



Grüezi mitenand

Der Mount Everest, höchster Punkt unserer Erde, scheint seine Würde ganz zu verlieren. Am 8. Mai dieses Jahres wurde von einer chinesischen Bergsteigergruppe auf dem Gipfel die olympische Fahne ausgerollt und die olympische Fackel entzündet. Aber auch die chinesische Fahne durfte nicht fehlen; alles verbunden mit einem Riesenaufwand unter militärischem Schutz. Selbstverständlich war auch das chinesische Fernsehen präsent. Das Ziel dieser Aktion war offensichtlich: nicht Olympia, sondern die Territorialherrschaft über Tibet zu bezeugen. Solche politischen Gipfel-Propagandafeldzüge sind nicht neu. Wir kennen sie bereits seit der Zeit des zweiten Weltkrieges. Auch im Übrigen verliert der Everest seine ihm gebührende Achtung. Tonnenschwere Müllhaufen, dubiose „Bergsteigerunternehmen“ machen dreckiges Geld, viele sind überfordert und gehören nicht an den Berg usw. Dem Gipfelerfolg wird alles untergeordnet. Jegliche Ethik bleibt mit dem Abfall liegen. Nicht ein Hauch von Respekt bleibt übrig. Dies finde ich beschämend. Gehen wir SAC-ler weiterhin mit gutem Beispiel voran. Begegnen wir unserer Gebirgswelt und unseren Gipfeln mit Respekt, also mit Achtung und Rücksicht. So ist es eine Selbstverständlichkeit, dass wir keinen Abfall zurück lassen, nicht unnötig Alpenblumen zertrampeln usw.. Dazu gehört auch, dass wir den Besteigungen gewachsen sind und den Berg nicht mit allen Mitteln „vergewaltigen“ wollen. Das Gipfelerlebnis ist tausend mal schöner.

Herzlichst, euer Präsident

Heinz Kundert

Heinz Kundert

Clubvorschau

Nachfolgend bei der Redaktion eingegangene Hinweise auf Leckerbissen aus unserem Sektionsprogramm. **Diese Vorschau ist nicht vollständig.** Im Faltbüchlein oder auf www.sachherrohn.ch kann das vollständige Programm mit weiteren Informationen zu den Touren nachgelesen werden.

9. - 11. August 2008 **Bergtour Schesaplana (T2-T5)**

In diesen drei Tagen überqueren wir den Rätikon beginnend bei Fanas (Grüsch) im Prättigau und endend in St. Antönien mit der Besteigung der Schesaplana 2964 m und der Sulzfluh 2848 m. Übernachtet wird in der Schesaplana- und Carschina-Hütte. Tagesmärsche von 4-8 Std., max. 8 Teilnehmer. TL: Franco Poletti.



12. - 19. Juli 2008 **Wanderwoche Puschlav mit Partner (Senioren)**

Leitung: Davide Bondolfi

Anmeldung an:

Paul Huggel, Tel 044 780 21 28, E-mail paul.huggel@bluewin.ch

16. - 23. August 2008 **Tourenwoche Unterengadin, Sent**

Anmeldung bis 31. Mai an:

Dietmar Kirsch, Tel 044 780 29 51, E-mail dimoki@freesurf.ch

3./4. September 2008 **Senioren Albigna Hüttenhöck**

mit 3 Tourenvarianten (T 1, T 2, T 4), Leitung: Wolfgang Rigort

Anmeldung bis 5. August an:

Fritz Keller, Tel 044 788 14 08, E-mail f-keller@pop.agri.ch

Projekt Jakobsweg 2008

Leitung: Paul Huggel

26. August Brünig – Brienz – Merligen

28. August Spiez – Amsoldingen – Wattenwil

24. September Wattenwil – Schwarzenburg

25. September Schwarzenburg – Freiburg

Anmeldung an:

Paul Huggel, Tel 044 780 21 28, E-mail paul.huggel@bluewin.ch

Tourenberichte

8. -15. März 2008

Skitourenwoche Fanes (I)

(Auszug aus dem Tourenbericht auf der Homepage)

Samstag, 8. März 08, Anreise und Aufstieg Faneshütte, 2060 m, Autoren: Gertrud u. Franco Poletti

Im Land der bleichen Berge, so nennt man das Dolomiten Gebiet. Nicht gerade am Weg aber immer einen Besuch wert. Die Fanes Region in Mitte des Naturparks Fanes, Senes, Prags zählt zu den reizvollsten und kontrastreichen Gebirgsgruppen der östlichen Dolomiten und grenzt im Westen ans Abteital und im Osten an die Ampezzo Dolomiten. Pünktlich um 7:00 trafen die 3 Autos an der Tankstelle Fuchsberg ein. Wir fuhren autonom, das hat sich in den vergangenen Jahren bestens bewährt. Nach der Begrüssung zischten wir los via Feldkirch - Innsbruck - Brenner - Bruneck - Pederü 1545 m



im hintersten Rautal, mit Kaffeehalt am Arlbergpass und Mittagshalt in der Nähe von Bruneck. Früher als erwartet trafen wir am Ausgangsort ein, so dass der zweistündige Aufstieg zur Rif. Fanes auf 2060 m mit Zeitgewinn in Angriff genommen werden konnte. Das Wetter zeigte sich eher von der trüben Seite, es schneite leicht und die



ansonsten imposanten Türme waren vom Nebel umhüllt. Wir bereiteten unser Gepäck für den organisierten Transport vor und liefen mit leichtem Rucksack auf der vorgegebenen Ratracspur los. Es bildeten sich diverse Grüppchen mit einer klaren Elitetruppe, die es wissen wollte. An der Spitze ein Sommerkenner dieses Gebie-

tes. Auf Sichtdistanz beobachtete ich plötzlich wie sie nach rechts abbogen (Sommerweg). Nach ein paar Spitzkehren endete die Spur im Latschengewirr. Rückzug war angesagt, Spitzkehren stehend im Pflüdischnee und gleich ging das Spektakel los. Mit Bravour wurde auch diese Situation gemeistert und alle konnten auf Umwegen wieder die Hauptroute einschlagen. Um ca. 17:00 erreichten wir unser Ziel. Der Schuh- und Skiraum liess erahnen, dass die Hütte ziemlich belegt war. Zimmerbezug, ein währschaftes Abendessen und Hausmusik (im wahrsten Sinne des Wortes) mit Tanz rundeten den Abend ab.

