



**Sektion Blüemlisalp**  
**Schweizer Alpen-Club SAC**  
Club Alpin Suisse  
Club Alpino Svizzero  
Club Alpin Svizzer



**sac sektion blüemlisalp**

Clubheft Nr. 139 ➤ November 2025



akkurat  
bauatelier

akkurat geplant, akkurat gebaut!

akkurat bauatelier GmbH, Thun | [www.ak-b.ch](http://www.ak-b.ch)

**bergHolz GmbH**  
Holzbau · Holzhandel · Transporte  
[www.bergholz-gmbh.ch](http://www.bergholz-gmbh.ch)

Holz aus dem regionalen Wald...  
 ...selber transportiert...  
 ...zu Ihrem Bauprojekt.

...lokal gesägt...  
 ...von uns ökologisch verbaut...  
 100 % Restholzverwertung,  
z.B. als Brennholz

**Wir freuen uns, mit Ihnen Ihr Vorhaben zu verwirklichen!**



#### Aus dem Inhalt

Wort des Präsidenten	2
Aktuelle Mitteilungen	3-9
Clubgeschehen	11-43
Natur & Umwelt	44
Buch- und Museumstipp	46-48

Herausgeberin  
SAC Sektion Blüemlisalp, 3600 Thun  
[www.sac-bluemlisalp.ch](http://www.sac-bluemlisalp.ch)

Redaktion  
Leitung: Lara Saxenhofer  
Ringstrasse 4, 3700 Spiez  
079 386 55 76  
[redaktion@sac-bluemlisalp.ch](mailto:redaktion@sac-bluemlisalp.ch)

Inserateverwaltung: Roland Meier  
Zuberweg 12G, 3608 Thun  
079 459 81 15  
[inserateverwaltung@sac-bluemlisalp.ch](mailto:inserateverwaltung@sac-bluemlisalp.ch)

Korrektorat: Beat Straubhaar  
3627 Heimberg [b.straubhaar@bluewin.ch](mailto:b.straubhaar@bluewin.ch)

Adressänderungen: Laura Mangold  
079 740 82 90  
[mitgliederverwaltung@sac-bluemlisalp.ch](mailto:mitgliederverwaltung@sac-bluemlisalp.ch)

Webmaster: Daniel Kühni  
[webmaster@sac-bluemlisalp.ch](mailto:webmaster@sac-bluemlisalp.ch)

Ausgaben 2026  
Redaktionsschluss: Versand:  
29. Januar 2026 Ende Februar 2026  
19. Juni 2026 Mitte Juli 2026  
28. Oktober 2026 Ende November 2026

**Titelbild:** steiler Aufstieg, Wanderung ins Ochsetal, Tourenbericht auf Seite 39, Foto: Urs Wohlwend

Beiträge jeder Art und Bildmaterial für unser Clubheft werden gerne entgegengenommen. Jede Haftung wird jedoch abgelehnt. Die Redaktion entscheidet über Annahme, Ablehnung, Art und Weise der Veröffentlichung sowie den Zeitpunkt. Abdruck, auch auszugsweise, mit schriftlichem Einverständnis der Redaktion.

Druck und Versand  
ILG AG WIMMIS, 3752 Wimmis

gedruckt in der  
**schweiz**



**RAIFFEISEN** **Raiffeisenbank Thunersee-Kiesental**

Berge sind stille Meister und machen schweigsame Schüler  
(Goethe)



### › Liebe Clubmitglieder

Vor euch liegt die neue Ausgabe unseres Clubhefts – die letzte im Jahr 2025. Ein besonderes Dankeschön richte ich an unsere Redaktorin, Lara Saxenhofer, und ihr Team – namentlich unseren neuen Grafiker, Elias Kratzer, sowie das Korrektorat um Beat Straubhaar – die auch dieses Mal mit Herzblut und organisatorischem Geschick die Umsetzung ermöglicht haben. Ebenso danke ich allen, die hinter den Kulissen wirken. Und ohne Tourenleiterinnen und Tourenteilnehmer keine Touren: Auch euch gilt mein herzlicher Dank!

Im Vorstand arbeiten wir unter Hochdruck daran, alles für die grosse Statutenrevision vorzubereiten. Wir organisieren die Ressorts, schreiben Pflichtenhefte und sind überzeugt, dass diese Reorganisation ein sinnvoller Schritt ist.



Für mich persönlich war es ein gutes Jahr: Ich durfte viele schöne Naturerlebnisse geniessen und die Kameradschaft pflegen. Für die Gletscher sieht es leider anders aus – in den kommenden Jahren werden wohl diverse Touren nicht mehr oder nur noch in anderer Form möglich sein. Ich wünsche euch schon jetzt besinnliche Festtage und einen guten Start in die Skitourensaison.

Euer Präsident  
Bernhard Blum

### Sektion › Jahresabschluss der Senioren am 28. November

#### Senioren-Wanderung

Kurze Wanderung vor der Jahresschlussfeier im Rest. Kreuz, Allmendingen.

Thema: «Wässermatten nicht nur in Langenthal und im Goms», (Christoff Marti)

#### Route (1:45 Std, flach):

Busstation Allmendingen/Dorf - Neufeld - Allmend - Allmendingen/Kreuz.

Nähere Angaben folgen nach der Anmeldung im Tourenportal des SAC Blüemlisalp.

#### Ausrüstung:

Wanderausrüstung für eine Winterwanderung, hohe Schuhe (Regen, Schnee, feuchte Wiesen und Wald) empfohlen.

#### Treffpunkt, Billett:

Weitere Informationen erhältst du nach der Anmeldung im Tourenportal

#### Leitung:

Christoff Marti und Peter Kratzer

#### Jahresabschluss im «Kreuz» Allmendingen

Ein Tag voller Erinnerungen, Genuss und Geselligkeit! Mit einer spannenden Tonbildschau erinnern wir uns an die schönsten Augenblicke des vergangenen Jahres. Zusätzlich zeigt unser Video-Experte Urs Wohlwend eine kurze, mit Liebe gestaltete Videoproduktion – wie immer auf höchstem Niveau. Das Wichtigste aber bist du, und das Beisammensein mit deinen Freunden, Bergkameraden und Bekannten. Gemeinsam lachen, plaudern und Erinnerungen austauschen; das macht diesen Anlass besonders! Natürlich kommt auch der Genuss nicht zu kurz: Freu dich auf ein feines Zmittleg an festlich geschmückten Tischen.

#### Beginn:

Eintreffen bis 11.30 im Gasthof Kreuz, Allmendingen  
Für den Zugang zum Saal ist der Hintereingang zu benutzen.

#### Menüs und Programm:

Es stehen drei Menüs zur Auswahl, davon eines Vegi. Wir halten Rückblick aufs Touren- und Wanderjahr 2025, unter anderem mit Urs Wohlwends gleichnamiger audiovisueller Projektion.

**Anmeldung:** im Tourenportal des SAC Blüemlisalp, je separat für Wanderung und Essen:  
<https://touren.sac-bluemlisalp.ch/>

**Sektion Blüemlisalp**  
Schweizer Alpen-Club SAC  
Club Alpin Suisse  
Club Alpino Svizzero  
Club Alpin Svizzero

**Seniorentouren, Wandern, Kurzwandern**

**Jahresschlussfeier 2025**  
28. November 2025, Restaurant Kreuz, Allmendingen



## Sektion > Personelles 2026

**Präsidium** Bernhard Blum  
Krankenhausstrasse 40, 3600 Thun  
079 263 77 16, 033 439 39 42  
praesidium@sac-bluemlisalp.ch

**Vizepräsidium** Marc Trösch  
Meisenweg 20, 3604 Thun  
078 949 80 77  
vizepraeidium@sac-bluemlisalp.ch

**Sekretariat** Ursula Bartsch  
Mattenstrasse 18G, 3600 Thun  
079 778 21 80  
sekretariat@sac-bluemlisalp.ch

**Kassier/Finanzen** Peter Feuz  
Hagrösliweg 12B, 3612 Steffisburg  
079 432 93 64  
finanzen@sac-bluemlisalp.ch

**Hütten** Hans Hostettler  
Bodenstrasse 9, 3715 Adelboden  
079 311 83 40  
huetten@sac-bluemlisalp.ch

**Touren** Raoul Baumann  
031 755 88 79  
wintertouren@sac-bluemlisalp.ch

**Jugend** Mattias Hänzi  
Mühleweg 9, 3612 Steffisburg  
079 898 11 38  
jugend@sac-bluemlisalp.ch

**Kommunikation** Lara Saxenhofer  
Ringstrasse 4, 3700 Spiez  
079 386 55 76  
redaktion@sac-bluemlisalp.ch

**Rettung** Martin Weibel  
Thunstrasse 49, 3612 Steffisburg  
079 569 23 48  
rettung@sac-bluemlisalp.ch



# Krebser

[www.krebser.ch](http://www.krebser.ch)

## Sektion > Anlässe 2026

**152. ordentliche Hauptversammlung**  
Samstag, 21. März 2026, 20.00 Uhr  
Hotel Aare Thun, Freienhofgasse 3, 3600 Thun

Vor der Hauptversammlung gibt es wie üblich ein gemeinsames Nachtessen. Dieses findet um 18.00 Uhr ebenfalls im Hotel Aare Thun statt.

Wie die letzten Jahre gibt es eine Vorspeise, Hauptgang und Dessert zu CHF 40.-. Bitte am Eingang bar bezahlen. Es kann zwischen einem Fleisch-Menü und einem Vegi-Menü gewählt werden.

Ab sofort kann man sich per Mail bei Ursula Bartsch für das Nachtessen anmelden:  
sekretariat@sac-bluemlisalp.ch

Bitte schreiben, ob Fleisch- oder Vegi-Menü. Das detaillierte Menü und ein Anmeldetalon werden im ersten Clubheft 2026 publiziert. Für die Hauptversammlung ist keine Anmeldung erforderlich.

### Seniorenstamm 2026

Wir treffen uns jeden zweiten Mittwoch des Monats zum ungezwungenen Beisammensein, Plaudern, Erinnerungen auffrischen.

Ort: Restaurant Hotel Aare Thun  
Zeit: 15.00 Uhr  
Kontakt: Marianne Kruger, 033 223 24 16

Wir freuen uns auf weitere Teilnehmerinnen und Teilnehmer!

Bitte tragt euch folgende Termine in die Agenda ein.

### Monatsversammlungen im Hotel Aare Thun

- 2. Februar 2026
- 4. Mai 2026, mit Bergsteigerbazar
- 7. September 2026
- 2. November 2026, mit Bergsteigerbazar

### Gestelenapéro

Am Donnerstag, 25. Juni 2026 treffen wir uns zum gemütlichen Beisammensein in unserer idyllisch gelegenen Clubhütte.

## Sektion > Tourenwoche Senioren 2026

Die Tourenwoche findet vom Sonntag, 8. März bis Samstag, 14. März 2026 statt. Primär für Senioren, aber auch für Aktive. Mit den Bergführern Lukas Mani und Christoph Räz erklimmen wir die schönsten Ziele im Sertigtal. Wir logieren im Hotel Walserhuus in Sertig Dörfli.



Im Tourenportal des SAC Blüemlisalp ist die detaillierte Ausschreibung zu finden. Nur dort kann man sich ab 1. Dezember 2025 anmelden. Schnell sein lohnt sich – die Plätze sind begehrte.

## Sektion > Clubhütten der Sektion 2026

### Betreuer SAC-Hütten

Pascal Simon  
Oertli 40C, 3654 Gunten  
078 730 57 67, p@mtnstar.net

### Blüemlisalp Hütte, 2840 m, 115 Plätze

Hüttentelefon: 033 676 14 37  
**Hüttenwarte:** Jürg, Bergführer/Hüttenwart  
Höhenstrasse 9, 3714 Frutigen  
079 347 37 28, juerg.martig@bluewin.ch  
info@bluemlisalpquette.com  
www.bluemlisalpquette.com

Bewartet ab Mitte Juni bis Anfang Oktober

### Baltschiederklause, 2783 m, 50 Plätze

Hüttentelefon: 079 541 65 75  
**Hüttenwartin:** Jolanda Stettler  
Saastalstrasse 416, 3910 Saas-Grund  
078 647 38 73  
info@baltschiederklause.ch  
www.baltschiederklause.ch

Bewartet ab Ende Juni bis Ende September

### Stockhornbiwak, 2598 m, 18 Plätze

Notfunk  
**Hüttenwart:** Simon Schmid  
Raafstrasse 12, 3938 Ausserberg  
079 300 66 99  
stockhornbiwak@sac-bluemlisalp.ch  
www.sac-bluemlisalp.ch

### Betreuer clubeigene Hütten

Die Betreuung wird durch die zuständigen, untenstehenden Hüttenwartinnen und Hüttenwarte übernommen.

### Obergestelenhütte, 1800 m, 30 Plätze

**Hüttenwarte:** Katrin und Bruno Reiss  
Ara-Strasse 22, 3048 Worblaufen  
031 921 96 26, 079 480 36 74  
obergestelen@sac-bluemlisalp.ch  
www.obergestelen.ch

### Clubhaus «Sunnehüsi» Rossberg

1130 m, 15 Plätze  
**Hüttenwartin:** Erika Gerber  
Ranft 359E, 3764 Weissenburg  
078 836 96 49  
erika.gerber68@gmail.com  
sunnehuesi@sac-bluemlisalp.ch  
www.sac-sunnehuesi.ch

## Sektion > Freiwilligenarbeit 2026 (Weg- und Hüttenunterhalt)

Dank deinem Einsatz konnten wir im ausklingenden Jahr die Hüttenwartinnen und Hüttenwarte erfolgreich unterstützen. Auch im nächsten Jahr wollen wir unsere wertvolle Arbeit weiterführen! In allen unseren Hütten gibt es Arbeiten zu erledigen, die unumgänglich sind und zum Erhalt beitragen. In der Obergestelenhütte und im Sunnehüsi unterstützen wir die Hüttenwarte zusätzlich. Denn sie bekommen nur eine Entschädigung für ihre Arbeit! Die Verantwortlichen sind jeweils unter Anmeldung/Auskünfte ersichtlich.

