bergundtal

# Skitour Wildstrubel 3242m

**Besteigung des Wildstrubel mit grossartigem Panorama bis zum Schwarzwald und rassiger Abfahrt.**

## Anforderungen

**Technik:** Stufe 4: Ich bin routiniert auf Skitouren unterwegs und habe mein Tourenbuch bereits mit einigen anspruchsvollen Skitouren gefüllt. Auf Skitouren im Schwierigkeitsgrad ZS mit Stellen bis 40° Steilheit fühle ich mich wohl. Bei einem Sturz kann es zu langen Rutschwegen kommen. Deshalb beherrsche ich die Spitzkehre auch an ausgesetzten Stellen. Im Tiefschnee fahre ich sicher in allen Geländearten. Bei Skihochtouren dieser Stufe bringe ich Erfahrung im Umgang mit Steigeisen und Pickel mit, um steile Passagen und Gipfelanstiege zu überwinden.

**Kondition:** Stufe 3: Ich betreibe regelmässig Ausdauersport wie Wandern, Joggen, Radfahren. Ich bewältige 5 Stunden Aufstieg pro Tag, das sind bis zu 1400 Höhenmeter. Bei einem Tempo von ca. 350 Hm pro Stunde fühle ich mich wohl.

## Leistungen inbegriffen

1 Tag geführte Tour durch patentierten Bergführer

# Detailprogramm

## Vorgesehener Tourenablauf

Wir starten unsere Tour auf der Engstligenalp bei der Bergstation des Skiliftes. Anschliessend steigen wir via Frühstücksplatz zum Grossstubel 3242m. Hier erwartet uns uns eine rassige Abfahrt. Welche Variante wir nehmen, entscheidet die Bergführerin vor Ort abhängig von den Verhältnissen.

**Aufstieg 1000Hm, Abfahrt 1000-2000Hm, Gehzeit ohne Pausen ca. 3.5 Std.**

## Treffpunkt

Unsere Bergführerin erwartet Sie um 09:18 Uhr in Adelboden, Unter dem Birg.

Verbindungen: Basel ab 06.28 Uhr, Bern ab 07.39 Uhr, Luzern ab 06.00 Uhr, Zürich ab 06.32 Uhr, Winterthur ab 05.54 Uhr, Brig ab 07.36 Uhr, St. Gallen ab 05.04 Uhr (Stand 17.03.2025)

## Anreise/SBB-Ticket

Von Ihrem Wohnort nach Adelboden, Unter dem Birg.

## Zusatzkosten

Die Kosten für die Bergbahnen betragen CHF 40.00, Basis Halbtax Abo.

## 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
- Sonnen- und Lippencrème, Sonnenhut
- Taschenmesser
- Heftpflaster und Compeed
- Rucksack mit Hüftgurt (25-35l)

### Technische Ausrüstung

- Tourenskis, Felle, Harscheisen
- Skitourenschuhe
- Lawinenverschüttetensuchgerät (LVS): Digitales 3-Antennengerät
- Lawinenschaufel und Sonde
- Ski- oder Teleskopstöcke (grosse Teller)
- Klettergurt mit 2 HMS Karabinern, Bandschlinge 120 cm
- Skihelm: wir empfehlen einen Helm

### Verpflegung

- Zwischenverpflegung: Essen und Trinken für unterwegs. Gut geeignet sind Dörrobst, Nüsse, Schokolade, Käse, Vollkornbrot und Energieriegel. Es empfiehlt sich, mindestens einen Liter warmen Tee in der Thermoskanne mitzunehmen.

# 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: 19.04.2025 07:18:28