



SAC Sektion Toggenburg

Sektion Toggenburg
Schweizer Alpen-Club SAC
Club Alpin Suisse
Club Alpino Svizzero
Club Alpin Svizzer



Club-Nachrichten

September/Oktober 2025





Gasthaus zum Schäfli

Das Urchig-gemütliche Restaurant mit vielen kleinen aber glustigen Spezialitäten.

Herrliche Räume für kleine aber auch grössere Familienfeiern, Hochzeiten sowie Seminaren.

Sehr schöne Zimmer für Geschäftsleute aber auf für den Familienurlaub.

Eine Mischung aus Tradition, Brauchtum, Komfort und Moderne.

Der schönste Tisch in der Umgebung
Unser Tümlli – Tisch für 8 – 10 Personen

www.schaeflisepp.ch / info@schaeflisepp.ch



Familien Koller
Dörfli

9656 Alt St. Johann
Tel: 071 / 999 24 42



IHR SPORT
FACHHÄNDLER
IM TOGGENBURG!



INTERSPORT
WATTWIL



niba

Getränke AG



◦ Festservice ◦ Abholmärkte ◦ Hauslieferdienst

◦ Bazenheid ◦ Flawil ◦ Wil ◦ Tel 071 932 10 20

Schuhe



Unterwasser

Die Spezialisten für passende Schuhe
eigene Schuhreparaturwerkstatt

Tel. 071 998 60 20

www.schuh-naef.ch

Liebe Mitglieder

Freiwilligenarbeit: Belastung oder Freude?

Dies habe ich mir überlegt, als ich als Tourenleiterin und Seniorenverantwortliche angefragt wurde.

Freiwilligenarbeit spielt eine wichtige Rolle in unserer Gesellschaft. Millionen Menschen engagieren sich freiwillig in sozialen, sportlichen, kulturellen oder ökologischen Vereinen und Projekten. Für viele (auch für mich) ist Freiwilligenarbeit sinnstiftend. Das Gefühl, gebraucht zu werden, anderen zu helfen, und aktiv die Umwelt mitzubestimmen, ist eine grosse Motivation. Man kann auch an Aufgaben wachsen und neue Fähigkeiten entwickeln.

Natürlich kann Freiwilligenarbeit auch belastend sein, überfordern und einen gewissen Stress auslösen. Man muss auch mal Kritik über sich ergehen lassen. Es braucht schon eine gewisse Belastbarkeit und ein gutes Selbstvertrauen, um dies wegzustecken, und sich umso mehr an positiven Rückmeldungen zu freuen. Wichtig ist, dass Ehrenamtliche ihre eigenen Grenzen kennen und das Engagement so wählen, dass es in ihr Leben passt.

Wenn wir unseren SAC als Beispiel nehmen, arbeiten unzählige Freiwilli-

Inhalt

Alles auf einen Blick	4
Eintritte in Sektion	5
SAC Bibliothek	5
Tourenausschreibungen	8
Tourenberichte	39
SGW Kulturforum Wattwil	57

ge; im Vorstand, für die Hütte, als Tourenleitende, Berichteschreibende usw. Kaum hört man jemanden, der sich beklagt. Schauen wir, dass es weiter so ist. Wenn alle mithelfen, sich auch mal freiwillig einzusetzen, sich mit den eigenen Voraussetzungen engagieren, mit Lob und Anerkennung die Arbeit anderer würdigen und Kritik sachlich anbringen, werden wir noch weiter ein aktiver, wohlwollender Alpenverein sein. Hoffen wir, dass sich stetig viele Mitglieder für unseren Club einsetzen möchten und damit unsere Zukunft und unser Angebot mitbestimmen!

Ich danke allen herzlich, die sich für unseren SAC engagieren, und freue mich weiter auf die fröhlichen und dankbaren Gesichter nach gelungenen Touren!

Marlis Rohner

Impressum

Titelbild: Hötteträgete 2025 (Toggenburger Magazin)

Club-Nachrichten der SAC-Sektion Toggenburg. Notariell beglaubigte Auflage: 1574. Erscheint zweimonatlich. Das Abonnement ist im Jahresbeitrag inbegriffen. Verleger: SAC Toggenburg, 9630 Wattwil. Redaktion: Xenia Kalt, Moosweg 1, 4812 Mühlethal, 079 614 23 05, redaktion@sac-toggenburg.ch. Adressverwaltung: Andrea Eberhard, Boolwisstrasse 10, 9533 Kirchberg, 071 931 61 57, mitglieder@sac-toggenburg.ch. Homepage: www.sac-toggenburg.ch. **Redaktionsschluss für die nächste Ausgabe ist am 1. Oktober 2025.**

Alles auf einen Blick

September

4.	Ibergeregg - Gross Mythen - Holzegg	Senioren
4.	Ibergeregg - Furggelen - Holzegg	Senioren
6./7.	Piz Sardona / Piz Segnas ausgebucht	JO/Sektion
6.	MTB Tour rund um Einsideln	Sektion
11.	Starkenbach - Flügenspitz - Arvenbühl	Senioren
13.	Falknisspitz	Sektion
14.	MTB Ziteil Long Run	Sektion
18.	Vrin - Vella	Senioren
18.	Segnespass	Senioren
19./20.	Ringelspitz	Sektion
20./21.	JO Hochtour Ruchi-Hausstock	JO
23.	TL Sitzung	Senioren
25.	Vorderglärnisch Überschreitung	Senioren
25.	Nüenchamm	Senioren
27.	Von Elm am Martinsloch vorbei nach Flims	Sektion
27.	Wildseeli, Fälenturm Westgipfel	JO/Sektion/Senioren
27./28.	Klettern an den Silberplatten mit Biwak	JO
28.	Bike und Hike Schesaplana	Sektion

Oktober

2.	Hoch über dem Walensee	Senioren
2.	Rätschenhorn	Senioren
4.-11.	Herbstlager Ardèche	JO
4.	Züsler Highway	JO/Sektion/Senioren
5.-13.	Selvaggio Blu Extrem - Sardinien ausgebucht	Sektion/Senioren
9.	Sellamatt Höhenweg	Senioren
9.	Schibestoll	Senioren
10.	TL Sitzung Sektion	Sektion

16.	Flumserberg: 4 bis 7 Gipfeltour	Senioren
22.-25.	Rund ums Entlebuch	JO/Sektion
23.	Rikon - Bläsimühle - Rikon	Senioren
23.	Regitzerspitz über Leiterliweg	Sektion/Senioren
30.	Kastanienweg Murg	Senioren

Vorschau November

11.	Metzgete auf der Wolzenalp	Senioren
-----	----------------------------	----------

Eintritte in Sektion

Claudia Müller-Bollhalder	Ursina Bösch	Heidi Oettli
Doris Bernegger	Vrony Wyss	Anya Egli
Markus Häfeli	Aurelia Wick	Elena Birkenmaier
Marcus Birkenmaier	Lillienne Birkenmaier	Jacob Klonowski
Christian Bösch		

SAC-Bibliothek

Bibliothek Wattwil, Schulhaus Grüenau

Öffnungszeiten: Montag 08.30 - 10.00, Dienstag 15.30 – 17.30 Uhr, Mittwoch 17.00 – 19.00 Uhr, Freitag 18.00 – 19.30 Uhr, Samstag 10.00 – 11.30 Uhr
Schulferien: nur am Mittwoch geöffnet!

Mit unserem SAC-Ausweis können die SAC-Bücher gratis bezogen werden.

Weitere Informationen unter www.bibliothek-wattwil.ch

«Meine grösste Grenzerfahrung», das Buch liegt vor!

Am 15. Januar 2025 hat Heinz Egli als Mitglied des SAC Toggenburg bei uns die Multimedia-Präsentation «Meine grösste Grenzerfahrung» gehalten. Die Präsentation ist bei den zahlreichen Gästen sehr gut angekommen.

Nun liegt dazu das Buch mit 240 Seiten und 130 Abbildungen vor. Es kann direkt beim Referenten zum SAC Vorzugspreis von 35 Franken zzgl. Versandkosten von 4 Franken bezogen werden (gesamthaft 39 Franken frei Haus CH). Auf Wunsch kann die Bestellung auch in Gähwil / Wil abgeholt oder ggf. persönlich übergeben werden. Bei Bedarf auch mit Widmung.

Bei Überweisung des Betrags per Twint oder E-banking auf ISBN CH11 0900 0000 9006 5076 8 wird die Bestellung unter Angabe der Adresse i.d.R. innert wenigen Tagen geliefert. Vermerk: SAC/Kulturforum Toggenburg.
Tel. für Twint: 079 268 66 18; heinz.egli@sunrise.ch



Der Richtungswechsel im Leben des Verfassers führt ihn auf seiner Grenztour während gut fünf Monaten, 3'000 Kilometern und 150'000 Höhenmetern zu persönlichen Erkenntnissen, zu Grenzwertigem und Erhellendem. Fünf Nachbarländer, zwei Enklaven, 15 Kantone, 290 Gemeinden, Sprach- und Kulturregionen: Die „durchgehende Sicht“ auf die Schweizer Landesgrenze.

Eine vielschichtige Grenzerfahrung entlang dem Kulturerbe als „Perlenkette“ eigenwilliger Grenzsteine und fantastischer Landschaften. Planmäßiges und Überraschendes, Verbindendes und Trennendes, Kurioses aber auch Tragödien, Vergessenes und Superlative.
Leben nur mit dem, was man auf dem Rücken trägt, und dabei glücklich sein - Gefühlswelt inklusive. Das Buch kann anregen, Grenzen selbst zu erfahren.

Denn das Leben ist zu kurz für irgendwann ...



Kurzbiografie

Heinz Egli, geboren 1965 und aufgewachsen im Toggenburg. Als Raumplaner und ursprünglich gelernter Vermesser war er viele Jahre in der Stadtplanung, Stadt- und Regionalentwicklung und Standortförderung tätig. 2020 gab er freiwillig seine berufliche Anstellung und seinen Wohnsitz auf und unternahm jährlich Weitwanderungen, insbesondere durch den gesamten Alpenbogen. Dies führte ihn zur Umwanderung der Schweiz entlang der Landesgrenze. Nun berichtet er aus seinem prall gefüllten Rucksack mit Erlebnissen, Erfahrungen und Erkenntnissen.

«AlpenLernen» Projektwochen lanciert vom SAC Schweiz

für Schulklassen ab der Mittelstufe auf der Zwinglipasshütte

Während fünf Tagen tauchen Jugendliche in die Welt der Berge und einer SAC-Hütte ein, lernen wie der Alpenraum genutzt und gleichzeitig geschützt werden kann, erkunden die alpine Flora und die Tierwelt mit Gämsen, Steinböcken und Murmeltieren, wagen sich im Klettergarten an eine erste leichte Kletterroute und erleben die Bergwelt gemeinsam mit einem Bergführer und einem Wildhüter. Die Beherbergung findet auf der Zwinglipasshütte statt.

- Zeitraum: Die Projektwochen finden grundsätzlich in der Nebensaison der Hütte statt. Mögliche Zeiträume sind der Juni sowie die Zeit von Mitte August bis Mitte Oktober.
- Die Dauer der Projektwoche beträgt jeweils fünf Tage, von Montag bis Freitag, mit vier vollen Aufenthaltstagen auf der Hütte.
- Gruppengrösse: Eine maximale Gruppengrösse von 24 Jugendlichen mit 3 bis 4 Begleitpersonen wird empfohlen.
- Schulstufen: Wir empfehlen die Teilnahme ab der 5. Klasse.

Interessierte Lehrpersonen melden sich beim SAC Toggenburg für nähere Angaben.

Hans Egli, Hüttenchef Zwinglipasshütte (hans.egli@thurweb.ch, 079 449 94 33)

Neues Tourenreglement ab 1. August 2025

Unser **Tourenreglement** wurde überarbeitet und vom Vorstand genehmigt. Es regelt unter anderem Anmeldung, Teilnahmebedingungen, Verantwortlichkeiten der Tourenleitenden sowie das Verhalten während der Touren.

Das Reglement gilt ab dem 1. August 2025 für alle Touren der Sektion.

Das vollständige Dokument auf unserer Homepage unter

www.sac-toggenburg.ch zu finden.