Donnerstag, 13. März 08, Vorgipfel Piz Taibun, 2350 m, Autoren: Fredy u. Beatrice Rähle

Das Barometer hat sich (im Gegensatz zu den Börsen) vom absoluten Tiefstand vom Dienstag weiter kräftig erholt. Bei schönstem Wetter steigen wir auf zum Limojoch. Weiter geht's über Gran Fanes Richtung Piz Lavarella. In der Höhe bläst ein teils stürmischer Wind. Unterhalb der 400 m hohen Steilstufe zum Lago Conturines entscheidet Franco auf die Tour zum Piz Lavarella zu verzichten. Aus guten Gründen: der Aufstieg im engen Couloir in vielen Spitzkehren wäre schon machbar, die Abfahrt jedoch kein Genuss. Und weiter oben hat es heimtückische Tribschneeansammlungen oder abgeblasene, steinige Hänge. Eine uns folgende Gruppe Skitourenisten, sie stammen aus dem grossen Nachbarkanton, ist da anderer Meinung nach dem Motto: bei uns draussen ist alles anders. Sollen sie sich doch das Couloir hochmühen! Wir steigen dafür zweimal zum Vorgipfel des Piz Taibun auf. Die hier sicheren, unverspurten Hänge stieben wir in eleganten Schwüngen im herrlichen Pulverschnee wieder in's Tal hinunter. Nach der Mittagspause in den Latschen geht's gleich noch ein drittes Mal hoch. Drüben in der Steilstufe kurvt derweil die deutsche Gruppe in breitspurigen weiten Bogen Richtung Steilwandcouloir hinunter. Dort geht's dann ruck zuck, zack zack..... schon liegen zwei.....und noch einer steckt kopf-über im Schnee. Die einen versuchen mit Spitzkehren Höhe abzubauen, andere mit runtertreten zwischen den Felsen....wieder frei nach dem Motto: bei uns draussen geht alles anders. Wir legen zum dritten Mal elegante Schwünge in den lockeren, jungfräulichen Pulverschnee auf unserer Seite. Mit Schadenfreude über die Akrobatikübungen der Genossen im Couloir ist unser Genuss noch etwas grösser. Nach einer kleinen Turnübung unsererseits mit angeschnallten Skiern in den Latschen geht es via Gran Fanes - Limojoch wieder zurück zur Faneshütte. Franco und ich stehen noch vor dem Haus, da spricht uns ein Tiroler an: «Ihr habt eine gute Gruppe, habe gesehen wie ihr die tollen Abfahrts Spuren hingelegt habt. Ich ging hoch Richtung Lavarella, kehrte jedoch weiter oben um, zu unsicher. Ihr habt es richtig gemacht, den Tag und den Pulverschnee genossen!»

Fortsetzung Tourenberichte S.3

...Fortsetzung Tourenberichte

21. - 24. März 2008 **Ostertouren Albigna**

Für unsere Ostertouren fahren wir gemeinsam mit dem ÖV ins Bergell. Wir alle wissen, dass das neue Hüttenwartpaar seinen ersten regulären Einsatz auf der Hütte haben wird. Ein Novum in der jüngeren Geschichte der Albignahütte, wurde diese doch bis anhin im Winter nie bewartet. Wir haben deshalb allen Grund, uns auf ein paar ruhige Tage in der Hütte einzustellen. Naturgemäss reisen wir an Ostern natürlich nicht alleine, sondern teilen insbesondere das Postauto von St. Moritz bis nach Pranzaira mit beachtlich vielen Tourenskifahrern. Als diese dann in Maloja keine Anstalten machen, auszustiegen, z.B. für einen Aufstieg in die Fornohütte, werden wir ziemlich stutzig. Richtig begriffen, was hier Sache ist, haben wir erst, als wir zusammen mit 50 (!) andern Bergsteigern in Pranzaira aussteigen und wir alle sehnsüchtig die Ankunft der Luftseilbahngondel abwarten. Da anstelle der zweiten Gondel nur ein Betonbalken an der Laufkatze hängt und wir als Quasigastgeber nicht drängeln wollen, verköstigen wir uns im nahe gelegenen Restaurant. Kaum oben angekommen, realisieren wir, was für eine schöne Skitour sich nach dem heutigen sanften Schneefall am nächsten Tag einstellen würde, und das Warten ist bereits vergessen. Samstags früh machen wir uns wie erwartet bei blauem Himmel auf den Weg zu unserem Ziel, dem Cima di Castello. Die 15 cm Neuschnee haben das gesamte Bergpanorama von einer nach Frühling anmutenden Landschaft in eine weisse Winterpracht verwandelt – welch' Freude, der Winter ist nochmals eingekehrt. Nach der obligaten Abfahrt zum See, er ist zur Zeit fast leer, montieren wir die Felle bei unwirtlichen -19 Grad Celsius. Trotzdem, bei dieser schönen Szenerie wissen wir, die Anfahrt hat sich mehr als gelohnt. Ein äusserst abwechslungsreicher Aufstieg in Flanken, Rinnen und Gletscher führt uns auf den Sattel beim Pt. 3106, wo wir in steilem Gelände auf leicht eisigem Schnee den Gipfel erreichen. Die exponierte metallene Maria auf dem Sommergipfel soll nicht alleine



verharren – Mini, Esther und Christine klettern auf vereisten Blöcken zu ihr hinüber und grüssen den Rest der Gruppe mit stolzem Blick. Die Abfahrt lässt Feinstes erahnen. Ein Glück, dass die Schneedecke auf dem Gletscher so dick ist, weshalb ein Fahren am Seil nicht nötig ist. Die Abfahrt in den neu verschneiten Hängen ist eine Wucht. Jeder Schwung sitzt, der Schnee lässt keine Wünsche übrig. Nachdem wir am Karsamstag noch mit bestem Wetter verwöhnt werden, zeigt sich der Oster-sonntag von der unfreundlicheren Seite. Ein Tag mit

zum Teil starkem Schneefall erwartet uns. So geht es um 8:15 Uhr los, nachdem die Letzten vom Schlange-Stehen vor dem einzigen (Winter-)WC zurückgekommen sind. Wegen der ungünstigen Witterung entscheidet Lukas, 700 Höhenmeter bis zum Casnilpass Nord aufzusteigen, von wo wir direkt zur Hütte 'runter' fahren werden. Während wir für den Aufstieg noch eine gute Spur Richtung Casnilpass Süd benutzen können, stehen uns für die Abfahrt ganz unverspurte Hänge mit feinstem Pulver zur Verfügung. Im hüttennahen Bereich sind die Steine allerdings nur knapp bedeckt und so kommt es zu „unfreundlichen Berührungen“. Zurück in der Hütte genehmigen wir uns erst einmal ein feines Mittagessen bestehend aus Gerstensuppe mit Wienerli. Alles, was wir von unserer Köchin aufgetischt bekommen, ist einfach köstlich. Feiner Schweinsbraten, Salat in grossen Mengen, frisches Gemüse, selbst gemachte Crèmeschnitten – einfach perfekt. Überhaupt muss hier angemerkt werden, dass das Hüttenwartpaar Michel und Isabella es bestens verstehen, uns rundum zu verwöhnen und sogar im Stande sind, unsere Extrawünsche zu erfüllen. Die beiden Töchter Angelina und Giuliana helfen nicht nur tatkräftig in der Küche und bei der Bedienung der insgesamt 60 Gäste mit, sondern vermitteln mit ihrer freundlichen und hilfsbereiten Art eine familiäre Atmosphäre, die äusserst angenehm ist. Weil das Wetter nicht bessert, verbringen wir den Nachmittag in der Hütte beim Jassen und Lesen. Nach einem feinen Znacht mit Pilzrisotto hocken wir alle gemütlich mit der Hüttenwartfamilie zusammen. Es gibt ja immer so viel zu erzählen, wenn es so richtig gemütlich ist. Ostermontag erwartet uns wieder Kaiserwetter. Da wir mittlerweile die einzigen Gäste sind, ist das Warten vor dem Klo kein Thema mehr, und so können wir zeitig noch vor 8 Uhr Richtung Casnilpass Süd aufbrechen. An diesem strahlenden Morgen sind wir alleine unterwegs und wir nutzen die schwach verschneite Aufstiegsspur vom Vortag. Immer wieder schauen wir zurück zur Albignahütte, von wo uns Michel noch lange nachblickt. Zügig erklimmen wir Höhenmeter um Höhenmeter und fast alle zeigen dabei perfekte Spitzkehren. Kurz unter der Passhöhe machen wir Rast, und der Blick schweift weit bis zu den Walliser 4000ern, die sich hinter dem Piz Badile in makelloser, rosaroter Schönheit abzeichnen. Was für ein phänomenaler Tag! Von hier aus ersteigen 7 der Gruppe noch einen exponierten Grat, um die Aussicht noch besser geniessen zu können. Auf dem Pass bläst uns ein bitterkalter Wind um die Ohren, weswegen wir schnell den mit grosser Vorfreude erwarteten Steilhang Richtung Fornogletscher unter die Skier nehmen. Bei gefühlten 35° Hangneigung kann nun jeder zeigen, was er oder sie drauf hat. Schon nach kurzer Zeit haben wir diese schönen Hänge hinter uns und ein ansehnlich flaches Stück zieht sich nun weit bis nach Maloja hin, wo wir ein wenig müde ankommen. In Maloja bleibt noch wenig Zeit für eine Einkehr, bevor das Postauto nach St. Moritz abfährt. Vielen Dank Lukas für die Vorbereitung und deine kompetente Tourenleitung. Das ganze Wochenende war für uns alle ein wahrer Hochgenuss. *Willy Mende / Daniel Tanner*

