



**SAC Sektion Toggenburg**

**Sektion Toggenburg**

**Schweizer Alpen-Club SAC**

Club Alpin Suisse

Club Alpino Svizzero

Club Alpin Svizzer



# Tourenprogramm 2026



Tag	Anlass	Kenn- zeichnung	Bewer- tung	Tourenleiter Tourenleiterin	KiBe	JO	Sektion	Senioren
<b>Januar</b>								
3./4.	Skitourenkurs obererbs Hütte Elm	ST	L/WS	F.Kalt, S. Ebnetzer				
8.	LVS Ausbildung Sellamatt	ST/SST	WS	Hans Egli				
10.	Fanenstock	ST	WS	Fabio Lichtensteiger				
10.	Skitour in den Flumserbergen	ST	WS	Stephan Hobi				
15.	Gössigerhöhe	ST	L	Cornelia Kobel				
15.	Schwellbrunn	SST	T2	Paul Frischknecht				
15.	Skitour nach Verhältnis	ST	WS-ZS	Josef Meier				
17.	Skitour in St. Antönien	ST	WS+	M.Sewer				
18.	Rotrüfner	ST	WS+	R. Brunner				
20.	Kamor	ST	WS	Cornelia Kobel				
22.	Gössigerhöhe	SST	T2	Paul Frischknecht				
22.	Skitour nach Verhältnis	ST	WS	Hans Egli				
24.	Wissgandstöckli	ST	ZS	M. Berliat, J. Forster				
24.-26.	Skitour Anf. & Fortg. um Splügen	ST	WS	F Kalt, M. Breitschmid				
25.	Skitour n. V. für wenig Erfahrene	ST	WS+	M. Berliat, J. Forster				
27.	Workshop Skitourenguru	Kurs		Heiner Wyrsh				
29.	Amden	SST	T2	Niklaus Imhof				
29.	Skitour Gauschla	ST	ZS	Thomas Jenni				
31.	Tanzboden bei Fast-Vollmond	ST	WS	Anita Gehrig				
<b>Februar</b>								
5.	Lehmen- Kronberg	SST	T2	Paul Frischknecht				
5.	Drei Eggentour	ST	WS-ZS	Josef Meier				
7.	Näbelchäppler	ST	ZS+	P. Frei, F. Lichtensteiger				
7./8.	Maighelshütte	ST	ZS+	P. Kressibucher u.a.				
8.	Rossstock	ST	ZS-	Sepp Meier				
8.	Skitour auf den Redertenstock	ST	WS	Donat Widmer				
10.	Hinterfallenkopf	ST	WS	Cornelia Kobel				
12.	Sassauna	ST	WS	Marlis Rohner				
14.	Skitour Rheintal	ST	WS+	Martin Breitschmid				
14./15.	Rondom bzw. Ersatztour	ST	ZS+	Hp. Kalt				
17.-19.	Skitourentage Monstein	ST	WS-ZS	Hans Egli				
19.	Risipass	SST	T1	Niklaus Imhof				

Tag	Anlass	Kenn- zeichnung	Bewer- tung	Tourenleiter Tourenleiterin	KiBe	JO	Sektion	Senioren
20.	Generalversammlung			SAC				
21.	Bruschhorn o. Piz Beverin	ST	ZS-	Josef Meier				
21./22.	Leiterweekend	ST	ZS	Silvan Ebnetter				
22.	Chli Kärpf	ST	WS	Rolf Brunner				
26.	Rosswies	ST	WS-ZS	Thomas Jenni				
28.-1.	Bärenhorn, Piz Tomül (Safiental)	ST	ZS	Daniel Wildermuth				
<b>März</b>								
1.	Surettahorn	ST	ZS-	Josef Meier				
4.-8.	Berner West Haute Route	SH	ZS	S. Ebnetter u. a.				
5.	Morga und Wanderung	W	T1	Niklaus Imhof				
5.	Skitour nach Verhältnis	ST	WS-ZS	Josef Meier				
7./8.	Skitouren Surselva	ST	ZS	Hp. Kalt				
8.	Piz Tumpiv	ST	ZS+	Rolf Brunner				
8.	Säntisabfahrt	ST	WS	Richi Hollenstein				
11.-13.	Bergün	SST	T2	Kurt Rohner				
12.	Ruine Schenkenberg	W	T2	Beni Bachmann				
12.	Skitour nach Verhältnis	ST	WS-ZS	Thomas Jenni				
19.	Richterswil - Pfäffikon	W	T2	Niklaus Imhof				
19.	Skitour nach Verhältnis	ST	WS	Hans Egli				
19.-21.	Skitouren in Vals	ST	ZS	Hans Fitzi u. a.				
21./22.	Clariden und Gross Schärhorn	ST	ZS	Patrick Frei u. a.				
21./22.	Skihochtour Rheinwaldhorn	ST	ZS-	Salome Rüttsche				
25./27.	Skitourentage Avers	ST	WS-ZS	Josef Meier				
26.	St.Anton - Bodensee	W	T2	Monika Stalder				
28.	Botanikkurs	W	T2	Monika Stalder				
28.	Oberalpstock	ST	WS	Julien Veya				
29.	Lägern Regensberg - Baden	W	T3	Regula Vogel				
30.-2.	Skihochtouren UR-HR, Sustenhorn	ST	ZS+	Albert Brunner				