KIBE	JO	Sektion	Senioren
------	----	---------	----------

Ibergeregge – Gross Mythen – Holzegg 4. September

Beschreibung	Wieder einmal auf den markanten Gross Mythen aufsteigen
Teourenleiterin	Monika Stalder Harzenmoosstr. 2, 9633 Bächli (Hemberg) 071 377 13 67, 079 750 11 39 monika.stalder@thurweb.ch
Kennzeichnung	W/T3
Treffpunkt	Abfahrt Wattwil Gl. 4 VAE 07.32 Uhr / Ankunft Ibergeregge Passhöhe 09.20 Uhr / Rückkehr in Wattwil 17.27 Uhr
Programm	Auf dem Höhenweg von der Ibergeregge zur Holzegg können wir es gemütlich angehen bis wir die 500 Höhenmeter auf den Gross Mythen in Angriff nehmen. Zurück in der Holzegg, können wir die Seilbahn nach Brunni nehmen oder den gut halbstündigen Abstieg zur Talstation wählen. Distanz 7 km / Auf- und Abstieg 610 hm / Wanderzeit 3.15 h Abstieg zusätzlich nach Brunni SZ 300 hm Rückfahrt ab Brunni SZ Talstation Holzegg 15.30 Uhr, Ankunft in Wattwil 17.27 Uhr Die Gruppe von Evi und Elisabeth startet mit uns in der Ibergeregge und wandert zum Alpbeizli Furgelen und weiter zur Holzegg. Geplant ist, dass wir uns auf der Holzegg wiederum treffen. (s. separate Ausschreibung und Anmeldung)
Karten/Führer	SchweizMobil
Ausrüstung	Wanderschuhe mit gutem Profil (keine Turnschuhe oder Sandalen), Wanderstöcke
Verpflegung	Aus dem Rucksack, Kiosk auf dem Gross Mythen, Einkehrhalt im Restaurant Holzegg zum Abschluss
Kosten	Fahrkosten Bahn ca. 30 Fr. ab Wattwil, Luftseilbahn Holzegg 13 Fr., Leiterentschädigung, Einkehr
Durchführung	Gross Mythen nur bei trockenem Wetter möglich, sonst Alternativtour mit der Gruppe von Evi u. Elisabeth
Bemerkung	Billett selber lösen
Anmeldeschluss	1. September

Beschreibung	Wanderung über Moore mit Blick auf die Mythen
Tourenleiterin	Eva Hehli Sägeweg 5, 9620 Lichtensteig 071 988 12 14 / 078 775 67 18, evaeheli@gmail.com 2. <i>Leiterin</i> : Elisabeth Künzle
Kennzeichnung	W/T2
Treffpunkt	Abfahrt Wattwil Gleis 4 VAE 7.32 Uhr, Ankunft Ibergeregg 9.20 Uhr
Programm	Auf der Ibergeregg trennen sich unsere Wege. Monikas Gruppe hat den Grossen Mythen zum Ziel und wir wandern über ein grosses Moorgebiet zur Furggelenalp, wo wir einen Einkehrhalt machen. Weiter über Zwäcken zur Holzegg und mit dem Bähnli hinunter nach Brunni. Von dort fahren beide Gruppen zusammen zurück nach Wattwil. Talstation Holzegg ab 15.30 Uhr, Wattwil an 17.27 Uhr.
Karten/Führer	Schweiz Mobil
Ausrüstung	Wanderausrüstung, ev. Stöcke
Verpflegung	Aus dem Rucksack, Einkehrhalt Furggelen
Kosten	Billett selber lösen, Kosten ca. 30 Fr., Luftseilbahn Holzegg 13 Fr., Leiterbeitrag
Anmeldeschluss	1. September

KIBE JO **Sektion** Senioren**MTB-Tour rund um Einsiedeln****6. September**

Beschreibung	MTB-Tour rund um Einsiedeln. Start in Rothenthurm, Ende in Lachen. Ca. 1000 hm und 35 km.
Tourenleiter	Heiner Wyrsch 079 438 14 94 Pius Kressibucher
Kennzeichnung	MTB S2
Treffpunkt	09.30 Bahnhof Rothenthurm
Programm	Treffpunkt um 09.30 Uhr in Rothenthurm (Bahnhof). Tour auf spannenden Wegen über Einsiedeln nach Lachen. Ziel um ca. 16 Uhr beim Bahnhof Lachen.
Ausrüstung	Mountainbike, Helm, Handschuhe, Protektoren, wetterfeste Kleidung, Rucksack, ...
Verpflegung	Aus dem Rucksack / Kurze Einkehr in Einsiedeln
Kosten	Tourenleiteranteil, SBB Tickt inkl. Velobillet
Durchführung	Wird bis am Donnerstag, 4. September 18 Uhr Entschieden.
Anmeldeschluss	2. September

Zwinglipasshütte des SAC-Toggenburg

Die am Fusse des Altmanns gelegene Hütte ist auf guten Wanderwegen in 2.5 Std. über Gamplüt erreichbar und verfügt über 35 Schlafplätze. Mit einfacher Halbpension buchbar.

Reservationen:
reservation@sac-toggenburg.ch
Tel. 071 565 36 21



Beschreibung	Zuerst lassen wir uns mit der Selunbahn auf den Strichboden gondeln und gehen gleich weiter zur Ochsenhütte zum Kaffee (leider geschlossen). Gestärkt wandern wir weiter, bei den Donnerlöchern vorbei, hinauf zum Tritt. Die Donnerlöcher sind Karstlöcher mit einer Tiefe von über 100 Metern. In diesem Bereich verlangt die Wanderung Trittsicherheit.
Tourenleiterin	Rosmarie Germann Dörfli 4, 9536 Schwarzenbach 079 743 31 64 rosmarie.germann@thurweb.ch
Kennzeichnung	W/T2
Treffpunkt	Wil ab 7.32 Gl 4; Wattwil ab 08.06 Kante B; Starkenbach an 08.33 Uhr
Programm	Wir starten auf dem Strichboden (1578 m) (Selunbahn) zur Ochsenhütte (1670 m). Weiter geht's hinauf zum Tritt (1812 m), über die Vorder Leistplatte, an der Verzweigung zum Leistkamm vorbei zum Flügenspitz (1702 m). Nach dem Mittagshalt wandern wir über die Vorder Höhi (1534 m), Altsche nach Amden (909 m). Kann abgekürzt werden nach Arvenbühl (ca. -45 min). Länge: 13.8 km; Dauer: 4 h 40 min; Aufstieg: 538 m; Abstieg: 1212 m
Karten/Führer	Schweiz Mobil
Ausrüstung	Wanderausrüstung, -stöcke
Verpflegung	Aus dem Rucksack
Kosten	Wattwil – Starkenbach + Arvenbühl-Wattwil 12.60 Fr.; TL-Beitrag 5 Fr.
Anmeldeschluss	8. September

KIBE	JO	Sektion	Senioren
------	----	---------	----------

Falknisspitz

13. September

Beschreibung	Der Falknisspitz, 2562 m hoch, ist der westliche Eckpfeiler des Rätikons und weithin sichtbar von Chur durchs ganze Rheintal bis nach Frümsern-Salez. Entsprechend unvergleichlich ist der Blick auf die Falknistürme, die Felsriffe, die aus den steilen Grasflanken ragen, die Alpweiden und Tannen, die uns an die Heidi-Bücher erinnern, aber auch die eindruckliche Fernsicht zu unzähligen Gipfeln. Sportliche Eintagestour, ca. 1860 hm auf und ab!
Tourenleiter	Josef Meier Poststrasse 15, 9343 Jonschwil; 079 236 43 34, jo.meier@tbwil.ch
Alternativdatum	Sonntag, 14. September
Kennzeichnung	W/T4+
Programm	Frühzeitige Anreise mit PW nach St. Luzisteig. In gut 2 h zur Enderlinhütte. Nach einem Morgenkaffee in weiteren 3 h steil hinauf und unter den Falknisturm hindurch zum Fläscher Fürggli, ab da etwas gemächlicher zum Gipfel. Im Abstieg nehmen wir bei Pt. 2476 den Abzweiger in die steile Flanke und traversieren auf blauweiss markiertem und gesichertem Pfad hinüber zum Falknishorn/Mazorakopf. Nun über unzählige Kehren, immer kurzweilig und abwechslungsreich zum Guschasattel und hinunter zur Guscha. Hier lockt eine weitere Einkehr, bevor die letzten hm talwärts zur Festung St. Luzisteig nochmals unsere Glieder fordern.
Karten/Führer	SchweizMobil, Swiss Topo
Ausrüstung	Für alpines Wandern, Wanderstöcke nach Belieben
Verpflegung	Aus dem Rucksack
Kosten	Fahrkostenanteil und Anteil Spesen Tourenleiter
Durchführung	Wenn die Verhältnisse es zulassen
Bemerkung	Trittsicherheit und Schwindelfreiheit erforderlich, aber technisch unschwierig.
Anmelde-Info	Bitte über die Webseite bis 9. September

www.sac-toggenburg.ch

KIBE	JO	Sektion	Senioren
------	----	---------	----------

Mountainbike Ziteil Long Run

14. September

Beschreibung	Mountainbike: Der Ziteil Long Run gehört zu den Graubünden Klassikern und ist ein sehr empfehlenswertes Trail-Highlight!
Tourenleiter	Hannes Schweiter Tannackerstrasse 18, 8632 Tann 079 769 60 59, hannes.schweiter@gmx.ch
Kennzeichnung	MTB S2
Treffpunkt	09.43 Uhr Tiefencastel Bahnhof (7.32 Uhr Wattwil ab)
Programm	Montainbike Tour: Tiefencastel - Mon - Munter - Ziteil - Alp Ziteil - Vre digl Lai - Val da Morts - Pulens - Mon -Tiefencastel (ca. 28 km und 1430 Höhenmeter)
Karten/Führer	Schweiz Mobil Mountainbikeland (teilweise Route 650 Ziteil Bike)
Ausrüstung	Fahrtüchtiges Mountainbike (Fully empfohlen), Helm, Handschuhe, Regen- und Windschutz, evtl. Protektoren
Verpflegung	Aus dem Rucksack, Möglichkeit zur Einkehr im Ziteil
Kosten	Evtl. Postauto Tiefencastel - Mon Leiterspesen
Durchführung	Je nach Wettersituation ist auch eine Alternativtour möglich.
Bemerkung	Achtung: Nur Tour am Sonntag, 14. September!
Anmelde-Info	Online bis am 8. September



**OUTDOOR
ERLEBNISSE
STARTEN HIER!**

BOSSART SPORT WIL

Am Rudenzburgplatz, 9500 Wil, Tel. 071 911 22 73
info@bossart-sport.ch, www.bossart-sport.ch

KIBE JO Sektion **Senioren****Segnespass****18. September**

Beschreibung	UNESCO Welterbeweg Tektonikarena 6. Etappe, dem sagenumwobenem Martinsloch vorbei.
Tourenleiter	Kurt Rohner, 9500 Wil 079 665 24 85, kurt.rohner@thurweb.ch
Kennzeichnung	W/T3
Treffpunkt	Bahnhof Wattwil, Abfahrt 06.32 Uhr
Programm	Nach Elm, Station mit der ÖV, mit der Gondelbahn zur Tschinglaalp, Aufstieg über Brüschegg zum Segnespass 2625 m. Abstieg links der Tschingelhörner vorbei durch die Hochebene Las Palas und Plaun Segnes-Sut, Segneshütte, Alp Nagens und mit dem Bus nach Laax. ↑ 1200m, ↓ 840m, ca. 5.5 h
Karten/Führer	SchweizMobil
Ausrüstung	Wanderausrüstung
Verpflegung	Aus dem Rucksack
Kosten	ÖV, Billett selber lösen, Seilbahnen, TL Spesen ca. 80 Fr.
Durchführung	Bei gutem Wetter. Entscheid am 16. September
Anmeldeschluss	15. September



Romana Brand Praxis für Podologie und Fussreflexzonenmassage

Podologin EFZ, Fussreflexzonentherapeutin

Med. Fusspflege und Fussreflexzonenmassage
Esenstrasse 9, 9630 Wattwil, 079 206 02 79
www.podologie-brand.ch



Fusspflege und Reflexzonenmassage die von Herzen kommen

Beschreibung	Gut begehbarer Wanderweg im Val Lumnezia (zu Deutsch Lugnez). Nebst der Aussicht ins Tal sind auf dem ganzen Weg Infotafeln über Fauna, Flora und über das Tal aufgestellt.
Tourenleiterin	Eva Hehli Sägeweg 5, 9620 Lichtensteig 071 988 12 14 / 078 775 67 18, evaeheli@gmail.com 2. <i>Tourenleiterin</i> : Elsbeth Bräuer
Kennzeichnung	W T2
Treffpunkt	Bahnhof Wattwil, Abfahrt 6.32 Uhr Uhr VAE, Gleis 4
Programm	Wir fahren von Wattwil via Uznach, Ziegelbrücke, Chur, Ilanz nach Vrin, Wattwil ab 6.32, Vrin an 9.19 Uhr. Kurz vor Vrin beginnt unsere Wanderung. Über Alpweiden, durch Wald, über eine imposante Holzbrücke, erreichen wir den Badensee Davos Munts. Wenn die Zeit reicht, besteht dort die Möglichkeit, den Durst zu löschen. Nun sind noch die letzten ca. 2 km zu bewältigen. Abfahrt in Vella um 15.54 Uhr, Ankunft Wattwil 18.27 Uhr. Wanderzeit ca. 4 Std. Auf-/ Abstiege 434 m/ 707 m
Karten/Führer	Schweiz Mobil
Ausrüstung	Wanderausrüstung, Stöcke
Verpflegung	Aus dem Rucksack
Kosten	Ab Wattwil Kollektivbillett ca. 45 Fr., 5 Fr. Leiteranteil
Durchführung	Nur bei gutem Wetter
Bemerkung	Die Tour kann unterwegs abgekürzt werden
Anmelde-Info	Via Homepage bis Montagabend, 9. September

KIBE	JO	Sektion	Senioren
------	----	---------	----------

Ringelspitz

19./20. September

Beschreibung	Den mit 3'247 m höchsten St. Galler muss man einfach einmal bestiegen haben! Bestimmt werden wir auch im September gute Verhältnisse vorfinden. Wir werden ab dem Kunkelspass auf die Ringelspitzhütte aufsteigen.
Tourenleiter	Hans Egli Lussstrasse 6, 9534 Gähwil 079 449 94 33, hans.egli@thurweb.ch
Kennzeichnung	H (ZS)
Treffpunkt	Treffpunkt Bahnhof Wattwil, gegenüber der Migros
Programm	Samstag: 11.00 Uhr Abfahrt mit PW nach Vättis zum Kunkelspass und Aufstieg in 2 Std. (650 m) auf die Ringelspitzhütte Sonntag: Besteigung des Ringelspitz. Wir benötigen für die rund 1'250 hm ca. 4-5 Std. — Abstieg über das Tscheppband zur Hütte und zurück zum Kunkelspass. Ankunft am frühen Abend im Toggenburg.
Karten/Führer	SAC Tourenportal
Ausrüstung	Hochtourenausrüstung mit Helm ohne Steigeisen (Siehe Tourenprogramm!)
Verpflegung	Aus dem Rucksack, Halbpension in der Hütte
Unterkunft	Ringelspitzhütte mit Halbpension
Kosten	Übernachtung und Halbpension inkl. Spesen Tourenleiter ca. 90 Fr. plus Fahrkostenanteil
Durchführung	Auskunft ab 17. September per Mail
Anmelde-Info	Via Homepage bis 6. September

KIBE JO Sektion Senioren

JO Hochtour Ruchi – Hausstock**20./21. September**

Beschreibung	Schöne, felsige Hochtour mit grandioser Fernsicht und eindrucklichen Tiefblicken
Tourenleiter	Mischa Kohler, Stephan W.
Kennzeichnung	H WS
Treffpunkt	Bahnhof Wattwil
Ausrüstung	Hochtourausrüstung anhand Packliste Hochtourenwochenende - ohne Steigeisen/ Pickel (siehe Dokumente)
Verpflegung	Lunch aus dem Rucksack für zwei Tage
Unterkunft	Muttseehütte
Kosten	60 Fr.
Durchführung	Wird in der Woche davor bekannt gegeben
Bemerkung	Nicht vorhandenes Material kann ausgeliehen werden, bei der Anmeldung angeben
Anmeldeschluss	14. September
Anmelde-Info	Bei Fragen: mischa.kohler@bluewin.ch / 077 430 85 26

Puntegliashütte in der Surselva schon entdeckt?