Datum	Anlass/Ort	Anmeldung/Auskünfte
18. April	<b>«Sunnehüsi» Rossberg</b> Holzen und Unterhaltsarbeiten Treffpunkt: bei Anmeldung Auto	bis zum 10. April 2026 Erika Gerber 078 836 96 49 erika.gerber68@gmail.com
30. Mai	<b>«Gemeinwerk» am «Niwärch»</b> mit der Ortsgruppe Ausserberg Treffpunkt: Bhf Thun, 6.50 Uhr Bahn nach Ausserberg	bis zum 25. Mai 2026 Hans Hostettler 079 311 83 40 huetten@sac-bluemlisalp.ch
19.-21. Juni	<b>Baltschiederklause</b> Unterhalt der Hütte, Infrastruktur und Umgebung Treffpunkt: Bhf Thun, 6.50 Uhr Bahn nach Ausserberg	bis zum 1. Juni 2026 Pascal Simon 078 730 57 67 p@mtnstar.net
2.-4. Juli auch 1.-4. Juli möglich	<b>Bluemlisalp Hütte</b> Umgebungsarbeiten und Wegarbeiten Treffpunkt: individuell Bahn nach Kandersteg oder Auto	bis zum 1. Juni 2024 Hans Hostettler 079 311 83 40 huetten@sac-bluemlisalp.ch
17. September	<b>Clubhaus Obergestelen</b> Holzen (Senioren und andere) Verpflegung in der Hütte Obergestelen Treffpunkt: bei Anmeldung Auto	bis zum 11. September 2026 Katrin und Bruno Reiss 031 921 96 29 fam.reiss@bluewin.ch
10. Oktober	<b>Clubhaus Obergestelen</b> Unterhalt und «Gestele-Putze» Treffpunkt: bei Anmeldung Auto	bis zum 30. September 2026 Katrin und Bruno Reiss 031 921 96 29 fam.reiss@bluewin.ch

**Achtung:** Beim Niwärch brauchen wir jedes Jahr mindestens 30 Leute!  
Die Anmeldung über das Tourenportal hat sich bewährt und so werden die Anlässe auch im nächsten Jahr auf der Webseite publiziert (Rubrik «Sektion»). Eine Anmeldung ist aber auch telefonisch oder per E-Mail bei der verantwortlichen Person möglich. Für jeden halben Tag gibt es einen Eintrag im «Frondienstausweis» (neu digital erfasst) und beim Erreichen von 10 Halbtagen eine Belohnung (IGT-Gutschein).

## Sektion > Personelles Ortsgruppe Ausserberg 2026

**Präsident** Michaël Bersier  
Dorfstrasse 27, 3938 Ausserberg  
079 278 22 65  
michael.bersier@gmail.com

**Tourenchef Winter** Johannes Andenmatten  
Napoleonstrasse 5, 3930 Visp  
079 640 08 21, 027 946 5228  
guide@johannesandenmatten.ch

**Kassierin** Nina Heynen  
Hauptstrasse 98, 3938 Ausserberg  
079 851 12 65  
nina.heynen@bluewin.ch

**Aktuarin** Michelle Leiggner  
Termerstrasse 24, 3912 Termen  
077 472 61 50  
mleiggner@ultraweb.ch

**Rettungschef** Damian Treyer  
Schafmatte, 3938 Ausserberg  
079 472 99 73, 027 946 54 87  
damian.treyer@bluewin.ch

**Jugend** Bruno Pfaffen  
Fischerbielstrasse 45, 3938 Ausserberg  
079 384 04 24  
bp59@gmx.ch



**Ihr regionaler Elektropartner**  
Installation | Service | Automation



ISP Electro Solutions AG  
Oberdorfstrasse 8  
3612 Steffisburg  
Tel 033 439 06 06  
www.ispag.ch



**AIR+GLACIERS**

**FÜR SIE DA,  
WO UND WANN  
SIE UNS BRAUCHEN**



Bestellen Sie jetzt Ihre Air-Glaciers Rettungskarte.  
Schon ab CHF 35.-/Jahr



**SEHKULTUR**

**SEIT 1887**

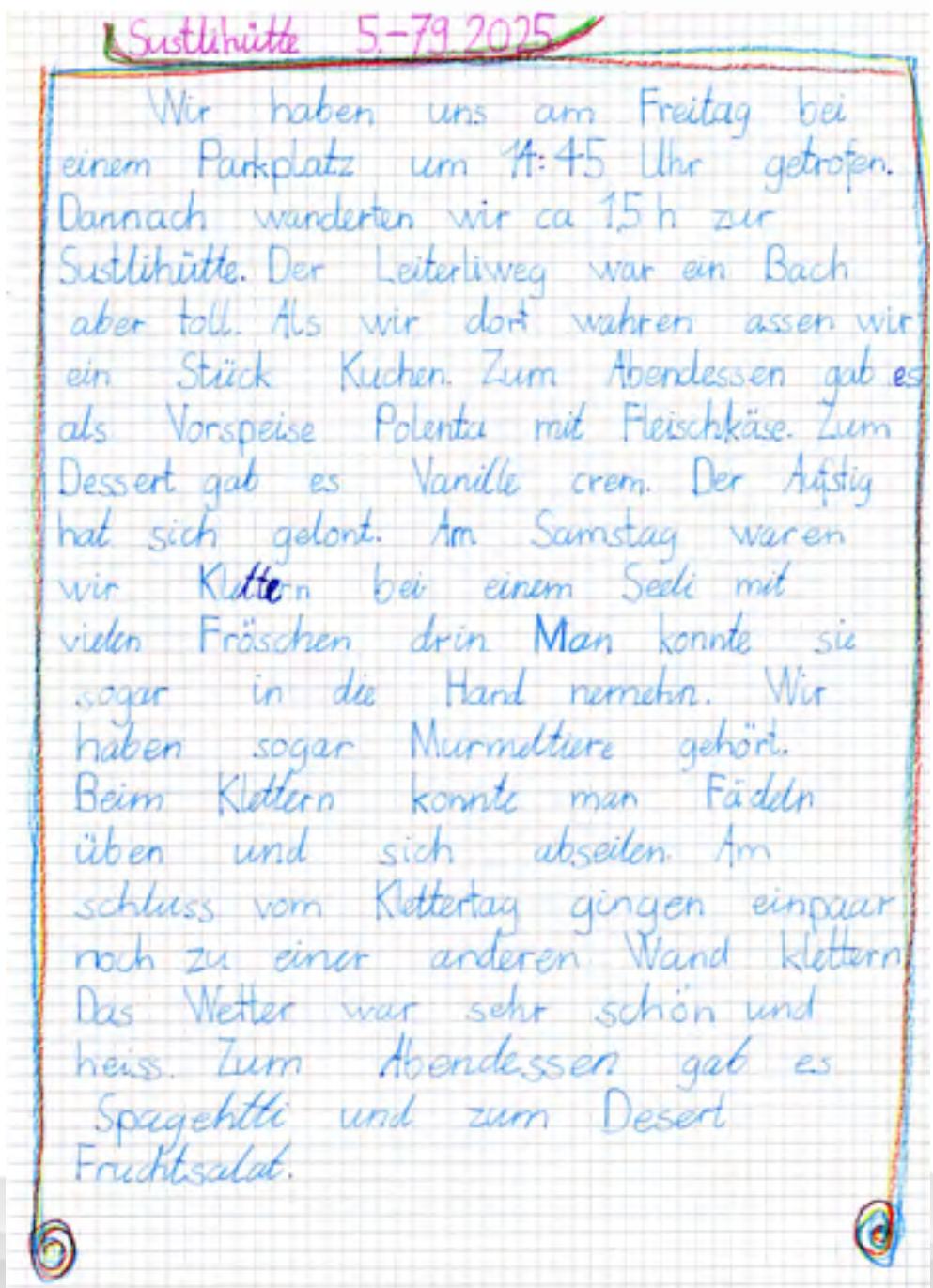
**Vereinsponsoring\*:  
10% ihrer Einkaufs-  
summe fließen in die  
Vereinskasse.**

\*Für Mitglieder SAC Blüemlisalp.  
Mitgliedschaft erwähnen.

**VOLZ**

1 8 8 8 7

**Termin buchen**  
  
**VOLZ.CH**





# ÄLTER ALS DAS DAMPFSCHIFF BLÜMLISALP.

Ihre Bank, die Generationen überdauert.

Seit bald 200 Jahren.



**VERSTOPFTE LEITUNG? VOLLER SCHACHT?**

033 227 27 27

24-Std. Service

• Ablaufentstopfung  
• Straßen- und Flächenreinigung

• Rohr- und Kanalreinigung  
• Schachtentleerung

**SCHMUTZ THUN.ch**  
Rohrreinigung - Kranarbeiten

info@schmutzthun.ch  
www.schmutzthun.ch

Am Sonntag gingen wir zu einer Wand klettern wo man auf grosse Steine klettern konnte. Ein paar haben zwei Schneehüner gesehen. Am schluss vom Wochenende kletterten ein paar noch weiter. Die Aussicht von der Sustlihütte war gigantisch schön. Das Wetter war auch schön und sonnig. Beim heimweg ist man fast neben Gletscher gelofen. Ende

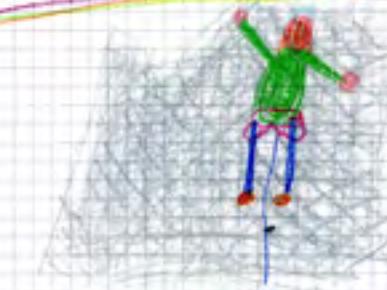
Geschrieben: Maja Looser

Leitung: Lara Saxenhofner

Hilfsleitung: Laura und Andrea

Idee: Maja und Sarah Looser

Geholfen: Stefan und Sarah Looser





## KiBe > Sommerlager 2025

Eine Woche verbrachten wir gemeinsam in den Bergen. Zu Beginn haben wir uns in zwei Gruppen aufgeteilt: die Teilnehmenden mit etwas mehr Erfahrung starten die ersten drei Tage in der Sustlihütte, die Jüngeren direkt in der Sewenhütte. Die abwechslungsreiche Woche hinterlässt viele gute Erinnerungen und einige Zeilen im Tourentagebuch.

### Sonntag:

Gruppe Sewen: Wir trafen uns um 7:10 Uhr am Thuner Bahnhof. Wir fuhren nach Interlaken und weiter mit Zug und Bus nach Gerezmetteln. Kurze Zeit später ging der Aufstieg auch schon los. Es dauerte ca. 1.5 Stunden bis die ersten in der Sewenhütte angekommen waren. Wir machten eine kurze Pause und gingen danach noch ein bisschen klettern. Nach ein paar lustigen Tyrolienne-Fahrten gab es Älplermakkaroni zum Znacht.

Zoe & Bastian

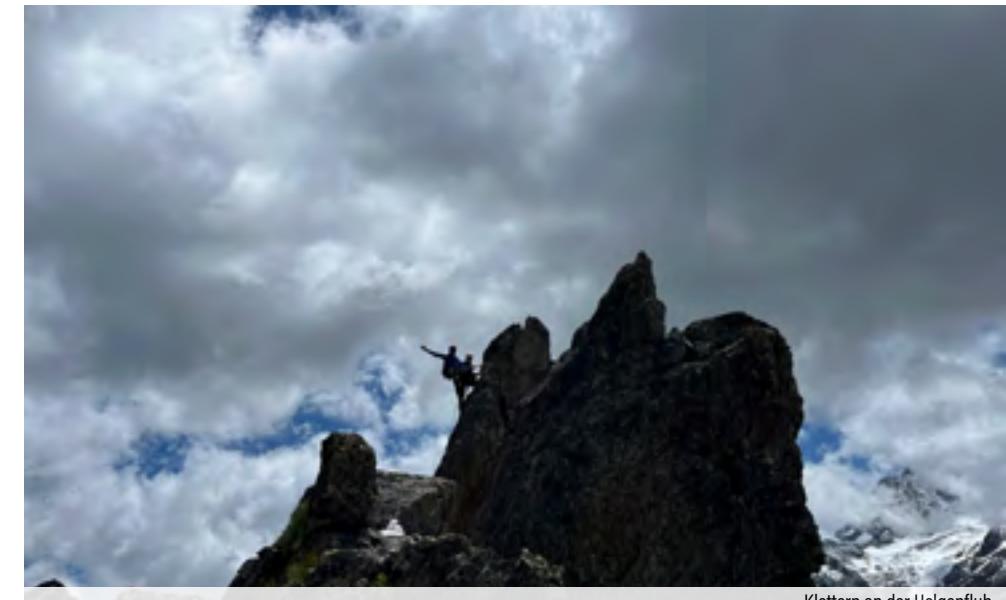
Gruppe Sustli: Als wir nach einer langen Postauto- und Zugfahrt angekommen waren, machten wir uns auf den 40-minütigen Aufstieg. Bei der Sustlihütte angekommen, assen wir unser Mittagessen. Danach machten wir uns auf zum Sektor Nase um etwas Theorie zu erlernen und zu repetieren. Weil wir jedoch zum Klettern an der falschen Wand waren, gingen wir weiter, um die erste Mehrseillängenroute von diesem Lager zu klettern. Später in der Hütte spielten wir viele verschiedene Spiele, assen ein leckeres Abendessen und gingen müde aber glücklich ins Bett.