Fortsetzung Tourenberichte S.4

29. / 30. März 2008 **Inside im Rätikon**

Ingo bekam die Wetterquerelen zu spüren. Aufgrund der diffusen Prognosen sagte er vorerst die Insidertouren im Rätikon ab und verkürzte auf eine sonntägliche Tour in der näheren Umgebung. Die Prognosen änderten und Ingo entschied sich, das Tourenwochenende im Montafon doch noch durchzuführen. Ein weiser Entscheid. Am Samstag fuhren wir um 07.15 Uhr zwar noch bei verhangenem Himmel in Richterswil los. In Gargellen angekommen, war es nach wie vor nicht ganz so prächtig. Da drängte sich ein Morgenkaffee auf. Der Himmel riss langsam auf. Direkt von Gargellen stiegen wir auf durch das Vergaldner Tal. Elendiglang zog sich das dahin. Immerhin war es nun strahlend blau. Endlich ging's dann mal steil hinauf. In gut dreieinhalb Stunden brachten wir die 1'150 Höhenmeter hinter uns und genossen die tolle Rundschau vom Vergaldner Schneeberg. Die Abfahrt war dann



Pulverschnee vom Feinsten. Die Fotos beweisen's! Da alle Hotels in Gargellen ausgebucht waren, schliefen wir in einer Ferienwohnung. Ein ausgedehntes z'Nacht im Restaurant „Schmuggler“ liess uns vergessen, dass wir wegen der Zeitumstellung noch eine Stunde Minusschlaf gewärtigen mussten. Irgendwie fanden alle ihre Zimmer und bald schon war es ziemlich still. Das Frühstück genossen wir dann standesgemäss im Restaurant. Die Frauen hatten sich gegen die Männer durchgesetzt, und so war für den Sonntag eine eher skifahrerisch und weniger leistungsbezogene Rundtour angesagt. Mit der Gondelbahn und dem Skilift fuhren wir zuerst hoch hinauf. Nach einer kleinen Abfahrt montierten wir die Tourenausrüstung. Ein kurzer Aufstieg brachte uns auf das St. Antönier-Joch. Dann eine kleine Querung und weiter ging's hinauf auf den Riedkopf, nunmehr wieder in der Schweiz. Zu Fuss dann noch auf den Gipfel hinüber. Dann wiederum Bindungen umstellen und eine kurze Abfahrt. Und anschliessend wollten wir natürlich noch einen zweiten Gipfel: Bald einmal waren wir auf dem Rotspitz. Kurz darauf fuhren wir wieder ein kurzes Stück zurück Richtung Riedkopf und dann die Grosse Wächte hinunter ins Röbital. Auch dies wieder eine absolut tolle Abfahrt: Pulver vom Feinsten. Wir kehrten zur Röbitalp zurück und dann ging's hinunter nach Gargellen. Das Wochenende beschlossen wir im Garten des Restaurants „Schmuggler“ – wie es sich gehört. Danke Ingo für die schönen Touren. *Alex Biderbost*

12. – 19. April 2008

Skitourenwoche Vanoise

Via Martigny - Chamonix – Albertville – Moûtiers und mit dem Bus nach Val Thorens erreichten wir den Ausgangspunkt der Hochtourenwoche im Vanoise Massiv. Dieses Hochgebirge liegt im französischen Teil der Grajischen Alpen und umfasst mit seiner annähernd kreisrunden Begrenzung rund 40 3000er. Wir staunten nicht schlecht über den winterlichen Hochbetrieb im Val Thorens. Nur mit besonderer Anstrengung konnte unser Bergführer Franz noch eine Unterkunft ergattern. Am Sonntag, 13. April, gings bei stahlblauem Himmel los. Zuerst mit Skilifts und dann Felle aufziehen. Zum Col du Gébroulaz 3434 m, auf den Mont Gébroulaz 3511 m, Abfahrt und Aufstieg zum Dôme de Polset, 3501 m und Abfahrt zur Refuge de Péclet Polset, 2474 m. Von da an gabs mit einer Ausnahme kein fliessend Wasser mehr. Auch die Hygiene vermochte in dieser Unterkunft nicht zu überzeugen. Ob dies der Grund war, dass sich danach zwei Gruppenmitglieder kräftig mit „Imodium“ (gegen Durchfall) eindecken mussten, bleibe dahingestellt. Am Montag, 14. April, Abfahrt und Aufstieg zum Col d'Aussois 2916 m, zum Pointe de l'Observatoire, 3015 m, und Abfahrt zur Refuge du Fond d'Aussois, 2324 m. Nach einer geschmacksvollen Omelette zogen wir hinauf zu unserem nächsten Domizil, der Refuge de la Dent Parachée, 2520 m. An diesem Tag erhielten wir mit dem deutlich schlechter gewordenen Wetter, Schneefall, starken Wind und schlechte Sicht, einen Vorgeschmack der kommenden Woche. Doch diese Hütte hatte – trotz Kreuzbeigen bis unters Dach – ein besonderes Cachet. Und der Hüttenwart mit seinen abendlichen, mindestens halbstündigen Cabaretteinlagen wird allen bleibend sein. Obwohl wir nicht alles verstanden haben, lachten wir mit den Franzosen herzlich mit. Das Wetter verhinderte ein Weiterziehen am nächsten Tag. Jassen, Meditieren, Lesen, Schneeschaukeln, Holz hacken, Karten studieren und so weiter waren der Zeitvertreib.



Wer „mal musste“, kam schneeweiss vom „Oberschenkeltraining“ zurück. Das Wetter reichte für einen Abstecher in die untere Hütte zum Omelettenschmaus. Am Mittwoch, 16. April war die Überschreitung zur Refuge de l'Arpont angesagt. Bei einem steilen Abbruchstück zeigten die Hohnröhler ihre Wendigkeit

Fortsetzung Tourenbericht auf S.6



KIBE'ler und bestandene SAC'ler turnen gemeinsam am Donnerstagabend. Während die bestandenen SAC'ler bei einem Stationentraining schwitzen, vergnügen sich die Jungen an der Kletterwand – eigentlich wie immer.

