h. einen kleinen Hohlräum um Mund und Nase, der ihm erlaubte, zu atmen), also ob er atmen konnte in der Zeit, bis er gefunden wurde. Das Wort Atemhöhle war für mich neu und dessen enorme Bedeutung ebenso. Denn von den Ganzverschütteten erleiden rund 50% den Tod. Die Todesursachen teilen sich wiederum auf in ca. 50% Tod durch Ersticken, ca. 45% Tod infolge Verletzungen und nur 5% Tod wegen Unterkühlung. Stellt man beim Freilegen fest, dass der Ganzverschüttete eine Atemhöhle hat, so sind Reanimationsmassnahmen sinnvoll und anzuwenden. Falls er jedoch keine Atemhöhle hatte, so ist er wahrscheinlich nach 15–30 Minuten schon erstickt, und reanimieren wäre sinnlos, ja eher kontraproduktiv (Hirn schwer beschädigt). Wenn man den Ganzverschütteten also ausgräbt, so muss man die Frage «Atemhöhle JA oder NEIN?» unbedingt den Rettungskräften beantworten können, ebenso den sehr wichtigen *Zeitpunkt der Verschüttung* und der *Freilegung*. Ist diese Zeitspanne kleiner als 35 Minuten, so ist der Verschüttete noch nicht unterkühlt und Rettungsmassnahmen erfolgversprechend.

Die Notärztin erklärte uns auch, welche grosse Rettungsmaschinerie dann ins Rollen kommt, die auf die genauen An-

ben der Personen, die nach dem Lawinenunglück die Verschütteten ausgruben, angewiesen sind.

Es war uns allen mit der Zeit klar geworden, wie sehr es bei einem Lawinenunglück auf rasches, richtiges Handeln ankommt, und dass dies nicht selbstverständlich ist.

Noch einen weiteren Begriff brachte Lucretia ins Spiel: Bergungstod (siehe Wikipedia für genaues darüber). Dabei handelt es sich, wie ich verstand, darum, dass ein Geborgener kurz nach der Bergung stirbt, oft weil er falsch gelagert wurde, und ihm dabei sehr kaltes Blut aus den kalten Extremitäten ins relativ warme Herz und die inneren Organe fliesst, was einen Schock auslösen kann. Also sehr aufpassen beim Umlagern des Geborgenen.

Ich muss hier bei allen Lesern um Verständnis bitten, dass ich als Laie diese Dinge beschreibe und dabei wohl den wissenschaftlichen Anforderungen nicht genügen kann. Es geht mir aber eher um die Wiedergabe meines grossen Eindrucks, den ich bei diesen Ausführungen erlebte.

### Praktische Übungen

Nach dem theoretischen Teil fanden zwei praktische Übungen statt. Als Erstes demonstrierte Lilo mit ihrem Lawinenhund, wie eine Suche mit Hund vor sich geht. Das war faszinierend. Nach links und rechts rennend sucht der Hund den Hang ab, dabei genau den Anweisungen gehorchnend. Die beiden eingegrabenen Rucksäcklein hatte er im Nu ausgebuddelt. Im zweiten Teil, unter der Leitung von Lucretia, mussten wir eine vergrabene Puppe mit LVS suchen, beurteilen, ob sie eine Atemhöhle hatte und dann reanimieren. Je eine Person machte die Mund-zu-Mund-Beatmung, die anderen pressten den Brustkorb mit einer Frequenz von 100 pro Minute. Das ist anstrengend, muss aber lange durchgeführt werden. Bei einer Heliopferrettung wird das mit einer speziellen Maschine bis auf die Notfallstation des Spitals erledigt.

Nach dem Mittagessen war es dann schon zu spät für eine kleine Skitour, die den Namen Tour kaum verdient hätte, und wir

verabschiedeten uns von den beiden Frauen, die uns so wichtige Informationen zu zwei Aspekten der Lawinenrettung vermittelt hatten. Unser Dank geht an Lilo Fracheboud und Dr. med. Lucretia Herwig sowie an den Organisator dieses spannenden und lehrreichen Tages auf dem Jaunpass, Hans Gnädinger.