Alina & Elin



Klettern am Sewenkegel

## KiBe > Sommerlager 2025



Klettern an der Helgenfluh

### Montag:

Gruppe Sewen: Heute gab es erst um 7:30 Uhr Frühstück. Dann hatten wir Zeit zum Packen, Zahneputzen und Spiele spielen. Um 9 Uhr gingen wir in zwei Gruppen los. Die eine ging an den Hüttenfels und die andere auf den Sewenkegel. Beim Aufstieg zum Sewenkegel fand die 6er Gruppe viele Bergsalamander (Beat, Berg-man, Bruno, Simone Salamira & Sara). Dann wurde geklettert. Beim Sewenkegel war es sehr nass, sodass es einen neuen «Speed-Rekord» von sieben Stunden bis wieder zurück zur Hütte gab. Unten am Hüttenfels wurde abgesetzt, gefädelt und geklettert. Später sind wir noch Tyrolienne gefahren und als es anfing zu regnen, haben wir drinnen Spiele gespielt bis es Znacht gab.

Manon & Luisa

Gruppe Sustli: Nach 9 Stunden Schlaf mussten wir schon aufstehen. Nach dem Zmorge packten wir unsere Rucksäcke und machten ein cooles Spiel dazu. Die Laune war erstaunlich gut, obwohl es draussen regnete und das Wetter garstig war. Trotzdem liefen wir los. Schon bald machten wir bei einem Geröllfeld Halt, um «Gehen am Kurzen Seil» zu üben. Danach gingen wir an den Einstieg vom Chanzelgrat, um es richtig umzusetzen. Am Ende des Grates seilten wir ab, liefen zur Hütte zurück und spielten noch ein paar Spiele. Nach den genussvollen Abendessen gingen wir dann auch schon schlafen.

Laurin & Tobias

**Dienstag:**

Gruppe Sewen: Heute Morgen hatten wir verschiedene Posten gemacht. Nach dem Essen gingen wir wandern im Schnee. Wir sind durch fünf Flüsse gewandert. Uns war sehr kalt. Nach einer Weile sind wir zurückgekommen. Dann gab es Abendessen mit Suppe und anderen leckeren Sachen. Danach haben wir ein Spiel gespielt. Lia, Lenia & Emelie

Gruppe Sustli: Wir haben Juli und es schneit! Für uns startete der Morgen um 7.30 Uhr. Nach dem Frühstück ging das grosse Packen los. Anschliessend übten wir an einem inszenierten Szenario Koordinaten lesen und Nothilfe leisten. Fazit: Jonas wäre krepiert, aber Irina dürfte überlebt haben. Danach machten wir noch ein Knotenspiel. Im Schneegestöber haben wir mit unserem Canyoning-Ausflug begonnen. Bei der Postautohaltestelle waren wir alle nass, pflotschnass! Nach kurzen drei Minuten Wärme im Postauto machten wir uns an den Aufstieg zur Sewenhütte, bei dem wir auch nicht trocken wurden. Die warme Suppe in der Hütte wärmte uns etwas auf. Nach dem Basteln von Ständen machten wir ein Kletterquiz in der schön warmen Hütte. Nach einem leckeren Abendessen haben wir einige Runden Werwolf gespielt, danach ging es ab ins Bett. Julia, Nelia & Elin

**Mittwoch:**

Heute machten wir drei Gruppen. Eine Gruppe ging an den Sewenkegel und hatte ziemlich kalt. Eine andere ging in das Klettergebiet Edelweiss. Wir kletterten zwei bis drei Routen und dann gingen wir abseilen. Dabei machten wir noch halbwegs Bungee-Jumping nur an dem Klettergestältli.

Rosa & Malia

Gruppe Stinkbock: Für uns startet der Tag um halb acht mit einem leckeren Frühstück. Danach machten wir uns auf den Weg zum Einstieg des Stinkbockes an der Helgenfluh. Die letzte Seilschaft musste zwei Stunden warten, bis sie mit dem Einstieg beginnen konnte. Auch wenn uns zwischendurch die Hände fast abgefroren waren, machte es Spass und die Kletterei war super. Als wir auf dem Gipfel waren, stiegen wir in ein Couloir ab, in dem wir eine kleine Schneeballschlacht hätten machen können. Es war sehr steil und rutschig, daher kamen wir etwas zu spät zum Abendessen.

Alina & Elin



Ein strahlendes Gruppenfoto zum Schluss, Fotos: Leitungsteam

**Donnerstag:**

Am Morgen standen wir relativ spät auf für eine Hochtour. Erst um 6 Uhr gab es Zmorge. Kurz vor 7.00 Uhr liefen wir los zur Ruine. Von dort ging es steil am kurzen Seil hinauf zum Gletscher. Dort gab es eine taktische Aufteilung. Die Jüngeren gingen nach rechts auf den Spitzplanggenstock, die Älteren links in Richtung Hoch Sewen. Nach Blockgelände mit relativ viel Schnee sind die Jüngeren schon bald einmal auf dem Gipfel des Spitzplanggenstock zu sehen. Wir waren noch lange nicht in der Nähe des Gipfels. Wegen dem vielen Schnee waren wir eher langsam unterwegs. Besonders bei einer frgilien «Fiamma» brauchten wir viel Zeit und kehrten deshalb wenig später um. Nach dem Abstieg gab es den wohlverdienten und traditionellen Kuchen. Danach wurde noch «Chübeli um» gespielt, gegessen und geschlafen.

Plinio, Laurin & Tobias

**Freitag:**

Nach dem Frühstück haben wir uns in zwei Gruppen aufgeteilt. Die eine Gruppe bestieg den Sewenkegel in einer schnelleren und etwas langsameren Gruppe. Nach dem Abstieg stiess die erste Gruppe zur zweiten Gruppe am Hüttenfelsen. Diese projektierten den ganzen Morgen. Am Nachmittag wurden beim Selbstaufstieg heftige Duelle geführt und weiterhin fleissig schwierig geklettert. Andere fanden ihren Spass beim Tyrolienne fahren. Den Tag liessen wir mit Spielen, einem leckeren Abendessen und viel Packen ausklingen.

Nelia, Elin & Julia

**Samstag:**

Heute wurden wir um 6.15 Uhr geweckt, um den Rest zusammen zu packen. Um 6.30 Uhr gab es Zmorge. Später wurde noch ein Gruppenfoto gemacht, bevor wir uns auf dem Abstieg machten. Dann fuhren wir mit Bus und Zug zurück nach Thun, wo wir uns verabschiedeten.

Luisa



## JO > Boulderwoche Fontainebleau

Mit unserem Bus, voll beladen mit Crashpads, fuhren wir am ersten Tag los Richtung Fontainebleau, dem bekannten Bouldergebiet südlich von Paris. Schon unterwegs war die Stimmung super, alle freuten sich darauf, endlich wieder an den Sandsteinblöcken zu klettern.

Anfangs Woche war das Wetter super. Im Wissen, dass vielleicht ein Wetterwechsel bevorsteht, nutzten wir die Zeit und boulderten den ganzen Tag an den wilden Boulderblöcken im Sektor Cuvier. Am Ende des Tages waren alle noch motiviert, die ganze Woche zu bouldern und wir waren auch sehr optimistisch das sich der Wetterbericht in seiner Prognose irrt.



Voll in Action



Auf zu den Blöcken, Fotos: Tourenteilnehmende

Leider wurden wir vom Gegenteil überrascht. Das Wetter war die drei darauffolgenden Tage so schlecht und regnerisch, dass Outdoor-Bouldern nicht möglich war. Wir liessen uns davon jedoch nicht unterkriegen und gingen in die bekannten Boulderhallen rund um Paris bouldern. Dort konnten wir trotzdem viele coole Boulder klettern. Als Ausgleich gingen wir in den wunderschönen Wäldern rund um Fontainebleau joggen, spielten viele Spiele, machten Filmabende und backten sogar Kuchen. Die Stimmung blieb also trotz Regen immer gut. An den letzten zwei Tagen unserer Woche wurde das Wetter wieder besser und es zeigte sich auch wieder die Sonne, die schnell alle Blöcke trocknete. Wir nutzten die Gelegenheit und verbrachten zwei weitere Tage draussen an den Sandsteinblöcken. Am Ende der Woche waren wir müde, die Finger wund gebouldert und glücklich. Trotz des wechselhaften Wetters war es eine super Woche.

Mattias Hänzi

## JO > Hochtourenwoche Orny-Trient



Bitte einmal lächeln

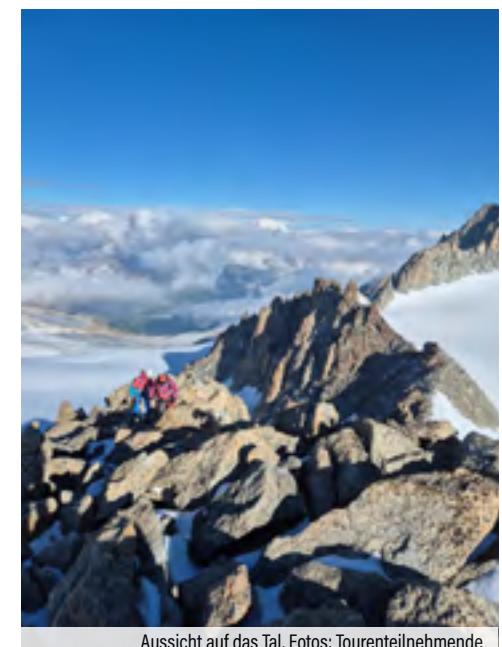
Mit dem Sessellift fuhren wir dem Nebel entgegen und bereits an der Bergstation bei La Breya begann es zu regnen. Schnell montierten alle die Regenkleider, wohlwissend, dass sich das Wetter kaum bessern würde. Trotzdem marschierten wir los zur Cabane d'Orny im Unterwallis.

Am nächsten Morgen bestätigte der erste Blick aus dem Fenster unsere Vermutung vom Vortag: alles war weiss. Nicht etwa wegen Nebel, sondern wegen rund 15 cm Neuschnee, die die Landschaft überzogen hatten. So starteten wir den ersten Tag mit Ausbildung – Seiltechnik, Standplatzbau und Spaltenrettung wurden fleißig geübt, damit wir bereit waren, wenn sich das Wetter bessern würde. In den folgenden Tagen zeigte sich der Himmel freundlicher. Der Schnee verschwand, doch die kühlen Temperaturen blieben. Wir liessen uns aber nicht davon abschrecken und kletterten einige schöne Wände und Grate rund um die Ornyhütte. Mitte der Woche stand der Hüttenwechsel zur Cabane du Trient an. Wir verbanden den Aufstieg mit einer Kletternacht an der Aiguille d'Orny.

An den letzten beiden Tagen standen die bekannten Hochtourengipfel rund um die Cabane du Trient auf dem Programm. Am 1. August zeigte sich das Wetter noch einmal von seiner besten Seite. Bei strahlendem Sonnenschein erreichten wir die Gipfel der Aiguille du Tour und der Tête Blanche. Am Abend genossen wir ein gemütliches 1.-August-Feuer und liessen die Woche gemeinsam ausklingen.

Am nächsten Morgen war leider wieder alles weiss und wir entschieden uns, gut eingepackt direkt ins Tal abzusteigen. Trotz des wechselhaften Wetters durften wir einige schöne Touren erleben, viel lernen und eine tolle Woche in den Bergen verbringen.

Mattias Hänzi



Aussicht auf das Tal, Fotos: Tourenteilnehmende



## JO > Ausserberg: Finale Ligure - ein Traum für alle, die gerne klettern

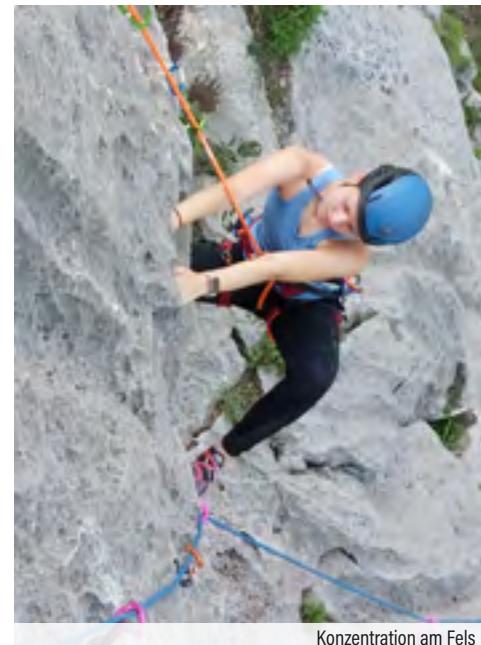
So auch für die kleine Gruppe von Jugendlichen, die über Pfingsten mit zwei Begleitern dorthin fuhren. Die Begeisterung war gross und die Erwartungen wurden mehr als nur erfüllt.

Das Wetter war fürs Klettern perfekt, ebenso die Stimmung in der Gruppe. In den Klettergebieten «Parete delle Gemme», «Capo Noli» und «Placca del Oasi» gab es eine grosse Auswahl an Routen. Der Fels war vielseitig und es war für alle etwas dabei. Wir kletterten auch einige Mehrseillängenrouten, von wo aus die Aussicht atemberaubend schön war. Das hat auch den Teamgeist gefördert.

Natürlich genossen wir auch den Strand und die kühle Erfrischung im Meer, ebenso die italienische Küche.

Alles in allem war es ein sehr gelungener Ausflug, an dem alle viel Freude und Spass hatten.

Elin Kohler



Gruppenfoto in Finale Ligure, Fotos: Tourenteilnehmende

## Aktive > Hinter Tierberg Nordgipfel (3419 m) via Nordgrat

Zwischen Bern und dem Steingletscher kommt die Gruppe nach und nach zusammen: Tourenleiter Oli und zusätzlich noch Sämi sowie die Teilnehmerinnen und Teilnehmer Lieveke, Flo, Ursula, Claudia und ich, Dea. Wir machen uns auf den Weg in die Tierberglihütte, wo erst mal Kuchen oder auch eine Käseschnitte auf uns warten. Und ein Getränk ist ebenfalls willkommen – denn der Sommer ist zurück, spürbar. Nach dieser Genuss-Pause und der Entdeckung, dass wir zum Schlafen noch extra Höhenmeter machen werden (Dachstock!), machen sich fünf von uns auf, um am Nachmittag noch den Vordre Tierberg (3090 m) zu besuchen. Plütter (anstrengend!) und eine nette Kraxelei zum Gipfel, Zvieri bei Windstille und top Aussicht, dann zurück zur Hütte. Tourenplanung auf der Terrasse, ein feines Znacht und dann auf in den Dachstock. Denn unsere Wecker stellen wir auf 3.45 Uhr und um 4 Uhr gibt's Frühstück!