Nachdem die Kinder das Training beendet haben, verabschieden sie sich samt den beiden Leitern. Lustigerweise sind diese beiden Leiter auch die einzigen Schlüsselbesitzer für Turnhalle und Kletterwand – nur merkt dies keiner, bis man die Kletterwand hochfahren will!

Das normalerweise omnipräsente Handy ist für einmal nirgends vorhanden, so dass man in der Not zwei Experten mit Auto zu Ruedi schickt, der aber auch nicht zuhause ist. Wohl aber im Gambrinus, wo man ihn aufspürt und damit die Sache letztendlich mit einiger Verspätung doch noch ein gutes Ende findet.

Hermann mit Gefährten in der Rotondohütte. Wie immer ist alles fast militärisch organisiert, auch die Tagwache um 05:00h und das Morgenessen. Als dann um 03:50h der Weckruf von Hermann mit schrillum Getöse abgeht, ist man zunächst erschrocken, dann verwirrt, dann beginnt man zu ergründen und siehe da: auch dieses Phänomen findet eine Erklärung! Die Sommerzeit ist nämlich unterdessen angebrochen und das arme Handy wurde nicht davon in Kenntnis gesetzt!! *Der Horoklaspared*



www.sachoherrohn.ch - Homepage-Corner

Neues Tourenreglement

- Das neue Tourenreglement unserer Sektion ist seit dem 29.3.08 unter "Tourenwesen" auf der Homepage.

Tourenberichte

- Ab sofort wird der Name des Tourenleiters (TL) aus den Grunddaten der Tour automatisch in den Tourenbericht übernommen. Der Name des TL erscheint im Kopf des Tourenberichts zwischen Datum und Berichterstatte. Es ist somit nicht mehr erforderlich, dass der Name des Tourenleiters unter den Teilnehmern aufgeführt wird.

Registrierung auf der Homepage

- 5 HohröhnlerInnen haben sich in den letzten Monaten auf der Homepage als Benutzer angemeldet.
- Hast Du dich auf unserer Homepage als BenutzerIn registriert? Neues Total: 190.
- Wenn nein, dann nichts wie los:
- "Login Control Center" oben links anklicken und dann "..... bitte hier registrieren" anklicken

Welche Vorteile hast Du als registrierte(r) BenutzerIn?

- Vollständige Adresslisten einsehbar auf der Seite Clubleben
- Eingabe Tourenberichte mit und ohne Fotos
- Benutzung Pinwand (zu verkaufen, zu verschenken, gesucht, Forum)

TourenleiterIn News?

- Alle TourenleiterInnen werden gebeten, die Rubrik "News" unter "Aktuelles" mit Beiträgen zu füttern.

Probleme mit der Homepage?

- Claude Andres und seine Stellvertreterin Maya Albrecht helfen dir gerne weiter.

Euer Homepage-Administrator

Rätselaufklärung aus der letzten Hohröhn Post: Der beschriebene Berg heisst Glegghorn.

Portrait

Seit langem Vorstandsmitglied, Tourenleiter und in der Hüttenkommission....

Name: **Franco Poletti**



Wo und mit wem wohnst du?

Zusammen mit meiner Frau Gertrud in Samstagen.

Wie alt bist du?

Ende dieses Jahres steht ein runder Geburtstag bevor.

Seit wann bist du im SAC?
1987

Was zieht dich in die Berge?

Die Natur, die Ruhe sowie

die gegensätzlichen Lichtverhältnisse faszinieren mich. Zudem empfinde ich das Gipfelerlebnis als Gewinn für meine Leistungserbringung.

Dein Engagement im SAC ist als...

Vorstandsmitglied (Bibliothekar), Mitglied der Hüttenkommission, Tourenleiter.

Deine Motivation dazu....

Als Vorstandsmitglied: das Mitentscheiden bei wichtigen Beschlüssen.

In der Hüttenkommission: die Begeisterung für unsere zwei schönen Bergeller Hütten.

Als Tourenleiter: meine Begeisterung den Teilnehmern weiter geben, die Gruppe sicher ans Ziel führen.

Eine unvergessliche Tour oder Reise...

1. Besteigung des Piz Bernina im Sommer über den Bianco Grat sowie die Cantone Nordwand unter der Leitung von Siffredo Negrini.

2. die Überschreitung des Ortlers sowie die 19-stündige (!) Sektionstour (Dammastock) unter der Leitung von Walter Keller

ein besonderes Erlebnis während einer Tour, einer Reise...

Anno 1988, meine zweite Skitour überhaupt: Die Besteigung des Oberalpstocks und Abfahrt über den Stalderfirn nach Bristen war die reinste Tortur!

Welche Freizeitaktivitäten machst du neben dem Alpinismus sonst noch gerne?

Fernradwege in der Schweiz und in den Nachbarländern sowie die Fotografie.

Persönliche Zukunftspäne, ein nächstes Ziel....

Eine Reise nach Kuba und Südamerika würde mich sehr interessieren. Zudem möchte ich mich langsam auf meine Pensionierung vorbereiten.

Was arbeitest du?

Seit 18 Jahren bei der Schweizerischen Südostbahn (SOB) im Fahrzeugunterhalt und zeitweise als Lokführer.

Dein Tag beginnt mit....

Einem reichhaltigen Frühstück, duftender Kaffee inbegriffen!

Dein Tag endet mit

Einem Gutenacht-Kuss an meine Frau sowie mit einer Einschlaflektüre (kann auch eine 1:25000 Karte sein....)

... Fortsetzung Tourenberichte

und überholten alle sich abseilenden übrigen Mannschaften. Das Wetter war gut, jedoch immer noch sehr windig und kalt. Erstmals brachten wir es auf über 1000 Hm. Die Anstrengung bestand jedoch nicht aus den Höhenmetern allein sondern das Wochegepäck, die Höhe, und vor allem Wind und Wetter sowie Schlafen bei ca. 5 Grad kamen dazu. In der neuen Bleibe freuten wir uns an der kalten Wäsche von Kopf bis Fuss als willkommenem Luxus trotz klappernden Zähnen. Am Donnerstag, 17. April war um 06.15 Uhr Abmarsch. Über den Dôme de l'Arpont, 3599 m, Dôme de Nants, 3570 m, Dôme de Chasseforêt, 3586 m, sowie Col de Pelve und Col du Dard zogen wir zur Vanoise-Hütte. 1614 Hm, eine ziemlich weite Distanz, zwischendurch traumhafte Abfahrten sowie Felle an, Felle ab und zur Belohnung zahlreiche Gipfelküsschen waren das Tagesprogramm. Im stockdichten Nebel war Bergführer Franz gefragt. Dank seiner hervorragenden Vorbereitung und mit GPS-Führung kamen wir flott voran. Als Hinterherkeuchende hatte man das Gefühl stets im Kreis rumzulaufen. Doch der „Ausgang“ und die Hütte wurden gefunden. Schlechtes Wetter und ungünstige Bedingungen

verhinderten am Freitag, 18. April, unser Wochenziel, den Grand Casse als höchsten Gipfel mit 3855 m zu besteigen. Statt dessen schlenderten wir auf den Pointe de la Rechasse, 3212 m, und nach einer letzten Omelette am Nachmittag noch auf den Col de la Grande Casse, 3096 m, so dass wir auch 1400 Hm in den Beinen hatten. Die Verpflegung in den Hütten war allgemein gut bis sehr, gut bis zum herrlichsten Tiramisu. Von Wind und Wetter abgehärtet, kehrten wir am Samstag wieder in die Zivilisation zurück, leider wieder im Nebel mit Unterstützung des GPS. Danke an Alle für die gute Kameradschaft, für das Seil tragen und das Spuren. Unser junger Gast, Dani Schmed, aus der befreundeten Sektion Einsiedeln, hat, nebst unserem bewährten Bergführer Franz Zürcher, besondere Arbeit geleistet. Möge dem talentierten Kletterer und Bergsteiger eine besondere alpinistische Karriere gegönnt sein. Wir verlassen mit etwas Wehmut die wunderbare Bergswelt und fahren von Pralognan über Genf nach Hause. Zurück bleibt die Erinnerung an eine sehr abwechslungsreiche Woche und eine weitere Erfahrung. *Heinz Kundert*

