ZERMATTERS
ALPINE SCHOOL

# Jungfraujoch-Äbeniflue 3962 m

## BOMBASTISCHE ABFAHRTSHÖHENMETER (CH) | 2 TAGE

Ein grossartiges Tourenweekend erwartet dich im Jungfraugebiet. Weite Gletscherflächen, angenehme Zustiege und dann am Sonntag die unendlich lange Abfahrt von der Äbeniflue 3962 m hinunter ins Lötschental zur Fafleralp. Das sind 2200 Höhenmeter inmitten eines imposanten alpinen Ambientes.

| | |
|---|---|
| **Technik** | **leicht-mittel**<br><br>Piste: sichere Fahrweise, Tiefschnee: erste Erfahrung vorhanden, Gelände: mässig steil, teilweise steilere Passagen, Alpintechnik: erste Erfahrung von leichten Skitouren |
| **Kondition** | **leicht-mittel**<br><br>Gehzeiten von 4-6 Std., bis ca. 1000 Höhenmeter/Tag, ca. 250 Höhenmeter/Std.Der Self-Check (https://findmind.ch/c/eJTb-6Cue) hilft dir, deine Konditon besser einschätzen zu können. |
| **Treffpunkt** | 8.00 Uhr Interlaken Ost Bahnhof (wir empfehlen eine Anreise mit dem ÖV, da Treff-/Endpunkt nicht identisch sind/Zugankuft Interlaken Ost 7.58 Uhr). Weiterfahrt Richtung Jungfraujoch 8.35 Uhr. |
| **Abreise** | Ca. 14.00 Uhr Fafleralp im Lötschental |
| **Unterkunft** | Hollandiahütte SAC 3235 m |

## Leistungen

**Inklusive**

- Führung und Betreuung durch Bergführer
- Übernachtung mit Halbpension: 1x Hütte (Lager)
- Mammut Safety Equipement zum Testen (Lawinenausrüstung im Wert von CHF 49.-)
- 15% Rabatt für deinen Einkauf auf mammut.com

**Exklusive**

- Anreise
- Transporte (Jungfraubahn ca. CHF 50.-)
- Zwischenverpflegung und Getränke
- Hüttentaxe für Nichtmitglieder von SAC/Alpenverein ca. CHF 12/Nacht
- Gletscherausrüstung CHF 30.- (Anseilgurt, Gletscherpickel)
- Beitrag zum Reisegarantie Fonds (0,25% auf den Gesamtbetrag)

ZERMATTERS
ALPINE SCHOOL

# Programm

**Tag 1**

Individuelle Anreise zum Treffpunkt in Interlaken. Nach der Begrüssung gemeinsame Zugfahrt aufs Jungfraujoch. Eine LVS-/Safety Instruktion sorgt dafür, dass dein Wissen über die Funktion der Notfallausrüstung aufgefrischt ist. Nun tauche ein in die faszinierende hochalpine Umgebung. Vom Jungfraujoch fährst du über den breit ausladenden Jungfraufirn hinunter zum Konkordiaplatz. Eingerahmt von Mönch, Jungfrau, Aletschhorn, Gross Grünhorn und den Fiescherhörnern folgt ein sanfter Aufstieg über den Grossen Aletschfirn Richtung Lötschenlücke. Nur wenige Schritte fehlen jetzt noch bis zur Hollandiahütte 3235 m, dem heutigen Nachtlager. (Distanz: 6.5 km, Gehzeit: 2.5 h, Aufstieg: 550 Hm).

**Tag 2**

Frisch gestärkt vom Frühstück beginnt der Aufstieg über den Äbeniflue Firn zum gleichnamigen Gipfel. Rund zwei Stunden später stehst du auf dem markanten Aussichtsgipfel Äbeniflue 3962 m. Nach einer gemütlichen Gipfelrast beginnt die einzigartige und unendlich lange Abfahrt hinunter nach Fafleralp zuhinterst im Lötschental. Diese Belohnung hast du dir verdient. (Distanz: 5 km, Gehzeit: 2.5 h, Aufstieg: 750 Hm).

ZERMATTERS
ALPINE SCHOOL

## Mietmaterial

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

- ☐ Barryvox (LVS-Gerät)
- ☐ Lawinen-Sonde
- ☐ Lawinen-Schaufel
- ☐ Anseilgurt mit 1 Saferlock Karabiner
- ☐ Gletscherpickel

## Technische Ausrüstung

- ☐ LVS-Gerät (Lawinen-Verschütteten-Suchgerät)
- ☐ Lawinen-Sonde
- ☐ Lawinen-Schaufel
- ☐ Tourenrucksack (ca. 30 l)
- ☐ Skitourenausrüstung (Ski, Bindung, Felle, Harscheisen)
- ☐ Skitourenschuh
- ☐ (Teleskop)-Skistöcke
- ☐ Skihelm (optional)
- ☐ Anseilgurt mit 1 Saferlock Karabiner (oder 2x Schraubkarabiner)
- ☐ Gletscherpickel

## Bekleidung

- ☐ 1x Skijacke und 1x Skihose (Gore-Tex oder ähnliches Material)
- ☐ 1x Soft Shell und/oder Fleecejacke
- ☐ 1x Funktionelle Unterwäsche kurz/lang
- ☐ 1x Mütze und 1x Stirnband
- ☐ 2x Handschuhe (1x dünn; 1x warm, wind- und wasserdicht)
- ☐ 1x Funktionssocken und 1x Ersatzsocken

## Übernachtung Hütte

- ☐ Persönliche Toilettenartikel, evtl. Ohrpfropfen
- ☐ Bekleidung für Hüttenleben (Minimum)
- ☐ Hüttenschuhe sind vorhanden
- ☐ Innenschlafsack aus Seide oder Baumwolle (aus Gründen der Hygiene)
- ☐ Desinfektionsmittel
- ☐ Mitgliederausweis SAC/Alpenverein (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

ZERMATTERS
ALPINE SCHOOL

- ☐ Sonnen- und Skibrille
- ☐ Sonnen- und Lippencrème (LSF 30 oder mehr)
- ☐ Fotoapparat und Feldstecher (optional)
- ☐ Halbtax Abonnement (falls vorhanden)
- ☐ Thermosflasche aus bruchsicherem Material
- ☐ Stirn- oder Taschenlampe mit neuer Batterie
- ☐ Kleine Apotheke für persönlichen Bedarf