- Klettersteig / attraktive Schwemmebene
- Gipfelziele: Tödi, Urlaun, Posta Biala, ...
- 2.45h ab Alp da Schlans
- Juni – September



Camona da Punteglias CAS
2311 m ü. M.

Herzlich willkommen bei Brigitta & Ruedi Blöchlinger

Hütte: 081 943 19 36

info@punteglias.ch

www.punteglias.ch

KIBE JO Sektion **Senioren****TL Sitzung (Senioren)****23. September**

Beschreibung	Wir besprechen das Senioren-Tourenprogramm 2026
Tourenleiterin	Marlis Rohner Wintersberg 2428, 9642 Ebnat-Kappel Tel. 078 711 26 03, marlis.rohner@bluewin.ch
Kennzeichnung	SA
Treffpunkt	9.30 Uhr im Restaurant Rössli, Bächli Hemberg
Programm	Siehe Einladung
Verpflegung	Mittagessen inbegriffen
Anmeldeschluss	20. September

Hören Sie das Echo?

Gratis Hörtest. Beratung. Hörgeräte. Hörschutz. Service und Zubehör.

Vertragslieferant: MV, SUVA

Hörzentrum Sennhauser

Bahnhofstrasse 11, 9630 Wattwil **Telefon 071 988 70 44** www.hoersenn.ch
Öffnungszeiten: Di bis Fr von 9 bis 12 und 13.30 bis 18 Uhr. Sa nach Vereinbarung.

Überschreitung Vorderglärnisch von Schwändi zum Klöntalersee**Beschreibung**

Des Vrenelis kleiner Bruder!

Was für die Alpinisten der Glärnisch, das ist für den Alpinwanderer der Vorder Glärnisch. Der Tiefblick von Letzterem nach Glarus ist sogar noch beeindruckender als vom Vrenelisgärtli. Reizvoller als die oft begangene, weiss-blau markierte Normalroute von Norden ist die Überschreitung mit Aufstieg durch die jäh, von zwei riesigen Runsen durchzogene Südflanke. Kaum schwieriger als der Aufstieg aus dem Klöntal, erlebt man so die Kontraste zwischen der üppig begrünten Südseite und der schuttigen, kargen Nordflanke umso intensiver.

Tourenleiter

Hans Egli
Lussstrasse 6, 9534 Gähwil
079 449 94 33, hans.egli@thurweb.ch

Kennzeichnung

W/T5

Treffpunkt

05.50 Uhr, Bahnhof Wattwil

Programm

Abfahrt mit ÖV 06.01 Uhr ab Wattwil. Wir fahren mit ÖV nach Schwändi. Auf guten Wanderwegen gelangen wir bis zu den «Schwände Sienen» auf rund 1500 m. Über steile, anspruchsvolle Grashänge, Runsen, Rinnen und schuttigen Wegspuren erreichen wir so den Vorder-Glärnisch-Südwestgrat nordöstlich von P. 2057, der eigentlichen «Furggle», nun im Schutt unschwierig dem Grat entlang bis zum Gipfel.

Auf dem markierten Wanderweg, die Fahrstrasse abkürzend, geht's hinunter nach Rhodannenberg an der Klöntalersee-Staumauer.

Rückfahrt mit ÖV Ankunft Wattwil: 18.27 oder 20.00 Uhr
Aufstieg: 5 Std. / 1650 hm, Abstieg: 3 Std. / 1500 hm

Karten/Führer

SAC-Tourenportal

Ausrüstung

Gute Wanderschuhe, Helm, Regenschutz, Handschuhe, Mütze, evtl. Stöcke

Verpflegung

Aus dem Rucksack, evtl. Startkaffee Schwändi

Kosten

ÖV-Bilett jeder löst selbst plus Tourenleiterspesen

Durchführung

Entscheid per Mail am Montag, 22. September

Anmelde-Info

Anmeldung via Homepage bis 22. September

KIBE	JO	Sektion	Senioren
------	----	---------	----------

Nüenchamm

25. September

Beschreibung	Unterwegs im Glarnerland, via Filzbach, Habergschwänd und Nüenchamm 1904 m.ü.M.
Tourenleiterin	Klara Zürcher Schmidbergstr. 67, 9631 Ullisbach 078 615 37 22 klara_zuercher@bluewin.ch 2. <i>Tourenleiterin</i> : Catherine Lieberherr
Kennzeichnung	W/T2
Treffpunkt	Bahnhof Wattwil Gleis 4
Programm	Wattwil ab 08.01 Uhr S4, Gleis 4 nach Mühlehorn, danach mit Bus bis Filzbach Sportzentrum und mit der Bergbahn nach Habergschwänd. Steiler Aufstieg über Alpweiden mit wunderbarer Aussicht auf den Walensee. Auf dem Gipfel Nüenchamm verweilen wir uns und geniessen die Weitsicht. Es folgt ein steiler Abstieg bis Sattelboden. Weiter gehts auf- und abwärts bis zu unserem Ausgangspunkt Habergschwänd. Wanderzeit ca. 4½ Stunden. Auf-/ Abstiege 700 m
Karten/Führer	SchweizMobil
Ausrüstung	Wanderausrüstung, ev. Stöcke
Verpflegung	Aus dem Rucksack, Im Selbstbedienungsrestaurant Habergschwänd gibt es Verpflegungsmöglichkeit
Kosten	Zug ab Wattwil 1/2-Tax 12.60 Fr., Bergbahn retour 18 Fr. AHV/Gruppe, Leiterbeitrag
Durchführung	Nur bei trockener Witterung und guter Aussicht
Anmeldeschluss	22. September

KIBE JO Sektion Senioren

Wildseeli, Fälentürm Westgipfel

27. September

Beschreibung	Reizvolle Rundtour um den Altmann
Tourenleiter	Karl-Heinz Knappe
Alternativdatum	Sonntag, 28. September
Kennzeichnung	T4
Treffpunkt	Wildhaus Genauer Treffpunkt und Uhrzeit kurz vor der Tour
Programm	Start in Wildhaus zur Zwinglipasshütte, über den Zwinglipass zum Wildseeli, danach auf den Westgipfel und weiter auf den Altmannsattel. Abstieg je nach Zeit und Wunsch verschiedene Möglichkeiten.
Karten/Führer	Swisstopo
Ausrüstung	Für alpine Bergwanderung
Verpflegung	Aus dem Rucksack, und auf der Hütte
Durchführung	Nur bei trocknen Verhältnissen
Bemerkung	Gute Kondition und Trittsicherheit
Anmelde-Info	Via Homepage bis 24. September



hypnotized.ch

Schränkt Höhenangst Sie beim Bergsport ein? Phobien hemmen die Entdeckungslust? Sie möchten Ihr sportliches Leistungsniveau und den Fokus steigern? Blockaden im beruflichen oder privaten Kontext lösen? Als erfahrene Hypnosetherapeutin unterstütze ich Sie dabei. Klar. Fokussiert. Effektiv.

Herzlich, Heidi Zimmermann

Termine nach Vereinbarung (telefonisch, WhatsApp, SMS): +41 78 751 17 93
Marktgasse 82, Haus zum Sternen, 9500 Wil

Beschreibung	Wir starten in Elm auf 975 m.ü.M. und steigen auf 2'925 m.ü.M. hoch zum Segnespass. Vorbei am Martinsloch geht es über die Segnas Sut hinunter nach Flims.
Tourenleiterin	Regula Vogel regula-vogel@thurweb.ch, 079 120 00 72
Kennzeichnung	W T3
Treffpunkt	6.30 Uhr Bahnhof Wattwil
Programm	Mit dem Zug fahren wir nach Elm. Weiter geht es zu Fuss entlang des Tschinglenbachs auf die Schwammegg, an der Brüschegg vorbei, auf den Segnespass, über die Kantonsgrenze, am Martinsloch vorbei, über die Segnas Sut hinunter nach Flims. Von da aus nehmen wir das Postauto und den Zug wieder nach Hause. Für die Tour mit einer Länge von knapp 20 km, 1'814 m hoch und 1'688 m runter benötigen wir ca. 9.5 h reine Marschzeit. Es besteht die Möglichkeit mit der Tschinglenbahn den Aufstieg auf die Tschinglenalp um 400 hm abzukürzen.
Karten/Führer	Swisstopo
Ausrüstung	Gute Schuhe und Regenschutz
Verpflegung	Zwischenverpflegung und Lunch aus dem Rucksack
Kosten	Bahnbilliette; Tourenleiterspesen
Durchführung	Bei trockener Witterung. Entsched Freitag, 26. September
Anmelde-Info	Bis spätestens Donnerstag, den 25. September über die Homepage

Klettern an den Silberplatten

27./28. September

Beschreibung	Die scharfkantigen Griffe der Silberplatten warten auf uns. Kletterspass für jedes Niveau und Schlafen unter dem Sternenhimmel stehen auf dem Programm.
Tourenleiterinnen	Laira Meier, Marlies Kuratli
Kennzeichnung	K (4a-7a)
Treffpunkt	8:30 Uhr auf der Schwägalp bei der Säntisbahn
Programm	<p>Am Samstagmorgen schweben wir zur Stütze 2 der Säntis-Schwebebahn. Von dort aus laufen wir zur Silber- und Klukerplatten, wo wir die ersten Routen in Angriff nehmen.</p> <p>Das Abendessen kochen wir gemeinsam auf einem Kocher. Danach breiten wir die Schlafsäcke und Mätteli (hoffentlich ohne Loch!) aus.</p> <p>Auch der nächste Tag besteht mehrheitlich aus Klettern mit abschliessendem Abstieg zurück zur Schwägalp.</p>
Karten/Führer	Kletterführer Alpstein
Ausrüstung	Wanderschuhe, Kletterausrüstung (Klettergurt, Kletterfinken, Helm, Prusik, Abseilgerät, Standschlinge), Lunch für zwei Tage (auch Wasser für zwei Tage), Schlafsack, Mätteli, Necessaire, Sonnenschutz. Bitte bei der Anmeldung angeben, welches Material ihr benötigt und ob ihr Expressen/ Keile/ Friends mitbringen könnt.
Verpflegung	Lunch aus dem Rucksack, (Abendessen und Frühstück wird organisiert)
Kosten	25 Fr. (Bahnfahrt und Z'Nacht/ Z'Morge), Anreise Schwägalp individuell organisieren
Durchführung	Wird bis am Mittwoch, 3. September bekannt gegeben
Bemerkung	Der Anlass findet nur bei gutem Wetter statt. Die Möglichkeit besteht, dass nur ein Tag stattfindet.
Anmeldeschluss	18. September
Anmelde-Info	Bitte angeben, ob ihr ein Halbtax/ GA habt. Kuchen sind willkommen :)

KIBE	JO	Sektion	Senioren
------	----	---------	----------

Bike und Hike Schesaplana

28. September

Beschreibung	Wir starten um 8.30 beim Parkplatz im Gandawald und fahren gemütlich (E-bike) zur Schesaplanahütte hoch. Nach einer Zwischenverpflegung nehmen wir den T4-Wanderweg von der Hütte zum Schesaplana. Zum Zvieri sind wir wieder in der Hütte. Dann kommt die Abfahrt über den Alpweg zurück zum Parkplatz.
Tourenleiter	Nick Baumann
Kennzeichnung	Bike-W/T4
Treffpunkt	Wir treffen uns am Sonntag, 28. September, um 8.30 Uhr auf dem Parkplatz Ganda Punkt 1044, oberhalb Seewis im Prätigau.
Karten/Führer	Schweiz mobil
Ausrüstung	Es wird ein E-Bike empfohlen. Biobiker benötigen eine solide Kondition für 800 hm zur Hütte und 1000 hm bis zum Gipfel. Wanderausrüstung nach SAC mit Sonnenschutz.
Verpflegung	Zwischenverpflegung in der Schesaplanahütte oder aus dem Rucksack. Genügend Flüssigkeit für den Aufstieg nicht vergessen (oder in der Hütte kaufen).
Durchführung	Es folgt eine Mail, sobald die Wetterverhältnisse klar sind.
Bemerkung	Mitfahrgelegenheiten werden vor der Tour anhand der Teilnehmer vom Tourenleiter organisiert
Anmeldeschluss	22. September

Beschreibung	Das halbe Prättigau liegt vor uns, mit Seitenblick nach Oesterreich.
Tourenleiter	Paul Frischknecht Chäserenstr. 490, 9105 Schönengrund 079 900 00 78, pufrischknecht@bluewin.ch
Kennzeichnung	W/T3
Treffpunkt	Wir treffen uns am Bahnhof Wattwil, Abfahrt 06.32 Uhr Gleis 4
Programm	Wir fahren mit den ÖV bis Klosters und mit der Seilbahn zur Bergstation Madrisa, wo wir einen Kafi halt machen. Der Aufstieg führt vorbei am Geishorn, Bockhorn, und Saaser- Calanda aufs Rätschahore. Beim Abstieg nach St.Antönien machen wir bei Pkt. 2303 nochmals einen Aufstieg zum Gafierjoch und Gafiersee. Aufstieg 1194 m, Abstieg 1616 m. Wanderzeit 6 h 50 min.
Karten/Führer	SchweizMobil
Ausrüstung	Wanderausrüstung der Witterung entsprechend. Rätschenhorn 2700 m ü. M. Stöcke empfehlenswert.
Verpflegung	Aus dem Rucksack
Kosten	Seilbahn Klosters- Madrisa 24 Fr. ÖV (evt. Gruppenbillett) und Leiterbeitrag
Durchführung	Nur bei guter Witterung
Anmelde-Info	Bis 29. September über die Homepage