M u t a t i o n e n

Neueintritte 2. Quartal 2008



Thomas Largadièr
Jg. 69, Wädenswil



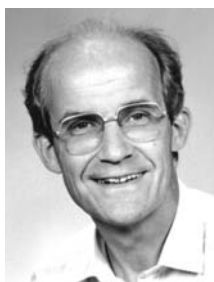
Marzella Durschei Largadièr
Jg. 67, Wädenswil



Norina Largadièr
Jg. 97, Wädenswil



Giuanna Largadièr
Jg. 01, Wädenswil



Stephen Bond
Jg. 35, Wädenswil



Tim Baggenstos
Jg. 97, Wädenswil



Annelies Kuster
Jg. 38, Richterswil



Christoph Frey
Jg. 69, Wädenswil



Irina Obrist
Jg. 97, Richterswil



Hansruedi Bachmann
Jg. 61, Wädenswil



Gernot Schreiber
Jg. 44, Wädenswil



Bettina Rasper
Jg. 62, Wädenswil



Nicolas Rasper
Jg. 95, Wädenswil



Oliver Rasper
Jg. 96, Wädenswil



Gunther Karpf
Jg. 68, Richterswil
Mit:
Sabine Karpf Jg. 70
Friederike Karpf Jg. 94
Nicolas Karpf Jg. 97

AUSTRITTE:
Laura Oetiker, Wädenswil
Fritz Kaspar, Urdorf
Sinzinger Jeanette, Hirzel

TODESFÄLLE:
Roger Burnand, Wädenswil
Fritz Frehner, Gais

B i b l i o t h e k

Neu eingetroffen in der Bibliothek:

Kletterführer Jura, Ausgabe 2008

Klubführer aus der neuen Serie ‚Wanderziel Gipfel‘:
Oberwallis zwischen Furka und Turtmantal, Ausgabe 2008

Franco Poletti

H ü t t e n i m B e r g e l l

Wir stehen kurz vor einer neuen Hüttensaison und das Hauptaugenmerk richtet sich auf die Eröffnung der Beiden. Die erstmalige Öffnung der Albigna Hütte an Ostern war ein voller Erfolg! Über 50 Skitouristen benutzten die Gelegenheit, um einmal in diesem Gebiet Touren zu machen. Die neuen Hüttenwarte gaben sich viel Mühe und bewirteten die Gäste vorbildlich. Dies lässt auf einen interessanten Sommer hoffen!! Nicht gut gelöst war das Sanitärproblem (kein Wasser!), sodass für nächstes Jahr eine andere Möglichkeit (z.B. Trocken-WC) ins Auge gefasst werden muss. Auch möchte Isabelle, die Hüttenwartin, als gelernte Köchin gerne mit einem Steamer kochen. Da die Platzverhältnisse aber nicht optimal sind, ist dieser Wunsch noch nicht realisiert. Wir arbeiten daran.

Am 21. / 22. Juni findet der diesjährige Hüttenhock auf Sciora statt. Es sind noch einige Plätze frei. Ob zu diesem Zeitpunkt der Cacciabella-Übergang bereits inspiziert wurde, ist noch nicht sicher. Jedenfalls geschieht dies in der Vorsaison, sodass alle Besucher sichere Bedingungen haben.

In der Sonntagsausgabe der NZZ vom 18. Mai ist ein längerer Bericht über die Passwanderungen im Bergell abgedruckt, auch mit vielen Fotos. (In unserer Homepage mit einem Link einsehbar.) Dabei wird lobend auf den SAC hingewiesen, aber kein Wort über unsere Sektion verloren. Dabei hat der Gesamt-SAC nun wirklich nichts von diesem Vorhaben gewusst und auch keine der so begehrten Subventionen gesprochen! Das Ehepaar Hofmeister ist diese Saison zum 30. Mal auf der Sciorahütte! Ein würdiges Ereignis, das wir anlässlich vom Hüttenhock feiern werden!!

Das Hüttenteam



Infos aus dem Vorstand

Der Vorstand der SAC Sektion Hoher Rohn hat an seiner Sitzung vom 6. März 2008 das neue Tourenreglement genehmigt. Die Lektüre wird allen Mitgliedern empfohlen, welche an Sektionstouren teilnehmen. Die vollständige Fassung kann auf unserer Homepage unter "Aktuelles" eingesehen werden. Wichtige und häufig sich stellende Fragen im Bereiche des Tourenwesens werden in 31 Artikeln geregelt. Die "Arbeitsgruppe Tourenreglement" hat ganze Arbeit geleistet und ein vorbildliches, wegweisendes Tourenreglement ausgearbeitet.

Vor kurzem wurde für Anfragen und Mutationen im Bereich Mitgliederwesen eine eigene E-Mail-Adresse eingerichtet. Sie lautet: mitgliederdienst@sachoherrohn.ch und dient zur Kontaktaufnahme mit der Verantwortlichen für das Mitgliederwesen, Doris Schwarzenbach, und ihren Stellvertretern.

Sämtliche Mutationen wie Aufnahmegesuche, Übertritte in eine andere Sektion, Austritte und Todesfälle können so rasch und effizient bearbeitet werden. Das Zeitalter der erhöhten Mobilität hat auch viele SAC-Mitglieder erfasst. Wir sind deshalb dankbar, wenn Adressänderungen jeweils baldmöglichst über diese E-Mail-Adresse gemeldet werden.

Wer nicht über einen Internet-Zugang verfügt, kann auch weiterhin alle Mutationen oder Anfragen schriftlich richten an: Doris Schwarzenbach Rohner, Dorfstrasse 69, 8805 Richterswil.

Die Sektion Hoher Rohn verzeichnete im Jahr 2007 eine Zunahme von 81 Mitgliedern. Auch im laufenden Jahr hält der Zuwachs an. Bis Mitte Mai sind 33 Neumitglieder aufgenommen worden.

René Kuch, Kassier

Impressum:
Erscheint 4 mal jährlich
Herausgeber SAC Hoher Rohn
Auflage: 600 Stück

Redaktion/Druck/Versand: Kathrin Schnellmann
Layout/Satz/Lektorat: Maya Albrecht, Christine Meier
Redaktionsschluss der nächsten Ausgabe (3/2008):
22. August 2008

S e n i o r e n

Tourentätigkeit Januar – März 2008

Unser Ziel, das **ganze** Jahr hindurch den wanderfreudigen Senioren oder der Senioren-Tourengruppe jede Woche mindestens eine Tour anzubieten, haben wir im ersten Quartal 2008 bestens erfüllen können. Keine einzige der ausgeschriebenen Touren ist ausgefallen, ja es sind zwei dazugekommen!

