

# Hochtour für Einsteiger Sustenhorn 3503 m und Vorder Tierberg 3090 m (CH)

## FASZINATION BERGSTEIGEN | 3 TAGE

Die Bergwelt ist faszinierend. Weite Gletscher, zackige Grate, steile Flanken! Umso schöner ist es, sich selber in dieser urtümlichen Landschaft zu bewegen und weit weg vom Alltag auf einem Gipfel zu stehen. Unsere Bergführer führen dich sicher und kompetent in das Bergsteigen ein.

Mächtige Gebirge wie der Winterberg und die Titlis-Grassen-Kette säumen während dieser Ausbildungs-Tage deinen Weg. Abseits ausgetretener Touristenpfade bewegst du dich im Grenzgebiet der Kantone Uri und Bern. Du besteigst einen stolzen 3000er, das Sustenhorn 3503 m.

Auf einer Ausbildungstour kannst du sicher und gut betreut von unseren Bergführern, eine erste Hochtour geniessen. Dabei sind folgende Inhalte wichtig:

- Grundknoten
- Gehen mit Steigeisen und Sicherungstechnik
- Umgang mit dem Eispickel
- Gehen am Seil
- Tourenvorbereitung
- Ausrüstungsinformationen

**Inhalt**

**Inhalt**

**Ziel**

**Ziel**

Nach dem Kurs kannst du an leichten, von einem Bergführer geführten, Hochtouren teilnehmen, z.B. Pollux 4092 m, Weissmies 4023 M, etc.

**Technik**

**leicht-mittel**

Durchgehende Wegspur, Trittsicherheit und erste Erfahrungen von Bergwanderungen erforderlich, Gelände: mehrheitlich mässig steil mit kurzen steileren Passagen (T2), Alpinetechnik: keine Erfahrung notwendig

**Kondition**

**mittel**



Gehzeiten von 5-7 Std., bis ca. 1200 Höhenmeter, ca. 300 Höhenmeter/Std.

**Treffpunkt** 11.00 Uhr Göschenen, Bahnhof. Weiterfahrt mit dem Postauto um 11.10 Uhr nach Göscheneralp

**Abreise** ca. 14.00 Uhr Steingletscher am Sustenpass

**Unterkunft** Chelentalphütte SAC 2350 m Tierberglühütte SAC 2795 m

## Leistungen

**Inklusive** Führung und Betreuung durch Bergführer, Übernachtung mit Halbpension: 2x Hütte (Lager), Mietmaterial

**Exklusive** Anreise, Transporte (Postauto), Zwischenverpflegung und Getränke, nicht SAC/Alpenvereinmitglied Hüttentaxe ca. CHF 12.-/Nacht



## Programm

- Tag 1** **Tag 1** Individuelle Anreise nach Göschenen, danach Weiterfahrt mit dem Postauto nach Göschenalp. Begrüssung der TeilnehmerInnen durch den Bergführer. Auf dem südlichen Höhenweg läufst du dem Göschenalpsee entlang durchs Chelental. Auf der linken Seite thront die mächtige Winterbergkette mit ihren riesigen Gletschern und rechts die zahlreichen stolzen Gipfeln des Sustengebietes. Gemeinsames Nachtessen und Übernachtung in der Chelentalphütte.
- Tag 2** **Tag 2** Gleich neben der Hütte steigt dein Weg am Anfang steil an. Doch schon bald erreichst du wieder flacheres Gelände und auf ca. 3000 m Höhe dann den Gletscher. Auf dem Weg über das Eis lernst du, wie man mit den Steigeisen in der Seilschaft geht. Über den Passübergang Sustenlimi 3089 m gelangst du nun ins Sustengebiet und steigst über den Steingletscher zum Gipfel, dem Sustenhorn 3503 m auf. Du wirst mit einer herrlichen Panoramarundschau belohnt und geniesst dein erstes Gipfelerlebnis. Anschliessend führt dich der Weg über den Steingletscher zur Tierberglhütte. Gemütlicher Hüttenabend mit malerischer Aussicht auf umliegende Bergwelt.
- Tag 3** **Tag 3** Der Vorder Tierberg ist nicht weit von der Hütte entfernt und nach rund einer Stunde erreicht. Von hier aus hast du einen tollen Blick aufs Triftgebiet, eine der abgelegensten Gegenden der Schweiz. Es bietet sich auch nochmals die Gelegenheit, praxisnahe Ausbildungen durchzuführen. Auf dem Rückweg nimmst du das restliche Gepäck von der Hütte mit und steigst hinunter nach Steingletscher. Hier machst du Halt und lässt dich mit Kaffee und Kuchen verwöhnen. Ende der Tourentage und individuelle Heimreise.

## Mietmaterial

Unser Bergführer bringt das bestellte Mietmaterial an den vereinbarten Treffpunkt. Folgendes Material kann bei uns gemietet werden:

- Anseilgurt mit 2 Schraubkarabiner und einer Prusikschlinge
- Gletscherpickel
- Steigeisen mit Antistoll (passend für Ski-, Wander- und Bergschuhe)

## Technische Ausrüstung

- Anseilgurt mit 2 Schraubkarabiner und einer Prusikschlinge
- Gletscherpickel
- Steigeisen mit Antistoll (an Schuhgrösse angepasst)
- Rucksack ca. 30l evtl. mit Regenschutz
- Gamaschen (optional)
- Teleskopstöcke (optional)

## Bekleidung

- Hardshell-Jacke (wind- und wasserdicht)
- Hardshell- oder Softshell-Hose
- Soft Shell und/oder Fleecejacke
- Funktionelle Unterwäsche kurz/lang
- Mütze/Stirnband und Cap/Hut
- 2x Handschuhe (1x dünn; 1x warm, wind- und wasserdicht)
- Funktionssocken und Ersatzsocken
- Bergschuhe (mind. knöchelhoch, stabile Sohle)

## Übernachtung Hütte

- Persönliche Toilettenartikel, evtl. Ohrpropfen
- Bekleidung für Hüttenleben (Minimum)
- Hüttenschuhe sind vorhanden
- Innenschlafsack aus Seide oder Baumwolle (aus Gründen der Hygiene)
- SAC-/Alpenvereinsmitgliedsausweis (falls vorhanden)

## Verpflegung

- Frühstück und Abendessen in der Hütte
- Tee und Lunch muss selber mitgenommen oder kann in der Hütte gekauft werden
- Zwischenverpflegung (z.B. Riegel, Trockenfrüchte, Trockenfleisch)

## Diverses

- Sonnen- und Skibrille
- Sonnen- und Lippencreme (LSF 30 oder mehr)
- Fotoapparat und Feldstecher (optional)
- Halbtax Abonnement (falls vorhanden)
- Thermosflasche aus bruchsicherem Material



**MAMMUT**  
ALPINESCHOOL

- Stirn- oder Taschenlampe mit neuer Batterie
- Kleine Apotheke für persönlichen Bedarf