KIBE	JO	Sektion	Senioren
------	----	---------	----------

Hoch über dem Walensee

2. Oktober

Beschreibung	Hoch über dem Walensee mit atemberaubender Panorama-Aussicht auf die Churfürsten-Gipfel und den Walensee vom Kanton Glarus in den Kanton St. Gallen.
Tourenleiterin	Elisabeth Künzle Feldstr. 32, 9621 Oberhelfenschwil 071/374 10 41, 077/443 39 16, j.kuenzle@thurweb.ch 2. <i>Tourenleiterin</i> : Eva Hehli
Kennzeichnung	W/T1/T2
Treffpunkt	Rechtzeitig am Bahnhof Wattwil
Programm	Wattwil ab 8.01 Uhr nach Uznach, Mühlehorn Filzbach/ Sportzentrum an 8.48 Uhr. Nach dem Morgenkaffee starten wir in Filzbach einen Teil dem Römerweg entlang mit herrlicher Sicht auf die Churfürsten und den tiefblauen Walensee. Durch Wälder und über Felder, etliche Tobel mit steilen Auf- und Abstiegen gelangen wir über Obstalden, Geissegg, Tasten, Quarten nach Unterterzen. Wanderzeit ca. 4½ Std. Aufstieg 430 m Abstieg 725 m.
Karten/Führer	Schweiz Mobil
Ausrüstung	Wanderausrüstung, Stöcke
Verpflegung	Aus dem Rucksack
Kosten	Billett selber lösen, Wohnort - Filzbach/ Sportzentrum, retour Unterterzen - Wohnort Leiterbeitrag
Bemerkung	Nur bei schönem Wetter
Anmeldeschluss	29. September

Herbstlager Ardèche

4.-11. Oktober

Beschreibung	Wie gewohnt verbringen wir das Herbstlager im Süden. Dieses Jahr in der Ardèche, mit super Kalk, kaltem Wasser und französischer Pâtisserie.
Tourenleiter	Marc Gantenbein Fabian, Laira
Kennzeichnung	K 3a - 8a
Treffpunkt	Weitere Infos folgen
Programm	Anreise am Samstag, 4. Oktober nach Vallon Pont-d'Arc von Wattwil und St.Gallen, Fahrgruppen und Fahrer:innen werden noch bekanntgegeben. Rückreise am Samstag, 11. Oktober in die Schweiz
Karten/Führer	Escalade en Ardèche, Comité Ardèche
Ausrüstung	Weitere Infos folgen
Unterkunft	Zelten auf dem Camping, Essensgruppen werden noch bekanntgegeben
Kosten	Ca. 300 Franken
Durchführung	Bei allen Verhältnissen
Bemerkung	Fehlendes Material bitte hier bekanntgeben
Anmeldeschluss	7. September
Anmelde-Info	Genauere Infos folgen demnächst auf der Homepage

Züsler Highway - von Walenstadtberg ins Toggenburg

Beschreibung	Aufschlussreicher Aufstieg, auf dem man den ganzen Aufbau der Churfürsten-Südflanke erlebt, die Alpterrassen, die Stollen, Chämme und die gewaltigen Gipfelwände. Wir steigen zwischen Zuestoll und Brisi auf und wandern Richtung Sellamatt zurück ins Toggenburg. - Aufstieg sicher 1000 Höhenmeter - wenn die Verfassung der Teilnehmer es zulässt, nehmen wir den Zuestoll noch mit.
Tourenleiterin	Melanie Kuratli praesi@sac-toggenburg.ch, 079 360 65 81
Kennzeichnung	T4+
Treffpunkt	Bahnhof Wattwil, Abfahrt Zug 07:32 Uhr, Gleis 4
Programm	Fahrt nach Walenstadtberg (Klinik) mit Zug und Postauto. Abfahrt in Wattwil um 07:32 Uhr.
Verpflegung	Aus dem Rucksack
Kosten	Anteil Spesen Tourenleiter
Durchführung	Nur bei trockener Witterung
Anmeldeschluss	27. September

Hier könnte Ihre Werbung stehen

KIBE JO Sektion **Senioren****Schibestoll****9. Oktober**

Beschreibung	Der Schibestoll bietet wie die anderen Churfürsten einen tolles Panorama über's Toggenburg, den Alpstein, Walensee, St.Galleroberland bis zu den Glarner und Schwyzer Alpen.
Tourenleiter	Kurt Rohner 9500 Wil; 079 665 24 85; kurt.rohner@thurweb.ch
Kennzeichnung	W/T3
Treffpunkt	08.45 Uhr Talstation Sellamattbahn
Programm	Mit der Bergbahn zur Alp Sellamatt, Aufstieg via Zinggen, Hinterlücheren, Rügglizimmer zum Schibestoll 2235 m, gleicher Weg zurück. Auf-/ Abstieg ca. 890 m, ca. 4.5 h
Karten/Führer	SchweizMobil
Ausrüstung	Wanderausrüstung
Verpflegung	Aus dem Rucksack
Kosten	Anfahrt, Seilbahn TL Beitrag
Durchführung	Nur bei trockenen Verhältnissen
Anmeldeschluss	6. Oktober



Essen was Dein Körper wirklich braucht!

Jeder ist einzigartig – auf den individuellen Stoffwechsel-Typ abgestimmt soll auch die Ernährung sein!

Claudia Spiess
Flawil +41 79 794 63 42 www.megasana.ch

KIBE JO Sektion **Senioren****Sellamatt Höhenweg****9. Oktober**

Beschreibung	Wanderung auf dem Sagenweg
Tourenleiterin	Catherine Lieberherr Lärchenrain 9, 9630 Wattwil 071 988 53 66/ 077 411 00 56 (nur auf Tour) c.e.lieberherr@bluewin.ch 2. <i>Tourenleiterin</i> : Klara Zürcher
Kennzeichnung	W/T1
Treffpunkt	Bahnhof Wattwil Kante B 8.06 Uhr nach Alt St. Johann
Programm	Wir fahren ab Alt St. Johann mit der Sellamattbahn hoch. Nach dem Kaffeehalt wandern wir bis zum Wildmannlisloch (ca. 4 h) oder wir begnügen uns mit der halben Runde (ca. 2 h) und treffen uns alle wieder im Berggasthaus Sellamatt.
Karten/Führer	Schweiz mobil
Ausrüstung	Wanderausrüstung mit Stöcken
Verpflegung	Picknick aus dem Rucksack
Kosten	Bahnbillett nach Alt St. Johann Sellamattbahn mit Kollektiv ca. 20 Fr., Tourenleiteranteil
Anmeldeschluss	6. Oktober

KIBE JO **Sektion** Senioren**TL Sitzung (Sektion)****10. Oktober**

Beschreibung	Liebes Leiterteam Wir treffen uns zur jährlichen Tourenleiter:innen Sitzung. Ich freue mich sehr auf deine Anwesenheit. Bitte anmelden, damit ich die Verpflegung organisieren kann. Spontanes Erscheinen ist auch erfreulich.
Tourenleiter	Florian Kalt
Programm	Sitzungstraktanden Tourenprogramm Inputs und Austausch
Verpflegung	Wird organisiert
Anmeldeschluss	9. Oktober



Mit uns erklimmen Sie jeden Steuergipfel.

AEGERTER+BRÄNDLE**AG für Steuer- und Wirtschaftsberatung**

Engelgasse 7, CH-9630 Wattwil

T +41 (0)71 987 61 10

F +41 (0)71 987 61 35

www.aegerter-braendle.chinfo@aegerter-braendle.ch

KIBE	JO	Sektion	Senioren
------	----	---------	----------

Flumserberg: 4 bis 7 Gipfeltour

16. Oktober

Beschreibung	Hoch auf den Flumserbergen
Tourenleiterin	Catherine Lieberherr Lärchenrain 9, 9630 Wattwil 071 988 53 66/ 077 411 00 56 (nur auf Tour) c.e.lieberherr@bluewin.ch 2. <i>Tourenleiterin</i> : Klara Zürcher
Kennzeichnung	W/T3
Treffpunkt	Abfahrt ab Wattwil 7.00 Uhr Richtung Uznach, Ziegelbrücke. Unterterzen
Programm	Vom Maschgenchamm (2009 m) wandern wir zum Leist, dann zum Rainissalt und weiter zum Mütschüलगulmen (unserem höchsten Punkt) und zum Chrüz. Weiter geht es über den Cuncels zum kleinen Güsel, dann, wer noch mag, zum grossen Güsel. Bei den Seebenseen kehren wir ein und gönnen uns etwas Feines. Weiter geht es zur Tannenbodenalp (1343 m) Die ganze Tour (T2/T3) dauert knapp 6 Stunden (Aufstieg 814 m, Abstieg 1444 m). Die 3-Gipfeltour (T2) dauert knapp 5 Stunden (Aufstieg 553 m, Abstieg 1167 m). Anstatt über Leist, Rainissalt, Mütschüलगulmen führt die Wanderung über das Sächserseeli zum Chrüz, und vom Chli Güsel geht es direkt zu den Seebenseen. Rückkehr voraussichtlich 18.00 Uhr
Karten/Führer	Schweiz mobil
Ausrüstung	Wanderausrüstung
Verpflegung	Aus dem Rucksack; Am Nachmittag Einkehrhalt bei den Seebenseen
Kosten	Bahnbillett bis Tannenbodenalp und retour 20 Fr.; Sessellift 13 Fr.; Tourenleiterbeitrag
Durchführung	Nur bei schönem Wetter!
Anmeldeschluss	13. Oktober

www.sac-toggenburg.ch

KIBE JO Sektion Senioren

Rund ums Entlebuch**22.-25. Oktober**

Beschreibung	Diese herbstliche Mehrtages-Wanderung führt uns rund ums Entlebuch. Wir werden dabei u.a. die UNESCO-Biosphäre und die tollen herbstlichen Vegetations-Farben erleben – und erholsame Stunden im historischen Hotel Kurhaus in Flühli geniessen.
Tourenleiter	Peter Fährdrich; 079 910 96 75
Kennzeichnung	W T4
Treffpunkt	Nach Vereinbarung
Programm	<p>1. <i>Tag:</i> Beichle-Überschreitung Schüpfheim - Flühli 2. <i>Tag:</i> Schratteflue-Überschreitung Flühli - Sörenberg 3. <i>Tag:</i> Glaubenbielen - Nünalpstock - Haglere - Flühli oder Chemmeribodenbad - Brienzer Rothorn (- Sörenberg) 4. <i>Tag:</i> Flühli - Schwändiliflüh - Schafmatt - Fürstei - Glaubenberg oder Glaubenbielen- Flühli (s. oben)</p> <p>Dauer der Wanderungen zwischen 5 h 35 und 8 h 44 (alle Routen können abgekürzt werden)</p>
Karten/Führer	Schweiz mobil / LK 1:25'000 1169 Schüpfheim und 1189 Sörenberg
Ausrüstung	Wanderausrüstung komplett, bei Bedarf Wanderstöcke
Verpflegung	Lunch aus dem Rucksack – kann in Flühli nachgekauft werden, Abendessen und Zmorge-Buffett im Kurhaus Flühli
Unterkunft	Kurhaus Flühli
Kosten	3 Nächte im Doppelzimmer m. Zmorge-Buffer, 90 Fr./Person/Tag, 3-Gang-Abendessen, 38 Fr., Getränke, TL-Spesen; Hin- und Rückreise im öV kostenlos, solange Billette verfügbar sind – Infos dazu folgen nach der Anmeldung durch den Tourenleiter; ebenso kostenlos ist die allfällige Fahrt vom Brienzer Rothorn nach Sörenberg!
Durchführung	Bei (fast) jedem Wetter, diverse Schlechtwetter-Varianten vorhanden
Bemerkung	Bitte angeben, ob vegetarisches Essen gewünscht wird
Anmeldeschluss	10. Oktober
Anmelde-Info	Via Homepage (Bei Fragen bitte TL ungeniert kontaktieren)

www.sac-toggenburg.ch

KIBE JO Sektion Senioren

Regitzer Spitz über Leiterliweg**23. Oktober**

Beschreibung	Der Regitzer Spitz ist ein auffällender Felsriegel im Rätikon, der vom Tal aus ziemlich unzugänglich wirkt.
Tourenleiterin	Marlis Rohner Wintersberg 2428, 9642 Ebnat – Kappel 078 711 26 03, marlis.rohner@bluewin.ch
Kennzeichnung	W/T4
Treffpunkt	8.32 Uhr Wattwil, Gleis 4
Programm	Wir starten in Trübbach, machen einen kleinen Abstecher aufs Ellhorn, danach auf schmalem Pfad am Diebisloch vorbei bis zum Mozentobel. Ab dort wählen wir die Variante mit dem Leiterliweg; nicht schwierig, aber trotzdem sollte man schwindelfrei sein. Über den Hinter Ochsenberg erreichen wir die Plattform vom Regitzer Spitz. Der Abstieg führt über einen romantischen Bergweg, via Türlis nach Fläsch. 800Hm ↑ , 760Hm ↓.
Karten/Führer	Schweiz Mobil
Ausrüstung	Wanderausrüstung
Verpflegung	Aus dem Rucksack
Kosten	Bahnbillett nach Trübbach und zurück von Fläsch
Anmeldeschluss	20. Oktober

Zwinglypasshütte des SAC-Toggenburg

Die am Fusse des Altmanns gelegene Hütte ist auf guten Wanderwegen in 2.5 Std. über Gamplüt erreichbar und verfügt über 35 Schlafplätze. Mit einfacher Halbpension buchbar.