Unser Tätigkeitsprogramm begann am 9. **Januar** mit einer Neuerung: **“Dankeschön-Tour“**

Erstmals waren alle Seniorentourenleiterinnen und -tourenleiter des vergangenen Jahres zu einer Dankeschön-Tour eingeladen. Über 30 Kameraden haben nämlich 2007 mindestens eine (oder eben sogar mehrere) Touren geleitet. Ohne ihren Einsatz wäre unser Programm ja sonst gar nicht möglich!

24 sind am 9. Januar der Einladung gefolgt. Das Budget hat gereicht für die Fahrtkosten und das gemeinsame Mittagessen. Die Wanderung selbst führte von Buch am Irchel zuerst auf den Irchelturm, dann hinunter ins Tösstal zum Mittagessen in der „Traube“, in Dättlikon. Dort stiessen auch jene 6 Kameraden noch zu uns, die die Morgenwanderung nicht mitmachen konnten. Am Nachmittag ging es von Pfungen aus durch ein interessantes, kleines Tobel hinauf auf die Brüttener Höhe. Nach dem Zvieri in Brütten gings mit Bus und Bahn in den Zürcher Hauptbahnhof. Tourenleiter war ja unser Obmann Paul Huggel und dieser lud uns noch in den Informationsraum der SBB über das Grossprojekt DML/2013 ein. Was heisst das schon wieder? Durchmesserlinie Zürich-Altstetten – Zürich HB unterirdischer Bahnhof Löwenstrasse – Weinbergtunnel – Bahnhof Oerlikon / Eröffnung 2013. Unser bahnsachverständige Obmann verstand es ausgezeichnet, das Projekt zu erläutern und die grosse Wichtigkeit für den Raum Zürich darzulegen. Jedenfalls musste er diese Besichtigung im Inforum SBB für weitere interessierte Clubmitglieder im Februar nochmals wiederholen.

Am 16. Januar führte uns Dietrich Maiwald (8 TN) bei leichtem Regen von Kaiserstuhl AG durchs liebeliche Bachsertäli nach Alt-Bachs, wo wir in der Kulturbetz Neuhaus ein ganz spezielles Mittagessen zelebrierten. Bei föhnigen Aufhellungen ging es am Nachmittag noch weiter bis Dielsdorf.

Am 23. Januar bot Fritz Burkhardt 12 Teilnehmern eine Wanderung im Grenzgebiet Schwyz-Zug-Zürich, genauer von Altmatt über das Steinstosstübli auf St. Jost und via Raten zum Restaurant Gottschalkenberg zum Mittagessen und schliesslich bis Biberbrugg. Nach dem Sturm am Dienstag war es ein geschenkter Zwischenhoch-Tag.

Die 4. Wanderung im Januar haben Elsbeth und Toni Rigoni gemeinsam übernommen. Sie führten 12 TN von Thalwil – Alt-Thalwil auf den Horgener-Berg (Wüeribach) und den Zimmerberg bis zur Kirche Hirzel. Zwar war wieder Regen angesagt, aber er fand nur während des Mittagessens im Rest. Schwyzerhüsli statt. Glück muss man haben!

Februar: Zwei zusätzliche Attraktionen.

Am Donnerstag, 7. Februar durfte TL Fritz Keller 16 Teilnehmer bei seiner Winterwanderung ins Tal des Lichts (Lugnez) begrüßen. Nach Sturm am Mittwoch hatte sich das Wetter wieder beruhigt, sodass der Weg von Vella um den Piz Mundaun herum bis zum Mittagessen in Cuolm Sura und schliesslich nach Surcuolm ein riesiges Vergnügen war. Faszinierend auch die Beobachtung der brodelnden Wetterküche.

Am Freitag 8. Februar wiederholte der Obmann seine Führung/Vortrag im Inforum der SBB im Zürcher Hauptbahnhof über die DML für jene Clubmitglieder, deren Interesse durch die Teilnehmer vom 9. Januar geweckt worden war. Es waren wiederum 13 TN und die meisten benützten ab Wädenswil das diese Wintersaison neu eingeführte Winterschiff nach Zürich. Dem Schanzengraben entlang gings zum Hauptbahnhof – ebenfalls für viele ein neuer Weg!

Am Dienstag, 12. Februar zauberte Fritz Burkhardt für 7 TN der Tourengruppe eine recht währschafte Zusatztour aus seinem Hut: Sicheres Wetter sollte schliesslich auch genutzt werden. Es ging an die Schwyzer Riviera auf ein neu angelegtes Wegstück des Waldstätterwegs von der Republik Gersau über Bärenfallen bis Brunnen (noch in keiner Wanderkarte eingezeichnet).

Am Mittwoch, 13. Februar folgte die etwas geruhsamere Wanderung von Stäfa durchs Risitobel nach Grüningen und nach dem Mittagessen weiter bis Bubikon. Unser Ehrenmitglied Ruedi Bachmann konnte dazu 17 Teilnehmer begrüßen. Gleichtags waren auch 5 Schneeschuhläufer mit Bernhard Mantel auf dem Furgelenstock.

Beginn Jakobsweg: Am 20. Februar begann unser Obmann, Paul Huggel, mit seinem aufwändigen Projekt „Jakobsweg Rorschach bis Genf in 2 Jahren mit voraussichtlich 20 Etappen; 13 Etappen 2008 in der deutschsprachigen Schweiz bis Freiburg und dann 2009 weitere 7 Etappen in der welschen Schweiz von Fribourg bis Genf. Die erste Etappe führte bei sehr guten Wetterverhältnissen von Rorschach bis Herisau. 26 erwartungsvolle „Pilger“ fanden sich beim Kilometer „Null“ beim Jakobsbrunnen in Rorschach ein und begannen hier zumindest einmal die erste Etappe. Zunächst querten wir die schöne Altstadt von Rorschach und gelangten bald zum ehemaligen Kloster Marienberg, wo wir eine kurze Klosterführung und dann Kaffee/Gipfeli im „Refektorium“ der Mönche hatten. Der Jakobsweg führt dann stetig ansteigend bis nach St. Gallen, unterbrochen durch das tiefe Tobel des Flüsschens Goldach. Im sehr einsamen Restaurant Schaugenbädi gab es das verdiente Mittagessen. Die Stadt St. Gallen querten wir mit dem Stadtbus, aber ab Fürstenlandbrücke bis Herisau stieg es nochmals kräftig (via Stausee Gübsensee) an.

