



**MAMMUT**  
ALPINESCHOOL

# Jungfrauoch-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.

<b>Technik</b>	<b>leicht-mittel</b>  Piste: sichere Fahrweise, Tiefschnee: erste Erfahrung vorhanden, Gelände: mässig steil, teilweise steilere Passagen, Alpinetechnik: erste Erfahrung von leichten Skitouren
<b>Kondition</b>	<b>leicht-mittel</b>  Gehzeiten von 4-6 Std., bis ca. 1000 Höhenmeter/Tag, ca. 250 Höhenmeter/Std.
<b>Treffpunkt</b>	8.00 Uhr Interlaken Ost Bahnhof (wir empfehlen eine Anreise mit dem öV, da Treff-/Endpunkt nicht identisch sind/Zugankunft Interlaken Ost 7.58 Uhr). Weiterfahrt Richtung Jungfrauoch 8.35 Uhr.
<b>Abreise</b>	Ca. 14.00 Uhr Fafleralp im Lötschental
<b>Unterkunft</b>	Hollandiahütte SAC 3235 m

## Leistungen

<b>Inklusive</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Führung und Betreuung durch Bergführer</li><li>• Übernachtung mit Halbpension: 1x Hütte (Lager)</li><li>• Mammut Safety Equipment zum Testen (Lawinenausrüstung im Wert von CHF 49.-)</li><li>• 15% Rabatt für deinen Einkauf auf <a href="https://mammut.com">mammut.com</a></li></ul>
<b>Exklusive</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Anreise</li><li>• Transporte (Jungfraubahn ca. CHF 50.-)</li><li>• Zwischenverpflegung und Getränke</li><li>• Nicht SAC/Alpenvereinmitglied Hüttentaxe ca. CHF 12.-/Nacht</li><li>• Gletscherausrüstung CHF 30.- (Anseilgurt, Gletscherpickel)</li></ul>



## Programm

- Tag 1** Individuelle Anreise zum Treffpunkt in Interlaken. Nach der Begrüssung gemeinsame Zugfahrt aufs Jungfrauoch. 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 Jungfrauoch fährst du über den breit ausladenden Jungfrau firn 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 Lötschentäl. Diese Belohnung hast du dir verdient. (Distanz: 5 km, Gehzeit: 2.5 h, Aufstieg: 750 Hm).

## 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. Ohrpropfen
- Bekleidung für Hüttenleben (Minimum)
- Hüttenschuhe sind vorhanden
- Innenschlafsack aus Seide oder Baumwolle (aus Gründen der Hygiene)
- Kissenbezug (60x60)
- Schutzmaske (2 Stk. pro Übernachtung)
- Desinfektionsmittel
- 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
- Stirn- oder Taschenlampe mit neuer Batterie
- Kleine Apotheke für persönlichen Bedarf