Reservationen:
reservation@sac-toggenburg.ch
Tel. 071 565 36 21



Beschreibung	Dalai Lama's Kloster, ein schöner Wasserfall und herbstliche Wälder im Zürcher Oberland
Tourenleiter	Niklaus Imhof Ifwilerstr. 10, 8362 Balterswil 079 782 74 43, niklaus.imhof@gmx.ch
Kennzeichnung	W/T1
Programm	<p>8:05 Gl 3 Wattwil / 8:48 Gl 6 Wil / 9:18 Gl 5 Winterthur Grüze / 9:30 Ankunft Rikon</p> <p>Vom Bahnhof Rikon aus gehts vorbei an der Firma Kuhn, die allen ein Begriff sein wird. Im hinteren Teil des Dorfes durchwandern wir das "Tibeterdörfli", das Henri Kuhn mit seinem Bruder Jacques errichten liess. Eine bemerkenswerte Firmengeschichte steht hinter all diesen Mauern, von einer Spinnerei zur Metallbaufirma und Pfanni. Hoch über uns sehen wir dann von weitem noch das Tibeter Kloster.</p> <p>Weiter führt uns der Weg dem Tobelbach entlang zum Tobelbachfall, den wir über eine Treppe bestaunen können. Bläsimühle, Rennweg, Friedental, Gündisau – alles interessante Namen durchwandern wir und gelangen dann nach Madetswil. Bevor wir uns wieder in Rikon finden, durchqueren wir noch schöne Wälder und das Dörfchen Neschwil.</p> <p>Distanz: 13 km; Auf./ Abstieg ca. 500 m, Wanderzeit ca. 4 - 5 Std Rückkehr in Wattwil ca. 17 Uhr</p>
Ausrüstung	Gutes Schuhwerk und Stöcke
Verpflegung	Aus dem Rucksack
Kosten	Billettt löst jeder selber / TL Beitrag 5 Fr.
Anmeldeschluss	20. Oktober

KIBE	JO	Sektion	Senioren
------	----	---------	----------

Höhle tour im französischen Jura

25./26. Oktober

Beschreibung	Wir verbringen 2 Tage im französischen Jura. Unser langjähriger Höhlenprofi Martin Kuser hat uns ein Interessantes Programm zusammengestellt. Imposante Höhlen mit schönen Tropfsteinen, ein Klettersteig, durchwandern einer hübschen Schlucht mit Quelle. Besichtigung einer Teufelsbrücke und andere Naturschönheiten lassen uns erstaunen.
Tourenleiter	Nick Baumann; b.nick@gmx.ch, 079 363 35 86 Martin Kuser; martin.kuser@bluewin.ch
Kennzeichnung	Höhle
Treffpunkt	6.00 Uhr Bahnhof Wattwil vis a vis Migros
Programm	Samstag: 6 Uhr Abfahrt in Wattwil. Wir brauchen ca. 4 Std. Fahrzeit. Besichtigung Pont du Diable bei Crouzet-Migette, runterfahren nach Nans-sous-Sainte-Anne; Source du Lison, Creux Billard und Grotte Sarrazine/Manteau de St. Christophe 1-2 h. Dann über die Source du Verneau zur Grotte Baudin, ev. über den Klettersteig. Grotte Baudin ca. 3.5 h. Nachtessen in einem Restaurant. Übernachtung im Mehrbettzimmer in Nans-sous-Sainte-Anne. Sonntag: Grotte de la Malatière in Bournois. Eingangsschacht abseilen, in der Höhle einige Sicherungen, Quergang. Zuletzt die Métro, schöne Tropfsteine, am Schluss stiefeltief Wasser. 6-7 h.
Ausrüstung	Wander- und Höhlenausrüstung: Stiefel, Gummihandschuhe, alte Kleider, Klettergästli, 2 HMS Karabiner, Sicherungschlinge, Abseilgerät, Prusickschlinge, Reepschnur 2 m, Helm, Stirnlampe, Reseebatterien, alter Rucksack für Lunch, Getränk und warmen Pulli, ev. Knieschoner, 110 l Abfallsack, Schlafsack (<i>Details siehe Homepage</i>)
Verpflegung	Lunch aus dem Rucksack für Samstag und Sonntag. Nachtessen in einem Restaurant. Das Frühstück können wir selber in der eigenen Küche zubereiten. Einkaufsmöglichkeit fürs Frühstück am Tag zuvor.
Unterkunft	SAS R-D-VALLEES - Les repaires - Hébergements et activités de plein air Grande rue 25330 Nans sous Sainte Anne
Kosten	Die Übernachtungskosten von 260 Euro sowie Busmiete, Treibstoff und Tourenleiterspesen werden unter den Teilnehmern aufgeteilt.
Durchführung	Wir werden bei jedem Wetter gehen.
Anmeldeschluss	11. Oktober

Beschreibung	Rundwanderung durch den grössten Edelkastanienwald nördlich der Alpen
Tourenleiterin	Monika Stalder Harzenmoosstr. 2, 9633 Bächli (Hemberg) 071 377 13 67, 079 750 11 39, monika.stalder@thurweb.ch
Kennzeichnung	W/T1
Treffpunkt	Abfahrt in Wattwil Gl. 4 S4 09.01 Uhr/ Abfahrt in Uznach Gl 2 S17 09.16 Uhr/ Ankunft in Murg 09.37 Uhr
Programm	<p>Der Rundweg wird vom Verein Pro Kastanie Murg gepflegt. Holzskulpturen wie Steinbock, Dachs, Fisch, Fuchs und seit 2024 eine Igelfamilie aus Kastanienholz sind zu bestaunen. An Wochenenden im Herbst unterstützen Ranger den Verein, um den Gästen interessante Erlebnisse zu ermöglichen und natürlich dafür zu sorgen, dass die Natur nicht leidet. Es dürfen nämlich die am Boden liegenden Früchte geerntet werden. Am Donnerstag werden wir keine Ranger antreffen und dürfen die 1850 und bis zu 30 m hohen Edelkastanienbäume bewundern. Die Bäume sind teils über 100 Jahre alt. Auch geologisch ist das Murgtal interessant.</p> <p>Wieder zurück in Murg, werden wir am See picknicken. Wer noch mag, kann die 4 Kilometer bis Mühlehorn unter die Füsse nehmen oder bereits in Murg in den Zug steigen.</p> <p>Kastanienweg: 2,7 km / Auf- und Abstieg 210 m / Wanderzeit 1 h Murg - Mühlehorn: 4 km / Auf- und Abstieg 39 m / Wanderzeit 1 h Rückfahrt: stündlich ab Murg oder Mühlehorn</p>
Karten/Führer	SchweizMobil
Ausrüstung	Leichte Wanderausrüstung, evt. Wanderstöcke
Verpflegung	Znüni und Picknick aus dem Rucksack
Kosten	Fahrkosten und Leiterbeitrag
Bemerkung	Billett selbst lösen
Anmeldeschluss	27. Oktober

KIBE	JO	Sektion	Senioren
------	----	---------	----------

Vorschau Metzgete auf der Wolzenalp 1. November

Beschreibung	Im Restaurant Wolzenalp gibt es zum Abschluss der Sommersaison immer ein Metzgetebuffet.
Tourenleiterin	Agnes Heuberger Hengstackerstr. 6, 8855 Wangen 077 413 58 54, agnesheuberger@bluewin.ch
Kennzeichnung	SA
Programm	Es ist schon bald zur Tradition geworden, das gemütliche Treffen auf der Wolzenalp. Jeder kommt selbständig hinauf per Auto (keine Gebühr), Sesselbahn, Bike oder zu Fuss. Beginn 11.30 Uhr. Nachher individueller Heimweg.
Ausrüstung	Genügend Hunger
Verpflegung	Salat- und Metzgetebuffet
Kosten	38 Fr.
Anmelde-Info	Wie immer über die Homepage bis 28. Oktober.

14. Juni

Buochserhorn 1807 m

Wisst ihr, was ihr alles verpasst habt, weil ihr nicht mitgekommen seid?

Na, dann lest mal von unserer genialen Tour:

- Zwänge Bergwander-Gruppe: Regula, Iris und Hampi
- Sehr gute Übereinstimmung in Tempo und Route
- Beste Wetterverhältnisse
- Spannende blau-weiße Wanderwege: Gitztritt und Bleiki-Grat
- Herrliche Erfrischung im Alpenbeizli Musenalp
- Enorme Blütenpracht inkl. diverse Brennnesseln und Frauenschüehli

-Viele Höhenmeter und über 7,5 h Wanderzeit

-Füsse-Abkühlen im Vierwaldstättersee mit Gläçe

Treffpunkt Wattwil: 5.30 Uhr

Fahrt nach Buochs – 07.15 Uhr / Ausgangspunkt für das Buochserhorn (Abstellplatz Auto) – Gitztritt – Buochserhorn – Bleikigrat – Musealp – Ausgangspunkt Autoabstellplatz 15.00 Uhr

Vielen Dank an Dich, Hampi, unser Tourenleiter.

Wir zwei Mädels, Regula und Iris, sind überaus zufrieden mit dem heutigen Tag.

Bericht: Iris

14./15. Juni

Hochtourenausbildungskurs im Kröntengebiet

Nach der individuellen Anreise nach Erstfeld trafen sich alle Teilnehmer und Leiter bei 2 Kleinbussen am Bahnhofplatz. Mit diesen Transportmitteln, die uns nach Bodenbergraben brachten, wurden gut 500 Höhenmeter überwunden. Darüber war sicher niemand unglücklich, denn weitere 900 Hm in der prallen Sonne standen uns noch bevor. Nach der Begrüssung von Silvan wurde der ganze Haufen in vier Gruppen aufgeteilt, die dann alle eigenständig unter der Führung der Leiter die Krönten Hütte ansteuerten. Der Aufstieg zur Hütte gestaltete sich nicht für alle gleich, ein Paar litten besonders unter der grossen Hitze. Nach der wohltuenden Mittagspause gab es am Nachmittag

den ersten Ausbildungsblock im Bereich der schönen SAC-Hütte. Man glaubt es kaum, aber eine Gruppe hat sogar Eis gefunden, wo Eisschrauben eingedreht werden konnten! Am späteren Nachmittag verdunkelte sich plötzlich der Himmel und man vernahm fernes Donnergerölle. Wir waren gerade mit einer Abseilü-



bung in Sichtweite der Hütte fertig, da fing es schon an zu tropfen. Nach dem Regen und vor dem Znacht passte nochmals etwas Ausbildung ins Programm. Schon erstaunlich, wie viel Kraft mit einem Schweizer Flaschenzug durch Umlenkung des Seils und mit Hilfe einer Reepschnur generiert werden kann!

Nach dem Frühstück um vier Uhr marschierten drei Gruppen individuell Richtung Glattfirn, während eine Gruppe etwas mehr ausgeschlafen mit Martin nochmals Ausbildung im Bereich der Hütte absolvieren konnte. Am Glattfirn angekommen, bildeten wir die Seilschaften mit Seilverkürzung und montierten die Steigeisen. Den Gross Spannort in Blickrichtung überschritten wir den eingeschnittenen Gletscher. Nach ca. 900 Hm ab Hütte erreichten wir den Sattel und hielten uns ab dort wieder Abwärts Richtung Schlossberglücke, im Hinterkopf die herannahende Schlechtwetterfront. Mit dem auffrischenden Wind verspürten wir auch schon die ersten Regentropfen und plötzlich

schüttete es wie aus Kübeln. Nach einer halben Stunde war der Spuck vorüber und wir hatten wieder schönstes Wetter. Als Gruppe Nick bei der Spannorthütte ankam, war Gruppe Silvan gerade dabei, den Selbstaufstieg auf einen Felsen zu üben, während Gruppe Salome auf einem Schneefeld nach der Schlossberglücke sich nochmals dem Schweizer Flaschenzug widmete. Gemeinsam wanderten wir alsdann ins Tal Richtung Talstation Fürenalpbahn, wo wir gerade noch den Bus nach Engelberg erwischten. Das Glace am Bahnhof gönnten sich glaub alle und mit dem Schlusswort von Silvan galt der Hochtourenausbildungskurs für offiziell beendet. Die Schlechtwetterfront ist dann übrigens doch noch eingetroffen, aber zum Glück erst auf der Heimreise. Vielen Dank an Silvan fürs Organisieren!

Bericht: Nick Baumann

Bilder: Manuela Amann, Nick Baumann



19. Juni

Nesslau - Bläss-Chopf - Ijental - Nesslau

Warum auch in die Ferne schweifen, wenn das Schöne liegt so nahe? Start und Ziel der heutigen Rundwanderung bildete Nesslau. Aufgrund des prognostizierten uneingeschränkten Sonnenscheins und entsprechend sommerlichen Temperaturen erfolgte der Startschuss bereits um 07.30 Uhr. Insgesamt 14 wanderlustige Seniorinnen und Senioren unter der Leitung von Monika Stalder freuten sich auf eine längere Rundtour, teilweise auf wenig begangenen Pfaden, über verschiedene "Chöpfe", durch unzählige Weidezäune, rund um das Speermürli herum und durch das Ijental zurück nach Nesslau. Aber Eins nach dem Anderen.

Mangels Alternative folgten wir zuerst dem Strässchen Richtung Nesslauer Laad. Schon bald aber kamen wir in den Genuss eines steileren, dafür schattigen Waldpfades, der uns zum Windpläss 1195 m führte. Weiter ging es nun mehr oder weniger querfeldweil, über eine sonnige und blumige Alpweide, hinauf zum Bläss-Chopf 1459 m, den wir gegen 09.45 Uhr erreichten. Die sommerliche Wärme war schon arg zu spüren und brachte alle gehörig ins Schwitzen. Dementsprechend genossen wir die erste Verschnauf- bzw. Verpflegungspause sowie die reizvolle Aussicht hinüber zum Goggeien und Gulmen.