**Tourenleitung:** Hans Gnädinger, Lucretia Herwig (REGA-Ärztin), Lilo Fracheboud (Lawinenhundeführerin)

**Teilnehmer:** Hans Jürg Baur, Christian Brunold, Ernst Burger, Bruno Fuss, Francis Jeanrichard, Heinz Kaderli, Martin Keller, Tobias Ledergerber, Margrit Schläppi, Josef Vonlanthen, Hannes Wettstein  
**Bericht:** Tobias Ledergerber

## HOTEL POST BIVIO



Hotel Post,  
das Hotel am  
Julierpass.

### Bivio

Ein grosses Wandergebiet in der Schweiz, im schönen Park Ela.

#### Wandertage...

...unter der Leitung von BAW Wanderleiter Sep Antona Bergamin.

Die Wanderungen führen Sie über historische Passübergänge, über den geologischen Wanderpfad, zu Hochmooren und Flachmooren bis hin zur Wasserscheide Europas und dies in einer einmaligen Flora und Fauna.

#### 3 Tages-Wanderungen

9. bis 12. Juli 2015

28. bis 31. Juli 2015

speziell auch für sportliche Seniorinnen und Senioren

13. bis 16. August 2015

17. bis 20. September 2015

speziell auch für sportliche Seniorinnen und Senioren

1. bis 4. Oktober 2015

speziell auch für sportliche Seniorinnen und Senioren

Preis pro Person im Doppelzimmer CHF 590.- inkl. HP und Wanderleiter

Der Einzelzimmerzuschlag auf alle Preise beträgt CHF 22.- pro Tag.

In der Sauna können Sie sich nach der Tour schön entspannen und in unserer gemütlichen Arvenstube lassen Sie bei einem schmackhaften Abendessen den Tag Revue passieren.

Sie werden sich wohl fühlen bei uns. Wir freuen uns auf Sie!

Für detaillierte Auskünfte stehen wir Ihnen jederzeit gerne zur Verfügung.

9. bis 14. August 2015

**Be Weg ungs** Woche, Gymnastik, Tanz, Wandern  
vom 9.8. bis 14.8.2015 mit Nina Berger

Martina Lanz, Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter

Tel. 081 659 10 00 oder mail@hotelpost-bivio.ch / www.hotelpost-bivio.ch

**Bivio:** klein und fein. Im Winter nicht nur ein grossartiges Skitourengebiet, sondern auch ein ideales Familien-Skigebiet mit breiten, übersichtlichen Pisten bis ins Dorf.

## KLETTERSCHULE

### DATEN 2015:

#### TROUBLESHOOTING

14.06.2015

29.08.2015

#### CLEAN CLIMBING

13.06.2015

27.06.2015

30.08.2015

17.10.2015

#### STURZTRAINING

13.06.2015

25.07.2015

kletterschule.ch

## Schritt für Schritt

# Von der Theorie zur Praxis

*Einführungskurs Skitouren in Bivio vom 28. Januar bis 1. Februar 2015.*

Bahnhof Bern, ein Mittwochmorgen im Januar, Pendlerzeit. Jede Menge verschlafen wirkende Menschen in Anzügen und mit schicken Handtaschen quetschen sich in den vollen Intercity nach Zürich. Mitten drin einige in farbige Outdoor-Klamotten gehüllte und mit grossen Rucksäcken und Tourenskiern bepackte Aussenseiter, die in Anbetracht der frühen Stunde überaus wach und motiviert wirken. Wer die Truppe etwas genauer mustern würde, dem würden unweigerlich die Mietskier ins Auge stechen. Bei der jungen Truppe handelt es sich nämlich durchwegs um Skitouren-Neulinge unterwegs in den Einführungskurs Skitouren in Bivio.

### Ins kalte Wasser geworfen

Fünf Stunden später deponieren wir unsere Ausrüstungen im Hotel Post in Bivio und spekulieren, was an diesem Nachmittag noch auf dem Programm stehen könnte. Theoretische Einführung? Lawinenkunde? LVS-Suchübung?