... Fortsetzung auf Seite 10

Seite der Jungen

20. April 08 Kletterausbildung Galerie Wesen

An einem traumhaft schönen Sonntagmorgen wurden wir ab 9.00 Uhr von Franz mit seinem grünen Büssli abgeholt. Sechs JO-ler nahmen teil. Nach einem äusserst strengen Zustieg vom Parkplatz zur Kletterwand im Wald begannen wir mit den ersten Kletterzügen an einer kurzen, etwa 10m-Wand und repetierten grundsätzliche Dinge wie den Vorstieg und das Fädeln. In einem zweiten Teil hatte Franz eine Übungs-Mehrseillänge durch den Wald vorbereitet und wir wiederholten die Technik der Mehrseillängen, einen Stand bauen und die Abseiltechnik. Samuel und Simon hatten schon etwas mehr Routine als wir anfangs dieser Saison. Sie begannen lieber mit einer anständigen 7a-Route im oberen Teil des Klettergartens... Nach dem Zmittag machten die Frauen wunderschöne Zweiseillängen mit genialer Aussicht im Ziel. Simon und Samuel stellten sich anderen, kürzeren, Herausforderungen. Gegen drei Uhr



machten wir eine Pause und feierten mit Gummibärli, Moorenköpfen, Kuchen, Kerzli und schönem Ständli den Geburtstag von Franz. Nach dem Zvieri ging es noch an die letzten Routen, welche unseren Kampfgeist zum Teil sehr ausgeprägt forderten, bis wir schliesslich unsere Hände nicht mehr gebrauchen konnten. Schon war der

Kletterspass wieder vorbei und wir gingen über eine schöne Steintreppe, die früher von den Bewohnern von Amden rege genutzt wurde, zum Parkplatz. Im Büssli konnten 5 Personen vorwärts fahren, und jemand hatte die Ehre, rückwärts zu fahren. Dazu ist zu sagen, dass der „Rückwärtsfahr-Sitz“ heiss begehrt war, aber leider immer nur jemand diesen tollen Platz geniessen durfte. Und jetzt noch ein paar zusammenfassende Schlussworte: super Saisonbeginn, wir freuen uns auf weitere Touren und Klettertage! *Silvia Mathis*

.... Fortsetzung Senioren von Seite 9

Am 27. Februar führte Ernst Barben 11 Teilnehmer von Wil nach Bischofszell. Es war zwar Regen angesagt, aber es gab keinen Tropfen. Besonders die Besichtigung der Altstadt und die „krumme Brücke“ über die Thur begeisterten alle.

März: Auch alle 4 vorgesehenen Touren im März konnten programmgemäss durchgeführt werden.

Am Dienstag, 4. März, war unser Tourenkoordinator Fritz Keller auch der Tourenleiter. Er führte 13 Teilnehmer in das (noch geschlossene) Ballenberggelände. Trotz einigen Schneegestöbern verfehlten die altherwürdigen Gebäude aus allen Landesgegenden ihre Wirkung nicht. Es war ein beglückendes „Schau“erlebnis.

Am Donnerstag, 13. März, hat TL Erika Bruderer 10 Clubmitglieder zur Rundwanderung Brugg – Aareuferspazierweg – Habsburg – Vindonissa – Königsfelden – Brugg begeistern können. Nach dem Sturm „Kirsten“, vom Mittwoch war uns freundliches Wetter beschert. Würdiger Schlusspunkt war der Besuch in der Klosterkirche Königsfelden mit den berühmten 11 Glasfenstern.

Am Mittwoch, 19. März, hatte unser Obmann trotz der für die ganze Karwoche recht schlechten Wetterprognose dennoch 20 Pilger auf der 2. Etappe des Jakobswegs. Das Wetter war zwar kalt, aber wegen eines andauernden Föhnwindes ganz erstaunlich schön und fernsichtig. Die ganze Etappe war recht lang und etwas anspruchsvoll. Der Vormittag von Schwellbrunn bis St. Peterzell war eine herrliche Winterhöhenwanderung (frischer Schneefall am Vortag). Beim Berghaus Sitz war der höchste Punkt des Jakobswegs zwischen Bodensee und Zürichsee bereits erreicht (1084 Meter). Im „Hörnli“ in St. Peterzell war liebevoll zum Mittagessen gedeckt. Die Nachmittagsetappe vom Neckertal hinüber ins Thurtal nach Wattwil war landschaftlich wiederum sehr schön und es reichte nochmals für die 1000-Meter-Marke. Die 4. Tour am 26. März wurde erneut von Elsbeth und Toni Rigoni geleitet und hatte 14 TN. Sie führte von Hochdorf über Römerswil bis nach Sempach. Nochmals gab es eine weisse Spätwinterwanderung mit vielen Höhepunkten.

Skitouren-Übersicht Januar - März 2008

03.01.08: Wildspitz, 10 Teilnehmer, Bericht auf Homepage
 08.01.08: Roggenstock, Ersatztour Rütstein, 10 Teilnehmer, Bericht auf Homepage
 15./16.01.08: Spitalberg, Stäubighütte, abgesagt, kein Interesse
 22.01.08: Charenboden - Biet, abgesagt, Wetter-, Schneeverhältnisse
 07.02.08: Blüemberg, abgesagt, Lawinengefahr, Schneeverhältnisse
 19.02.08: Forstberg, abgesagt, TL nicht verfügbar
 26.02.08: Piz Beverin, abgesagt, TL nicht verfügbar
 04./05.03.08: Gross Leckhorn, abgesagt, TL nicht verfügbar
 28.03.08: Glatten, TL Christian Gysi, Ersatztour Gulmen, 4 Teilnehmer
 29.03.-05.04.08: Skitourenwoche Davos, 19 Teilnehmer, Bericht auf Homepage
Claude Andres, Skitourenkoordinator



Live aus Spanien

Michi und Mini haben sich diesmal für ein „altes“ Klettergebiet mit Renaissance-Potential entschieden. Im Hinterland von Malaga in Südspanien liegt das Gebiet von El Chorro, wildromantisch an einem Ausgleichsbecken von grösseren Stauseen im noch weiter entfernten Hinterland, abgetrennt durch eine Schlucht.

Geklettert wird sowohl in der Schlucht als auch an allen, die Schlucht umgebenden Felsen. Die Wände sind bis 300 m hoch, der Fels ist aber teilweise sehr brüchig und die Klettereien sind oft auf eine Seillänge beschränkt. Die Mehrseillängenrouten müssen zudem oft selber abgesichert werden. Die Routen älteren Charakters weisen oft grössere Hakenabstände auf als die moderneren Routen. Als besonderer Leckerbissen wird die Schlucht vom Camino del Rey durchzogen, einem in Schwindel erregender Höhe aus Stahl und Mauerwerk erstellten Kontrollweg der ehemaligen Wasserkanäle, der sich als Folge des fortgeschrittenen Alters langsam auflöst und zu unserem Glück mit Stahlseilen à la Klettersteig abgesichert ist. Wir werden von Esther Gresch und Bruno Müller begleitet, beides langjährige SAC-Mitglieder und unser Durchschnittsalter (welches von mir persönlich um einige Jahrzehnte nach unten gedrückt wird!!) liegt bei ca. 52.8 Jahren! Die durchschnittliche Kletterleistung (welche ebenfalls von mir persönlich um einige Grade nach unten gedrückt wird) liegt so ungefähr bei 6b (7-), natürlich wie immer abhängig von der effektiven Be- oder Misswertung, je nach Standpunkt und Tagesform.

Unsere Unterkunft wird von einem jungen deutschen Paar geführt (www.klettern-in-spanien.de) und bietet allen erdenklichen Komfort: Riesiges Frühstückbuffet, Badezimmer mit Dusche und WC, Gästekühlschrank, Hausbar, Gemeinschaftsküche, Swimmingpool, Slackline und Boulderwand (für die Niemals-Satten oder als Schlechtwetter-Programm für Kulturbanausen).

