

**Zeitschrift:** Clubnachrichten / Schweizer Alpen-Club Sektion Bern  
**Herausgeber:** Schweizer Alpen-Club Sektion Bern  
**Band:** 102 (2024)  
**Heft:** 3  
  
**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:** 02.01.2026

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



# Tourenberichte

*Hochtourenwochenende Pointes du Mourti und Überschreitung Pigne de la Lé. Den Tourenbericht findest du auf der Webseite.*

*Bild: Heinz Kasper.*







Frühlingsanemone.



Himmelsleiter.



Breitblättrige Primel.

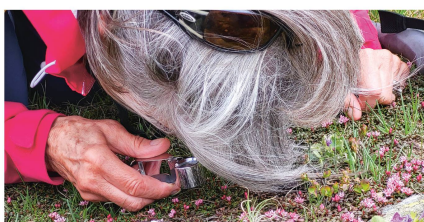
## Den Geheimnissen der Pflanzen auf der Spur

*Botanikwoche in Samedan, 24. bis 29. Juni 2024*

Zuerst eine Frage: Was könnte das sein, wenn eine kleine Menschengruppe am Rand einer Blumenwiese dicht beieinandersteht und etwas anschaut – oder im äussersten Fall auf dem Boden liegt und mit kleinen Lupen winzige Pflanzen beobachtet? Es sind nicht Anhänger:innen irgendwelcher religiöser Praktiken, sondern pflanzenbegeisterte Leute aus dem SAC Bern, die mit Heidi Kohler zum Botanisieren unterwegs sind und versuchen, den Geheimnissen der Pflanzen auf die Spur zu kommen.



Voller Einsatz mit der Lupe.



Christine bestaunt die Alpenazalee.

Die Botanisierwege führten uns von Samedan aus in die weitere und nähere Umgebung: in Morteratsch bis zum Morteratschgletscher (oder was davon noch übrig ist!), in Maloja in ein östlich gelegenes Flachmoor, von der Bernina Passhöhe über Sassal Mason hinunter zur Alp Grüm und zu den renaturierten Inn-Auen zwischen Samedan und Bever mit den zahlreichen geschützten und seltenen Pflanzen- und Tierarten.

Wo kann man zwölf verschiedene Orchideenarten auf einer einzigen Wanderung sehen? So erlebt auf dem Weg von St. Moritz hinauf nach Corviglia.

Was mich am meisten beeindruckt hat, ist die Vielfalt der Blumen und die von der Natur geschaffene Symbiose zwischen Pflanzen und Insekten. Es ist eine Gemeinschaft, die ohne unser Zutun wunderbar funktioniert und den Fortbestand des Lebens im Grossen ermöglicht. Dazu das Beispiel der Trollblume: Da nistet sich eine kleine Fliege in der Blume ein, bestäubt sie und garantiert deren Fortpflanzung. Aber das Insekt seinerseits überlebt nur dank der Trollblume, es bleibt dort drin und frisst Pollen und Nektar; dadurch kann sich zwar die Trollblume weniger zahlreich ausbreiten. Eine perfekte Symbiose!

Oder ist Ihnen der «Alpentragant» ein Begriff? Sie denken vielleicht an einen intriganten

Alpenbewohner oder an einen Alpenbewohner, der Lasten umherträgt? Weit gefehlt ... es ist eine weissliche, klee-ähnliche Bergblume. Das waren die Feinheiten der Botanikwoche.

Daneben kamen auch die Kulinarik, die Erholung und die Kameradschaft nicht zu kurz. Das Hotel Donatz in Samedan hat eine ausgezeichnete Küche und im Mineralbad des Dorfes (mit freiem Eintritt als Hotelgäste) konnten wir uns im bis zu 40 Grad warmen Wasser erholen!

Es war in jeder Hinsicht eine reiche Woche. Liebe Heidi, danke für deine perfekte Organisation und dein riesengrosses Wissen, das du mit uns geteilt hast.