Sekunden später stehen Mischu Wirth und Petra Sieghart, unsere beiden Kursleiter, in der Tür und verkünden gut gelaunt, dass wir 20 Minuten später zur ersten Tour aufbrechen würden. Die vorgerückte Stunde sei in Anbetracht des tollen Wetters kein Grund, um diesen ersten Nachmittag drinnen zu verbringen! Die Gesichter einiger Teilnehmer können einen Anflug von Nervosität nicht verstecken. Was, jetzt schon los? Können wir das nicht auf morgen verschieben?

### Aller Anfang ist schwer

Kurze Zeit später stehen alle draussen und versuchen sich im Montieren der Felle. Was kommt jetzt vorne und hinten? Und wie stelle ich diese Bindung auf «Gehen» um? Und mache ich die Schuhe nun zu oder nicht?

Petra und Mischu geben geduldig Tipps und helfen wo nötig, bis alle bereit sind und wir bei strahlendem Sonnenschein losziehen. 2,5 Stunden später erreichen wir Crap da Radons und stellen bei eisiger Kälte und leichtem, aber dennoch ungemütlichem

Wind auf Abfahrt um. Petra macht uns mit einem kleinen Schauermärchen Mut für unsere Skitouren-Zukunft: «Also das ist ja noch gar nichts. Wenn's dann richtig stürmt, eisig kalt ist, ihr vor lauter Nebel nichts mehr seht, und die Felle beim Abnehmen zusammenkleben, ja dann ist's mühsam. Das hier ist angenehm!»

Im allerbesten Pulverschnee geht's anschliessend zurück ins Tal. Obwohl der eine oder andere eine engere Bekanntschaft mit dem Schnee schloss, als ihm lieb war, gibt's abends nur glückliche Gesichter. Das war ein toller Einstieg!

### Von der Theorie ...

Die nächsten beiden Tage ist das Wetter durchzogen, morgens Schneefall und nachmittags Wetterbesserung. So widmen wir uns jeweils vormittags der Theorie. Schneedeckenaufbau, Lawinenkunde, Tourenplanung und vieles andere mehr, bis die Köpfe rauchen. Mischu füllt während dieser fünf Tage einen halben Notizblock mit Skizzen zu Schneeverwehungen, Schneekristallen, Schneedecken usw. Falls er irgendwann genug von seinem Bergführerleben haben sollte, empfehlen wir ihm, auf eine Künstlerkarriere umzusetzen. Vielleicht mit eigenem Atelier?

### ... zur Praxis

Jeweils nachmittags wird das eben Gelernte im Schnee angewandt. Einmal bei einer kleinen Tour auf den Bleis Muntanella, anderntags bei LVS-Suchübung, Schneeprofil-Graben und Rutschkeil-Erstellung. Petra stürzt sich von uns bewundert wagemutig auf den Block, nur um sich kurze Zeit später inmitten der abgerutschten Schneemassen wiederzufinden. Um zu erleben wie es ist, wenn nur noch Schnee um einen herum ist, lässt sich Nicole sogar von uns eingraben. Danach wird sie von jedem von uns unter dem Vorwand der Ausbildung mit der Lawinensonde dutzende Male gepeikt. Schliesslich müssen wir ja wissen, wie es sich anfühlt, wenn man mit der Sonde den Menschen aufgespürt hat!

### Saunaerfahrungen

Am frühen Abend ist dann jeweils Aufwärmen in der Sauna angesagt. Auch hier zeigt sich, wer schon Erfahrungen im Tourengehen hat: Während ich mich noch abmühe, die Tourenschuhe irgendwie von den Füßen loszubekommen, stürmen Petra und Mischu schon den Wellnessbereich. Die Saunaerlebnisse werden dann jeweils nach dem Abendessen lang und breit und mit grosser Empörung besprochen. Denn



Glücklich vereint auf der Roccabella.

offensichtlich gibt es unter den anderen Gästen einige Saunagrüsel ...

Um solch unangenehmen Saunaerlebnissen künftig vorzubeugen, startet Mischiu gemeinsam mit den beiden Ärztinnen unter den Teilnehmern die «Operation Abschreckung». Sobald ein potenzieller Saunagrüsel die Sauna betritt, wird solange über ekelhafte medizinische Themen diskutiert, bis der Grüsel den Rückzug antritt.

