



Grundkurs Bergsteigen Schnee & Eis Turtmann

Alpinausbildung im Wallis für Einsteiger mit Besteigung Bishorn 4151m

Diese Eisausbildung bietet Ihnen den idealen Einstieg für hochalpine Bergtouren. Der lehrreiche Kurs beinhaltet Seil- und Sicherungstechnik sowie Tourenplanung. Die Umgebung der Turtmannhütte ist hierfür wie geschaffen. Sämtliche behandelten Themen werden gleich im Gelände angewendet und vertieft. Die Ausbildungstour auf das Bishorn 4151m setzt diesen Tagen bestimmt die Krone auf.

Kursinhalt Pickel- und Steigeisentechnik, Knoten, Seilhandhabung, Anseilen in der Seilschaft, Selbststrettungstechniken, Tourenplanung, Routenwahl und Wetterkunde.

Kursziel Die Teilnehmer sind nach diesem Kurs sehr gut darauf vorbereitet, an einfachen bis mittelschwierigen Hochtouren der Technik «Stufe 2» teilzunehmen.

1. Tag Anreise ins Turtmantal und Aufstieg zur Turtmannhütte (2519m). Ausbildung am Nachmittag. **2. Tag** Kurzweilige Ausbildungstour zur Tracuthütte (3256m) mit den Ausbildungsinhalten: Gehen mit Pickel und Steigeisen in der Seilschaft. **3. Tag** Anwendungstour zum Bishorn 4151m. Einmaliges Gipfelerlebnis mit fantastischem Rundblick. **4. Tag** Ausbildung in Selbststrettungstechniken und Abstieg ins Tal.

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 1: Auf Wanderungen bewältige ich bis zu 4-6 Stunden Gehzeit und 1000 Höhenmeter Aufstieg pro Tag. Bei einem Tempo von ca. 300 Hm pro Stunde fühle ich mich wohl.

Schlüsselstelle:

Der Aufstieg zur Tracuthütte führt durch sehr abwechslungsreiches Gelände, welches alle Attribute einer leichten Hochtour beinhaltet. Kurze steile Passagen in Eis und Firn wechseln sich mit Passagen in Fels und Geröll ab. An ausgesetzten Stellen sind wir gut gesichert. Obwohl es sich um einen Grundkurs handelt ist es wichtig, dass du dich in unwegsamem Gelände und Geröll bewegen kannst. Kondition für rund 1000 Höhenmeter Aufstieg ist ebenfalls nötig.

Leistungen inbegriffen

- 3 Nächte im Mehrbettzimmer
- 3x Halbpension
- Tourentee
- Kursunterlagen
- 10% Einkaufsgutschein bei TRANSA

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

Vom Treffpunkt am Bahnhof Turtmann führt ein kurzer Fussweg zur Seilbahn nach Oberems und darauf eine Busfahrt nach Gruben im Turtmantal. Nach einer Mittagspause erreichen wir zu Fuss die Turtmannhütte. Hier werden wir den Nachmittag mit der Ausbildung zum Thema Knoten, Anseilen und Verhalten in der Seilschaft und Seilverkürzung gestalten.

Aufstieg 650Hm, Gehzeit ohne Pausen ca. 2.5 Std.

2. Tag

Zur wunderbaren Ausbildungstour über den Brunegg-Gletscher und den oberen Teil des Turtmann-Gletschers zur Tracuthütte brechen wir heute frühzeitig auf. Gleich kurz nach der Hütte werden wir zudem eine kurze Felspassage, das Güssi zu meistern haben. Unterwegs üben wir in der Seilschaft den Umgang mit dem Seil. Bei der Tracuthütte angekommen bleibt genug Zeit, die wunderbare Aussicht zu geniessen und die Tour für den nächsten Tag zu planen.

Aufstieg 1050Hm, Abstieg 320Hm, Gehzeit ohne Pausen ca. 6 Std.

3. Tag

Frühzeitig brechen wir zur Anwendungstour zum stolzen Bishorn 4151m auf. Zu Beginn flach und danach in gleichmässiger Neigung führt die Spur zum Sattel vor dem Gipfel. Zum Abschluss folgen wir einem kurzen etwas steileren Grat zum geräumigen Gipfel hinauf. Es ist geschafft und wir können zu Recht stolz sein auf diese Leistung. Die wunderbare Aussicht auf die unzähligen umliegenden Viertausender entschädigt fürstlich für die kleinen Mühen dieses Anstiegs. Nach der Gipfelfeier steigen wir in der Spur ab und zur Hütte zurück.

Aufstieg 900Hm, Abstieg 900Hm, Gehzeit ohne Pausen ca. 6 Std.