Tag	Anlass	Kenn- zeichnung	Bewer- tung	Tourenleiter Tourenleiterin	KiBe	JO	Sektion	Senioren
<b>April</b>								
2.	3 Burgruinen, Haldenstein GR	W	T1	Reini Wick				
2.	Skitour nach Verhältnis	ST	WS-ZS	Josef Meier				
3.-6.	Osterlager in Ausserferrera	ST	L-ZS	Donat Widmer				
9.	Homberg Rundwanderung	W	T1	Rosmarie Stillhart				
9.-12.	Bernina	SH	ZS	Hans Fitzi				
16.	Madame Bluescht Weg TG	W	T2	Marlis Rohner				
17.-19.	Klettern im Tessin	K	3a-8a	Fabian Breitschmid				
18./19.	Piz Morteratsch	ST	ZS+	Julien Veya				
19.-23.	Walliser Haute Route	SH	ZS	Bruno Bösch				
23.	Steg-Poalp-Wald	W	T2	Rosmarie Germann				
24.-26.	Comersee - Frühlingserwachen	W	T3	Thomas Furter				
26.	Schnupperklettern ganze Familie	K	3a-7a	Regula Arpagaus				
30.	Bremgarten-Muri	W	T1	Eva Hehli, E.Künzle				
30.	Biketour rund um Wil	MTB	S2	Thomas Jenni				
<b>Mai</b>								
2.	Vollmondwanderung	W	T1	Niklaus Imhof				
2.	Toggenburg / Appenzellerland	Bike	S2	Heiner Wyrsch u.a.				
2.	Hulfteggstafette	SA		Donat Widmer				
3.	Tösstal	W	T3	Peter Fähndrich				
7.	Rundwanderung Glarus	W	T1	Eva Hehli, E.Künzle				
7.	Stockberg	W	T2	Beni Bachmann				
9.	Klettern Stoos	K	K4	Thomas Jenni				
10.	Stockflue, Hoflue, Gersau	W	T5	Melanie Kuratli				
14.	Entlang der Goldach	W	T2	Monika Stalder				
14.-17.	Barre des Ecrins	SH	ZS	Bruno Bösch				
16./17.	Kletterkurs	K	3a-5a	Silvan Ebnetter				
21.	Bachtobelweg	W	T2	Klara Zürcher				
21.	Bike&Climb Stoos	K	4	Thomas Jenni				
23.-25.	Pfingstlager in Schwyz	K	3a-7a	J. Eggenberger				
28.	Fläsch-Guscha-Balzers	W	T3	Monika Stalder				
28.	Fläsch - St. Luziensteig	W	T1	Elisabeth Künzle				
30./31.	Refresher Zwinglipass	H	WS	Bruno Bösch				
31.	Techniktraining fürs Klettern	K	3a-7a	Laira Meier				

