



## Ski- und Snowboardtour Ochse 2188m im Gantrisch

Der Wetterbericht verspricht neue Schneefälle bis ins Tal und Sonnenschein für den Dienstag. Das nutzen wir spontan aus für die aussichtsreiche Skitour auf den Ochse.

### Anforderungen

**Technik:** Stufe 2: Ich habe erste Skitourenenerfahrung aus einem Grundkurs oder auf geführten Skitouren gesammelt. Die Schwierigkeit der Skitouren wird mehrheitlich als L (leicht) bis WS (wenig schwierig) eingestuft und wir bewegen uns im Gelände um 30° Steilheit. Kurze steilere Passagen bieten genügend Platz zum Schwingen. Die Spitzkehre im Aufstieg kriege ich hin. Tiefschneeerfahrung und Parallelschwung im unpräpariertem Schnee werden vorausgesetzt.

**Kondition:** Stufe 2: Ich betreibe Ausdauersport wie Wandern, Joggen, Radfahren. Ich bewältige 4 Stunden Aufstieg pro Tag, das sind bis zu 1200 Höhenmeter. Bei einem Tempo von ca. 300 Hm pro Stunde fühle ich mich wohl.

### Leistungen inbegriffen

1 Tag geführte Tour durch patentierten Bergführer

# Detailprogramm

## Vorgesehener Tourenablauf

Von unserem Treffpunkt am Busstop des ehemaligen Kurbades Schwefelberg aus schlängelt sich unser Aufstieg sanft ansteigend durch das Wiesengelände des Schäfelberg. In gemütlichem Gehtempo erreichen wir nach ca. 3 Gehstunden den Gipfel des Ochse. Der Ochse bricht nach Nordosten mit einer imposanten Wand ab und es bietet sich eine grandiose Rundschau für unsere Gipfelrast. Für die Abfahrt stehen uns verschiedene Varianten zur Verfügung. Je nach Verhältnissen und Möglichkeiten eventuell auch die Variante gen Südwesten über Stiereberg zur Hengster Sense. De facto werden wir «die Bälle aber eher flach halten» und uns defensiv verhalten.

**Aufstieg 800 Hm, Abfahrt 1000 Hm - Gehzeit ohne Pausen ca. 4 Stunden**

## Treffpunkt

Unser Bergführer erwartet Sie um 09.22 Uhr in Schwefelberg Bad.

Basel ab 06.58 Uhr, Bern ab 08.12 Uhr, Luzern ab 07.00 Uhr, Zürich ab 07.02 Uhr, St. Gallen ab 05.56 Uhr, Winterthur ab 06.31 Uhr, Schaffhausen ab 06.17 Uhr.

## Anreise/SBB-Ticket

Von Ihrem Wohnort nach Schwefelberg Bad und ab Schwefelberg Bad oder Sangernboden, Hengstsense wieder zurück.

## Materialmiete

Wir vermieten für die Spontantouren kein Material. Bitte wenden Sie sich direkt an den Bergführer, wenn Sie Fragen zum Material haben oder keine Gelegenheit finden, benötigtes Material in einem Bergsportgeschäft zu mieten.

## Materialmiete

Wir vermieten für die Spontantouren kein Material. Bitte wenden Sie sich direkt an den Bergführer, wenn Sie Fragen zum Material haben oder keine Gelegenheit finden, benötigtes Material in einem Bergsportgeschäft zu mieten.

## Verschiedenes

Bitte wenden Sie sich in dringenden Fällen oder bei Unklarheiten direkt an den leitenden Bergführer. Die Handynummer des Bergführers finden Sie im Bestätigungsmail.

## Durchführung

Wir informieren Sie 1 Tag vor Tourenbeginn (ab 16.30 Uhr) über die Durchführung. Wir senden Ihnen dazu einen Direktlink an Ihre Mailadresse.

## Nach der Tour

Nach der Tour senden wir Ihnen per Mail Informationen und Direktlinks zum Foto-Upload/Download und zum Feedbackformular.

# Ausrüstung

## Bekleidung

- Gore Tex Jacke
- Skitouren- oder Skihose
- Soft Shell oder Fleecejacke
- Dünne, winddichte Fingerhandschuhe
- Warme Finger- oder Fausthandschuhe
- Mütze, ev. Stirnband oder Buff

## Diverses

- Sonnenbrille und Skibrille
- Trinkflasche, mit Vorteil Thermosflasche
- Taschenmesser
- LED Stirnlampe mit neuer Batterie
- Ev. Fotoapparat, Feldstecher
- Heftpflaster und Compeed
- Rucksack mit Hüftgurt (25-35l)

## Technische Ausrüstung

- Lawinenschüttelgerät (LVS): Digitales 3-Antennengerät
- Lawinenschaufel und Sonde
- Ski- oder Teleskopstöcke (grosse Teller)
- Skihelm: wir empfehlen einen Helm
- Tourenskis, Felle, Harscheisen, Skitourenschuhe
- Splitboard, Felle, Harscheisen, Snowboardschuhe
- Snowboard, Schneeschuhe, Snowboardschuhe

## Kontakt

### Haben Sie noch Fragen? Wir beraten Sie gerne!

Telefon: +41 41 450 44 25

E-Mail: [info@bergundtal.ch](mailto: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: 31.03.2025 23:02:20