Kurz vor 5 Uhr stehen wir vor der Hütte bereit zum Abmarsch und steigen ab zum Gletscher, wo wir die Steigesen montieren. Bald stellen wir fest, dass (ziemlich untypisch für die Tageszeit) der Schnee, naja, eher weich ist. War nichts mit abstrahlen oder gefrieren über Nacht. Schneeschuhe wären nicht komplett falsch, denkt sich der eine oder die andere. Egal, die wunderschöne Stimmung im Morgengrauen macht das mehr als wett. Wir erreichen den Mittler Tierberg, wo wir kurz Pause machen und unser Ziel des Tages genauer betrachten – den Hinter Tierberg, der eine kurze Querung über den Sattel entfernt liegt.

Den Gipfelgrat erreicht eine Seilschaft nach der anderen teils kletternd, teils über guten Trittschnee und zum Schluss über etwas steiles Geröll. Die Aussicht ist grossartig!

Für den Abstieg bieten sich zwei Möglichkeiten an. Da alle das nötige Material dabei haben, wählen wir die wohl angenehmere Variante und seilen ab. Dann geht's wieder zurück zur Hütte (nochmals Plütter, puh!), die wir am Mittag erreichen. Käseschnitten, Hamburger, Kuchen und Getränke kommen auf den Tisch. Die nassen Schuhe (ja, schon wieder der Plütter) liegen daneben an der Sonne. Nach ausgiebiger Pause packen wir unsere Sachen und machen uns wieder auf den Weg Richtung Steingletscher. Auf der Höhe vom Parkplatz Umpol fliesst der Bergbach gleich neben der Strasse durch. Kurzum beschliesst Oli, dass die heissen Füsse hier ein kühles Bad bekommen sollen und es dauert nicht lange, da waten wir fast alle ins kühle Nass. Wieder zurück in die jetzt angenehmeren, dampfenden Schuhe, das letzte Stück Wanderweg zur Alpkäserei (Einkaufs- und Verpflegungs-Stopp) und ab ins wartende Poschi. Der Fahrer ist gut gelaunt und unterhält die Gäste mit Sprüchen und Anekdoten. Wir kommen pünktlich in Meiringen an und finden sogar Platz im Zug. Sehr schön war es!

Dea Rolih





## Aktive > Allalinhorn: Auf dem Weg zum ersten 4000er

Am 18. Juli 2025 sollte es soweit sein: Meine erste Sektionstour und gleich den ersten 4000er als Ziel – eine Tagestour auf das Allalinhorn.

Nach anfänglichen Schwierigkeiten, die richtige Gruppe von Bergsteigern an einem sonnigen Freitagmorgen um 6.20 Uhr am Thuner Bahnhof zu finden, traf ich dann auf Christoph, Christof, Volker und unseren Tourenleiter Nicolas. Auf ging's nach Saas-Fee. Auf dem Weg dorthin sammelten wir noch Erich und Nelly ein und standen gegen 8.30 Uhr am Mittellallalin.

Aus dem Tunnel traten wir hinaus in die Gletschewelt, die das Allalinhorn zu bieten hat. Die Freude, aber auch Aufregung war gross. Wird es mit der Höhe klappen? Habe ich alles dabei? Kann ich mich noch an den Knoten zum Anseilen erinnern? Und wie wird sich das Wetter entwickeln? Fragen über Fragen. Aber Nicolas strahlte Zuversicht aus, war entspannt und nahm damit den grössten Teil der Anspannung einfach raus.

Überhaupt war er während der ganzen Tour und in allen Situationen sehr entspannt, auch wenn er zum dritten Mal gefragt wurde, wie das mit der Seilverkürzung funktioniert.

Nachdem wir die Ausrüstung geprüft und die Gstättli angezogen hatten, gingen wir über die Skipiste bis zum Anseilplatz kurz vor dem Gletscher. Der Einstieg war nicht zu verfehlten, da die Perlenkette von Bergsteigern den Weg gut markierte. Wir waren nicht die einzigen, die sich bei besten Bedingungen auf diese

Tour begaben. Wir legten in aller Ruhe die Steigeisen an und bildeten zwei Seilschaften, Nicolas und Christof übernahmen die Seilschaftsführung.

Der Aufstieg war mit herrlichen Aussichten gespickt, was das zwischenzeitliche Anstehen kurzweilig machte. Nach einer kurzen Pause am Joch warteten die letzten 200 Höhenmeter auf uns. Mehrspurig ging es über den oberen Teil des Gletschers und auch das letzte Stück Fels zum Gipfel bot mehrere Varianten und nach knapp zwei Stunden standen wir am Gipfel an. Aber das war vollkommen neben-sächlich, da die Aussicht spektakulär war. Vom Mont Blanc bis zum Piz Bernina reichte unsere Aussicht – grandios! Mit dem obligatorischen Gipfelfoto – ohne Bild ist es nicht passiert – suchten wir uns einen Pausenplatz in Gipfelnähe.

Bei Vesper und bester Aussicht gab Nicolas uns Empfehlungen für nächsten Touren. Ich bin mir sicher, dass ich im Sinne aller Teilnehmer spreche: das war erst der Anfang – we're hooked! Der nächste Gipfel ist sicherlich immer in Sicht.

Alles hat ein Ende und so wurde es Zeit für den Abstieg. Der Schnee war schon merklich weicher, doch kamen wir problemlos wieder am Mittellallalin an. Reich an schönen Impressionen von einer sehr schönen Tagestour. Vor der Heimfahrt nach Thun machten wir noch die Tourauswertung bei Speis und Trank. Fazit: Danke Nicolas für die grossartige Tour!

Stephan Lawrs

## Aktive > Überschreitung Lobhörner E-W (2566 m)

Am Nachmittag des 5. September machten wir uns mit Zug und Poschi auf den Weg nach Isenfluh, von wo uns die Seilbahn hinauf nach Sulwald brachte. Ein günstiges Wetterfenster ohne Regen ermöglichte uns, von dort zur Lobhornhütte aufzusteigen. Vor dem feinen Abendessen machten wir noch einen kurzen Abstecher zum idyllischen Sulsseeli sowie «angewandte Theorie» für den kommenden Tag.

Der Herbst machte sich bereits am Abend bemerkbar, denn auf knapp 2000 m Höhe war die Daunenjacke sehr willkommen. Am frühen Samstagmorgen vom 6. September zeigte sich der Jahreszeitenwechsel noch deutlicher: gefrorener Boden und die Temperatur unter Null. Der harte Untergrund erwies sich allerdings als Vorteil, denn so gelang uns der Aufstieg zu den Lobhörnern ohne Matsch. Mit den ersten Sonnenstrahlen wurde auch die Daunenjacke rasch überflüssig.

Am Fusse der markanten fünf Felszacken machten wir uns und unser Material (sieben Expressen, vier Schlingen und 30 m Seil mit Reepschnur) für die Überschreitung der Lobhörner (Normalroute Ost-West) bereit. Der teilweise speckige Fels änderte nichts an der Freude an dieser Mehrseillängen-Tour mit so eindrucksvollem Panorama: den ganzen Tag über kletterten wir mit Blick auf Eiger, Mönch und Jungfrau sowie weiteren Gipfeln der Hochalpen bei strahlend blauem Himmel. Der erste Schnee des Jahres war glücklicherweise auch bereits weitgehend geschmolzen. An einigen Stellen säumten sogar noch ein paar Edelweiss unseren Weg.

Nach dem Abseilen vom Gross Lobhorn mussten wir uns auf dem Bergweg zurück zum Einstieg und weiter nach Sulwald ein bisschen beeilen, um die letzte öV-Verbindung nach Lauterbrunnen zu erwischen. Glücklich und zufrieden nach diesem tollen Klettertag reisten wir wieder zurück Richtung Thun.

Merci Markus für die super Tour!  
Sara Fischer



Wunderbares Abseilen, Foto: Sara Fischer



## Aktive > Pfaffenstecki

**Tag 1:**

Es ist Sonntag, das Wetter wunderbar. Viele Leute haben die Wanderschuhe geschnürt. Der Zug und Grindelwald sind überlaufen. Ab der Bäregg wird's ruhiger, die Landschaft wilder und der Aufstieg abwechslungsreich. Zum Glück haben wir uns für die kürzere Zustiegsroute entschieden, so hat es gerade zum Znacht gereicht.

**Tag 2:**

Ein Sternenhimmel, der keine Wünsche offenlässt. Im Dunkeln der Abstieg zum Oberen Ischmeer. In der Dämmerung queren wir den Gletscher und bei Tageslicht kraxeln wir auf der anderen Seite in losem Gestein wieder die Moräne empor. Eine Erleichterung wieder auf Gletscherreste zu kommen, so ist der weitere Aufstieg weniger Kräfte zehrend. Leider ist die Freude nur von kurzer Dauer, auch hier herrscht Gletscherschwund und der Aufstieg und die Wegfindung aufs Ochsenjoch sind eine Herausforderung. Wie kommt man bei so viel losem Gestein am besten auf den Grat? Hinauf, wieder runter, darum herum, wieder rauf, kraxeln und aufpassen. Endlich auf dem Grat.



Ein Wimmelbild am Berg

Schöne Kletterei in festem Fels bis zum Pfaffenstecki. Wunderbare Aussicht, herrlicher Sonnenschein, viel Platz. Wir machen eine ausgedehnte Mittagsrast, die Hütte ist ja nicht weit. Abklettern, Abseilen und weiter über den Grat mit direktem Abstieg zum Gletscher. Der Gegenanstieg zur Hütte fordert dann doch noch etwas. Dafür warten dort das kühle Bier und die Liegestühle.

**Tag 3:**

In der Dunkelheit kurzer Abstieg auf dem Hüttenweg. Wegspuren zweigen ab für den Aufstieg zum Gwächtenjoch. Ein steiles Schneefeld versperrt den Weg. Ein Durchschlupf durch das Schneeloch, so brauchen wir die Steigeisen nicht zu montieren. Bald darauf stehen wir motiviert und guter Dinge auf dem Gwächta. Die schöne Kletterei auf dem Grat beginnt, meist abwärts. Wir sind drei Seilschaften, sieben Personen, es braucht Zeit. Auf dem Ankenbälli gibt's eine Pause. Wir sind bereits sieben Stunden unterwegs.

## Aktive > Pfaffenstecki



Unser Ausblick

Wir würden gerne den Abstieg in Angriff nehmen. Es gibt aber nur den Weg vorwärts, weiter über den Grat. Zurück ist ganz klar keine Option und einen anderen Weg gibt es nicht. Meist ist die Kletterei genussvoll, selten etwas brüchig. Wir sind eine ganz tolle Gruppe. Unterstützung und Motivation geben den Ton an. Nach weiteren drei Stunden sind wir endlich auf dem letzten Punkt, dem Mättenberg. 1400 hm unter uns liegt die Bäregg. Weiter abklettern und den Adler beobachten. Abseilen, dank zwei Seilen 40 m aufs Mal runter düsen. Der weitere Abstieg ist steil, im Gras, manchmal Felsplatten und immer aufpassen, dass man keinen Stein löst.

Die Steinböcke beobachten uns und denken sich sicher ihre Sache. Langsam kommen wir an unsere Grenzen, es will kein Ende nehmen. Wir unterstützen uns gegenseitig so gut es geht, wir schaffen das! Schliesslich sind wir nach gut 15 Stunden in Grindelwald. Es reicht noch für etwas zu trinken und eine Portion Pommes. Schon auf der Heimfahrt sind wir uns einig. Es waren drei tolle Tourentage mit einer Gemeinschaft, die es zu einem sehr schönen Erlebnis werden liess. Danke an alle fürs dabei sein und an Raoul, der uns umsichtig und sicher ans Ziel geführt hat.

Sonja Würmli



Der Weg ist das Ziel, Fotos: Raoul Baumann.



## Aktive > Bergsteigen & Yoga

Wie letztes Jahr durfte ich in diesem Jahr erneut das einzigartige Format Bergsteigen & Yoga anbieten. Diesmal sogar im Rahmen meiner Abschlussarbeit für mein Advanced Yoga Teacher Training. Der Wetterbericht sah jedoch einiges unbeständiger aus als im Vorjahr. Trotzdem hatte ich mich entschlossen, die Tour durchzuführen, was wir später auch nicht bereutten.

Maya hatte sich gerade noch einen Tag vor der Tour den letzten Platz gesichert. Im Zug nach Erstfeld kam dann bald mal die Frage auf, für was man denn ein Joghurt brauche. Nun, auf der Packliste stand zum Verwechseln ähnlich «Yogagurt». Also Joghurt, nein Yogagurt. Das Joghurt war dann bereits im Zug schnell weggegessen und wir konnten uns in Erstfeld ohne heikle Ware im Rucksack auf den Weg zum Mini-3er-Seilbähnli in Richtung Wilerli machen. Auf dem Weg zur Hütte war das Wetter abwechslungsreich wie sonst nie. Mal Sonne, mal Regen, mal Nebel. Nach der Ankunft auf der Hütte kam uns Petrus dann so entgegen, dass wir beim nahegelegenen See eine erste Yoga-Session genießen konnten. Da einige Teilnehmerinnen das erste Mal auf einer Hochtour dabei waren, gab es vor dem Znacht noch einen Materialcheck sowie eine Testaufstellung der Seilschaften.