### Die Tücken der Tourenplanung

Doch zurück zum eigentlichen Kursinhalt, den Skitouren. Für den strahlend schönen Samstag haben wir die längste Tour der Woche geplant, Ziel ist die Roccabella. Alle freuen sich auf die Tour. Doch dann kommt es am Vorabend zum Ereignis, das unsere bisher überaus harmonische Gruppe beinahe entzweit. Nach ausführlichem Kartenstudium will Philipp wissen, weshalb wir nicht den Skilift nehmen könnten, um einen Teil der Gehstrecke abzukürzen und gleichzeitig eine tolle, zusätzliche Abfahrt geniessen zu können. Sofort wird aufs Heftigste diskutiert, ob man beim Skitouren den Lift nehmen dürfe, ob das Ziel der Woche Liftfahren sei, und die Abfahrt, die keiner von uns kennt, wird aufs Geratewohl schlechtgeredet (da ist sicher alles total vereist!). Unsere beiden Leiter versuchen sich möglichst neutral zu verhalten, was ihnen jedoch nur mässig gelingt, auch sie sind sich nicht einig. So kommt es schliesslich zum demokratischen Mehrheitsentscheid zugunsten der Wандерoption.

### Krönung der Woche: Tour auf die Roccabella

Am nächsten Tag marschieren wir im Schatten der Berge und in eisiger Kälte durch das kleine Tal, welches wir hätten abkürzen können, und schauen anderen Skifahrern zu, wie sie die prächtige und überhaupt nicht eisige Abfahrt geniessen, die wir ausgeschlagen haben. Selbstverständlich wird dies den Liftverweigerern den ganzen Tag lang vorgeworfen. Doch vom Streit sind alle weit entfernt. Schliesslich macht die Tour bei perfektem Wetter und prächtigem Schnee einfach viel zu viel Spass. Spätestens auf dem Gipfel beim Gruppenfoto sind alle gut gelaunt wiedervereint. Die anschliessende Abfahrt im perfekten Schnee schliesslich ist Freude pur. Und die Fortschritte sind klar erkennbar: Sowohl die Spitzkehren beim Aufstieg als auch die Schwünge bei der Abfahrt gelingen wesentlich besser als noch am ersten Tag. Super!

### Gelungener Abschluss

Am letzten Tag holen wir schliesslich die Liftabfahrt doch noch nach und hängen einen zweistündigen Aufstieg auf einen kleinen Gipfel an. Beim späteren gemütlichen Zmittagshalt unterwegs zurück ins Dorf sind sich alle einig: Das war eine absolut perfekte Einsteigerwoche! Wir freuen uns, die soeben gelernten Kenntnisse auf der einen oder anderen SAC-Tour anwenden zu können. In diesem Sinne: Bis bald!

**Leiter:** Mischi Wirth, Petra Sieghart

**Teilnehmer:** Philipp Gauch, Nicole Hawlitzky, Fanny Hildenbrand, Anita Langenegger, Christian Schmid, Christina von Rütte

**Text:** Christina von Rütte, **Foto:** Philipp Gauch

**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**



Spitzkehren bis zum Abwinken.

Senioren

## Winterhore über die Nordseite

*Skitour am Mittwoch, 11. Februar 2015.*

«In den Voralpen rassig unterwegs im Sonnenschein und Pulverschnee mit Beat Schläppi», so stand es geschrieben im Jahresprogramm. Und so lautete der Text im Infomail für die Angemeldeten: «Ich habe mich entschlossen, mit euch das Winterhore über die Nordseite zu bestiegen. Diese Tour ist nicht in der Skitourenkarte eingetragen, wird aber im Skitourenführer Berner Alpen West beschrieben und als ZS+ taxiert. Es ist eine sehr anspruchsvolle und lange Tour, aber sowohl im Aufstieg wie in der Abfahrt sehr lohnend.» Weiter war da zu lesen: «Da wir bis Sonntag Gefahrenstufe 3 für Lawinen hatten, nehme ich an, das wir zumindest vom hinteren Chirel aus spuren müssen. Damit nicht einer alleine spuren muss, werden wir uns abwechseln. Aufstieg = 1500 Höhenmeter. Mit Spuren rechne ich eine Aufstiegszeit zwischen 5 und 6 Stunden.» Und die rhetorische Feststellung: «Ich hoffe, dass ihr mit meinem Vorschlag einverstanden seid.»