Christine Nöthiger-Strahm

**Tourenleitung:** Heidi Kohler  
**Teilnehmer:innen:** Doris, Brigitte, Noldi, Anna, Jürg und Christine  
**Tourenbericht:** Christine Nöthiger-Strahm  
**Fotos:** Heidi Kohler





## Hochtouren Schritt für Schritt

*Von der Einführung ins Bergsteigen bis hin zur Anwendungstour – der Hochtourenkurs war eine intensive, lehrreiche und unvergessliche Erfahrung. Noch liegt viel Schnee in den Bergen, darum fand der Kurs «Hochtouren 1: Firn, Fels und Eis – (SfS-Kurs)» nicht wie geplant im Bernina-Gebiet, sondern auf der Sewenhütte im Urner Meiental statt.*

### Tag 1: Einführung und Klettergarten

Am Sonntag, dem 6. Juni 2024, begann unser Hochtourenkurs auf der Sewenhütte im Meiental (UR). Nach der Wanderung zur Hütte verbrachten wir den Tag im Klettergarten, wo wir das Klettern in Bergschuhen, die Seilhandhabung, das Sichern mit dem HMS, den Standbau sowie das Abseilen übten.

### Tag 2: Kurzes Seil und Ruderstock

Am nächsten Tag konzentrierten wir uns auf das Gehen am kurzen Seil inklusive Seilverkürzung. Anschliessend wendeten wir das Gelernte gleich an und machten eine Klettertour auf den Ruderstock. Zwischen den Seillängen kamen immer wieder Passagen am kurzen Seil. Nach einer kurzen

Pause auf dem Gipfel seilten wir über zwei Seillängen ab und übten beim Abstieg auf dem Firnfeld gleich noch die Pickelbremse. Zurück in der Hütte setzten wir uns noch einmal zusammen für die Tourenplanung. Für den nächsten Tag war eine Anwendungstour geplant, welche wir Schritt für Schritt gemeinsam planten. Wir prüften die angesagte Witterung und die geplante Route und legten die Schlüsselstellen fest, an denen wir über den weiteren Tourenverlauf entscheiden wollten.

### Tag 3: Anwendungstour auf den Bächenstock

Am Dienstag starteten wir früh und machten die Anwendungstour auf den Bächenstock (WS) gemäss unserer Tourenplanung. Es hatte noch sehr viel Schnee, daher zogen

wir nach einer Stunde die Steigeisen an. Während des Anziehens diskutierten wir den Routenverlauf und entschieden uns für den Aufstieg über das linke Couloir. Nach dem Couloir schauten wir uns in einer steilen Flanke auch noch die Frontzackentechnik an. Wir erreichten den Punkt 2614, unsere Schlüsselstelle, und diskutierten dort den weiteren Tourenverlauf. Da wir gut in der Zeit waren, das Wetter stabil aussah und sich alle Teilnehmer fit fühlten, entschieden wir uns für das geplante Tourenziel Bächenstock statt der Alternativroute auf den Spitzplaggenstock.

### Tag 4: Spaltenrettung und Selbstaufstieg

Am nächsten Tag übten wir die Spaltenrettung und den Selbstaufstieg sowie die





Witterung und Orientierung im Gelände. Am Abend schlug dann auch das Wetter um und die Föhnlage, welche uns bis jetzt trockenes Wetter beschert hatte, fiel zusammen.

### Tag 5: Abreise und Fazit

Am Abreisetag übten wir noch einmal die Spaltenrettung und bauten einen Stand um einen grossen Block, der geschätzt rund 108 Tonnen wog! Dann kehrten wir zur Hütte zurück, genossen noch einmal ein Stück vom besten Streuselkuchen und stiegen gerade noch trocken ab.

Die Woche war sehr lehrreich und spannend. Die Leitung war bestens und die Stimmung unter den Teilnehmenden sehr gut. Die Sewenhütte ist eine kleine, sehr gemütliche Hütte, typisch rund, weil von Eschenmoser geplant. Sie liegt in einem wunderschönen Gebiet oberhalb Meien. Rund um die Hütte

gibt es einiges zu machen, von Klettern bis zu Hochtouren ist alles dabei. Die Hüttenwarte haben uns bestens versorgt, nicht nur mit dem leckeren Streuselkuchen, sondern auch mit sehr feinem Znacht. Ein Ausflug in die Hütte ist sehr zu empfehlen. Das Topo der Touren und der Kletterei findet man neu auch in unserer SAC-Bibliothek.