Tag	Anlass	Kenn- zeichnung	Bewer- tung	Tourenleiter Tourenleiterin	KiBe	JO	Sektion	Senioren
<b>Juni</b>								
4.	Garichtistausee	W	T2	E. Künzle, E.Hehli				
4.	Zugerberg-Sattel	W	T2	Niklaus Imhhof				
5.-7.	Tourenleiterweiterbildung	H	WS	Heiner Wyrsh				
11.	Spirstock	W	T2	Beni Bachmann				
11.	Unterägeri - Zug	W	T1	Rosmarie Stillhart				
13./14.	Unterwegs im Tössquellgebiet	W	T4	Peter Fähndrich				
13./14.	Hochtourenkurs	H	L/WS	S. Ebnetter, F. Kalt				
13./14.	Piz Palü Überschreitung	H	WS	Julien Veya				
13.	Bouldern im Murgtal	K	3a-7a	Laira Meier				
16.	"Grenzerfahrung" Moskau - Schaffh.	W	T2	Heinz Egli				
18./19.	Jurawanderung	W	T2	Monika Stalder				
18.	Klettern am Mattstock	K	4	Thomas Jenni				
18.	Nüenchamm	W	T4	M.Rohner, K. Zürcher				
19.	Vom Kleintal ins Grosstal	W	T6	Sara Bachmann				
20./21.	Vrenelisgärtli, Ruchen	H	WS	Nick Baumann				
20./21.	JO-Hochtourenausbildung	H	WS	Mischa Kohler				
25.	Hirschensprung - Oberriet	W	T2	Rosmarie Germann				
27.	Hötteträgete	W	L	Hüttenteam				
27./28.	Hötteträgete u. Klettern Zwinglipass	K	3a-6a	Mischa Kohler				
28.	Klettern Zwinglipass	K	4	Thomas Jenni				
28.	Schwarzstöckli - Gufelstock - Fessis	W	T4	Rolf Brunner				
<b>Juli</b>								
2.	Grillplausch	W	T1	Sandra Tschudi				
4./5.	Vrenelisgärtli	H	WS	Carsten Kluzynsky				
4./5.	Gross Spannort	H	WS	Nick Baumann				
4./5.	Klettern an den Kreuzbergen	K	3a-6a	J. Eggenberger				
9.	Rinerhorn	W	T2	Monika Stalder				
9./10.	Kistenstöckli	W	T4	Kurt Rohner				
10.-12.	Tödi	H	WS	Josef Meier				
13.-17.	Tourenwoche Grand Muveran	W	T4	Josef Meier				
16.	Braunwald - Bärentritt - Gumen	W	T3	Klara Zürcher				
16.	Braunwald - Seblengrad - Gumen	W	T1	C. Lieberherr				

Tag	Anlass	Kenn- zeichnung	Bewer- tung	Tourenleiter Tourenleiterin	KiBe	JO	Sektion	Senioren
16.-18.	Wetterhorn	H	ZS 3a	Hans Fitzi				
17.-19.	Sellamatt - Sargans	W	T4	Peter Fähndrich				
17./18.	Val Russein, Camona da Punteglias	W	T5	Melanie Kuratli				
18.	Klettern Bockmattli	K	K5	Thomas Jenni				
22./23.	Oberbauenstock	W	T4	Marlis Rohner				
23.	Biketour Dietschwil - Littenheid	MTB	S2	Thomas Jenni				
24.-26.	Klettertouren im Alpstein	K	bis 5c	S. Ebnetter				
25.	Höch Windgällen Rundtour	W	T5	Rolf Brunner				
25.-31.	Sommerlager KiBe/JO	H/K	WS/3a-6a	F. Breitschmid u.a.				
30.	Kreuzberge	K	4	Thomas Jenni				
30./31.	Mittagshorn	W	T4	Kurt Rohner				
<b>August</b>								
6./7.	Sunnigrat - Jakobiger	W	T5	Hans Egli				
8.-15.	Wanderwoche Les Diablerets	W	T1-T4	Leiterteam Senioren				
8./9.	Bike & Hike Alp Prada	MTB/W	S2/T5	J. Meier, N. Baumann				
8./9.	Klettern am Stoss	K	3a-6b	Fabian Breitschmid				
14.-16.	Bigerhorn	W	T3	Regula Vogel				
14.-16.	Tamierhorn Basòdino	H/W	WS/T5	Josef Meier				
15./16.	Chammhalden, Säntis Ostgrat	W	T5	Nick Baumann				
16.	Trotzigplangstock Südgrat	K	4c	David Karrer				
20./21.	Spitzmeilen - Murgseen	W	T5	Hans Egli				
22./23.	Ringelspitz	H	ZS	R. Büchel				
22./23.	Claridenüberschreitung	H	WS	Sara Bachmann				
22./23.	Klettern mit JO Rossberg	K	3a-7a	Laira Meier				
26.-29.	Spektakuläre Wasserwege	W	T4	Otto Wohlwend				
27.	Euthal - Chli Aubrig - Innerthal	W	T2	Rosmarie Germann				
28./29.	Klettersteige Engadin	KS	K4/K5	Hans Fitzi				
29./30.	Trail Perlen Albula	MTB	S2	Hannes Schweiter				
29./30.	Brisen, Schwalmis, Oberbauenstock	W	T4	Thomas Furter				
29./30.	Hochtour Gletscherhorn	H	ZS, 4a	Saskia Lehner				
30.	Canyoning Tour	Canyon	L	D. Suntinger/ F. Kalt				
31.-5.	Tourenwoche Berner Oberland	W	T3	Paul Frischknecht				