Yoga auf dem Berg, Foto: Pascal Simon

Am nächsten Morgen war das Wetter viel besser und wir machten uns auf den Weg Richtung Krönten. Wir hatten den Berg den ganzen Tag für uns alleine. Auf dem Gipfel war die Sicht bedauerlicherweise eher begrenzt und es schneite sogar leicht. Auf dem Rückweg zeigte sich dann aber wieder die Sonne und die ganze Gruppe kam wieder sicher zurück zur Hütte. Wir hatten etwas länger als geplant, weshalb wir die Yoga-Lektion auf den nächsten Morgen verschieben mussten. Diese konnten wir schliesslich bei Sonnenschein am wunderbaren Obersee genießen, bevor wir uns auf den Abstieg machten. Auch die diesjährige Ausgabe fühlte sich unglaublich gut an – Bergsteigen mit mehr Bewusstsein und Achtsamkeit. Auch die regenerative Wirkung des Yogas auf Geist und Körper war für alle spürbar und wurde sehr geschätzt.

Ich freue mich, dieses Format auch im nächsten Jahr anfangs August anbieten zu dürfen. Bist du auch dabei?

Namasté  
Pascal Simon

## Senioren > Val Bognanco

Aus gesundheitlichen Gründen musste Heidi Senn als Organisatorin dieser schönen Wanderung zu Hause bleiben. Zum Glück der 15 Teilnehmenden hatte sich Lisa Bullegato kurzfristig bereit erklärt, die Tourenleitung zu übernehmen. Im Namen aller Beteiligten darf ich dir, liebe Lisa, herzlich danken. Du hast das wie immer hervorragend gemacht. Da bis zum abschliessenden Schlusstrunk auf der Piazza in Domodossola niemand Lust hatte, dem mehrfachen Aufruf von Lisa zum Schreiben eines Tourenberichts zu folgen, habe ich spontan zugesagt. Da der Bericht innert Tagesfrist bei der Redaktion sein sollte, habe ich auf der Bahnfahrt zwischen Domodossola und Brig bei einzelnen Beteiligten einige Stichwörter gesammelt.



Kirche San Lorenzo

Nach einer kurvenreichen Fahrt im Kleinbus von Domodossola nach San Lorenzo startete unsere Wanderung bei der dortigen Kirche. Nach kurzer Zeit bewunderten wir das alte aber noch in Betrieb stehende Kurbad Oniro, welches wir ungenutzt hinter uns gelassen haben. Auf einem abwechslungsreichen Weg mit stetigem Auf und Ab durch Kastanienwälder und über laubbedeckte Wege, begegneten wir sowohl abbruchreifen Ruinen wie gepflegten Ferien- und Wohnhäusern. Genau zum ausgiebigen Zwölf-Uhr-Glockenspiel erreichten wir die Kirche von Monteosollano, ein schöner und geeigneter Ort für die Mittagspause.

Gutgelaunt, zufrieden und dankbar, dass alle heil das Ziel erreicht haben, blieb vor der Rückreise noch etwas Zeit zum Shoppen.

Dir liebe Lisa noch einmal herzlichen Dank.  
Peter Zurbrügg



Steinhaussiedlung, Fotos: Peter Zurbrügg



## Senioren > Wanderwoche Oberengadin

Chasté Dadains. Die schlanke Halbinsel ragt wie ein bewaldeter Finger in den Silsersee. Schöne Einlaufstrecke nach der Ankunft in Sils Maria, die Bahnfahrt über die einzigartige Albulalinie klingt noch nach.

Maloja. Panoramagipfel Piz Lunghin: gegenüber der Piz da la Margna, im Bergell spielen Badile und Cengalo mit den Wolken verstecken. Dann der Pass dal Lunghin, dreifache Wasserscheide: Nordsee, Adria, Schwarzes Meer, je nachdem wo man hinschaut. Der smaragdgrüne Lägh Lunghin, das Heidi-Filmdorf Grevasalvas, Plaun da Lej. Und erst der Munt Pers! Die Gipfelrundsicht ist atemberaubend: Bernina, Bellavista, Piz Palü. Erinnerungen tauchen auf, Biancograt, weisch no? Auf der anderen Seite Piz Languard, Piz Albris mit der grössten Steinbockkolonie der Schweiz, Piz Alv.

Muottas Muragl. Senda Segantini oder Senda Panoramica? Am besten beides. Las Sours, die rassige Gipfelzugabe. Alp Languard. Furtschellas, Senda Lejins, Lej Sgrischus und Piz Chüern, ein sanfter Rücken mit spektakulärem Aussichtsgipfel – vom Tal aus gesehen ein gfürchig steller Zahn. Val Fex.

Grau verdrängt Blau, das Wetter hat gedreht. Punt Muragl, Lej da Staz, mehr liegt nicht drin. Es regnet nun Bindfäden. Am St. Moritzersee rasen Jogger an uns vorbei und Taucherli auf dem Wasser drehen ruhige Runden. Gegenüber die unübersehbare gelbe Fassade des Hotels Kulm. Hier hat 1864 Johannes Badrutt mit vier englischen Sommergästen die legendäre Wette abgeschlossen, wonach er ihnen die Kosten erstatten würde, wenn ihnen der Winteraufenthalt nicht gefällt; sie blieben dann bis Ostern. So begann der Wintertourismus im Engadin.

Flaz Uferweg, Lej Gravatscha, Suren Pascul, Palüds, La Punt Chamues-ch. Wolkengrau wechselt ab mit Sonnenblau, interessantes Wetter. Spannend, wie die Lichtverhältnisse ständig ändern. Und zum Abschluss noch ein Seilbahnausflug auf den Piz Apfelstrudel, alias Corvatsch. Und damit ist die Wanderwoche Geschichte. Eine Geschichte mit vielen schönen Erinnerungen an die Wandertage und vor allem an die stets gute und fröhliche Stimmung. Ein herzliches Dankeschön an alle, die mitgekommen sind!

Urs Wohlwend



Gruppenfoto auf dem Piz Lunghin, Foto: Urs Wohlwend

## Senioren > Neuenburg - Môtier

Am 21. September erhalten wir die Nachricht mit den letzten Infos von Carla. Da Erich momentan mit Gips am Bein «unterwegs» ist, hatte sie diese Tour übernommen. Die Wetterprognosen sind etwas durchzogen, weshalb erst am Mittwoch definitiv entschieden wird.

Einmal mehr in diesem Sommer: Die grandiose Rundsicht auf der Höch Gumme hätten wir am Freitag garantiert nicht, vielmehr würden wir im nassen Gras durch dichten Nebel stapfen, das will niemand. Daher schlägt Carla eine Alternative am Neuenburgersee vor, die sie auch mit nur zwei der ursprünglich sechs Angemeldeten durchführt.

Wir fuhren nach Neuchâtel, liefen gemütlich an den See und dann ging es mit dem Kursschiff quer über den See nach Portalban. Von Portalban führte uns unser Weg auf den Höhenrücken zwischen Neuen-

burgersee und der Broyeebene, vorbei an Chabrey, durch den Wald von Charmontel (wo einige aus Italien stammende Camper nur dank unserer tatkräftigen Unterstützung ihr Fahrzeug wieder aus dem Morast befreien konnten) und über Constantine hinunter nach Salavaux. Hier ging es wieder hoch in die Weinberge des Vully, das Kleinste der grossen Schweizer Weinbaugebiete. Über Vallamand und Mur gelangten wir schliesslich hinunter nach Môtier am Murtensee. Unterwegs genossen wir schöne Ausblicke über Neuenburger- und Murtensee. Die Wanderung misst etwa 17 km mit 420 hm auf und ab, Wanderzeit ca. 4.5 Stunden.

Danke Carla für diese Tour.  
Marcel Candraja



Die Stimmung trotz dem Regen, Foto: Carla Jordi



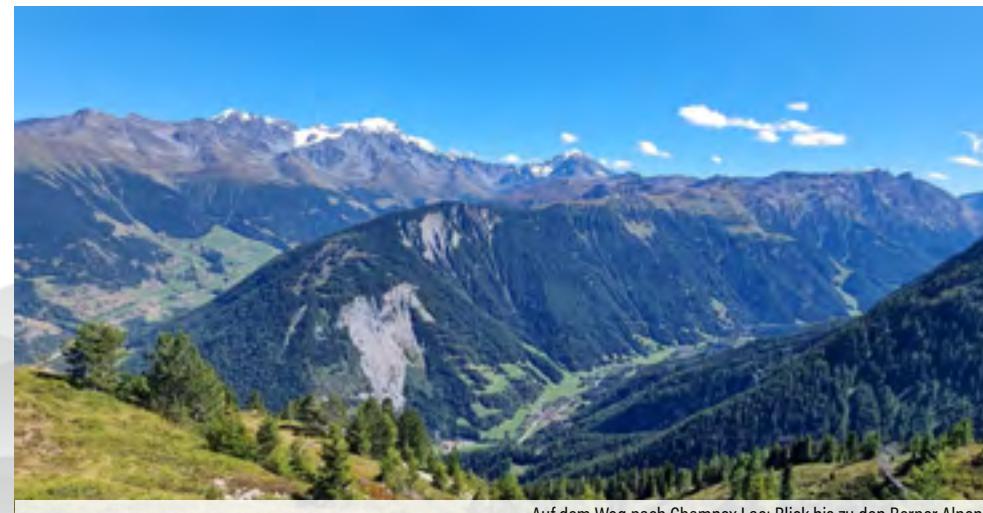


## Senioren > Col du Grand Saint-Bernard nach Col de la Forclaz

### Hospiz Col du Grand-Bernhard, 1.9.2025

Bei strömendem Regen treffen die wanderfreudigen Hedi, Rosmarie, Rosette, Fritz und Peter unter der Leitung von Peter Mani per ÖV-Anreise über Martigny, Sembrancher und Orsières am Hospiz auf 2473 m ein. Die dort lebenden Augustinermönche pflegen seit 1000 Jahren Gastfreundschaft für Reisende und Ruhesuchende. Münzfunde aus der Römerzeit belegen, dass die Transitroute bereits zu römischer Zeit grosse Bedeutung hatte. Der Regen hält uns von Erkundungen der Umgebung ab, ebenso von einem Spaziergang mit den berühmten Bernhardinerhunden.

Im Innern des Hospizes gibt es viel zu entdecken: Barockkirche, Krypta, reicher historischer Kirchenschatz und ein riesiges Marmordenkmal, das Napoleon zu Ehren eines verstorbenen Generals mit unvorstellbarem Aufwand auf die Passhöhe bringen und dort montieren liess. Wir sind beeindruckt vom Ambiente des klösterlichen Hospizes und werden von der Klosterküche sehr gut bekocht. Das Hospiz ist Etappenort des Pilgerweges von Canterbury nach Rom.



Auf dem Weg nach Champex Lac: Blick bis zu den Berner Alpen

### La Fouly, Val Ferret, 2.9.2025

Sich lichtende Wolkenfetzen geben uns nach dem Frühstück Ausblick auf unsere Tageswanderung. Auf der italienischen Seite steigen wir leicht ab und werden bald belohnt mit einer Aussicht auf breite Täler und hohe Gebirgszüge. Der Aufstieg zum Fenêtre de Ferret verläuft dann jedoch in dichter werdendem, kaltem Nebel. Unsere Mittagsrast ist an den idyllischen Lacs de Fenêtre geplant, wo wir bei einsetzendem Regen und dichtem Nebel die Naturschönheit dieses Ortes nur erahnen können. Aber wir lassen uns die gute Laune nicht verderben und steigen ab ins Val Ferret. Bei aufkommendem Sonnenschein geniessen wir köstlichen Heidelbeerkuchen in der Buvette Ars Dessous. In La Fouly erreichen wir die sehr gut besetzte «Auberge des Glaciers» am Fuss des Mont Dolent, mit dem schwindenden Glacier de Pre de Bard. La Fouly liegt an der sehr bekannten und stark frequentierten «Tour du Mont Blanc». Wir ruhen uns auf der grossen Terrasse aus und geniessen die warmen Sonnenstrahlen. Wanderer zahlreicher Nationalitäten und jeden Alters, begeistert über die Schönheiten dieser Gebirgsgegend und in der Vorfreude des nächsten Wandertages, tauschen Informationen aus. Man hört meist englisch, ab und zu französisch. Schweizerdeutsch nur unter uns.

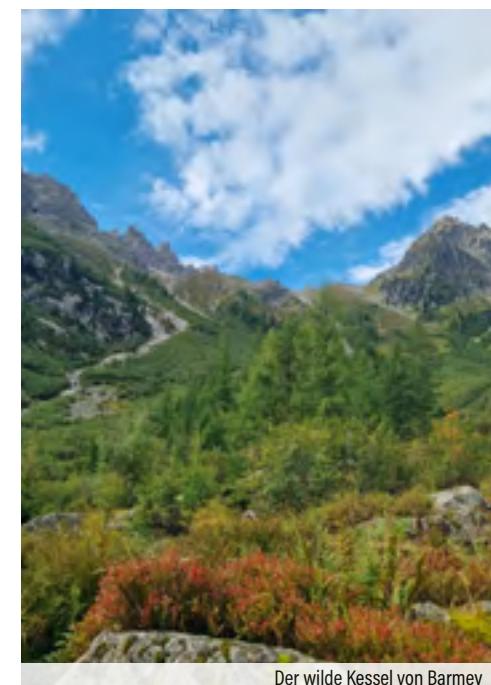
## Senioren > Col du Grand Saint-Bernard nach Col de la Forclaz

### Champex au Lac, 3.9.2025

Ein schöner Weg führt uns zuerst im Schatten der Berge, dann in strahlendem Sonnenschein, meist entlang der Dranse de Ferret, talauswärts nach Isert. Zahlreiche sehr gepflegte Chalets zeigen uns die Liebe der Bewohner für ihr Tal. Aufstieg zum Lac de Champex, ein von dunklen Tannenwäldern umgebener Bergsee mit touristischer Infrastruktur. Ausflug auf den Grands Plans, mit fantastischem Panoramablick auf den Grand Combin, die Dents de Midi, den Genfersee und Richtung Kanton Bern sehen wir die Gipfel Wildstrubel, Wildhorn, Hockenhorn und viele weitere. Übernachtung in der Pension «En Plein Air» in Champex-Lac.