Ja dann, werden die Angemeldeten gedacht haben, früh zu Bett und Ovomaltine zum Zmorge werden schon mal sinnvoll sein. Und bei Touren mit Beat weiß man ja, was

das heißt! Nämlich Exklusivität, spezielle Gipfel, schöne Hänge und vor allem souveräne Führung.

### Was ist dahinter verborgen?

- Früh aufstehen, Abfahrt in Bern um 7.00 Uhr. Früh loslaufen im kalten Diemtigtal, wir sind im Hick, meinte Beat, 2 Minuten vor 8 Uhr. Gemütliches Einlaufen, mit Blick auf das Winterhore, welches von der Sonne beschienen wird.
  - Lagebesprechung beim Schiessplatz Chirel und einige verstohlen zweifelnde Blicke zur Route. Zügiges Vorankommen zum Couloir.
  - Spitzkehren bis zum Abwinken im Couloir. Skis aufbinden, Tritte ins Eis pickeln und hochkraxeln, stampfen, rutschen aufs «Bödeli».
  - Abwechselndes Spuren am «Wysse Schopf» vorbei zum oberen Couloir. Kampf mit dem hartgefrorenen Untergrund im oberen Couloir.
  - Harscheisen montieren, sorgfältiges Queren des Couloirs. Wieder im Schnee, Spuren im Wechsel, der Sonne entgegen.
  - Glückliche Ankunft auf dem Gipfel des Winterhore. Wir sind wieder im Hick,
- sagt Beat, 6 Stunden mit «spuren» auf den Gipfel! Happy Teilnehmer, gratulieren, küssen und Panorama bestaunen.
- Pulver und nochmals Pulver, unberührte Hänge, wundervolle Stimmung.
- Das gefrorene obere Couloir kann durch einen wunderbaren Pulverhang umfahren werden. Das untere Couloir wird seitlich rutschend von allen fehlerfrei befahren.
- Der Weg vom Chirel zum Feissebode ist dank der Kälte glasig und dadurch «fahrig».
- Fazit: Beat und alle Teilnehmer sind glücklich, zufrieden und verdientmassen auch stolz über ihre Leistung! Die Tour, der Tag waren ein voller Erfolg und werden sicher allen noch lange in Erinnerung bleiben!

**Tourenleiter:** Beat Schläppi

**Teilnehmer:** Lisa Bärtschi, Christian Knechtli, Luzius Liebendorfer, Fritz Marthaler, Beatrice Stebler, Doris Wyssmüller

**Bericht:** Beatrice Stebler



## **SONDERKONDITIONEN FÜR ALLE MITGLIEDER DES SAC BERN**

- 200.-\*** Preisreduktion auf Stöckli-Elektrobike „e.t.“  
Zusätzlich Eurorabatt CHF 300 – 500 je nach Akkugrösse
- 15%\*** Bike (ausgenommen E-Bikes)
- 15%\*** Textilien und Hartwaren der Marke Stöckli
- 15%\*** Stöckli-Ski (ausgenommen Kinder Ski-Set)
- 10%\*** Ski-Bindungen
- 10%\*** Restliches Sortiment

\*zusätzlich 5% Stöckli-Bonus

**Kommen Sie vom 20.Mai 2015 bis am 20. Juni 2015 in Ittigen vorbei, bringen Sie dieses Schreiben mit und profitieren Sie mit nachstehendem EAN-Code vom grosszügigen Angebot!**



Dieses Schreiben muss bei jedem Einkauf mitgebracht werden und ist nicht übertragbar!

*Diese Konditionen gelten nicht für Sonderbestellungen oder bereits reduzierte Artikel und sind nicht mit anderen Aktionen oder Rabatten kumulierbar. Der Voucher ist ausschliesslich in Stöckli Filialen einlösbar.*

**stoeckli.ch**

Cham, Heimberg, Ittigen, Kloten, Niederlenz, St.-Légier,  
Wil, Wolhusen, Zuchwil, Engelberg, Sörenberg

**STÖCKLI**  
*outdoor sports*

## Aktive

# Ringelspitz, Hausstock und Gross Chärf

*Skihochtour in der Ostschweiz vom 12. bis 15. März 2015.*

## Skitour Ringelspitz 3247 m

Bei prächtigem Wetter montieren wir kurz hinter Vättis die Skis und gelangen via Kunkelkpass auf dem Sommerweg zur Ringelspitzhütte (2000 m). Wir richten uns im Winterraum gemütlich ein. Vom Esstisch aus sehen wir den weit entfernten Ringelspitz in der Abendsonne am nördlichen Horizont leuchten.

