bergundtal

Aufbaukurs Bergsteigen Fels & Eis Orny

Tourenplanung, Seilführung, alpines Felsklettern, Sicherungs-, Rettungstechniken und Anwendungstouren, ,

Haben Sie nach einem Grundkurs schon einige Erfahrung auf einfachen Hochtouren sammeln können und möchten jetzt Ihre Ausbildung auf einem höheren Niveau fortsetzen? In Kleingruppen werden wir die theoretischen Grundlagen praxisnah üben und vertiefen. Die Umgebung der Orny- und Trienthütte bietet für diesen Kurs beste Voraussetzungen.

Technische Anforderungen Sie haben bereits einen Grundkurs Bergsteigen besucht und im Anschluss einige Hochtourenerfahrung gesammelt. Sie bewegen sich sicher im steilen Firn auf den Steigeisen und im Fels im 2.-3. Schwierigkeitsgrad in Bergschuhen. Die Seilverkürzung ist Ihnen geläufig.

Kursinhalt Intensive Schulung der Steigeisentechnik, Steileisklettern, Felsklettern (3-4), Sicherungstechniken in Fels, Firn und Eis, Orientierung, Tourenplanung, Routenwahl, Wetterkunde.

Kursziel Dieser Kurs vermittelt Ihnen die Fähigkeit, selbstständig einfache Hochtouren durchzuführen und an mittelschwierigen bis anspruchsvollen geführten Touren teilzunehmen.

1. Tag Anreise nach Martigny und Transfer nach Champex, Aufstieg zur Ornyhütte (2811m), Kursbeginn am Nachmittag. **2. Tag** Aufstieg zum Plateau du Trient zu den idealen Firn- und Eisausbildungsplätzen. Übernachtung in der Trienthütte (3170m). **3. Tag** Ausbildungstour in Schnee, Eis und Firn zur Aiguille du Tour (3540m). Dafür ist genug Zeit eingeplant, um in 2er-Seilschaften selbstständig zu üben. Abstieg zur Ornyhütte. **4. Tag** Anwendungstour im Fels an den Aiguilles d'Arpettes. Sie können Ihre neu erworbenen Fähigkeiten nochmals vertiefen. Heimreise am späteren Nachmittag.

Anforderungen

Technik: Stufe 3: Ich habe bereits mehrere Hochtouren im Schwierigkeitsgrad WS (wenig schwierig) gemacht und der Umgang mit Pickel, Steigeisen und Seil ist mir vertraut. Kletterstellen im Fels im 2. Schwierigkeitsgrad begehe ich sicher im Nachstieg.

Kondition: Stufe 2: Ich betreibe Ausdauersport wie Wandern, Joggen, sportliches Radfahren. Ich bewältige bis zu 7 Stunden Gehzeit und 1200 Höhenmeter Aufstieg pro Tag. Bei einem Tempo von ca. 300 Hm pro Stunde fühle ich mich wohl.

Schlüsselstelle:
Die Klettereien um die Ornyhütte und die Ausbildungstour zur Aiguille du Tour sind felslastig. Klettererfahrung wird vorausgesetzt, damit wir die Touren in eigenständigen Seilschaften durchführen können. Um ein optimales Lernergebnis an diesem Kurs zu erzielen, ist es wichtig, dass die Teilnehmer sich im 2.-3. Schwierigkeitsgrad in Bergschuhen bewegen können und grundlegende Techniken wie Partnersicherung, Seilverkürzung, Knoten etc. bereits kennen.

Leistungen inbegriffen

- 3 Nächte im Mehrbettzimmer
- 3x Halbpension
- Kursunterlagen
- Tourentee
- 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

Treffpunkt in Martigny, Transfer nach Champex und gemeinsamer Aufstieg ab Grands Plans 2194m zur Cabane d'Orny 2826m. Uns werden noch rund zwei Stunden zur Verfügung stehen, um die elementaren Seil- und Sicherungstechniken zu checken und um einige neue Elemente einzufügen als Grundlage für die kommenden Tage. Nach dem Nachtessen werden wir auf der Karte die umliegenden Gipfel bestimmen um uns möglichst rasch mit dem Gelände vertraut zu machen.

Aufstieg 650Hm, Gehzeit ohne Pausen ca. 3 Std.

2. Tag

Nach einem zeitigen Frühstück wandern wir zum Col d'Orny hinauf. Hier betreten wir das grosse Plateau du Trient. Unser Ausbildungsplatz befindet sich an einem Kolk, einem vom Wind erodierten Loch zwischen Gletscher und Felswand. Dieses und die umliegenden Spalten eignen sich hervorragend für die Gletscherausbildung. Am späteren Nachmittag wandern wir hinüber zur Trienthütte (3170m). Nachdem wir uns in der Hütte eingerichtet haben, werden wir die Tour für den kommenden Tag planen.

Aufstieg 350Hm, Gehzeit ohne Pausen ca. 1.5 Std.