Das wanderfreudige Team, Fotos: Rosmarie Muri



Der wilde Kessel von Barmey

### Heimreise, 4.9.2025

Wir wandern leicht absteigend dem Flüsschen Durnand d'Arpette entlang, gefolgt von einem Aufstieg in lichtem Tannenwald mit üppig behangenen Vogelbeerbäumen. Gebeugt unter der Last ihrer korallenroten, reifenden Früchte mögen sie einen schneereichen Winter ankündigen, wir werden sehen. Aufstieg über die Alp Bovine. Mit wiederum prächtiger Aussicht auf das Unterwallis und umliegende Bergzüge nähern wir uns unserem Ziel, dem Col de la Forclaz. Anstelle längerer Wartezeit auf einen Bus lassen wir uns per Alpentaxi zum Bahnhof Martigny bringen.

Herzlichen Dank an Peter Mani für diese vier interessanten und abwechslungsreichen Wandertage durch sehr unterschiedliche Landschaften.

Peter Brechbühl





## Senioren > Skitourenwoche Juf



Genuss trotz Harst

Es ist frühlingshaft warm draussen, als ich meine Ausrüstung für die Tourenwoche zusammensuche. Dazwischen geht der Blick immer wieder mal auf die Wetter-App. Dort ist für die kommende Woche von Sonne nicht viel zu sehen. Nun ja, wir werden sehen, wie es wirklich ist. Aus früheren Aufenthalten kann ich mich aber auch erinnern, dass das Wetter im Avers immer etwas «eigen» ist.

Am Sonntag zum Nachtessen im Hotel Alpenrose sind wir dann vollzählig. Ein fröhliches Wiedersehen mit vielen bekannten und auch einigen neuen Kameradinnen und Kameraden. Ebenfalls neu bei uns in der Senioren-Tourenwoche ist Bergführer Christoph «Chrischi» Rätz, der zusammen mit Lukas Mani die technische Leitung innehaben wird.

### Montag

Da der Wetterbericht Aufhellungen für den Nachmittag verspricht, kommt für den Montag gleich eine der längeren Touren auf das Programm: der Piz Piot 3052 m, zuhinterst im Talschluss.

Nach etwa einer Stunde «Skiwandern» im ziemlich flachen Talboden steigen wir zum Piotjoch an. In der folgenden langen Querung zur Gipfelschulter hat Christoph sichtbar Mühe, im vielen neuen Schnee eine tragfähige Spur zu legen. Da der Hang zum Schluss noch deutlich steiler wird und viel Trieb- schnee liegt, entscheidet er sich, hier umzukehren. Die Aufhellungen sind eher talauswärts, die Sicht aber gut genug, um die Abfahrt in vollen Zügen zu geniessen.

Noch vor dem Dorf treffen wir die Gruppe von Lukas, die sich gerade bereit macht, auf der linken Talseite nochmals aufzusteigen für eine direktere Abfahrt nach Juf. Ich lasse es für heute gut sein und trainiere dafür meine Oberarme mit «Stöckle» auf dem Winterwanderweg zurück zum Hotel.



## Senioren > Skitourenwoche Juf

### Dienstag

Am Dienstag werden unterschiedliche Ziele in Angriff genommen. Christoph geht Richtung Norden über den Stallerberg Richtung Piz Surparé. Lukas auf der gegenüberliegenden Seite zum Jufer Horn. Da mir das Jufer Horn noch in der Sammlung fehlt, wechsle ich heute die Gruppe. Hans macht es umgekehrt, da ihm das flache Stück am Anfang und beim Rückweg nicht behagt.

Da wir meist im Windschatten aufsteigen, kommt man immer wieder ins Schwitzen. Auf etwa 2800 m machen wir eine grosse Pause, während Lukas den weiteren Aufstieg erkunden geht.

Nach einiger Zeit kommt er fahrend zurück. Die Hangneigung der letzten ca. 150 Höhenmeter zum Gipfel zusammen mit dem Neuschnee lässt einen weiteren Aufstieg nicht zu. Die Abfahrt ist auch heute voller Genuss. Da wir rechtzeitig zurück sind, gibt es Kaffee und Kuchen auf der Hotelterrasse.

Und es ist auch Zeit genug für einen Besuch im «Jufer Lädeli».

Die Gruppe von Christoph ist deutlich länger unterwegs. Sie haben zwar den Gipfel wegen Nebel ausgelassen, haben dafür aber die Rundtour nach Bivio gemacht und sind über die Valetta nach Juf zurückgekehrt.



Abenteuer pur, Fotos: Tourenteilnehmende

### Mittwoch

Der Mittwoch beginnt mit einer Postautofahrt nach Pürt. Grosshora und Chlin Hüreli sind das Ziel.

Der Himmel ist heute meist bedeckt mit einigen Schneeflocken. Nach einem stotzigen Start aus dem Bachtobel heraus geht es über gleichmässige Hänge zum Gipfel, wo wir bei Windstille die Mittagspause machen können. Als wir uns für die Abfahrt bereit machen, trifft gerade die zweite Gruppe ein und wir können uns zum ersten Gipfel der Woche gratulieren. Und zur Unterhaltung gibt es noch eine akrobatische Einlage von Fränzi.



## Senioren > Skitourenwoche Juf

### Donnerstag

Statt auf das Postauto um kurz vor 10 Uhr zu warten, laufen wir am Donnerstag zuerst ein Stück auf der Strasse und fahren dann mit den Ski zum Eingang des Bergalbertals ab. Der Bödengrat bei Lukas und der etwas dahinter liegende Wissberg bei Christoph sind der Plan.

Es weht ein kräftiger Südwind, doch als wir vom Talboden abzweigen, wird es deutlich angenehmer (noch). Bei einer kurzen Rast beobachten wir am Gegenhang einige Tiere. Gämsen – und was ist da grad ums Eck verschwunden? Ein Luchs oder sogar ein Wolf? Das Rätsel wird nicht aufgelöst, da sich der oder die Gesuchte nicht mehr zeigt. Wie ein Wolf in natura aussehen würde, hat uns Ursula mit eindrücklichen Fotos von einer Begegnung im Sommer am Grindelgrat gezeigt.

Als wir wieder in flacheres Gelände kommen, wird die Sturmfestigkeit von Mensch und Material auf die Probe gestellt. Der starke Wind wird zusammen mit Schnee und Graupel schon fast zum Sandstrahler. Die Tour zum Wissberg fortzusetzen, eignet sich bei der schlechten Sicht nicht und auch die letzten Höhenmeter bis zum Bödengrat sind bei diesem Wind nicht einladend. Wir entscheiden, abzufahren. Auf dem Alpweg talauswärts können wir dann doch noch vom Wind profitieren und uns mit ausgestreckten Armen schieben lassen.

### Freitag

Skitour oder Thermalbad? Diese Frage stelle ich mir aufgrund der Wetterprognose für Freitag («anhaltende Niederschläge»). Am Morgen sieht es dann aber doch recht freundlich aus und was sich zuerst wie eine Ersatztour für schlechtes Wetter anhört, sollte zum gelungenen Abschluss der Woche werden.

Von «Am Bach» steigen wir am gegenüberliegenden Hang bis ca. 2650 m in den Bachalpa auf. Bald wird es sogar richtig sonnig und einige Hitzige sind schon kurzárig unterwegs. Da es sich von Süden her schon wieder bewölkt, zögern wir nicht mit der Abfahrt. Gute 30 cm Pulverschnee mit einer idealen Hangneigung lassen keine Wünsche offen. Dort, wo der Schnee schon etwas schwerer wird, fellen wir nochmals an und steigen wieder bis kurz unterhalb des ersten Ziels auf. Nach der zweiten Abfahrt montieren wir zum dritten Mal die Felle und steigen aus dem Bachtobel zur Strasse auf. Zufrieden lehnen wir die Ski an die Hauswand und warten auf das Postauto, das uns zurück nach Juf bringt.

Ein ganz grosses Dankeschön an die beiden Bergführer, Lukas und Christoph, für die gelungene Auswahl der Touren und die umsichtige Leitung. Und an Peter für die tiptoppe Organisation der Tourenwoche. Ich freue mich schon auf nächstes Jahr!

Matthias

## Senioren > Velowochen Natur und Kultur in Friesland

### Anreise, Samstag, 21. Juni – Silvia Rubi

Erich und Carla haben alles perfekt organisiert. Nach einem kurzen, aber kofferfeindlichen Fussmarsch erreichen wir unsere Unterkunft in Steenwijk. Die Fietsen werden getestet und bald drehen wir unsere ersten, noch etwas steifen Runden. Doch schon bald freunden wir uns mit den Drahteseln an. Ein erstes gemeinsames Abendessen im Städtchen und eine Stroopwafel-Glace bringen uns definitiv ins Feriengefühl.

### 2. Tag, 22. Juni – Silvia Rubi

Unsere erste Tour führt ins «Venedig der Niederlande»: Giethoorn. Hinter jedem Feld versteckt sich Wasser, überall Kanäle, Boote, Störche und Backsteinhäuser mit Blumengärten. Die Velowege sind herrlich. In Giethoorn erkunden wir die Kanäle per Böötli. Später versperrt uns eine unkooperative Drehbrücke den Weg – also Plan B: Pontje! In Ossenzijl geniessen wir das Abendessen draussen. Ein Windstoss testet das Mückengitter unserer Leiter – zum Glück bleiben wenigstens sie in der Fassung.

### 3. Tag, 23. Juni – Regula Gerber

Bei leichtem Regen starten wir Richtung Lemmer. Gänse, Windmühlen und Frieslandpferde begleiten uns. Als der Regen stärker wird, weichen wir in ein Café aus – mit Apfelkuchen als Trost. Danach kämpfen wir uns mit Windrocknungseffekt nach Lemmer durch. Ein Highlight: das Dampfschöpfwerk – UNESCO-Welterbe und immer noch funktionstüchtig! Beeindruckend, was es zu leisten vermag. Der engagierte Führer beantwortete jede Frage gerne und ausführlich. Am Abend bleibt nur noch der Lidl zum Einkaufen offen, aber das feine Essen und ein Bummel bei Abendsonne entschädigen alles.

### 4. Tag, 24. Juni – Liselotte Siegrist

Windstärke 5 bringt uns gleich nach dem Start am IJsselmeer auf Trab – willkommen in Friesland! Carla und Erich überraschen mit einem Halt an der ältesten Kornmühle Frieslands, wo der Müller uns in seine Welt entführt. Über Sneek, mit seinem berühmten Wassertor, und weiteren Schleusen und Brücken gelangen wir nach Akkrum. Im originellen Dorfcafé lassen wir den Tag bei einem guten Essen ausklingen. Herzlichen Dank für den inspirierenden Tag!



Wassertor in Sneek





## Senioren > Velowochen Natur und Kultur in Friesland

### 5. Tag, 25. Juni - Tom Schertenleib

Heute wird gesegelt! Auf einem historischen Skûtsje geht es mit viel Wind, Lachen und Teamwork übers Sneekermeer. Jeder hilft mit, alle haben Spass – ein echtes Highlight, unvergesslich! Zum Abschluss gibt's ein feines Essen und ganz viel gute Laune. Danke an die tolle Crew!

### 6. Tag, 26. Juni - Sonja & Fritz Jaberg

Regen begleitet uns heute durch den Nationalpark «De Alde Feanen». In voller Regenmontur oder barfuß mit Sandalen trotzen wir dem Wetter. Es geht vorbei an Hebebrücken, Natureisbahnen und vielem Wasser. Besonders eindrucksvoll: Die Überfahrten per Fähre. Ein Aussichtsturm eröffnet den Blick über die Moorlandschaft mit ihren 100 Brutvogelarten. Im Hotel Princenhof angekommen (inzwischen trocken), entschädigt die Aussicht aufs Wasser für den nassen Tag. Am Abend gönnen wir uns die Stille der Natur – einfach schön!



### 7. Tag, 27. Juni - Walter Gerber

Regen am Morgen, gute Laune dank fantastischem Frühstück. Nach einer frühen Abfahrt bringt uns eine Fähre nach Warten und bald zeigt sich auch die Sonne. Wir durchqueren Dörfer, treffen auf Schafe, Gänse und Friesenpferde. In Franeker besuchen wir das älteste noch funktionierende Planetarium der Welt – gebaut in einem Wohnzimmer! Unglaublich, was Eise Eisinga im 18. Jahrhundert geschaffen hat! Tief beeindruckt von diesem Besuch nehmen wir anschliessend die verbleibenden 10 Kilometer zu unserem Endziel unter die Räder. Unter den Ju-belschreien von Carla erblicken wir kurze Zeit später am Hafen von Harlingen das Wattenmeer, wo wir uns gegenseitig zur vollbrachten Leistung gratulieren. Am Abend lassen wir uns die gute holländische Küche munden, und ein erlebnisreicher Tag verabschiedet sich mit einem tollen Sonnenuntergang. Ein kleines Souvenir – ein Hotelschlüssel – reist versehentlich mit nach Hause. Die Rücksendung erfolgt schweizerisch stilvoll mit Toblerone.

### 8. Tag, 28. Juni - Erich Jordi

Freier Tag in Harlingen, die charmante Hafenstadt bietet viele Möglichkeiten. Einige erkunden die Umgebung, andere fahren zur Insel Terschelling. Abends treffen wir uns zum Abschiedsessen am Hafen. Dort wird gelacht, geschwärmt und sich gewundert: aus einer Bestellung für «ein Bier bitte – drei Deziliter» wurden plötzlich drei mal drei Gläser. Ob Sprachbarriere, Trinkfreude oder friesischer Humor: Niemand weiß genau wieso.

## Senioren > Velowochen Natur und Kultur in Friesland

### 9. Tag, 29. Juni - Erich Jordi

Abschied nehmen – immer der schwerste Teil. Mit den gewohnt pünktlichen Nederlandse Spoorwegen gings zügig zum Flughafen Schiphol und weiter mit unserer heimischen Airline (ein bisschen wehmütig) zurück nach Zürich. Im Gepäck: unzählige Erinnerungen, ein Hauch Meeresbrise und vielleicht noch die eine oder andere Stroopwafel.