Bei unserer Ankunft erwarten uns die letzten Regentropfen der vergangenen Tage und ein angenehm kühler Wind. Die bereits anwesenden Kletterer beklagen sich über 5 Regentage. Der Montagmorgen bringt dann Sonnenschein aber auch einen kalten Wind. Trotzdem lassen wir es uns nicht entgehen, ersten Kontakt zu den Felsen aufzunehmen und es ist schon fast eine Pflicht, dass wir Schweizer dies im Sektor Escalera suiza machen. Am nächsten Tag sind wir im Sektor der Österreicher unterwegs und am dritten Tag steigen wir in eine klassische Mehrseillängentour ein. Nach vier Seillängen seilen wir wieder ab, da der Fels nicht allzu fest und die Absicherung teilweise etwas „alpin“ zu beurteilen sind. Anstelle weiterer Klettereien beschliessen wir, uns den Camino del Rey einmal näher anzuschauen. Auf einen ersten Blick scheint uns der Zustieg ohne zusätzliche Seilsicherung zu gefährlich und wir beschliessen durch die illegal zu begehenden Tunnels der Eisenbahn in die Schlucht zu laufen und uns ein wenig umzuschauen. In der Schlucht stellen wir fest, dass auf diesem Weg der Camino nicht zu erreichen ist. So überqueren wir den Bach und steigen von hinten (unnötigerweise durch ein trockenes Wasser-Tunnel) in den Camino ein. Wir folgen dem Weg an Stahlseilen gesichert über luftige Stahlträger und Brücken auf dem abbröckelnden Weg und steigen zuletzt das Einstiegsstück ohne grössere Probleme ab. Vielleicht hätten wir den Einstieg genauer unter die Lupe nehmen sollen, dann wären wir sicher direkt eingestiegen. Am Donnerstag haben die Finger das erste Mal eine Ruhepause verdient und wir machen uns auf den Weg nach Granada, denn hier ist die berühmte Alhambra zu besichtigen. Die folgenden zwei Tage verbringen wir in den schattigen Klettergebieten auf der Nordseite der Schlucht, wobei am Samstag enorm viele Kletterer auftauchen und der Kletterspass dadurch etwas eingeschränkt wird. Dafür belohnen die Klettergebiete mit einer wunderschönen Aussicht auf das Hinterland und die Stauseen. Um uns dem Volksansturm etwas zu entziehen, beschliessen wir den Sonntag als Ruhetag zu nutzen und fahren in das nahe gelegene El Torcal und bewundern die interessant geformten Kalksteinformationen. Abends brauchen Mini und Bruno noch ein paar Seillängen, damit sie in aller Ruhe schlafen können, während Esther und ich uns mit ein paar Seiten Krimi begnügen.

Auch die zweite Woche ist mehrheitlich von Klettereien bestimmt. Wir besuchen auch das Klettergebiet Turon auf dem Weg nach Ronda. Der Zustieg zum Gebiet macht uns zwar etwas Schwierigkeiten, aber dafür werden wir für einmal mit etwas weniger steilen Plattenklettereien belohnt. Der Abend in Ronda ist erwähnenswert. Das auf eine ca. 100 m hohe Klippe gebaute Ronda beheimatet die grösste Stierkampfarena und eine Reihe wunderschön gelegener Restaurants. So dinieren wir als einzige Touristen auf einem Balkon 20 cm neben einem 100 m tiefen Abgrund mit wunderschöner Abendstimmung. Die Stimmung wird nur durch den etwas kalten Wind vermiest, welcher auch die übrigen Touristen vom gleichen Ansinnen abgehalten hat.

Wir haben an 10 Klettertagen rund 80 Seillängen geklettert, viele davon über 30 m lang und eigentlich alle richtig anspruchsvoll. Das Gebiet ist noch lange nicht erschöpft und dank der vorzüglichen Unterkunft und den sehr schönen landschaftlichen Eindrücken könnte ich mir vorstellen, dass wir hier nicht das letzte Mal gewesen sind. *Michi Kirsch*



Service . . Service . . Service

Tourenvorbereitung einmal anders, oder die Schwächen des „gemeinen Stadtmenschen“

Heute sind viele Naturliebhaber, vom Wanderer bis zum Bergsteiger, mit allerneuestem, ausgereiftem und leichtem technischen Material unterwegs. Dennoch erstaunt es, dass heute für anspruchsvolle Wanderungen und Bergtouren mit Gruppen meistens mehr Zeit eingerechnet werden muss als vor Jahren.

Können sich die Leute heute schlechter im Gelände bewegen?

Asphaltstrassen und planierte Wege, Schuhmaterial, welches der Sensomotorik eher abträglich denn nützlich ist sowie Arbeiten im Sitzen sind Faktoren, welche sich extrem negativ auf das körperliche Leistungsvermögen auswirken. Der Durchschnittsmensch, und sogar die meisten Kinder, können sich heute ganz klar weniger gut bewegen.

Was kann ich tun?

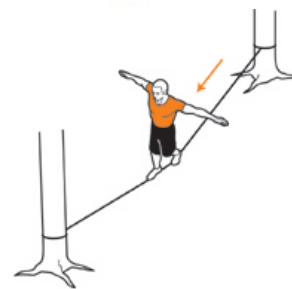
Barfuss gehen aktiviert und stärkt die Fussmuskulatur. Das hat extrem positive Auswirkungen auf den Gleichgewichtssinn und die Körperkontrolle. Wer nicht mehr barfuss gehen kann findet in den Barfusschuhen Fivefingers und Feelmax wunderbare Hilfsmittel. Der Feelmax Schuh kann auch hervorragend als Hüttenschuh eingesetzt werden. Mit dem Fivefinger werden abendliche Verdauungsspaziergänge oder für Geübte sogar Hüttenzu- und -Abstiege ein wunderbares Erlebnis.

**Multifunktionales Training wirkt Wunder!**

MFT ist ein achsengerechtes Trainingskonzept, das gleichzeitig stärker, ausdauernder und koordinationsfähiger macht. Durch das Training auf der instabilen Platte kann jeder seine Koordination schulen und sich richtige und gelenkschonende Bewegungen beibringen. Der Aufbau der MFT-Trainingsgeräte macht es möglich, die Bewegungsachsen einzeln und kombiniert zu trainieren.

**Die „lockere Leine“**

oder eben Slackline, für alle, welche noch ein bisschen mehr wollen. Die Koordination und Gleichgewichtsfähigkeit mit der Slackline trainieren ist ein besonderer Spass. Die Slackline kann fast überall aufgebaut werden und verspricht für ein Training in der Gruppe oder Familie einen besonderen Spass, denn das Training verleiht Flügel. Das Gehen auf der Leine zeigt einem Muskelgruppen, welche man vorher nicht kannte und es ist fast nicht zu glauben, wie anstrengend das Gehen auf wenigen Metern und das Stehen auf der Leine sein kann.



Bei uns findest du alle diese Trainingsgeräte. Für eine persönliche Beratung sind wir gerne da.

Mit den besten Wünschen für eine unfallfreie und wunderbare Sommersaison.

Hans Vetsch, Bergführer, Sportis AG Richterswil

Unsere Erfahrung

Ihr Plus

SAC Rabatt!

Ihr Fachgeschäft für

Berg Ski Lauf

Tel. 01 784 60 55 sportis@sportis.ch

inklusive exklusive Fachberatung