### Impressum

Bern, Nr. 3-2024, 102. Jahrgang,  
Erscheint 4-mal jährlich  
Verantwortliche Redaktorin:  
Irene Rietmann  
Zustellung an alle Sektionsmitglieder  
ISSN-Nummer: 1662-6761

Redaktion  
Text- und Bildbeiträge an Sektion Bern SAC  
Brunngasse 36, 3011 Bern  
redaktion@sac-bern.ch

Layout, Gestaltung, Druck, Versand  
rubmedia AG, Postfach, 3001 Bern  
Tel. 031 380 14 80  
E-Mail: info@rubmedia.ch

Inseratenannahme  
rubmedia AG, Postfach, 3001 Bern  
Elsbeth Graber, Tel. 031 380 13 23  
E-Mail: zeitschriftenverlag@rubmedia.ch

Adressänderungen, Eintritte/Austritte,  
Todesfälle an: Klaus Rapp, Mitgliederdienst,  
Brunngasse 36, 3011 Bern  
Tel. 079 345 29 20, mitglieder@sac-bern.ch  
oder via Website: www.sac-bern.ch

Nr. 4-2024  
Erscheinungsdatum: 20. November 2024  
Redaktionsschluss: 18. Oktober 2024  
Redaktion: Sabine Schumacher



Papier: Rebello FSC® – Recycling, matt  
100 % Altpapier, Blauer Engel

**Tourenleiter:** Resu Leibundgut,  
Basho Kaminsky  
**Tourenbericht:** Annika Winzeler  
**Teilnehmende:** Magali, Sophie,  
Franziska, Niklaus, Fritz, Annika





Trotz mittelpträglicher Bedingungen topmotivierte Aspis. Bild: Kurt Fellingner.

## «Angesagt 2 – gemacht 1 – Differenz 1»

*Aspirant:innen-Tour 25. bis 26. Juni 2024 Galenstock SE-Sporn.*

Erstens kam es anders und zweitens als gedacht. Manchmal gleichen Bergtouren einem Differenzler. Angesagt zwei Tage mit Übernachtung in der Weissmieshütte und Aussicht auf 4000er, gemacht ein Tag Galenstock SE-Sporn mit dem 1. olympischen Wettkampf im Firnrutschen, Differenz ein Tag weniger Spass mit tollen Leuten. Den Gipfel liess man für den Vorzug «trockenes Abseilen» weg. Die Enttäuschung hielt sich in Grenzen – der Nebel auf 3586m unterscheidet sich visuell kaum von dem auf 500 m.

Aber der Reihe nach. Im Verlauf der Woche vor der Tour kam eine nahezu unlösbare Aufgabe auf die Tourenleiter-Aspis zu – eine vollumfängliche Tourenplanung soll für das Weissmiesgebiet erarbeitet und abgegeben werden. Bei MeteoSchweiz und Estofex waren Gewitter, stürmischer Höhenwind, Starkregen und eine überaus hohe Nullgradgrenze angesagt und die Böden waren schön «plüttergefüllt». Was tun? Einer hatte die Antwort: Eintagestour am Galenstock und bot auch gleich ein Fahrgerät auf ordnungsgemässen vier Rädern – einzig das Chassis hatte eine unvorteilhafte



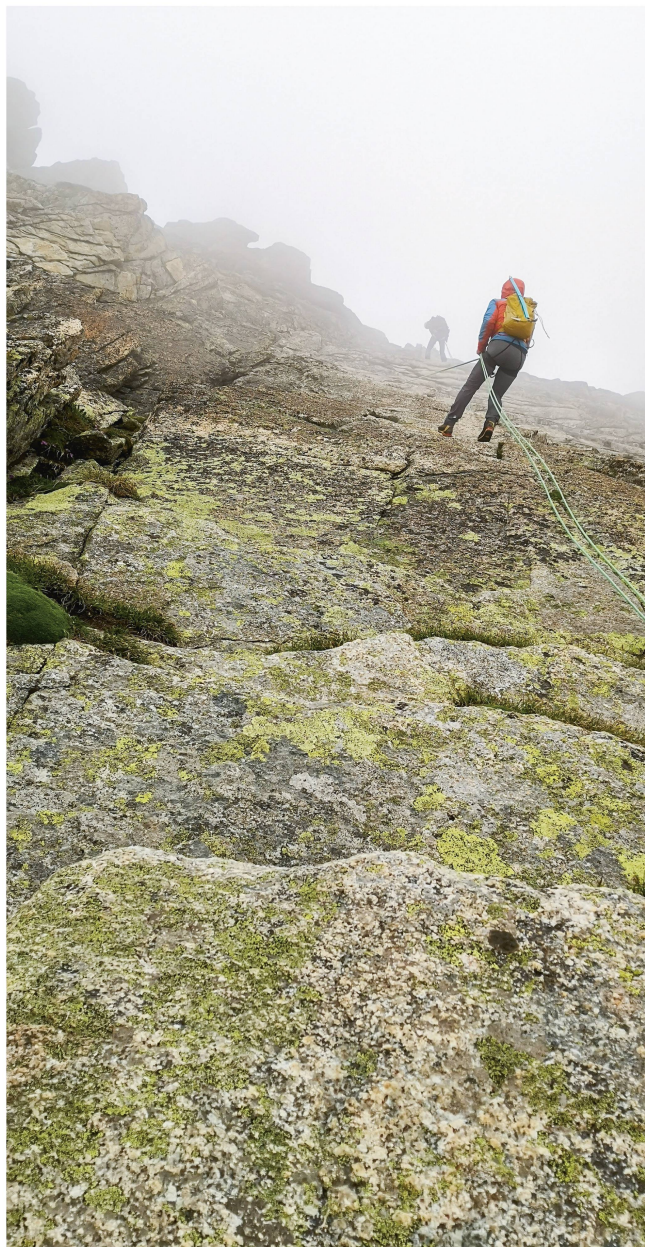
Schöne Gneis-Kraxelei am Galenstock SE-Sporn. Bild: Michael Sollberger.