Morgens um 6.00 Uhr nehmen wir den weiten Weg über den Louibach und Augstenberg Richtung Sandböden sehr zügig unter die Felle und können bestätigen, dass gemäss Skitourenführer «alpine Erfahrung und sichere Verhältnisse» Voraussetzung für diese anspruchsvolle Skitour sind. Auf ca. 3050 m steigen wir durch eine 45 Grad steile Schneerinne in festem Trittschnee auf den Ringelfirn hoch und gelangen von hier über die Nordseite exponiert über die NE-Kante in schwieriger Kletterei zum höchsten St. Galler Gipfelkreuz! Mit dem 30-m-Abseilen direkt nach Norden sparen wir uns die gefürchtete Abkletterei und steigen, von Tinu mittels Geländerseil gesichert, durchs steile Couloir zum Skidepot ab. Was folgt, ist genial: Abfahrt in unverspurten Pulverhängen bis auf die Höhe der Ringelspitzhütte und danach auf direkter Linie nach Oberkunkels durch Wald und auf zugeschneiten Waldwegen.

In Flims führt uns eine der letzten Gondeln zur Mittelstation Crap Sogn Gion (2213 m). Im Gegensatz zur idyllischen Ringelspitzhütte herrscht hier am Freitagabend Ramba-Zamba-Stimmung mit Hotel- und Barbetrieb bis weit in die Nacht hinein.

## Hausstock 3158 m mit Nordabfahrt

Beim ersten Tageslicht steigen wir die Piste hoch zur verwaisten Bergstation Crap Masegn (2472 m). Die ersten Sonnenstrahlen lassen eine durch Nebelschwaden auftauchende, 18 km weit entfernte Bergflanke rosa aufleuchten: unser Tagesziel, der Hausstock. Durch zügige Schrägabfahrten via Fops und Alp Vadials kombiniert mit mehrmaligen Aufstiegen, teilweise mit



Im Aufstieg auf den Ringelspitz.

Harscheisen, gelangen wir auf den Crap Tgjetschen (2624 m), den Panixerpass (2407 m) zu unseren Füssen erblickend. Hier treffen wir auf gespürtes Gelände, da von Norden her Skitüreler bereits am Aufsteigen sind. Der Gipfelhang wird je näher desto steiler. In der Frontansicht von Südost ist es kaum zu glauben, dass durch diese 40-Grad-Flanke eine Skiroute hochführt! Aber mit beharrlichem Schritt in perfekter Spur gelangen wir sicher auf den Gipfel. Alex und Max stechen als Vorübung auf die geplante Nordflanke mit Skis vom Gipfelkreuz in den nebeldurchsetzten Steilhang. Ja, diese Nordflanke hat Tinu bereits im Vorjahr von der Erbshütte aus ausgekundschaftet, da sie in keinem Skitourenführer verzeichnet ist. Diese bis zu 50 Grad steile Abfahrt erspart uns den langen Umweg mit Gegenanstieg via Panixerpass, bedingt aber ein erneutes 30-m-Abseilen über die Gratkante ins steile Schneecouloir, wo das An schnallen der Skis unsere volle Aufmerksamkeit erfordert. Einmal auf Skis, wird mir bedeutend wohler und alle vier schwingen oder rutschen konzentriert im Presspulver dem Talgrund entgegen. Das Ansetzen des Schwunges, das Sich-Herauslösen aus dem steilen Hang gibt einem für einen kurzen Moment das Gefühl der Überwindung der Schwerkraft. Aber «umfliegen» ist nicht gestattet in diesem abschüssigen Gelände. Weiter unten löst sich die Spannung und unsere Schwünge werden länger und

weicher. Bald stellt sich auf dem Alpli die Frage, wie die weiter unten laufenden Felsbänder sicher durchfahren werden können. Martin findet einen Durchschlupf und so gelangen wir den dunklen Geschosskratern des Militärs ausweichend (Schies platz Wichel/Elm) nach erneutem Aufstieg am Gegenhang am späten Nachmittag zur Erbshütte des Skiclubs Elm (1690 m).

