



Refresher Hochtourenkurs

2-Tages-Hochtourenkurs

Draussen im Gelände frischen wir deine Grundlagen auf und bauen sie draussen im Gelände gezielt aus. So startest du sicher, effizient und mit einem klaren Plan in die Hochtourensaison. Du festigst deine Technik, übst saubere Abläufe und gewinnst Vertrauen für eigene Touren – alles angepasst an dein Niveau und direkt draussen umgesetzt. Und der Spass kommt dabei nicht zu kurz.

Der Kurs ist offen für alle: vom einfachen Knotenüben und Auffrischen der Basics bis zu praxisnahen Inputs für alle, die selbstständig und auch im Vorstieg unterwegs sein wollen.

Programm

1.Tag

Wir treffen uns im Hotel Hirschen in Wildhaus für einen kurzen Theorieteil. Bei einem Kaffee stimmen wir Niveau, Erwartungen und Ziele gemeinsam ab. Anschliessend geht es zu Fuss durchs Füretoibel zur Alp Tesel. Auf dem Weg zum Jöchli 2291m nützen wir die natürlichen Gegebenheiten für Ausbildungsblöcke wie Anseilen, gehen am kurzen Seil, sichern über Steilstufen, usw. Unser Ziel ist die Zwinglipasshütte (1999m).

Ziel vom Tag:

- Objektive Einschätzung
 - o Verhältnisse, einzelne Passagen, was ist ob, was ist unter mir
 - o Anseilen, Seilverkürzung, und alles drumherum
 - o Gehen in 2er oder 3er Seilschaft
- Sichern:
 - o an Fixseilen, im Firn, im Fels
- Stände, Abseilen oder Ablassen, Tourenplanung

2.Tag

Mit dem Sonnenaufgang steigen wir in rund 45 Minuten zum Einstieg der von euch gewählten Route am Altmann auf. Je nach Niveau und Bedingungen erwartet uns eine Klettertour oder eine anspruchsvolle Kraxeltour auf den Gipfel.

Der Abstieg führt – passend zu Verhältnissen und Gruppe – über die Nordseite oder durch das Schaffhauserkamin zurück zur Zwinglipasshütte. Anschliessend steigen wir wieder zum Ausgangsort nach Wildhaus ab.

Ziel vom Tag: Anwendungstour, Flora, Fauna, Umwelt

Preis

CHF 490.00 p.P

Datum

30./31. Mai 2026, Sa-So

Ausdauer / Kondition

○○●● 5 – 6 Stunden und 1200hm

Technik

○○○● Bergwandererfahrung T4

Anmelden

[Anmeldeformular](#)



Details

Treffpunkt

08:30 Uhr, Hotel Hirschen Wildhaus

Unterkunft

Zwinglipasshütte (1999m)

Leistungen

Führung durch IVBV-Bergführer, 1 Übernachtung inkl. HP plus Tourentee

Zusatzkosten

Deine Reise, Allfällige Bergbahnen und Taxi, Getränke und andere Konsumationen
Zwischenverpflegung/Lunch, Aufpreis für NICHT-Alpenvereinsmitglieder CHF 20.00
Brot fürs Frühstück bitte selbst mitbringen.

Weiteres

Unfallversicherung obligatorisch, Annullations- / und Reiseversicherung empfohlen

Letzte Infos

Der Bergführer meldet sich zwei Tage vor der Tour sollte es Änderungen geben.

Ausrüstung

Technische Ausrüstung

- Rucksack (optimal 30-35l)
- Klettergurt
- Pickel
- Helm
- Stirnlampe
- Teleskopstock
- Kletterset
 - 3 Schraubkarabiner
 - 4-5 Expressschlingen
 - 1 Sicherungs- und Abseilgerät
 - 1 Bandschlinge 60cm & 120cm
 - 1 Prusikschnur
 - 1 Repschnurr 6-8mm ca. 4-6m
- Seil 30-40m (falls vorhanden) und etwas mobile Sicherungsgeräte wie Keile und Camalots

Bekleidung & Schuhwerk

- Gore Tex Jacke
- Primaloft- oder Daunenjacke
- Berghose / Hochtourenhose
- Funktionelle Unterwäsche kurz/lang
- Dünne, winddichte Fingerhandschuhe
- Warme Finger- oder Fausthandschuhe
- Mütze, ev. Stirnband oder Buff
- Sonnenhut und Sonnenbrille (Schutzfaktor 3 oder 4)
- Sonnen- und Lippencreme
- Steigeisenfeste oder bedingt steigeisenfeste Bergschuhe



Weiteres

- Bargeld Franken
- Heftpflaster und Compeed
- Taschenmesser
- Toilettenartikel, Zahnbürste, Seidenschlafsack, Ohropax usw.

Verpflegung

- Lunch für Zwischenverpflegung, ideal sind Riegel, Schokolade, Nüsse, Dörrobst, Trockenfleisch Käse, Vollkornbrot
- Trinkflasche oder Thermosflasche
- **Brot fürs Frühstück bitte selbst mitbringen.**

Mietmaterial

- LVS, CHF 25.-
- Schaufel, CHF 10.-
- Sonde, CHF 10.-
- Pickel, CHF 15.-
- Klettergurt, CHF 15.-
- Steigeisen, CHF 20.-
- Helm, CHF 20.-
- Stirnlampe CHF 15.-
- LVS-Set (LVS, Sonde, Schaufel), CHF 40.-
- Kletterset, CHF 15.- (3 Schraubkarabiner / ein Sicherungs-, & Abseilgerät / 1 Bandschlinge 60cm / 1 Bandschlinge 120cm / 1 Prusik / 1 Repschnurr 6-8mm ca. 4-6m / 4-5 Expressschlingen)

Fehlendes Material kann organisiert werden. Bitte nimm mit mir Kontakt auf.