Alsdann führte uns der Wanderweg entlang der Bergflanke des Ijentalerbergs, über die Heumooserhöchi und den Perfirenchopf. Bald schon gelangte die imposante Nordwand des Mattstocks in unser Blickfeld. In stetigem Auf und Ab durch Wald und über Weiden, um Sumpflöcher herum (manchmal auch mittendurch) und über zahlreiche Nagelfluhruppen erreichten wir nach etwas weniger als zwei Stunden ein lauschiges Plätzchen für die Mittagsrast, zwischen Vorderelisiten und Hinderelisiten, auf rund 1560 m.



Nach der Verpflegungsrast war es nicht mehr weit. Zuerst über den Grat 1660 m, oberhalb Hinderelisiten, dem höchsten Punkt der heutigen Wanderung, hinunter zum Schilt 1637 m, gelangten wir zum eigentlichen "Highlight", nämlich der Alpwirtschaft Bütz 1569 m. Stets mit wunderbarem Blick zum Speer, verköstigten wir uns hier mit Aprikosefladen und Linzertorte, beide von Fritz, dem Alpwirten, selbst gebacken (und offenbar bereits in der weiteren Region bekannt). Mmmh fein; es hat allen sehr gemundet.

Gestärkt und erholt nahmen wir schlussendlich gegen 14.00 Uhr den Rückweg in Angriff. Der Abstieg über den Bützalpsattel 1591 m und die Alp Hengst hinunter ins rund 500 Höhenmeter tiefer gelegene Ijental erforderte nochmals etwas Konzentration, bot ansonsten aber keine Schwierigkeiten. Mehrheitlich auf Wanderwegen durch Wald und über Wiesen, über Laufenweid 1060 m und Untere Bürzlen 830 m, erreichten wir gegen 16.30 Uhr wieder Nesslau.

Nach 17 km Distanz, 2290 Höhenmetern Auf- und Abstieg und rund 6½ Stunden Wanderzeit: lauter zufriedene Gesichter. Was will man da noch mehr?

Vielen herzlichen Dank, Monika, für diese schöne und abwechslungsreiche Rundwanderung.

*Bericht: Adrian Kälin
Bild: Ruedi Flotron*



19. Juni

Obererbs – Empächli

Was macht man, wenn an einem Donnerstag nur eine Wanderung für die fitten SeniorInnen stattfindet? Nicht verzagen, Eva fragen! Kurzerhand setzte sie vor einer Woche eine einfache Höhenwanderung ins Internet und zehn „gemütlichere“ Wanderer meldeten sich dankend an.

Also fuhren wir mit Zug und Bus nach Obererbs. Eine Panoramawanderung vom Feinsten bot sich uns an. Die Wiesen waren gespickt voll Blumen und reizten unsere Natels zu farbenprächtigen Fotos. Sehr gemütlich spazierten wir auf guten Wegen hoch über Elm Richtung Ämpächli. So blieb viel Zeit, um neben dem Blumenmeer auch die Glarner Berge zu bewundern und natürlich wacker zu plaudern.

Am rauschenden Bach nahmen wir unser Picknick ein und auf der Bischofalp genossen wir den kühlen Dessert.

Drei Teilnehmer liessen es sich nicht nehmen, statt der Gondelbahn noch den Abstieg nach Elm unter die Füsse zu nehmen.

Auf jeden Fall erreichten alle zur gleichen Zeit den Bus und das Ziel zu Hause.

Vielen Dank, Eva, dass du uns diesen Tag ermöglicht hast!

Text: Agnes Heuberger

Foto: Eva Hehli

26. Juni

Dreibündenstein

Die Wetterprognose war für die ganze Woche schön und heiss. Nur für unseren Wandertag war eine Gewitterfront angesagt. Unsere Tourenleiterin entschied sich trotzdem für die Durchführung. Wir waren 14 Teilnehmer; 5 waren noch dazu gekommen, weil eine andere Wanderung abgesagt wurde. Die Schwebebahn brachte uns in zwei Sektionen von Chur nach Brambrüesch hinauf, wo wir starteten. Und gleich ging es recht steil aufwärts, teils im Wald, der uns willkommenen Schatten spendete. Nach ca. 300 Höhenmetern Trinkhalt auf Spundisköpf mit schöner Aussicht aufs Rheintal und die gegenüberliegenden Berge (Calanda, etc.).

Über saftige Alpen erreichten wir Hünerköpf, wo im Winter Ski gefahren wird. Nach einer kurzen Erholung der Aufstieg auf Furgabüel 2174 m. Hier, inmitten schönster Bergflora, picknickten wir. Im Westen wurde der Himmel dunkler. Regenradars wurden konsultiert und festgestellt, dass die Gewitterfront vorläufig noch nordwestlich an uns vorbeiziehen werde.

Der Dreibündenstein liegt etwas südlich von Furgabüel. Er ist kein Berggipfel, sondern ein historischer Ort. Er war einziger dreifacher Grenzpunkt der bis 1797 bestehenden drei Bünde, aus denen der Kanton Graubünden gebildet wurde. Der ehemalige Grenzstein steht im Rhätischen Museum in Chur. Anstelle steht seit 1915 eine Stele, erstellt von der Sektion Rhätia des SAC.

Über die malerische Hochebene mit sehr schönen Alpenblumen, längere Zeit entlang einer schnurgedraden breiten Mauer, gestaltete sich der Weg sehr abwechslungsreich. Beim Seelein Leg Palus (am verlanden) stehen vier schlanke hohe Holzfiguren. Hier machten wir nochmals kurze Rast.

Während dem Abstieg nach Feldis, vorbei an der Alp da Veulden mit vielen Kühen verschiedenster Rassen, dunkelte es. Schwere Tropfen veranlassten das montieren des Regenschutzes. Das eigentliche Gewitter mit einigen Hagelkörnern konnten wir dann aber aus dem Restaurant in Feldis beobachten.

Herzlichen Dank Marlis für den Mut, die sehr schöne und eindrückliche Wanderung trotz durchzogener Prognose, durchzuführen.

Bericht: Walter Grob

Bild: Marlis Rohner





28. Juni Hötteträgete 2025

Bei idealem Wetter (leicht bewölkt und nicht allzu warm) und ausgezeichneter Stimmung schleppten die 158 «Sherpas vom Zwinglipass» die rund 9 Tonnen Material von der Chraialp auf den Zwinglipass. Es war wie üblich ein sehr gelungener und fröhlicher Anlass.

Die traditionelle Höteträgetä ist in der Region sehr beliebt. Es sind nicht nur SAC-Toggenburgmitglieder, sondern auch viele Gäste aus nah und fern, welche sich diesen Einsatz nicht entgehen lassen. Sie alle trugen dazu bei, dass das Material, darunter 12 Ster Holz, mit einem Gewicht von rund 5 Tonnen innert nützlicher Zeit auf die Hütte kam.

Mit dabei war das Toggenburger Magazin mit

einer fantastischen Reportage und entsprechenden Bildern.

Gegen Mittag war die Arbeit getan – die Lager der Hütte waren gefüllt für die Verpflegung der vielen Gäste in den kommenden Wochen. Nach der feinen Verpflegung, natürlich Lisbeths-Gerstensuppe, Würste und Dessert, verbrachten die Teilnehmer einen gemütlichen Nachmittag. So musste wieder manches frisch eingelagerte Bier aus

dem Keller geholt werden! Nicht vergessen wurde auch das traditionelle und beliebte «Hötteträgetägeschenk».

Bis zum Samstag, den 27. Juni 2026!

Bericht: Hans Egli

Bilder: Toggenburger Magazin



29. Juni

Quinten – Gocht – Kistenbahn, bzw. Starkenbach, inkl. Nägeler/ Nägeliberg, 2162 m ü. M.

Kompromislose Vertikale zum Walensee

Die viel gerühmten Sieben mögen bekannter sein, doch so nahe wie auf dem Nägeliberg kommt man dem Walensee auf keinem anderen Gipfel der Churfirstenkette. Die anderthalb vertikalen Kilometer hinunter zum Wasserspiegel sind auf exakt der gleichen horizontalen Distanz konzentriert, der Tiefblick zu den Rebbergen von Quinten dementsprechend gewaltig. Durch diese Superlative führt die beschriebene Route wie folgt; Vom beschaulichen, nur per Schiff oder zu Fuss erreichbaren Quinten erst durch Laubwald in die Wildheuerplanggen bei der Laubegg. Dann eine aussichtsreiche Querung zu den Tannen und Legföhren unter den jähren Südwänden des Nägelibergs. Durch die wilde, oft von Steinwild bevölkerte Gocht zum Ausblick ins Toggenburg und schlussendlich über steile (weglose) Schrofenhänge und eine luftige Traverse in der Südwand zum Gipfel. Sind die fast 2000 Höhenmeter erst einmal geschafft, kommt zum Tiefblick (und dem schweisstreibenden Weg) eine gute Portion Bergsteigerstolz hinzu!

Quelle: SAC-Tourenportal, (Klammern = Ergänzungen Autor)

Teilnehmer*innen: Rosmarie, Rosmarie, Manuela, Alina, Rolf, Bruno, Dani, René, Peter (TL+/Bericht) - besonders zu erwähnen sind die beiden Rosmarie und Manuela, welche auch noch den Weg bis Starkenbach unter ihre Füße nahmen; plus 686 hm und 3.67 km -

Wir erlebten tatsächlich eine sehr eindrückliche Wanderung mit einer abwechslungsreichen An- und Abreise per ÖV, einem vielfältigen Aufstieg mit vielen Bergblumen wie Türkenbund, Schoggiblüemli/ Männertreu, gelbem und Purpur-Enzian, einer Gämse, etwa zwanzig Steinböcken und einer Gruppe von motivierten, fitten Mitwanderer*innen.

Bericht und Bild: Peter Fährdrich



3. Juli Grillplausch

Wie es sich gehört für die SAC-ler, kommt man zu Fuss. Eine Gruppe startete in Krummenau, die andere vom Hemberg aus über die Fuchslöcher. Da müsste man sicher nachts den Weg machen, um den Füchsen zu begegnen. Ich als Schreibende «musste» mit dem Auto zum Scherb fahren, denn den Schlorzifladen hätte ich wohl nicht heil hinaufgetragen. Ein reichhaltiges Buffet war bereits an Ort. Salate in verschiedenen Variationen machten gluschtig, ebenso das Dessertbuffet.

Jakob der Grillmeister und seine Frau Elisabeth schafften es innerhalb von kurzer Zeit, die vielen Würste und anderen Fleischstücke zu bräteln. "Das macht ihr sehr gut"! Leider konnte der Grillvize Dölf krankheitshalber nicht kommen. Wir wünschen ihm gute Besserung.

Die Sonne schien wieder wie seit einigen Tagen mit voller Kraft. Für fast alle reichte es für einen Schattenplatz.

Dieser Anlass ist sehr gemütlich und auch beliebt. Da werden keine Höhenmeter gezählt. Man trifft BergfreundInnen, die man vielleicht über ein Jahr nicht mehr gesehen hat.

Heutzutage schaut man nicht mehr zum Himmel. Dem Natel vertraut man mehr. Gewitter waren vorausgesagt. So geschah es dann auch. Ich denke, die Gruppe, die Richtung Hüsliberg gestartet ist, wurde sicher ausgiebig vom Starkregen überrascht. In St. Peterzell hingegen war die Strasse schon wieder trocken.

Dem Team ganz herzlichen Dank für die perfekte Organisation.

*Bericht: Myrtha Gut
Bild: Eva Hehli*



7. Juli Tödi Überschreitung

Die Wetterprognosen verhiessen zuerst nichts Gutes, doch es kam anders und Sepp konnte bereits am Dienstag bei noch strömendem Regen, das okay zur Tour geben.

Am Freitag bei der Anreise auf den Urnerboden und auch der Empfang auf dem Fisetepass waren noch recht nass. Bis wir dann startbereit waren, stellte Petrus den Hahn ab und es wurde immer schöner.

Durch das Fisetental zur Claridenhütte, wo wir uns stärkten, ging es weiter über die Beggilüggi, Ober Sand zur Fridolinshütte.

Bis dahin waren unsere Körpertemperaturen schon so hoch, dass wir gerne eine Abkühlung im nahen Seeli genossen.

Nach dem Nachtessen krochen wir schon bald in die Betten, denn schon um 02:45 Uhr war am Samstagmorgen Tagwacht.

Um 4.00 Uhr starteten wir gut gelaunt bei klarem Himmel Richtung Tödi. In der Gelbenwand genossen wir beim Klettern den Sonnenaufgang und weiter ging es über den Gletscher, dieser war weich zum Gehen und im unteren Bereich hatte es richtige Bäche auf dem Eis. Gespannt waren wir auf den Ausblick auf dem Gipfel, blau war der Himmel über uns, leider versperrte eine weisse Wand die Fernsicht.

Zügig gingen wir

wieder runter über die Porta da Gliems und Fuorcla da Punteglia zu Brigitte und Ruedi in die Camona da Punteglia. Sie verwöhnten uns mit Speis und Trank und wir genossen den Abend.

Am Sonntag nach dem ausgiebigen feinen Frühstück machten wir uns auf den Heimweg, natürlich nicht direkt. Auf der Alp Punteglia bogen wir auf den Höhenweg nach Brigels ab. Den Znüni genossen wir unter einer Tanne, denn genau zu dieser Zeit öffnete Petrus für ein paar Minuten den Hahn.

In Brigels gab es noch eine feine Glace und dann ging es mit Postauto und Zug wieder zurück ins Unterland.

Lieber Sepp, vielen herzlichen Dank für die grossartige Tour, es war ein super Erlebnis.