Tag	Anlass	Kenn- zeichnung	Bewer- tung	Tourenleiter Tourenleiterin	KiBe	JO	Sektion	Senioren
<b>September</b>								
3.	Taminaschlucht-Pfäfers	W	T2	Monika Stalder				
5.	Pizol	W	T4	Karl-Heinz Knappe				
6.	Klettern am Mattstock	K	3a-6a	Marlies Kuratli				
10.	Leglerhütte	W	T2	C. Lieberherr				
10.	Schilstal	W	T2	E. Hehli, E.Künzle				
10./11.	Nationalpark Cluozzahütte	W	T3	Kurt Rohner				
11.-13.	Urnerland - Nidwaldnerland	W	T4+	Peter Fähndrich				
12.	Bike & Hike Glegghorn	W	T4	Nick Baumann u.a.				
16./17.	Urirotstock	W	T4	Marlis Rohner				
17.	Klöntal - Wägital	W	T2	Niklaus Imhof				
19./20.	Canyoning Tessin			Saskia Lehner				
22.	Tourenleitersitzung	SA		Marlis Rohner				
24.	Ämpächli - Chüeboden - Mettmen	W	T3	Rosmarie Germann				
24./25.	Klettersteig Sulzfluh	KS	K 4-5	Hans Egli				
25.-27.	Mon Viso	HT	ZS	Bruno Bösch				
<b>Oktober</b>								
1.	Hirzli - Planggenstock	W	T3	Niklaus Imhof				
1.	Hulftegg - Gähwil	W	T1	Rosmarie Stillhart				
3.	Klettern Brüggler	K	bis 5a	Hans Fitzi				
3.	Züsler - Highway	W	T4	Melanie Kuratli				
3.-10.	Herbstlager in Orgon	K	3a-8a	M. Kuratli, L. Meier				
8.	Hinterrugg	W	T3	C. Lieberherr				
8.	Eschnerberg FL	W	T2	Beni Bachmann				
10./11.	Sur En - Uina - Sasvenna - S-charl	W	T3	Regula Vogel				
15.	Aadorf - Frauenfeld	W	T1	E. Künzle, E. Hehli				
15.	Schibestoll	W	T3	Kurt Rohner				
16.	Leitersitzung	SA	-	M. Kohler u.a.				
17./18.	3000-er nach Verhältnissen	H	WS	Julien Veya				
22.	Schauenberg bei Elgg	W	T1	Rosmarie Stillhart				
22.	Biketour	MTB	S2	Thomas Jenni				
29.	Spielnachmittag	SA		Marlis Rohner				
31./1.	Gambarogno	W	T3	Peter Fähndrich				

Tag	Anlass	Kenn- zeichnung	Bewer- tung	Tourenleiter Tourenleiterin	KiBe	JO	Sektion	Senioren
<b>November</b>								
1.	Metzgete Wolzenalp	W	T1	Agnes Heuberger				
5.	Gossau-Uzwil	W	T1	E. Künzle, E. Hehli				
7.	Drytooling in Wasserauen	D	bis 5c	S. Freyvogel u.a.				
7.	Guschagrät	W	T3	Regula Vogel				
8.	Silberplattenköpfe	Kraxli/Klettern		Bruno Bösch				
12.	Glücksberg	W	T2	Reini Wick				
14./15.	Höhlentour	W	L	Nick Baumann				
14./15.	Hauptversammlung, Ausklettern	SA/K	3a-7a	Salome Haller				
19.	Nussbaumen-Stein a Rhein	W	T1	Niklaus Imhof				
26.	Schlusshöck	SA		Marlis Rohner				
<b>Dezember</b>								
3.	Stockberg	ST	WS	Marlis Rohner				
6.	Samichlaus Chrüzegg	SA		Bruno Jäger				
10.	Raclette auf dem Zwinglipass	ST/SST	WS	Egli Hans				
12.	Skitour für Einsteiger	ST	max.WS	M. Berliat u. a.				
13.	Skitour nach Verhältnissen	ST	max.ZS	J. Forster				
17.	Schneeschuhtour	SST	T2	Paul Frischknecht				
19.	Skitour in Madrisa	ST	WS	Fabio Lichtensteiger				
20.	Skitour für wenig Erfahrene	ST	max.WS	M. Berliat, J. Forster				
24.	Hinterfallenchopf	ST	WS	Marlis Rohner				
31.	Silvesterwanderung	W	T1	Sandra Tschudi				
31.	Hochalp	ST/SST	WS	Reini Wick				
31.	Silvester auf dem Zwinglipass	ST/SST	WS	Hans Egli				
<b>Kletterwand Lichtensteig</b>								
Jeden Montag im Winterhalbjahr 18.30 – 19.45				Gregor Metzger				
Jeden Montag im Winterhalbjahr 19.45 – 21.45				Gregor Metzger				