Was bleibt in Erinnerung? Die schier unendliche Weite der Landschaft. Die sanfte Brise im Gesicht. Das viele Wasser, das zentimetergenau gemanagt wird, die perfekt ausgeschilderten Radwege. Und natürlich die Gruppe: dreizehn Menschen, die einander vorher kaum kannten und nun «die friesische Dreizehn» heißen. Es wurde viel gelacht, noch mehr geradelt, und niemand hat die Berge vermisst. Zumindest nicht laut.

Und ja: Natürlich ist eine Veloreise durchs flache Friesland nicht ganz das, was man von einem Alpenclub erwarten würde. Aber wer sagt denn, dass man Höhenluft braucht, um dem Alltag zu entfliehen? Diese Woche war der beste Beweis dafür, dass Naturerlebnis, Kameradschaft und Bewegung auch zwischen Grachten, Windmühlen und Segeln ihren Platz haben.



Harlingen Hafen



Am Ziel in Harlingen, Fotos: Carla und Erich Jordi



## Senioren > Wanderung Schenadüi / Pizzo di Cadreigh

Schon wie im letzten Jahr sollte es nicht sein mit der geplanten Tour zum Muttenberg/Kistenstöckli. Der Hüttenwart hat davon abgeraten und so hat Sonja nach Alternativen gesucht. Nicht ganz einfach, da viele Hütten in dieser Jahreszeit bereits geschlossen sind. Zudem liess der Wetterbericht für gewisse Gebiete einige Zweifel offen.

Das neue Ziel ist nun die Sonnenstube Tessin, dies ist zweifellos eine gute Entscheidung, haben wir doch drei Tage mehrheitlich Sonnenschein.

Start ist am Sonntagmorgen in Ambri-Piotta, wo wir die ersten Höhenmeter mit dem Postauto bis nach Altanca bewältigen. Glück gehabt, wir haben gerade noch alle einen Sitzplatz im kleinen Bus. Von da an geht's gleich richtig zur Sache. Wir wollen nicht einfach nur direkt zur Hütte, sondern steigen zuerst steil zum Föisc hoch und gehen auf der anderen Seite runter zum Ritomsee. Dann nochmals ein kleiner Schlenker vorbei am Lago di Tom, wo Tom trotz aller guten Zureden nicht zum Baden zu überreden ist. Die erste Nacht verbringen wir dann in der modernen und wunderschönen Capanna Cadagno.

Über Nacht hat es ganz ordentlich gestürmt und gezuckert. Wir steigen gleich nach der Hütte via Lago di Dentro Richtung Schenadüi hoch. Das Panorama und die Stimmung sind herrlich, aber angesichts des stürmischen Windes und der sehr winterlichen Verhältnisse, lassen wir es beim Vorgipfel auf Pt. 2637 bleiben und steigen direkt ins Val Cadlimo und zum Lukmanierpass ab.

Den letzten Tag starten wir auf dem Lukmanierpass noch im Nebel, bevor uns im Aufstieg zum Passo di Gana Negra wieder die Sonne begrüßt. Zum Glück hat auch der Wind heute deutlich nachgelassen. Weiter geht es über den ganzen Grat des Pizzo di Cadreigh, auf dessen Südseite es schon bald wieder richtig sommerlich warm wird. So verschwinden Mützen, Handschuhe und eine Kleiderschicht nach der anderen ziemlich schnell in unseren Rucksäcken. Jetzt nur noch runter ins Tal, wo wir bei Camperio das Postauto nach Biasca erreichen.

Einmal mehr eine wunderbare Tour bei besten Verhältnissen und mit tollen Leuten (Sonja, Hanspeter, Maja, Monika, Peter, Rosmarie, Rolf, Thomas, Andreas). Danke euch allen fürs Mitmachen und speziell Sonja für die perfekte Organisation und Leitung!

Andreas Stucki



Gipfelfoto, Foto: Peter Brechbühl

## Wandern > Ochsetal

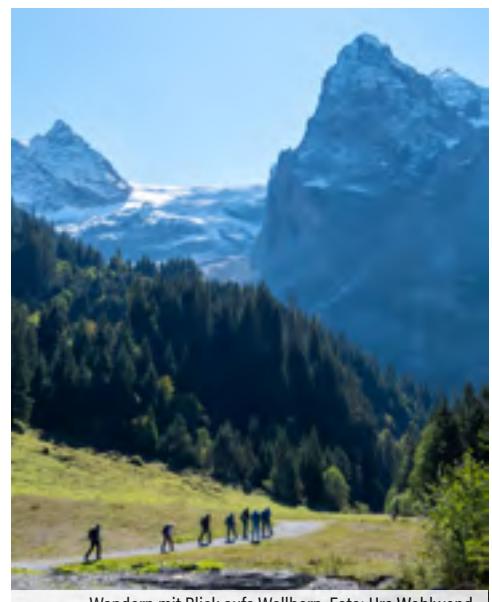
«Das Leben schenkt dir nichts.»

Dieser pointierte Satz stammt vom genialen, italienischen Bergsteiger Walter Bonatti (1930 – 2011). Seine Behauptung drückt wohl aus, dass er als Alpinist immer wieder Höchstleistungen erbringen musste, um seine ehrgeizigen Gipfelziele zu erreichen. Persönlich sehe ich es etwas anders. Ich glaube, dass uns im Leben sehr viel zufällt und geschenkt wird, ohne grosse Vorleistung. So wurde uns (Anni, Geneviève, Urs, Erwin, Peter, Hans und Erich) am 2. Oktober unter der Leitung von Hansruedi Thöni eine herrliche Wanderung ins Ochsetal bei schönstem Herbstwetter geschenkt.

Nach der herzlichen Begrüssung am Bahnhof Thun bestiegen wir das für uns reservierte Zugabteil, wo wir bequem Platz fanden. Ab Meiringen ging es mit dem Postauto auf einem schmalen Strässchen ins Rychenbachtal bis zur Gletscherschlucht Rosenlaui. Unsere Wanderung begann gleich mit einem Höhepunkt, nämlich der Begehung der Gletscherschlucht. Tosenz zwängt sich das Gletscherwasser durch die enge Schlucht. Anschliessend ging es auf steilem, an einigen Stellen mit Seilen gesicherten Weg durch Nadelwald hinauf zu den Engelhörnern. Unterwegs genossen wir die wunderbaren Ausblicke aufs Wellhorn und den Rosenlaugletscher im Morgenlicht. Etwas oberhalb der Waldgrenze lag bereits Schnee. Im Ochsetal angekommen, bewunderten wir die einmaligen Felsformationen der Engelhörner. Dabei meinte jemand mit gewissem Stolz: «Den grossen und kleinen Simeler habe ich einmal in jungen Jahren gemacht.» Jemand anderes

erinnerte sich, wie er vor Jahren mit seinem Bruder einen schroffen Grat hinaufgeklettert war. Da es im Ochsetal kühl und schattig war (wir waren froh um unsere Mützen, Stirnbänder und Handschuhe), beschlossen wir, zur Engelhornhütte aufzubrechen und dort die Mittagspause zu machen. Nachdem wir uns gestärkt hatten, ging es auf dem Hüttenweg zügig via Gemischstein, Graaggstein und Alp Rychenbach hinunter ins Tal. Im Garten des ehrwürdigen und sehenswerten Hotels Rosenlaui liessen wir gut gelaunt eine unvergessliche Wanderung ausklingen. Herzlichen Dank, Hansruedi, für die vorzüglich und umsichtig geleitete Tour zu den Engelhörnern. Es war ein tolles Erlebnis!

Erich Wittwer



Wandern mit Blick aufs Wellhorn, Foto: Urs Wohlwend





## Wandern > Sumiswald - Guggisbeg 948 m - Weier i. E.

Nach dem übeln Wetterbericht freute sich die kleine Teilnehmerschar ungemein, als sie in Sumiswald bereits von den ersten Sonnenstrahlen empfangen wurde. Kaffee und Gipfeli nahmen wir im ehrwürdigen Bären ein. Natürlich am runden Tisch, an dem sich nach dem »Schwarzen Tod« im 15. Jh. die zwei Dutzend überlebenden Männer zu einem Leichenmahl versammelten. Da die Wanderung durch das Gebiet führte, in dem sich Gotthelfs Novelle «Die schwarze Spinne» abgespielt hatte, fasste der Wanderleiter die Geschichte für die Teilnehmenden während des Kaffees kurz zusammen. Einige Stellen der Geschichte las er gleich vor, um von der markigen Sprache Gotthelfs einige Beispiele zu geben.

So vorbereitet machte sich die Gruppe schliesslich auf den Weg. Unterwegs sahen wir hinunter auf das Schloss Sumiswald, wo ehemals die Ritter des Deutschritterordens hausten und mit den Bauern ihr übles Spiel trieben. Vorbei an Häusergruppen mit urchigen Flurnamen wie Vorder, Hinter und Unter Kneubühl, Lerchenberg, Schablenlehn, Sattlershus und Dre hershus erreichten wir schliesslich unseren Wendepunkt 948. Der Punkt liegt ganz in der Nähe

der ehemaligen Erdburg »Bärhegenchnübeli«. Dort soll der schändliche Ordensherr der Deutschritter die Bauern gezwungen haben, ihm eine Burg zu bauen mit einem Schattengang von 100 ausgewachsenen Buchen. Ein Werk, das diese nur mit des Teufels Hilfe vollbringen konnten, wofür sie mit der Pest bestraft wurden.

Nach diesem Ausflug in die Geschichte führte der Weg die hungrige Gruppe über weitere Eggen zu einem feudalen gedeckten Bräliplatz mit Tisch und Bänken. Hier hätte sich selbst bei Regen gut picknicken lassen.

Kaum traten wir aus dem Wald, weitete sich der Blick und wir sahen bereits unser Ziel, das Dorf Weier. Bevor wir aber kurz vor 16 Uhr den Bus nach Hause bestiegen, machten wir noch einen Abstecher zum gastlichen Tannenbad. Zum Muhen der Kühe an der Viehschau vor dem Gasthof liessen wir uns die verschiedensten Leckereien, wie Meringues und Vermicelles in allen Grössen schmecken.

Peter Kratzer



Emmental ist Hügelland, Foto: Peter Kratzer

## Kurzwandern > Raclette auf der Moosalp, Kurzwanderung z'Plattjstei

Wegen vorübergehend gesundheitlichen Problemen hatte der vorgesehene Tourenleiter Peter Zurbrügg die Leitung dieser Wanderung an die Tourenleiterin Silvia Pecka abgeben können. Besten Dank an Silvia für das Einspringen zu diesem, bei den Kurzwanderern so beliebten Anlass, der bereits eine lange «Mini»-Tradition hat.

In Thun sind sieben und in Spiez drei Kurzwanderer in die Eisenbahn eingestiegen. In Spiez auch unser Ehrenmitglied, der ehemalige Tourenleiter André Leopold, der nun in Frutigen bei seiner Tochter sein neues Daheim gefunden hat.

Durch eine sich steigernde Zugverspätung wurde der Zeitpunkt für den Bus in Visp und der Beginn des Raclette-Essens in Frage gestellt. Weil der hoffnungslos überfüllte Bus Visp-Bürchen-Moosalp auf uns gewartet hatte (11 reservierte Plätze), sowie die Bedienung auf der Moosalp-Pinte trotz grossem Andrang ein grosses Verständnis zeigte, lösten sich alle zu wichtig genommenen Probleme zu unserer Freude in Luft auf.

Bei schönstem Wetter, weiter Fernsicht, gutem Raclette, teilweise auch einem Glas Fendant und der berühmten Cremeschnitte mit Kaffee, wurde die Stimmung so gut, dass anschliessend die Kurzwanderung z'Plattjstei mit einem kleinen Auf- und Abstieg – eine Leistung für unsere Gehbehinderten – unternommen wurde (ohne Pilze sammeln meinerseits). Danach konnten wir, diesmal feudal, ohne Gedränge und mit Sitzplatz, den Bus über Zeneggen nach Visp benutzen. In Visp wurde die Kurzwander-Gruppe in zwei Teile mit je einem Leiter aufgeteilt. Silvia hat die »wenigen, aber Schnellen« durch den Basistunnel nach Thun, sowie ich als Co-Leiter die «Langsamen» durch den Lötschbergtunnel und das Kandertal nach Thun übernommen.

Silvia, besten Dank für die umsichtige Disposition und beste Gesundheitswünsche dem verhinderten Tourenleiter Peter!

Christoff Marti



Die avisierte Höhe ist erreicht, Foto: Silvia Pecka



## Sektion > Naturexkursion Gasterntal: Ein Tal in Bewegung

Am 23. August 2025 machte sich ein Trupp Neugieriger unter der kundigen Leitung von Peter Mani und Claudia Hauenstein auf ins Gasterntal zu einer Naturexkursion. Dort darf die Kander über weite Strecken frei mäandern und auch die Flora bleibt in bestimmten Bereichen zu einem grossen Teil unberührt.

Und auf unserem Weg hinein ins Tal haben wir erfahren, was das bedeutet: Die Kander bringt enorm viel Geschiebe mit. Sie ist kräftig und bei Unwettern wird sie noch kräftiger. In der Woche vor unserer Exkursion gab es ein Unwetter, und so mussten wir schon bald feststellen, dass das Fahrsträsschen, auf dem wir zunächst unterwegs waren, bei diesem Ereignis über ca. 50 Meter weggespült wurde. Ein frischer Trampelpfad hat uns um die Stelle herumgeführt.

Die permanente Veränderung bringt auch mit sich, dass sich der (Grund)-Wasserspiegel häufig ändert. Mal gibt es Tümpel, dann verschwinden sie wieder. Mal fliesst Wasser mitten durch den Wald, dann wieder nicht. Nicht alle Pflanzen vertragen das. Aber Weide und Erle können das.