4. Tag

Nach dem Frühstück befassen wir uns intensiv mit einigen Rettungstechniken. Auf einem steilen Firnfeld üben wir die Bremstechnik mit dem Pickel und im Hüttenbereich den Aufstieg mit Prusikschlingen am Seil. Nach einer Pause packen wir unsere Rucksäcke und wandern auf dem Hüttenweg aus dem Hochgebirge zurück ins grüne Tal nach Zinal.

Abstieg 1580Hm, Gehzeit ohne Pausen ca. 3.5 Std.

Kursinhalte

Pickel- und Steigeisentechnik, Knoten, Seilhandhabung, Anseilen in der Seilschaft, Selbstrettungstechniken, Tourenplanung, Routenwahl und Wetterkunde.

Kursziel

Die Teilnehmer sind nach diesem Kurs sehr gut darauf vorbereitet, an einfachen bis mittelschwierigen Hochtouren der Technik «Stufe 2» teilzunehmen.

Hinweis zu Durchführungen Ende Mai bis Mitte Juni

Die Tracuthütte ist in der Regel erst ab Mitte/Ende Juni bewartet. Daraus ergibt sich bei den ersten Durchführungen folgende Programmänderung, die Ausbildungsinhalte bleiben jedoch gleich:

1.Tag Aufstieg zur Turtmannhütte und Ausbildung gemäss Programm. 2.Tag Ausbildung auf dem Bruneggletscher und Übernachtung auf der Turtmannhütte. 3.Tag Ausbildungstour zur Tracuthütte. Wir werden im Winterraum übernachten und der Bergführer kocht an diesem Abend das Essen. Sie erhalten in der Turtmannhütte ein kleines Lebensmittelpaket von max. 1kg zum Hochtragen. 4.Tag Ausbildungstour zum Bishorn 4151m. Abstieg zur Hütte zurück und weiter nach Zinal. Heimreise am Nachmittag. Aufstieg 900Hm, Abstieg 2480Hm, Gehzeit ohne Pausen ca. 9 Std.

Unterkunft

Turtmannhütte, Tracuthütte. Wir übernachten im Lager mit Duvets.

Treffpunkt

Unser Bergführer erwartet Sie um 10:21 Uhr in Turtmann am Bahnhof. Fahrplanwechsel vorbehalten.

Anreise/Bahnbillet

Von Ihrem Wohnort nach Turtmann und ab Zinal wieder zurück. Autofahrer parkieren von Vorteil im Parkhaus beim Bahnhof Visp und reisen mit dem Zug weiter. Wenige kostenpflichtige Parkplätze stehen auch am Bahnhof Turtmann zur Verfügung.

Zusatzkosten

Die Zusatzkosten für die Seilbahn und den Taxibus ins Turtmantal betragen ca. CHF 20.00 pro Person.

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 www.bergundtal.ch/Member 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, ev. Thermosflasche
- LED Stirnlampe mit neuer Batterie
- Heftpflaster und Compeed
- Schreibzeug und Notizpapier
- SAC/DAV-Ausweis, wenn vorhanden
- Ev. Fotoapparat
- Etwas Bargeld für Getränke
- Taschenmesser

Technische Ausrüstung

- Steigeisenfeste oder bedingt steigeisenfeste Bergschuhe
- Steigeisen mit Antistoll (keine Alu-Steigeisen)
- Pickel (Ideallänge: Von Hand bis Schuhrand)
- Klettergurt mit 2 HMS Karabinern
- Helm
- Reepschnüre 5m Länge mit 6mm Durchmesser und 1,5m Länge mit 6mm Durchmesser (um eine Prusik Schlinge zu knüpfen oder eine bereits geknüpfte Prusik-Schlinge)
- falls vorhanden: Bandschlinge 120cm
- Falls vorhanden: 2-3 weitere HMS-Karabiner

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.

Landkarten und Literatur (freiwillig)

- Auswahlführer Walliser Alpen, Bergverlag Rother, LK 1:25'000: Evolène 1327, Randa 1328, Vissoie 1307, St.Niklaus 1308

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

- Toilettenartikel im Kleinformat, ev. Erfrischungstücher
- Innenschlafsack aus Seide oder Baumwolle (aus Hygienegründen)
- Turtmannhütte: fliessend kaltes Wasser zur Körperpflege, Tracuthütte: Wasser zum Zähneputzen.
- Es stehen Hüttenfinken zur Verfügung
- Ohrenpfropfen

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. Nachträglich ist dies bis 10 Tage vor Tourenbeginn telefonisch oder via Webformular möglich: [bergundtal.ch/mietmaterial](https://www.bergundtal.ch/mietmaterial)

- Pickel, CHF 30.00
- Steigeisen, CHF 40.00
- Helm, CHF 25.00
- 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

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: 17.05.2024 12:41:15