Informationen zur Belegung und Betreuung sind auf [www.sac-toggenburg](http://www.sac-toggenburg) verfügbar

## Winterwanderungen für Senior:innen am Donnerstag

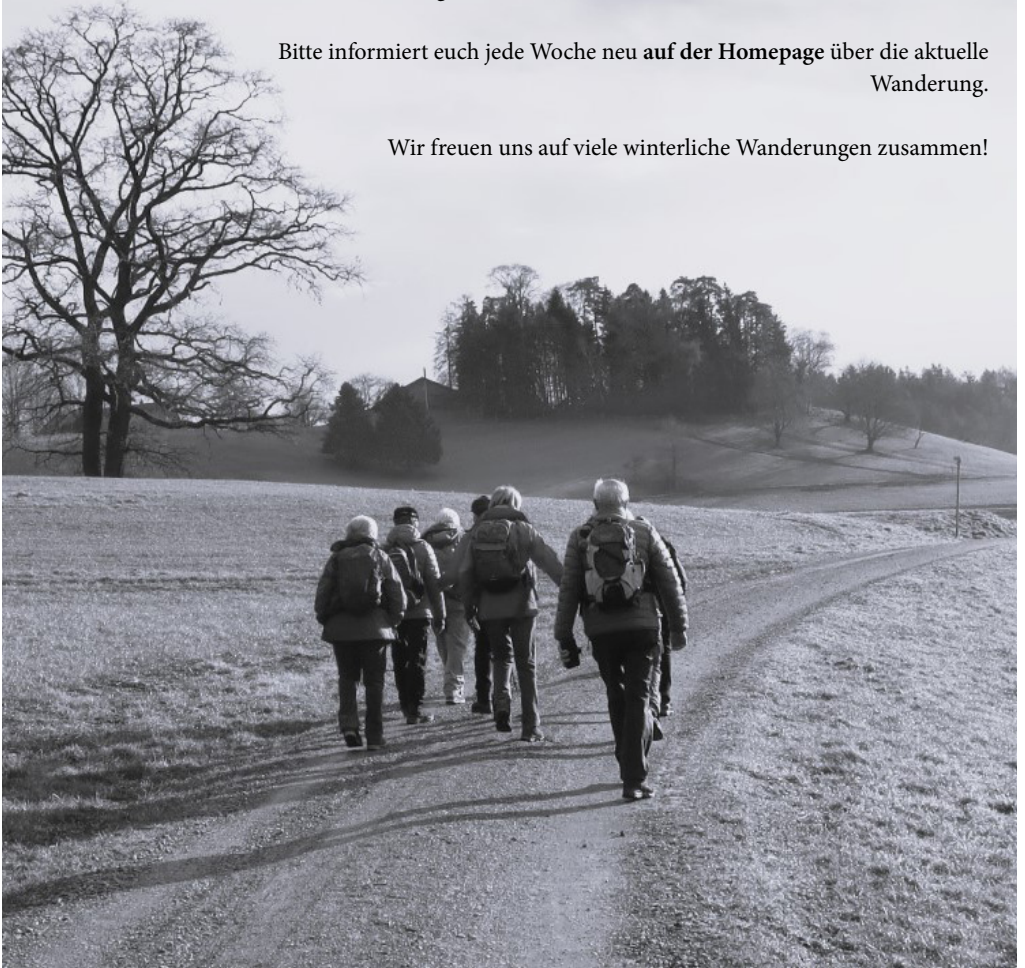
Ab 8. Januar 2026 bieten wir jeden Donnerstag im Januar und Februar einfache Winterwanderungen für Seniorinnen und Senioren an – perfekt für alle, die die verschneite Landschaft geniessen möchten, ohne gleich auf Schneeschuhe umzusteigen.

Die Touren dauern rund 2 Stunden und werden von verschiedenen Tourenleitenden geführt.

Wichtig: Diese Touren erscheinen nicht in den Clubnachrichten.

Bitte informiert euch jede Woche neu **auf der Homepage** über die aktuelle Wanderung.

Wir freuen uns auf viele winterliche Wanderungen zusammen!