Teilnehmer: Biggie, Christian, Maïke, Maria F., Maria P., Regula (Bericht), Sepp/TL

Foto: Maïke Herting



10./11. Juli

Schijenfluh und Sulzfluh

Nach dem Kälteeinbruch der letzten drei Tage schönsten Wanderwetter angesagt, allerdings auch Schnee in Lagen ab 2200 m. Unsere Gipfelziele also gepudert weiss vor blauem Himmel bei der Ankunft in Partnun im Restaurant Sulzfluh zum Kaffee.

Wir starten auf dem „Schijenfluh-Umrundungsweg“. Nach einem ersten wärmenden Anstieg kommen wir auf eine Hochebene Richtung Plasseggpass; gleichzeitig die Grenze zu Österreich. Ein alter Säumerweg der Walser Richtung Montafon.

Kurz vor der Schneegrenze gibt's Mittagstrast. Danach steil und weglos durch Geröll und Steine eine Schrunde hoch zur Schijenfluh. Wunderbare Rundschau ins Prättigau, in die vielen Österreicher Gipfel und zum morgigen Ziel, die Sulzfluh, Die Höhenmeter wärmen uns, die Sonne wärmt den Schnee, sodass beim Abstieg auf dem gleichen Weg schon kaum mehr Schnee liegt. Erstaunlich!

Darauf geht's über den Plasseggpass weiter zum Gruobapass und zur Tilisunahütte. Wunderschöne kleine Teichlein umsäumt von Wollgras und Blumen begleiten uns. Durstig und unterhopft kommen wir in der super organisierten modernen Tilisunahütte an. Per Chip wird bestellt, auch Apfelstrudel warm mit warmer Vanillesauce. Da sind die Österreicher halt schon spitze.

Die Wettervorhersage ist trocken für den „Sulzfluh-Tag“, am Nachmittag soll es Wolken geben. Also früh los, um 8 Uhr nach einem reichhaltigen Frühstücksbuffet ist Abmarsch. Der Schnee im Gemschtobel, welchen wir am ersten Tag sahen, macht mir eine fast schlaflose Nacht. Bin da leider etwas phobisch. Ich beschliesse in Absprache mit Kurt, dass ich nicht den ganzen

Weg gemeinsam mit allen machen werde und vorher absteigen werde. Hier trennen sich unsere Wege. An einigen Karsthöhlen vorbei steil hinunter, zum Teil mit Ketten gesichert, und auch einem Bad im Partnernersee.

Den folgenden Teil des Berichts habe ich via Rita Hemmi erhalten:

Alle anderen folgen dem blauweiss markierten Weg hoch zum Karst-Hochplateau und weiter zum Gipfel. Einige Schneehühner fliegen auf. Der Gipfel ist leider doch schon von Wolken umhüllt. Nur manchmal reisst es auf und nahe Gipfel und der Ausblick in die Tiefe zeigen sich. Der Abstieg durchs Gemschtobel, nicht mehr mit viel Schnee (hätte ich das sicher gewusst), aber sehr steil. Konzentration ist gefordert.

Mittagstrast wieder entspannter in der Sonne auf einer Wiese. Da zeigt sich ein Haselhuhn mit 2 Jungen. Also Geologie, Flora und Fauna. Welch ein Glück und eine Vielfalt. Für einige noch ein Highlight das Bad im Partnernersee, für Andere der Spass mit dem Trottinett die letzten Höhenmeter von Partnun nach St. Antönien.

Bericht: Gabi Visser und Rita Hemmi

Bild: Manuela Ammann



10./11. Juli

Maderanertal

Insgesamt 12 anstatt 14 Nasen (10 w und 2 m) – bei dieser Gelegenheit nochmals bestmögliche Genesung an Hansruedi und Ruedi – fuhren donnerstägig ab Wil und Wattwil in reservierten Zügen bei bestmöglich wiedergekehrtem Kaiserwetter in Richtung Arth Goldau und Erstfeld los, um dort in den ebenso reservierten Busverkehr umzusteigen. Eine recht zügig fahrende Chauffeuse wand ihr langes Gefährt gekonnt über die vielen Kurven und durch mehrere Kehrtunnels über Bristen hoch hinaus zur Talstation der Golzern-Luftseilbahn.

Vom Tal genannten Weiler stieg das gut gelaunte Trüppchen mehr oder weniger leicht bepackt, mehr oder weniger stark von lichtem Wald beschattet und mehr oder weniger nahe dem Chärstelenbach entlang bis zum Kaffeehalt auf den blumengeschmückten Terrassen der Lägni-Alpwirtschaft. Nach dem Genuss von Zwischenmahlzeiten kam uns der verbleibende Weg bis zur Mittagspause auf Alp Stössli wie ein Katzensprung vor, genauso unsere restliche Strecke bis zu unserem historischen Berghotel (ehemals Hotel SAC) Maderanertal, welches mittig auf einem Felsabsatz in der enger werdenden Talmitte thronend bereits sichtbar geworden war. Unsere Bleibe für Apero, Nachtessen und Nächtigung im teilrenovierten Stile des ausgehenden 19. Jahrhunderts gehörte jahrzehntelang den Familien des Indergand-Wirteclans aus Amsteg. Relativ kurz nach der Erbauung des Hotels 1864 - 1865 brannte dieses nieder und wurde 1888 auf den Grundmauern neu errichtet. Anscheinend sei auch einmal die Terrasse abgerutscht und wieder aufgestockt worden, auf welcher wir nach Ankunft unseren ersten Durst gelöscht hatten.

Nach dem Einchecken bzw. vor dem Duschen und Nachtessen führte Monika uns noch während ca. 1.5 Stunden gut 100 m höher hinauf in's stark wasserfallbetonte Maderanertal, nämlich über den Rundweg zur Burzli-Alp bis zu unserem Umkehrpunkt auf Riedbö-



mer hoch, und von dort nahe am tosenden Chärstelenbach am unsichtbaren Blindensee vorbei zurück zum Ausgangspunkt. Nach einem feinen Nachtessen am langen Tisch genossen einige von uns vor der Nachtruhe noch die erste Halbzeit des EM-Spiels der Schweizer Fussballfrauen gegen die Finninnen...

Am Freitag nach dem Sieg der Schweizerinnen, nach unserer Stärkung durch ein reichhaltiges Frühstück, stiegen wir erst wieder talwärts zurück für einen allfälligen Einkauf bei der grössten der Stössli-Alphütten. Unmittelbar darunter trennten sich 4 Frauen von Monikas Hauptgruppe, um auf einfacherem Weg zur Talstation der Golzernbahn zurück zu gelangen. Wir andern 8 stiegen schweisstreibender zwischen und an furchterregenden Felspartien vorbei bis zum Badevergnügen am erfrischenden Golzerensee hoch. Bei gleichzeitiger Mittagsrast stiess auch die genannte Kleingruppe wieder zu uns. Zusammen kehrten wir, etwas kürzer oder länger, am westlichen See-Ende noch ein, bevor 2 von uns zu Fuss und die restliche Gruppe im Mini-Luftseilbähnchen zur Talstation Golzern zurück gelangten. Auf dem bereits beschriebenen öV-Hinweg kehrten wir alle gesund ermattet in unsere heimatlichen Gefilde zurück – besten Dank für die gute Führung und Begleitung!

Bericht: Aldo Fontanesi

Bild: Monika Stalder

12./13. Juli

Wandernacht

Am Wochenende des 12./13. Juli wurde in der Nacht schweizweit gewandert, auch im Alpstein. An einer gemeinsamen Tour der St. Galler Wanderwege sowie der SAC Sektionen Toggenburg und Säntis machten sich 38 Wanderinnen und Wanderer in Wildhaus auf den Weg und stiegen bei langsam einbrechender Dunkelheit gemeinsam hoch zur Zwinglipasshütte. Dort wartete die erste Stärkung des Abends: ein Teller Spaghetti, liebevoll und souverän zubereitet und bedient vom Team von Christa Gschwend. Um Mitternacht führte die Route mit Stirnlampe und Wanderstöcken hinunter zum Fählensee. Der nächste Aufstieg ging hoch zur Hundsteinhütte, wo Moni Eberhard und ihr

Team eine Suppe auftrichteten, die neue Kräfte weckte. Noch vor dem ersten Morgengrauen ging es auf die letzte Etappe Richtung Brülisau. Zur Belohnung gab's im Restaurant Rössli zum Abschluss Kaffee und Gipfeli – ein stimmungsvoller Ausklang einer unvergesslichen Nacht.

Dank des Einsatzes der Hüttenwart-Teams der Zwinglipass- und Hundsteinhütte sowie dem Restaurant Rössli in Brülisau wurden die Teilnehmenden optimal verpflegt und mit Energie versorgt. Ihnen gebührt ein herzlicher Dank.

Die drei Wanderleiter Astrid Fässler, Bruno Jäger und Stefan Frei führten die Teilnehmenden ohne Zwischenfälle durch die dunkle Nacht im Alpstein. Auch Ihnen sei herzlich gedankt.

Bericht und Bild: Stefan Frei





17. Juli

Malbun Schönberg

In Vaduz trafen sich 14 Personen aus dem Fürstenland und 10 Personen aus dem Toggenburg zur gemeinsamen Weiterfahrt mit dem Bus nach Malbun. Nach der Begrüssung von Beni freuten wir uns im Restaurant Jöraboda über den bereits verdienten Kaffee mit Gipfeli, waren wir doch schon mehr als zwei Stunden mit dem ÖV unterwegs.

Der Aufstieg in Malbun begann auf einem breiten Fahrweg, der dann immer schmaler wurde und schliesslich in einen steileren Wanderpfad überging. Unterwegs bestaunten wir die «Drei Kapuziner» und das «Kelchle». Dann gings stetig bergan auf dem Felsenweg auf die Krete. Dort überraschte uns eine tolle Sicht auf das Rheintal hinunter. Nun stiegen wir wieder ab und wanderten zu unserem Ziel aufwärts zum Schönberg auf 2104 m. Schöne Legföhren säumten den Weg zusammen mit farbenprächtigen Bergblumen, vor allem die Alpenrosen leuchteten noch in

voller Blüte im schönsten Rot. Auf dem Schönberg genossen wir unseren Lunch und die Rundumsicht in die Täler und auf die wolkenbehängene Bergwelt.

Auf dem Rückweg mussten wir einen Weg durch eine Herde Mutterkühe bahnen, sie blieben jedoch friedlich. Wo ist jetzt unser Wanderweg? Im Zickzack gings nun hinunter auf einem weglosen T2+ bis wir wieder auf den markierten weissroten Wanderweg stiessen. Nun marschierten wir immer ein wenig rauf und runter zu den Bergbahnen in Malbun. Nachdem wir unseren Durst gelöscht hatten, brachte uns der Bus wieder nach Vaduz, wo unsere Heimreise in Richtung Fürstenland und Toggenburg führte.

Herzlichen Dank Beni für die abwechslungsreiche Tour ins schöne Ländle.

*Bericht: Trudi Jäger
Bild: Rosmarie Germann*

18./19. Juli

Gwächtenhorn HT

Freitag, 18. Juli Um 09:30 Uhr traf sich unsere Gruppe am Bahnhof Wattwil, von wo aus wir gemeinsam mit dem Büssli Richtung Steingletscher aufbrachen. Bei trockenem, idealem Wanderwetter genossen wir unser Mittagessen auf dem Parkplatz – mit herrlichem Blick auf den Klettersteig zur Tierberglühütte.

Um 12:30 Uhr hiess es: Abmarsch! Mit einem fröhlichen „Klick-Klick“ an den Karabinern starteten wir den Klettersteig. In rund drei Stunden – inklusive einer genussvollen Zvieri-Pause an den eindrucksvollen Gletscher-Wasserfällen – erreichten wir die Tierberglühütte.

Dort erwarteten uns nicht nur ein herzliches Willkommen, sondern auch tierische Begleitung in Form von zutraulichen Berghühnern. Am Abend genossen wir ein feines, vegetarisches 4-Gänge-Menü – liebevoll serviert in alpiner Gastfreundschaft.

Mit Blick auf das Gwächtenhorn und den Gletscher verabschiedeten wir die Sonne beim stimmungsvollen Sonnenuntergang. Früh ging es danach in die wohlver-

diente Nachtruhe.

Samstag, 19. Juli Bereits um 03:50 Uhr war Tagwache. Nach einem stärkenden Frühstück packten wir unsere Ausrüstung – Pickel, Steigeisen und Proviant – und machten uns auf den Weg zum Gipfel.

Die Bedingungen waren perfekt, der Sonnenaufgang begrüßte uns mit goldenem Licht. Über den Steingletscher erreichten wir den Einstieg zum Westgrat des Gwächtenhorns. Die Route führte über eine wunderschöne, jedoch technisch gut machbare Felschneide – mit spannender Kletterei und traumhaften Ausblicken.

Oben angekommen, hielten wir den Moment mit einem Gruppenfoto fest, bevor wir den Abstieg über den Gletscher zur Tierberglühütte antraten. Um 10:00 Uhr trafen wir dort sicher und zufrieden wieder ein. Nach dem Packen und einer kleinen Stärkung wanderten wir hinunter und liessen die Tour bei einem feinen Mittagessen im Hotel Steingletscher ausklingen.

Ein rundum gelungenes Erlebnis – mit Weitblick, Ruhe und wunderbaren Menschen. Ein grosses Dankeschön an dich, Rolf, für deine sichere Führung, deine ruhige Präsenz und die wertvolle Begleitung auf dieser eindrucksvollen Tour. Es war ein Geschenk, mit dir unterwegs zu sein.