## Gross Chärf 2794 m zwischen Gefrorenem und Sulz

Hinter der Hütte führt eine eisige, viel zu steile Spur hoch. Wir trösten uns mit der langsam wärmenden Sonne, die uns den mittäglichen Sulzschnee bescheren soll. Sorge bereiten uns die Felsbänder des Gipfelaufbaus, die sicheres Skibergsteigen in den ausgesetzten Stellen verlangen. Schliesslich gelangen wir unter dem Chärfptor traversierend zum Skidepot. Durch festen Trittschnee geht es wie auf einer Leiter hoch zum Gipfel, der uns eine hervorragende Aussicht bietet. Martin findet im Süden des Chärfps unverfahrene Hänge, die uns Fahrgenuss bescheren. Unglaublich, was man in so kurzer Zeit alles erleben kann!

### Tourenleitung:

Martin Gerber, Bergführer (Foto)

**Teilnehmer:** Alex Willmann,  
Max H. Leu (Bericht), Katja Buholzer

# Aus (z')Morgenhorn wird Frühstücksplatz

*Skitour der JO Bern vom 28. März 2015.*

Wir treffen uns früh am Morgen am Bahnhof Bern, der grosse Ansturm auf den Gipfel scheint schon hier zu beginnen. Via Spiez und Frutigen wird es im öV dann tatsächlich immer enger. Auf der Engstligenalp angekommen, strahlt uns die Sonne entgegen – zum Glück haben wir uns die Laune von der mässigen Wetterprognose nicht verderben lassen. Die eintägige Alternative zur ursprünglich geplanten Tour aufs Morgenhorn (Blüm lisalp) lässt Gutes erahnen.

Wir sind hochmotiviert und starten im Eiltempo. So überschreiten wir die Fläche zackig zum steilen Anstieg Richtung Grossstrubel. Auf die Frage, ob das Tempo so stimme, antworten alle mit «Ja». So überwinden wir die ersten 600 Höhenmeter und legen dann eine erste kurze Rast ein. Neuen Mutes geht es nun weiter Richtung Frühstücksplatz. Unterwegs überholen wir den SAC-xy bevor wir zur technischen Schlüsselstelle des Tages gelangen – der Zustieg zum Frühstücksplatz. Die Skier auf den Rucksack geschnallt, überwinden wir die Steilstufe problemlos. Dies ist sicherlich auch der Karawane vor uns zu verdanken, welche ein super Trassee und Fussstapfen hinterlassen hat. Nach einer weiteren kurzen Zwischenverpflegung und einer zusätzlichen Kleiderschicht gegen die plötzlich steife Bise treten wir den Gipfelsturm an. Es sind nur noch knapp 350 Höhenmeter zu überwinden. Mittlerweile haben sich einige Schleier vor die Sonne geschoben und es fühlt sich alles etwas unwirtlicher an. Hinzu kommen die blau schimmernden Spalten des Ammertengletschers. Jetzt sind wir definitiv im Hochgebirge angekommen.

Vom Grossstrubel auf 3245 m ü.M. aus staunen wir hinunter zur Gemmi, rüber ins Wallis und bis in die Juraketten. Die Gipfeleuphorie wird allerdings schon bald von der Vorfreude auf die gut 2000 Höhenmeter Abfahrt überholt. Zudem drängt uns der kalte Wind, nicht zu lange auf dem Gipfel zu verweilen. Nach den ersten traumhaften Hängen, es hat genügend Platz und unverfahrenen Stellen für alle,



Viel Trubel am Strubel.

vor eindrücklichster Gebirgslandschaft erreichen wir einen windstillen Picknickplatz. Da der SAC-xy schon bald aufschliesst und wir uns auf unverfahrenen Hänge gefreut haben, fällt unsere Pause allerdings relativ kurz aus. Dies zahlt sich schon im nächsten Hang aus. Nach einem weiteren schier endlosen Pulverhang werden der Schnee wie auch unsere Beine langsam schwer. Die etwas längeren Verschnaufpausen zahlen sich jedoch aus, so haben wir Zeit, das eindrücklich verwinckelte Ammertetal doch noch etwas bewusster wahrzunehmen.