## Vorstand

<b>Präsidentin</b>	Melanie Kuratli Saal 1004, 9606 Bütschwil	M: 079 360 65 81	praesi@sac-toggenburg.ch
<b>Aktuar + Vizepräsident</b>	Bruno Jäger Wenzelstrasse 3, 9608 Ganterschwil	M: 077 420 23 32	aktuar@sac-toggenburg.ch
<b>Finanzen</b>	Doris Frischknecht Rübach 6, 9643 Krummenau	M: 079 295 22 54	finanzen@sac-toggenburg.ch
<b>Hüttenchef</b>	Hans Egli Hulfteggstr. 25, 9534 Gähwil	P: 079 449 94 33 Hütte: 071 999 24 36	huettenchef@sac-toggenburg.ch
<b>Mitgliederverwaltung</b>	Andrea Eberhard Boolwisstrasse 10, 9533 Kirchberg		mitglieder@sac-toggenburg.ch
<b>Tourenchef</b>	Florian Kalt Küntwilerstrasse 48, 6343 Rotkreuz	M: 079 532 69 20	touren@sac-toggenburg.ch
	Heiner Wyrsch Kolosseumstrasse 25, 9008 St. Gallen	M: 079 438 14 94	
<b>KiBe/Jugend Co-Leitung</b>	Marc Gantenbein Rosenweg 4, 9552 Bronschhofen	M: 077 488 06 69	jugend@sac-toggenburg.ch
	Mischa Kohler Dorfstrasse 15, 8849 Alpthal	M: 077 430 85 26	
<b>Seniorengruppe</b>	Marlis Rohner Helblig 2428, 9642 Ebnat-Kappel	M: 078 711 26 03	senioren@sac-toggenburg.ch
<b>Kultur</b>	Markus Frey Schulstrasse 6, 9607 Mosnang	P: 071 983 32 62	kultur@sac-toggenburg.ch
<b>Umwelt</b>	Eugen Mäder Hinterdorfstrasse 10, 9607 Mosnang	M: 077 430 91 37	umwelt@sac-toggenburg.ch
<b>Alpine Rettung</b>	Beat Oehler Moosstrasse 83, 9658 Wildhaus	P: 071 999 13 32 M: 078 708 51 50	rettung@sac-toggenburg.ch
<b>Redaktion</b>	Xenia Kalt Moosweg 1, 4812 Mühlethal	M: 079 614 23 05	redaktion@sac-toggenburg.ch
<b>Revisorin</b>	Mirjam Lang Säntisstrasse 11, 9607 Mosnang	M: 078 728 96 36	revision@sac-toggenburg.ch

## Ressort-Leiter

<b>Zwinglipasshütte Reservation, Schlüsseldepot</b>	Ruth Lüthi Sonnmattstrasse 3, 9532 Rickenbach	071 565 36 21	reservation@sac-toggenburg.ch
<b>Kletterwand</b>	Bruno Hari Bunt 9, 9127 St. Peterzell	P: 071 377 24 03 M: 079 336 95 86	kletterwand@sac-toggenburg.ch
<b>Bibliothek/ Archiv</b>	Thomas Jenni Grüenastr. 16, 9630 Wattwil	P: 071 988 60 38 M: 079 238 46 24	
<b>Homepage</b>	Xenia Kalt Moosweg 1, 4812 Mühlethal	M: 079 614 23 05	homepage@sac-toggenburg.ch
<b>J+S Coach</b>	Saskia Lehner Tina 4, 9467 Frümisen		jscoach@sac-toggenburg.ch

# Tourenausrüstung

Diese Ausrüstungsliste stellt die empfohlene Ausrüstung der Teilnehmenden dar. Ergänzungen werden in der Tourenausschreibung erwähnt.

## Ski-, Snowboard- und Schneeschuhtouren

- Tourenskis mit Steigfellen
- Harscheisen
- (Snowboard, Schneeschuhe)
- Skistöcke
- LVS (Ersatzbatterien bei Mehrtagestouren)
- Lawinenschaufel
- Lawinsonde
- Mütze
- Handschuhe (ev. Ersatzhandschuhe)
- Sonnenbrille (ev. Ersatzsonnenbrille)
- Skibrille
- Sonnenschutzmittel
- Kleine Apotheke inkl. Alurettungsdecke
- Der Witterung und Jahreszeit entsprechende Kleidung
- Verpflegung
- Stirnlampe (Ersatzbatterien bei Mehrtagestouren)
- Helm (wird sehr empfohlen!)