3. Tag

Früh morgens werden wir zur Aiguille du Tour (3540m) aufbrechen. Dieser sehr schöne Gipfel bietet einen abwechslungsreichen Mix aus Routensuche, Spaltenzonen, Bergschrund und einfacher Kletterei im Granit. In selbständigen Seilschaften werden Sie abwechslungsweise die Führung übernehmen und selbständig sicherungstechnische Massnahmen treffen. Ihr Bergführer wird Ihnen dabei mit Rat und Tat zur Verfügung stehen. Wir steigen nach der Tour über den Col d'Orny zur Ornyhütte ab. Wiederum planen wir die Tour für den kommenden Tag.

Aufstieg 470Hm, Abstieg 820Hm, Gehzeit ohne Pausen ca. 4.5 Std.

4. Tag

Unsere Abschlusstour führt uns über den Südgrat zu einem der Gipfel der Aiguilles d'Arpettes. Diese Route im 3.Schwierigkeitsgrad eignet sich ideal, um nochmals die Anwendung des kurzen Seiles zu üben. Standplätze und Zwischensicherungen können ideal mit Zackenschlingen, Keilen und Friends gelegt werden. Die Heimreise erfolgt am späteren Nachmittag ab Martigny.

Aufstieg 200Hm, Abstieg 850Hm, Gehzeit ohne Pausen ca. 5 Std.

Technische Anforderungen

Sie haben bereits einen Grundkurs Bergsteigen besucht und einige Hochtourenerfahrung gesammelt. Sie bewegen sich sicher im steilen Firn auf den Steigeisen und im Fels im 2.-3. Schwierigkeitsgrad in Bergschuhen. Die Seilverkürzung ist Ihnen geläufig.

Kursinhalte

Intensive Schulung der Steigeisentechnik, Steileisklettern, Felsklettern (3.Grad), Sicherungstechniken in Fels, Firn und Eis, Orientierung, Tourenplanung, Routenwahl, Wetterkunde.

Kursziel

Dieser Kurs vermittelt Ihnen die Fähigkeit, selbstständig einfache Hochtouren durchzuführen und an mittelschwierigen bis anspruchsvollen geführten Touren teilzunehmen.

Unterkunft

Ornyhütte SAC, Trienthütte. Wir übernachten im Lager mit Duvets.

Treffpunkt

Unser Bergführer erwartet Sie um 10:47 Uhr in Martigny am Bahnhof.

Anreise/Bahnbillet

Von Ihrem Wohnort nach Martigny und wieder zurück. Teilen Sie uns bitte mit, falls Sie planen mit dem Auto anzureisen und wie viele Personen Sie zusätzlich ab Martigny mitnehmen können. Die Strecke von Martigny nach Champex, télé werden wir entweder mit Privatautos oder mit einem Taxi zurücklegen. In Champex bei der Sesselbahn nach La Breya stehen Parkplätze zur Verfügung.

Zusatzkosten

Die Zusatzkosten für Sesselliftfahrt und Fahrgemeinschaft/Taxi betragen ca. CHF 60.00.

Bemerkung zur Ausrüstung

Der Kurs ist so geplant, dass Sie mit den Bergschuhen klettern können. Sie können die Kletterfinken optional mitnehmen. Bitte bedenken Sie aber, dass diese als zusätzliches Gewicht mitgetragen werden müssen.

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 Lippencrème, Sonnenhut
- Trinkflasche, ev. Thermosflasche
- LED Stirnlampe mit neuer Batterie
- Heftpflaster und Compeed
- Schreibzeug und Notizpapier
- SAC/DAV-Ausweis, wenn vorhanden
- Ev. Fotoapparat
- falls vorhanden: Kompass oder GPS
- 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
- Klemmkeile und Friends, falls vorhanden
- Hochtouren-Set Aufbaukurse (2 HMS Karabiner, Sicherungs-/Abseilgerät, 1 Set à 3 Expressen, Bandschlingen 60+120 cm, Reepschnüre 6mm 120+400 cm, 1 Eisschraube)
- Rücklaufsperre (z.B. Petzl Micro Traxion und Petzl T-Bloc) falls vorhanden
- Falls vorhanden: 1-2 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, Plaisir West, LK 1:25'000: Orsière 1345

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)
- Die Hütten verfügen in der Regel über fliessend kaltes Wasser zur Körperpflege
- 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

Mietmaterial

Folgende Ausrüstung können Sie direkt bei der Anmeldung bestellen. Nachträglich ist dies bis 10 Tage vor Tourenbeginn telefonisch oder via Webformular möglich: berguntal.ch/mietmaterial

- Pickel, CHF 30.00
- Steigeisen, CHF 40.00
- Helm, CHF 25.00
- Klettergurt (mit 2 HMS Karabinern), CHF 30.00
- Hochtourenset, 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: 14.05.2024 23:35:46