Eine Schicht Kalkstein auf der linken Talseite über dem kristallinen Gestein gibt dem Wasser Raum zum Fliessen. Aus diesem Karst entspringen mitten

im Fels teils recht kräftige Quellen, die als kleine Wasserfälle herabstürzen und im Gegensatz zur trüben Kander, die vom Gletscher kommt, glasklares Wasser führen.

Murgänge sind auch nicht mehr das, was sie einmal waren. Früher war die Auslaufzone eines Murgangs ein relativ flacher Kegel aus Schutt, Geröll und Erdmaterial. Muren bestehen aus Steinen, Erde, Wasser. Heute herrschen manchmal Bedingungen, die dazu führen, dass mehr Wasser im Murgang zur Verfügung steht. Dies begünstigt ein Einschneiden ins schon bestehende Geröll und entwickelt mehr Dynamik. Die Mure kommt weiter und hinterlässt eine Kerbe, deren Ränder wiederum instabil sind.

Lawinen können mit solcher Wucht ins Tal donnern, dass allein schon der Wind, den sie vor sich herschieben, viele Bäume knickt. Auch so einen Flecken ehemals flach liegender Bäume neben einer Felswand durften wir bewundern. Und dabei haben wir erfahren, welche Pionierpflanzen solch verwüstete Flächen am schnellsten wieder erobern. Bei den Bäumen sind es unter anderem Birke und graue Erle. Und dann haben wir gelernt, warum wir so viele Vogelbeeren gesehen haben. Sie sind »Vorbereiter« für die nächsten Pflanzen, sie bessern den Boden auf und decken ihn ab.

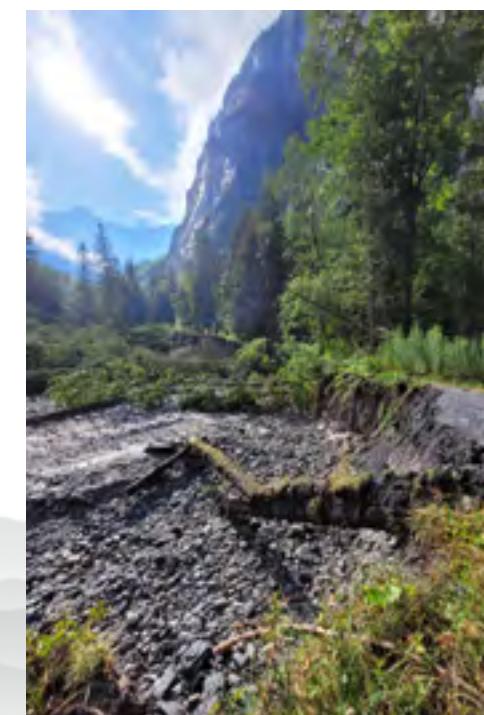


Präsentation des Unwetterereignisses vom Oktober 2011 im Heimritz, Foto: Ursula Bartsch

## Sektion > Naturexkursion Gasterntal: Ein Tal in Bewegung

Und selbstverständlich haben wir auch einen Standort mit Frauenschuh besucht. Die Blüte war zwar schon vorbei, aber wir haben gelernt, dass Frauenschuh zwar Morgen- und Abendsonne liebt, die Mittagssonne für ihn aber zu heiss ist. Ganz schön anspruchsvoll, das Pflänzchen.

Aber auch von der Gasternbibel haben wir erfahren, die hinten unbeschriebene Seiten hat, auf denen die Geschichte des Tals notiert wird. Und auf ein tragisches Ereignis beim Bau des Lötschbergtunnels weist ein senkrecht im Boden steckendes Stück einer Eisenbahnschiene hin: Das Gasterntal ist von einem Gletscher ausgeschliffen und ca. 200 Meter hoch mit Sedimentgesteinen gefüllt, die keine hohe Stabilität haben. Die Linienführung des Tunnels ging ursprünglich durch diese Gesteinsschicht, was dann zu einem folgenschweren Unfall mit Wasser einbruch und vielen Toten führte. Jetzt umfährt der Tunnel das kritische Gebiet.



Vom Hochwasser weggerissener Weg, Foto: Sonja Hari



So offensichtlich kann Geologie sein! Foto: Eberhard Bartsch

Und selbstverständlich schlägt das Geologenherz höher, wenn man an den Felswänden wie in einem Bilderbuch die Faltung des Gebirges sehen kann, so dass einmal oben unten und unten oben ist und Gesteinsschichten streckenweise völlig »verkehrt herum« zu liegen kommen.

Wir haben auch erfahren, dass manche frühen Kartographen »Geo-Poesie« betrieben haben, weil sie zu faul waren, alles genau zu erfassen. Nicht im Gasterntal selbstverständlich, sondern eher in der Wildstrubelregion. Und wir gehen davon aus - schliesslich waren wir nicht beim Wildstrubel - dass wir auch keine Geopoesie zu hören bekommen haben, sondern harte, wissenschaftlich fundierte und teilweise taufrische Facts!

Wandern waren wir übrigens auch! Noch einmal herzlichen Dank an unsere kompetenten Führer! Und ich hoffe, ich habe genug behalten, so dass ich in diesem Artikel nicht zu viel Geo- und Bio-Poesie betrieben habe.

Eberhard Bartsch



## > Neuigkeiten aus dem Umweltbereich

### Naturexkursion Gasterntal

Am 23. August durfte ich mit dem Geomorphologen Peter Mani eine Naturexkursion ins Gasterntal durchführen. Eine kleine Gruppe genoss einen Tag in diesem urchigen Tal und durfte viel Neues von Peter erfahren. So zum Beispiel über die Geschichte und die Bewegungen von Gletschern und Gletschervorfeldern, aber auch die Besiedelungsgeschichte. Ich erzählte etwas über Auenwälder, die Lawine von 2018, die eine grosse Waldfläche betroffen hatte, und wir wanderten zu einem Orchideenstandort im Wald für den holzerische Massnahmen getroffen wurden.

Wie die Naturgewalten im Tal wirken können, sahen wir an einem erst kürzlich stattgefundenen Gewitter, das einen Teil des Weges weggeschwemmt hatte. Wir hatten Wetterglück und so konnten wir die Mittagrast an einem wunderschönen Ort im Gebiet Heimritz geniessen. Neben der eindrücklichen Bergwelt um uns herum durften wir auch noch die Flugkünste eines Steinadlers bewundern!

### Neuigkeiten aus dem Zentralverband

#### Das Projekt «Goodbye Glaciers!?

Der Grosse Aletschgletscher wird im Jahr 2100 nur noch 12 % der Masse haben, die er 2020 hatte, wenn sich an der aktuellen Klimapolitik nichts ändert. Es ist schwer, sich vorzustellen, dass dieser Eisriesen fast vollständig verschwinden wird! Die 3D-Animationen, die die Wissenschaftler der Universität Innsbruck im Rahmen des Projekts «Goodbye Glaciers!?» entwickelt haben, machen es jedoch möglich.

Das Ergebnis ist erschreckend. Der Gletscher schmilzt vor den Augen, während die Jahre vergehen. Um zu diesen Animationen zu gelangen, wurden an verschiedenen Orten in Österreich Wegweiser mit dem Namen des Gletschers und einem QR-Code aufgestellt. Das Projekt soll nun ausgeweitet werden.

Viel Spass draussen in der Natur wünscht euch  
Claudia, Umweltverantwortliche SAC Blüemlisalp

# Boulder-kurse



**Das boulderkino in Thun bietet ein vielfältiges Kursangebot für verschiedene Altersstufen, abgestimmt auf das Können der Teilnehmenden:**

- > Einführungskurse
- > Technikkurse
- > Senior:innenbouldern
- > Privatlektionen

Weitere Infos findest du auf der Website:





## › Museumstipp

buchtipp

«AktivismusAlpinismus» ist die schweizweit einzigartige Reihe des ALPS, die Bergsport und gesellschaftliches Engagement in Dialog bringt. Wir sprechen mit Persönlichkeiten, die sportliche Leidenschaft und soziale Anliegen verbinden. Jeder Abend ist anders, überraschend, immer offen, unterhaltsam und mit viel Raum zum gemeinsamen Weiterdenken.

Fr, 28.11.2025, 19–20.30 Uhr

Nasim Eshqi: Against Femicide

Sie benennt ihre Kletterrouten nach Protestbewegungen und Opfern von Femiziden. Damit verwandelt Nasim Eshqi Berge in politische Bühnen und riskiert persönliche Angriffe, um Frauen weltweit eine Stimme zu geben.

In Englisch

Mi, 18.02.2026, 19–20.30 Uhr

ClimbAID: Klettern als Zufluchtsort

Sichere Räume für junge Menschen, die von Krieg, Armut und Flucht betroffen sind – dafür steht ClimbAID. Das Projekt in der Schweiz wächst, im Libanon steht es an einem Wendepunkt.

Gründer Beat Baggenstos über Zweifel und Weitermachen.

Do, 23.04.2026, 19–20.30 Uhr

Zof Reych: Queer, inklusiv

Mit dem «Women's Bouldering Festival» fördert Zof Reych inklusives Empowerment und Sichtbarkeit für neurodivergente, queere Kletter:innen. Weitere Themen: Überlastung und Spannungen im Bouldering-Hotspot Fontainebleau.

In Englisch

Alle Veranstaltungen:

Eintritt CHF 15.– (ohne Vergünstigungen)

Anmeldung: [alps.museum/veranstaltungen](http://alps.museum/veranstaltungen)

ALPS Alpines Museum der Schweiz  
Helvetiaplatz 4, Bern  
alps.museum  
Di–So 10–17 Uhr



# ALPS

**B** Das **B** für fast alle Fälle

Wir sind Ihre Anlaufstelle für Fragen rund um Ihre Gesundheit.  
Wir bieten mehr als Sie erwarten. Fragen Sie uns!

Bälliz Apotheke + Drogerie AG  
Bälliz 42 · 3600 Thun · [www.baelliz.ch](http://www.baelliz.ch)

*top pharm*

Es ist ein Abschied für immer.  
Ich sorge dafür, dass die Trauerfeier  
für die Angehörigen stimmig ist.

**S C H E U R E R**   
A B S C H I E D S F E I E R N

Gemeinsam gestalten wir die Trauerfeier  
eines Menschen, der Ihnen viel bedeutet  
hat. Nehmen Sie mit mir Kontakt auf:

**Rita Scheurer, Trauerrednerin**

079 344 83 58

[ritascheurer@bluewin.ch](mailto:ritascheurer@bluewin.ch)

[www.scheurer-abschiedsfeiern.ch](http://www.scheurer-abschiedsfeiern.ch)



**kipfer**  
schreinerei

*bietet Lösungen!*

[www.kipfer.ch](http://www.kipfer.ch)  
3645 Gwatt/Thun  
033 334 80 00



› Neuigkeiten aus dem Haupt Verlag



**Schweizer Gletscherlandschaften im Klimawandel**

Das weltweite Abschmelzen der Eismassen seit Mitte des 19. Jahrhunderts zeigt, dass die Gletscher zum «Fieberthermometer» der Erde geworden sind. In «Schweizer Gletscherlandschaften im Klimawandel» zeigen die Autoren die dramatischen Veränderungen ausgewählter Gletscher der Schweiz in den letzten 20 Jahren anhand von Fotovergleichen.

Andreas Wipf, Samuel Nussbaumer, Horst Machguth, Heinz Zumbühl

**Schweizer Gletscherlandschaften im Klimawandel**

Haupt Verlag / Bern 2025  
ISBN/EAN 9783258084060  
CHF 48.-

 **Der innovative Partner**

**Hauenstein**  
Heizung Lüftung Sanitär

Pikelf 033 439 10 08

U. Hauenstein - Heizung Lüftung Sanitär AG  
3612 Stettiburg - Telefon 033 439 10 00  
www.hauensteinag.ch · info@hauensteinag.ch  
Ein Betrieb der U. Hauenstein Holding AG



**HIMALAYA**  
TREKKING TEAM  
[www.himalayatrekkingteam.com](http://www.himalayatrekkingteam.com)

**Ihr Partner**  
für individuelle Trekkings in Nepal

- langjährige Erfahrung
- sorgfältige Planung
- familiäre Betreuung
- motiviertes Team

Kontakt und Auskunft:  
Peter Mani  
Seftigenstrasse 47  
3662 Seftigen  
[peter.mani@bluewin.ch](mailto:peter.mani@bluewin.ch)

**geo7**  
Gewissenschaftliches Büro

Wir engagieren uns

- für den Schutz vor Naturgefahren
- für eine nachhaltige Energienutzung
- für fundierte räumliche Entscheide

[www.geo7.ch](http://www.geo7.ch), [@geo7\\_CH](https://twitter.com/geo7_CH)

weil unsere Welt sich wandelt

**Hallo Leben.**

Attraktive Rabatte für SAC-Mitglieder.

**Bereit für alles, was das Leben mit Ihnen vorhat:**  
Wählen Sie die Krankenversicherung, die Sie beim Gesundbleiben, Gesundwerden und beim Leben mit Krankheit unterstützt.

  
Janik Blunschi  
Agenturleiter  
058 277 39 69  
[janik.blunschi@css.ch](mailto:janik.blunschi@css.ch)

  
David Eienberger  
Kundenberater  
058 277 39 88  
[david.eienberger@css.ch](mailto:david.eienberger@css.ch)

Agentur Thun  
Aarestrasse 30, 3600 Thun  
058 277 39 60  
[info.thun@css.ch](mailto:info.thun@css.ch)

Deine Gesundheit.  
Dein Partner. 



**Z**  
**ZAUGG BAU**

Wir bauen auf Partnerschaft.

[www.zauggbau.ch](http://www.zauggbau.ch)



# Winterneid?

Wir rüsten dich aus.



Alles für deine Wintertouren  
auf [baechli-bergsport.ch](http://baechli-bergsport.ch)

**Filiale Bern** Waldhöheweg 1, 3013 Bern-Breitenrain

**Filiale Thun** Gewerbstrasse 6, 3600 Thun



**BÄCHLI**  
BERGSPORT