Trotz des immer knapper werdenden Schnees müssen wir die Skier auch entlang der Simmenfälle nur wenige Male tragen, bevor wir um 14.18 Uhr (Bus Richtung Lenk um 14.20 Uhr) die Bushaltestelle Simmenfälle erreichen. Dank des guten Zeitplanes und dem zügigen Tempo sind wir pünktlich aufs Abendessen wieder in Bern.

**Leiter:** Samuel Neuenschwander,  
Laura Mosimann, Konrad Gasser  
**Teilnehmer:** Julia Furrer, Anaïs Jaquier,  
Lena Schmutz, Alain Bühlmann,  
Lukas Reinhard, Simon Stocker

→ Weitere Tourenberichte auf  
[www.sac-bern.ch](http://www.sac-bern.ch) > Touren >  
Tourenberichte

## Impressum

Bern, Nr. 2-2015, 93. Jahrgang,  
Erscheint 4-mal jährlich  
Verantwortliche Redaktorin:  
Barbara Gruber, Tel. 079 277 79 45  
Zustellung an alle Sektionsmitglieder  
ISSN-Nummer: 1662-6761

**Redaktion**  
Text- und Bildbeiträge an SAC Sektion Bern  
Postfach, 3000 Bern 7,  
[redaktion-cn@sac-bern.ch](mailto:redaktion-cn@sac-bern.ch)

Die männliche Schreibweise schliesst,  
wo nicht anders erwähnt, automatisch  
beide Geschlechter ein.

Layout, Gestaltung, Druck, Versand  
Rub Media AG, Postfach, 3001 Bern  
Tel. 031 380 14 80  
E-Mail: [info@rubmedia.ch](mailto:info@rubmedia.ch)

**Inseratenannahme**  
Rub Media AG, Postfach, 3001 Bern  
Elsbeth Gruber, 031 380 13 23  
E-Mail: [zeitschriftenverlag@rubmedia.ch](mailto:zeitschriftenverlag@rubmedia.ch)

Adressänderungen, Eintritte/Austritte,  
Todesfälle an:  
Marcel Schafer, Mitgliederverwaltung,  
Hofmatt 150, CH-1715 Alterswil  
079 443 13 22, [mgv@sac-bern.ch](mailto:mgv@sac-bern.ch)  
oder online via Homepage:  
[www.sac-bern.ch](http://www.sac-bern.ch)

Nr. 3-2015  
Erscheinungsdatum: 19. August 2015  
Redaktionsschluss: 17. Juli 2015  
Redaktion: Barbara Gruber  
Tel. 079 277 79 45



# EISELIN SPORT

1954

Luzern · Bern · D-Lörrach/Basel  
Dubai ARAB EMIRATES · Kathmandu NEPAL

Monbijoustrasse 6, 3011 Bern

Tel. 031 381 76 76, Fax 031 381 88 57  
eiselinsport@eiselinsport.ch

Der Ski/Bergsport Spezialist

Online-Shop: € € € !!!  
[www.eiselinsport.de](http://www.eiselinsport.de)

Eine Auswahl aus  
unserem Sortiment  
% % %



# KEINE GRENZEN MIT DER RICHTIGEN AUSRÜSTUNG



**Bergsport ist eine lebenslange Leidenschaft.**

Alles, was Sie brauchen, finden Sie bei Bächli Bergsport:  
Die grösste Auswahl von Bergsportartikeln in der Schweiz,  
sportliche Beratung, wegweisenden Service und faire Preise.

**BÄCHLI BERGSPORT**

Waldhöheweg 1  
3013 Bern-Breitenrain  
Tel. 031 330 80 80  
Fax 031 330 80 82  
[bern@baechli-bergsport.ch](mailto:bern@baechli-bergsport.ch)

**ONLINESHOP**

[www.baechli-bergsport.ch](http://www.baechli-bergsport.ch)



**BÄCHLI**  
BERGSPORT