## Skihohtouren

Wie Skitouren jedoch zusätzlich:

- Klettergurt
- 3 HMS-Karabiner
- 2 Reepschnurstücke (Durchm. 6 mm; Länge ca. 4 m)
- Eispickel
- Steigeisen (angepasst)

## Hochtouren

- Klettergurt
- 3 HMS-Karabiner
- 2 Expressschlingen
- 2 Reepschnurstücke (Durchm. 6 mm; Länge ca. 4 m)
- 1 Bandschlinge (Länge 1.2 m)
- Abseilgerät mit Prusikschlinge (Durchm. 6 mm)
- Helm
- Eispickel
- Steigeisen (angepasst)
- Mütze
- Handschuhe (ev. Ersatzhandschuhe)
- Sonnenbrille (ev. Ersatzsonnenbrille)
- Sonnenschutzmittel
- Stirnlampe (Ersatzbatterien bei Mehrtagestouren)
- Kleine Apotheke inkl. Alurettungsdecke
- Der Witterung und Jahreszeit entsprechende Kleidung
- Verpflegung

## Klettertouren

- Klettergurt
- 3 HMS-Karabiner
- 4 Expressschlingen
- 2 Bandschlingen (Länge 1.2 m)
- 2 Bandschlingen (Länge 0.6 m)
- 1 Reepschnurstück (Durchm. 6 mm; Länge ca. 4 m)

- Abseilgerät mit Prusikschlinge (Durchm. 6 mm)
- Kletterfinken (ab dem III. Schwierigkeitsgrad)
- Helm
- Sonnenbrille (ev. Ersatzsonnenbrille)
- Sonnenschutzmittel
- Kleine Apotheke inkl. Alurettungsdecke
- Der Witterung und Jahreszeit entsprechende Kleidung
- Verpflegung
- Stirnlampe (Ersatzbatterien bei Mehrtagestouren)

## Klettersteigtouren

- Klettergurt
- **Klettersteigset (mit Falldämpfer (Schlingen mit Karabiner sind nicht gestattet!))**
- Helm
- 2 HMS-Karabiner
- 1 Bandschlinge (Länge 1.2 m)
- Sonnenbrille (ev. Ersatzsonnenbrille)
- Sonnenschutzmittel
- Kleine Apotheke inkl. Alurettungsdecke
- Der Witterung und Jahreszeit entsprechende Kleidung
- Verpflegung
- Handschuhe (Schutz der Hände bei den Stahlseilen)
- **Tourenleiter:** Halbseil (9 mm), Länge mind. 20 Meter

## Kennzeichnung und Bewertung der Touren

Kurzbezeichnung	Bezeichnung	Bewertung nach
K	Klettertour	Kletterskala
B	Bergtour	Berg- und Hochtourenskala
H	Hochtour	
ST	Skitour	Skiskala
SB	Snowboardtour	
SST	Schneeschuhtour	Schneeschuhtourenskala
W	Wanderung	Berg- und Alpinwanderskala
KS	Klettersteigtouren	Klettersteigskala
MTB	Mountainbike-Tour	Angaben des Tourenleiters
LL	Langlauf	Angaben des Tourenleiters
TR	Trailrunning	Angaben des Tourenleiters
SA	Sonderanlass	Angaben des Tourenleiters

Die unten aufgeführten Skalen wurden in verkürzter und leicht geänderter Form von den offiziellen SACSKalen übernommen. Die vollständigen Fassungen können unter <https://www.sac-cas.ch/de/ausbildung-und-wissen/tourenplanung/schwierigkeitsskalen/> eingesehen werden.

### Kletterskala (K)

UIAA-Grad	Franz.-Grad	Beschreibung
I		Geringe Schwierigkeiten. Einfachste Form der Felskletterei (kein leichtes Gehgelände!) Die Hände sind zur Unterstützung des Gleichgewichtes erforderlich. Anfänger müssen am Seil gesichert werden. Schwindelfreiheit bereits erforderlich.
II		Mässige Schwierigkeiten. Fortbewegung mit einfachen Tritt- und Griffkombinationen (Drei-Haltepunkte-Technik).
III	3a, 3b	Mittlere Schwierigkeiten. Zwischensicherungen an exponierten Stellen empfehlenswert. Senkrechte Stellen oder gutgriffige Übergänge verlangen bereits Kraftaufwand.
IV	4a, 4b	Grosse Schwierigkeiten. Erhebliche Klettererfahrung notwendig. Längere Kletterstellen erfordern meist mehrere Zwischensicherungen.
V	4c, 5a, 5b	Sehr grosse Schwierigkeiten. Zunehmende Anzahl der Zwischensicherungen ist die Regel. Erhöhte Anforderungen an körperliche Voraussetzungen, Klettertechnik und Erfahrung. Lange hochalpine Routen im Schwierigkeitsgrad V zählen bereits zu den ganz grossen Unternehmungen in den Alpen
VI	5c, 5c+, 6a-, 6a	Überaus grosse Schwierigkeiten. Die Kletterei erfordert überdurchschnittliches Können und einen guten Trainingsstand. Grosse Ausgesetztheit, oft verbunden mit kleinen Standplätzen. Passagen dieser Schwierigkeit können in der Regel nur bei guten Bedingungen durchstiegen werden.