Neue olympische Disziplin Firnrutschen. Bild: Michael Sollberger.

Eigenfrequenz und schepperte bei ca. 85,4 km/h. Wir bahnten uns also erst den Weg durch die schlängelförmig das Zuhause suchenden Nachtschwärmer durch Bern und radelten frühmorgens zielstrebig bei tropischen Temperaturen zum Treffpunkt am Thunplatz, um Petrus ein Schnippchen zu schlagen und noch vor dem Ausbruch der schleusenartigen Niederschläge wieder zurück auf dem Furkapass im Bus zu sitzen. Bereits verschwitzt ging es um 3 Uhr los Richtung Grimsel, runter nach Gletsch, hoch zum Furkapass. Dank einer Baustelle bei Iseltwald bekamen wir völlig überraschend noch das andere Seeufer zu Gesicht. Angekommen auf dem Furkapass starteten wir 5.30 Uhr Richtung Galenstock SE-Sporn. Der Weg war trotz des noch vielen Schnees schnell gefunden und trug uns entgegen der Erwartung von Pflotterschnee gut zum Einstieg am Sporn. Der bröselige Einstieg war schnell überwunden und es eröffnete sich bald eine wunderbare Gneis-Chraxelei – ein Genuss. Oben am Spornausstieg angekommen, überraschten uns Artgenossen mit Brettern an den Füßen den Berg hoch schlurfend – Ende Juni sieht man diese Fortbewegungsart doch eher selten. Im mittlerweile



Gut organisiert brachten wir das Abseilen rasch hinter uns. Bild: Kurt Fellingner.

aufgekommenen Kondenswasser und sich verstärkendem Wind beschlossen wir, den Abstieg zur Abseilstelle anzutreten, die schnell gefunden war. Dank guter Abseilorganisation standen wir nach etwas mehr als einer Stunde Wand-Herunterjoggeln unten auf dem Firn. Nun kam der Höhepunkt der Tour – es ergab sich der 1. olympische Wettkampf im Firnrutschen. Auf dem Hosenboden ging es in Schildkrötenformation überaus effizient – und doch kontrolliert – den Berg hinunter. Was für ein Spass, da nahm man den nassen Allerwertesten gerne in Kauf. Bald war auch der Bus erreicht und nach einem gemütlichen Restaurantbesuch rundete die Heimfahrt nach Bern die Tour ab.

Danke allen, die dabei waren, und auf ein andermal!

**Tourenleiter:** Daniel Nacht und und Mischu Wirth

**Tourenbericht:** Alexander Läderach

**Teilnehmende:** Nicolas, Madeleine, Olivier, Ruben, Michael, Andrin, Alexander und Kurt Fellingner als Gast



# #zusammenunterwegs

Manchmal am Limit. Aber immer mit Leidenschaft.



Entdecke die schönsten Geschichten  
aus 50 Jahren Bergleidenschaft auf  
[baechli-bergsport.ch](http://baechli-bergsport.ch)

50 Jahre  
Bergleidenschaft



**BÄCHLI**  
BERGSPORT

Filiale Bern | Waldhöhweg 1 | 3013 Bern-Breitenrain  
Filiale Thun | Gewerbestrasse 6 | 3600 Thun