Dabei waren: *Billie (Bericht)*, Rolf (Tourenleiter), Heidi, Nick (Seilführer), Rosmarie, Christoph

Foto: unbekannt



20. Juli

Sernftal – St. Galler Oberland

Am Samstagmorgen traf sich eine ungewöhnlich junge Gruppe von sieben Teilnehmenden und einem Tourenleiter. Mit einem Altersdurchschnitt von unter 40 Jahren war die Stimmung von Beginn an lebendig und voller Vorfreude. Um dem angesagten Regen am Nachmittag auszuweichen, wurde die Tour kurzfristig um eine Stunde vorverschoben. Doch der Plan wurde gleich wieder durchkreuzt: Ein technischer Defekt an der Seilbahn nach Weissenberge führte zu einer Verzögerung. Der Techniker musste erst anreisen und die Bahn reparieren. So starteten wir später als erhofft, aber mit umso grösserer Motivation in Richtung Spitzmeilenhütte.

Der Aufstieg über das Sunnehöreli zum Gulderstock war konditionell fordernd, bot aber herrliche Aussichten und alpines Gelände mit eindrucksvoller Kulisse. Über Blockfelder und steilere Grashänge ging es weiter zur Wissmeilen, wo uns dann doch noch der angekündigte Regen einholte. Mit nassen Schuhen, aber ungebrochener Stimmung erreichten wir kurz darauf die Spitzmeilenhütte (2087 m), wo ein warmes Nachtessen und ein gemütlicher Hüttenabend auf uns warteten.

Am Sonntag zeigte sich das Wetter von seiner besten Seite: wolkenloser Himmel, klare Sicht bis weit ins Glarnerland und ein angenehm frischer Wind auf den Höhen. So fiel der frühe Aufbruch Richtung Schönbüelfurggel leicht. Der aussichtsreiche Grat über Oxni, Guli, Apöstel und Hochfinsler bot ein alpines Erlebnis par excellence. Die Wegführung erforderte nochmals Konzentration und Trittsicherheit, insbesondere in den felsigen Passagen. Auf dem Gipfel legten wir unsere verdiente Rast ein mit Blick auf eine eindrucksvolle Kulisse.

Nach dem Abstieg über die Guscha erreichten wir Schönhalden, wo wir den Tag einem wohlverdienten Getränk und einem Stück Apfelkuchen ausklingen lies-



sen. Von dort brachte uns die Bergbahn ins Tal, bevor es mit dem ÖV wieder heimwärts ging. Ein grosses Dankeschön an unseren Tourenleiter Peter für die sichere Führung und die gute Stimmung unterwegs und an die Gruppe für das sportliche Tempo, die vielen Lacher und das kollegiale Miteinander. Eine rundum gelungene Tour!

Teilnehmer*innen: Manuela, Fredy, Manuel, *Corinne (Bericht)*, Larissa, Delia, Janis, Peter (TL, Foto)



31. Juli

Mostelberg – Holzegg – Brunni

Das in den letzten Tagen unsichere Wetter machte dem Wanderleiter den Entscheid nicht einfach - doch Beni hat's gewagt und es hat sich gelohnt! Er musste die ausgeschriebene Tour aber ändern; der Spirstock muss ein anderes Mal in Angriff genommen werden.

Eine zahlenmässig eher kleinere Gruppe optimistischer SAC'ler wagten es, sich am Morgen bei noch leichtem Regen am Bahnhof Wattwil zu treffen.

Wir fuhren mit der Bahn nach Rothenburg, stiegen dort bei starkem Regen um aufs Postauto Richtung Sattel / SZ. Die Drehgondel-Bahn fuhr uns rauf zum Mostelberg. Im „Q-Hof“ liessen wir uns bei Kaffee und Gipfeli Zeit - und siehe da, der Regen liess langsam nach.

Auf dem Themen- und Erlebnisweg „Geissä Weg“ Richtung Herrenboden waren schon bald der Lauerzersee, der Zuger- und später der Vierwaldstättersee mit den angrenzenden Orten sichtbar, ein ganz spezieller Ausblick.

Am Weg liegt auf 1414 m ü.M. die wunderschön gelegene Pilgerkapelle Haggenegg. Die Haggenegg ist der höchst gelegene Übergang am Jakobsweg nördlich der Pyrenäen.

Unsere Mittagsrast - pünktlich um 12 Uhr in einer kleinen Mulde: wir sassen auf grossen Steinen wie im Kreis angelegt und genossen die wärmende Sonne, im Blick die Gipfel der beiden Mythen.

Auf dem weiteren, schön angelegten, teilweise steinreichen Weg zur Holzegg sahen wir sogar einige Gämsen am äsen.

Nach einem Schlusstrunk im Gasthaus zur Holzegg nahmen wir den kurzen, steilen Abstieg in Angriff; ein paar Mitwandernde liessen sich den Berg runterfahren und gemeinsam stiegen wir in Brunni ins Postauto nach Einsiedeln um dann per Bahn wieder in heimatische Gefilde zu gelangen.

Es war eine wunderschöne Wanderung - danke Beni!

Bericht: Jacqueline Hermann

Bild: Eva Hehli

7. August

Trimmis – Landquart

Treffpunkt: Bahnhof Wattwil 7.32 Uhr Gleis 4.

Nach sportlichem Umsteigen in Uznach und Landquart in die langen, doppelt geführten Züge kamen wir in Chur an. Im Café Marion, gegenüber dem Bahnhof, hatten wir genügend Zeit für unseren obligatorischen Kaffee mit Gipfeli. Danach bestiegen wir den Bus nach Trimmis-Gargällis. Nach einer 10-minütigen Fahrt starteten wir unsere Wanderung. Der Weg führte durch Weinberge und Wälder, über Wiesen und durch ausgetrocknete Bäche sowie vorbei an steilen, bizarren Felswänden. Nach einem kurzen Aufstieg kamen wir durchs „Dunkle Töbeli.“

Nach leichtem Auf und Ab hatte Elisabeth für uns im Schatten oder in der Sonne einen schönen Mittagstisch ausgesucht. Hier bewunderten wir eine hohe

Tanne, Eichen- und Nussbäume.

Gestärkt ging es weiter am ehemaligen Wasserschloss Marschlins vorbei nach Ganda. Da hatten wir noch genügend Zeit für ein erfrischendes Getränk bei der Bocciabahn. Danach kam der letzte Teil unserer Wanderung. Der Fluss Landquart entlang nach Landquart.

Auch auf der Heimreise war beim Umsteigen wieder unsere Fitness gefragt.

16 SAC-ler bedankten sich herzlich bei Elisabeth und Evi für diese abwechslungsreiche, schöne Genusswanderung.

Bericht: Heidi Kraft

Bild: Eva Hehli



8. August

Engelberger Rotstock

1. Tag

Genau zu Beginn einer Schönwetterperiode starten wir zu unseren Engelberg-Touren. Der Aufstieg von Engelberg bis zur Brunnihütte ist wegen des noch feuchten Wetters ziemlich schweisstreibend, aber einfach zu begehen, weil viele Treppenstufen. Nach einer kurzen Einkehr geht's weiter zur Rughubelhütte, flankiert vom Grossen Sättelstock, Lauchernstock und Ruchstock.

2. Tag

Die Tour führt uns aufwärts zur Engelberger Lücke. Rechts von uns der Griessengletscher, wo uns die tieferliegenden Moränenhügel verraten, wie gross der Gletscher einst war. Wir erklimmen zuerst den Engelberger Rotstock, welcher mit seinem dunklen Gestein auf dem hellen Kalkstein thront. Wieder unten bei der Lücke wollen wir auch noch die grandiose Aussicht auf dem Wissigstock geniessen. Dieser ist mit 2887 m ge-

ring höher als der Rotstock. Der Abstieg erfolgt über das Rot Grätli via Bannalpass hinunter zum Berggasthaus Bannalpsee.

3. Tag

Nach ein paar Metern dem Bannalpsee entlang steigen wir dem Walenpfad entlang aufwärts via Alphütte Oberfeld, die Walengraben Walegg Walenalp bis zur Södelegg. Immer wieder die eindrückliche Aussicht bestaunend geht's jetzt abwärts bis zur Bergstation Ristis, wo uns die Bahn wieder nach Engelberg bringt.

Herzlichen Dank an Kurt für die abwechslungsreiche Tour und Petrus für das super Wetter.

Teilnehmende: Brigitta, Cecile, Iris, Annemarie, Manuela, Kurt, Köbi, Rosmarie, Sepp, Maja, und Paul der Schreibende.

Bericht: Paul Frischknecht

Bild: Manuela Ammann,



EINLADUNG ZUM

Vortrag von
Simon Walther, Fotograf und Buchautor, Wattwil

Schweizer Alpen im magischen Licht

17. September 2025, 20.00 Uhr

Berufs- und Weiterbildungszentrum Toggenburg, Bahnhofstr. 29, 9630 Wattwil

In einer Präsentation zeigt Simon Walther faszinierende Bilder, die die stille und karge Schönheit der Schweizer Alpen bei Nacht zeigen. Die Aufnahmen fangen die besondere Atmosphäre ein, die entsteht, wenn die Sonne dem Mond das Zepter übergibt und die Dunkelheit zur Bühne für ein magisches Schauspiel wird.

Nachtfotografie ist für Simon Walther mehr als nur ein Handwerk - sie ist eine Aufgabe voller Hingabe. Seine Bilder entstehen zwischen Alpenglühn und Morgengrauen: in frostigen Nächten im Schlafsack, oft bei Minusgraden, unter einem funkelnden Sternenzelt, während die Stille fast greifbar scheint. Auf einer Grossleinwand präsentiert Simon Walther seine einzigartigen Werke und zeigt, was es heisst, sich der Nacht zu stellen. Er erzählt von magischen Nächten, von stillen Momenten in der Einsamkeit, eindrücklichen Erlebnissen und seltenen Begegnungen - und von allem, was nötig ist, um diese wunderschönen Momente in technischer Perfektion festzuhalten.

Simon Walther ist Fotograf, Grafiker und Buchautor. Seine Werke bergüber, ZwischenSaison, StauWerke und MondLichtbilder zeigen seine Leidenschaft für Natur, Architektur und Menschen.

Dieser Abend verspricht eine eindrucksvolle Reise in die Welt der Bergnächte und die Geschichten, die sie erzählen.

Weitere Infos finden Sie auf simonwalther.ch und mondlichtbilder.ch.

Sie und Ihre Freunde sind zu diesem Vortrag herzlich eingeladen.

Für SGW- und SAC-Mitglieder der Sektion Toggenburg ist der Eintritt frei.

Nichtmitglieder leisten einen Unkostenbeitrag von Fr. 18.00.

EINLADUNG ZUM

Vortrag von
Fabio Zingg und Jon Guler, beide Outdoor-Fotografen

Abenteuer und Schönheiten in den Schweizer Bergen

15. Oktober 2025, 20.00 Uhr

Berufs- und Weiterbildungszentrum Toggenburg, Bahnhofstr. 29, 9630 Wattwil

In ihrem Vortrag geben Fabio Zingg und Jon Guler einen kurzen Einblick in ihre ganz persönliche Reise als Outdoor-Fotografen. Zunächst stellen sie ihren Werdegang und die Entstehungsgeschichte von "The Alpinists" vor, berichten auch über ihr gemeinsames Buchprojekt "Lost in the Alps" und Motive und Erlebnisse, die sie dazu inspiriert haben.

Im Hauptteil nehmen die beiden Jungunternehmer die Zuhörer und Zuhörerinnen mit auf ihre Abenteuer in der Natur und in der Schweizer Bergwelt: atemberaubende Bilder, unglaubliche Aussichten, phänomenale Orte und imposante Gipfel. Sie erzählen von ihren spannendsten Touren, der Faszination, die sie immer wieder in die Wildnis treibt, und den Herausforderungen, die sie auf diesen Reisen meistern mussten. So möchten sie ihre Leidenschaft für die Berge und das Erleben unberührter Landschaften in den Berner, Bündner und Walliser Alpen und im nahen Alpstein teilen und jeden ermutigen, die Magie der Natur selbst zu entdecken.

Fabio Zingg: Jahrgang 1999

Als leidenschaftlicher Fotograf zieht es Fabio immer wieder in den Norden und die Schweizer Berge, um die wilde Schönheit dieser Landschaften einzufangen. Auf Social Media teilt er seine Eindrücke und hofft, andere für die Faszination der Natur zu begeistern. Mit seiner Kamera hält er jene Augenblicke fest, die jedem Abenteuer einen Hauch von Magie verleihen.

Jon Guler: Jahrgang 1999

Als Outdoor-Enthusiast hat Jon schon immer gerne die Berge erkundet. Dort begann seine Leidenschaft für Natur und Sport schon als Kind. Mit der Begeisterung für Kameras und einem Auge für Details verbindet er seine technischen Interessen mit Abenteuern in der Natur, immer mit dem Ziel, die einzigartige Magie unserer Berge einzufangen.

Sie und Ihre Freunde sind zu diesem Vortrag herzlich eingeladen.

Für SGW- und SAC-Mitglieder der Sektion Toggenburg ist der Eintritt frei.

Nichtmitglieder leisten einen Unkostenbeitrag von Fr. 18.00.



MERINO

WONDER

Gönnen Sie Ihren Füßen die wohltuende Kraft der Merinowolle.

merinowonder.ch

Schmid AG



Schreinerei · Innenausbau

Küchen · Möbel · Türen · Schränke

Bleikenstrasse 54 · 9630 Wattwil

Telefon 071 988 36 33

info@schmid-wattwil.ch · www.schmid-wattwil.ch



20 Jahre Füße hochlegen?

Nutzen Sie die Chancen von Vorsorgefonds für einen unbeschwerten dritten Lebensabschnitt

RAIFFEISEN



Weber

Strassenbau
Hochbau
Tiefbau

E.Weber AG
Ebnaterstrasse 79
9630 Wattwil

Telefon 071 987 59 10
info@weber-wattwil.ch
www.weber-wattwil.ch





Pack den Sommer
Wir rüsten dich aus.



Alles für deine Sommertouren
auf baechli-bergsport.ch



Filiale St. Gallen | Breitfeldstrasse 13 | 9015 St. Gallen

Für Ihre Traumküche ist uns
kein Weg zu weit.