**Berg- und Hochtourenskala (B und H)**

Grad	Fels	UIAA Grad	Firn und Gletscher
L	Einfaches Gehgelände (Geröll, einfacher Blockgrat)	ab I	Einfache Firnhänge, kaum Spalten
WS	Meistens noch Gehgelände, erhöhte Trittsicherheit nötig, Kletterstellen übersichtlich und problemlos	ab II	In der Regel wenig steile Hänge, kurze steilere Passagen, wenig Spalten
ZS	Wiederholte Sicherung notwendig, längere und exponierte Kletterstellen	ab III	Steile Hänge, gelegentlich Standplatzsicherung, viele Spalten, kleiner Bergschrund
S	Guter Routensinn und effiziente Seilhandhabung erforderlich, lange Kletterstellen, erfordern meistens Standplatzsicherung	ab IV	Sehr steile Hänge, meistens Standplatzsicherung notwendig, viele Spalten, grosser Bergschrund
SS	In den schwierigen Abschnitten durchgehende Standplatzsicherung nötig, anhaltend anspruchsvolle Kletterei	ab V	Anhaltendes Steilgelände, durchgehende Standplatzsicherung

**Berg- und Alpinwanderskala (W)**

Grad	Weg/Gelände	Anforderungen
T1 Wandern	Weg gut gebahnt. Falls vorhanden, sind exponierte Stellen sehr gut gesichert. Absturzgefahr kann bei normalem Verhalten weitgehend ausgeschlossen werden.	Keine spezifischen Anforderungen. Orientierung problemlos, in der Regel auch ohne Karte möglich.
T2 Bergwandern	Weg mit durchgehendem Trasse. Gelände teilweise steil. Absturzgefahr nicht ausgeschlossen.	Elementare Trittsicherheit. Elementares Orientierungsvermögen.
T3 Anspruchsvolles Bergwandern	Weg nicht unbedingt durchgehend sichtbar. Gelände steil. Ausgesetzte Stellen können mit Seilen oder Ketten gesichert sein. Geröllflächen, leichte Schrofen. Eventuell braucht man die Hände fürs Gleichgewicht. Zum Teil exponierte Stellen mit möglicher Absturzgefahr.	Trittsicherheit. Durchschnittliches Orientierungsvermögen. Elementare alpine Erfahrung.
T4 Alpinwandern	Wegspuren, oft weglos. Raus Steilgelände. Einzelne einfache Kletterstellen (I). Blockfelder. Steile Grashalden und Schrofen. Einfache Schneefelder. Gletscherpassagen, meist markiert. Exponierte Stellen mit Absturzgefahr.	Vertrautheit mit exponierten Passagen. Gute Trittsicherheit. Gutes Orientierungsvermögen. Alpine Erfahrung, elementare Geländebeurteilung. Elementare Kenntnisse im Umgang mit alpinechnischen Hilfsmitteln. Bei Wettersturz kann ein Rückzug schwierig werden.
T5 Anspruchsvolles Alpinwandern	Wegspuren, oft weglos. Raus Steilgelände. Einfache Kletterpassagen (I–II). Anspruchsvolle Blockfelder. Sehr steile Grashalden und Schrofen. Steile Schneefelder. Gletscherpassagen, manchmal markiert. Exponiertes Gelände, über längere Strecken Absturzgefahr.	Vertrautheit mit exponiertem Gelände. Sehr gute Trittsicherheit. Sehr gutes Orientierungsvermögen und Gespür für die Routenfindung. Vertiefte alpine Erfahrung, sichere Geländebeurteilung. Gute Kenntnisse im Umgang mit alpinechnischen Hilfsmitteln. Bei Wettersturz kann ein Rückzug sehr schwierig werden.
T6 Schwieriges Alpinwandern	Meist weglos. Ausgeprägtes Steilgelände. Längere Kletterstellen (II). Heikle Blockfelder. Äusserst steile Grashalden und Schrofen. Heikle Schneefelder. Gletscherpassagen. Sehr exponiertes Gelände, über längere Strecken erhöhte Absturzgefahr	Vertrautheit mit sehr exponiertem Gelände. Ausgezeichnete Trittsicherheit. Sehr gutes Orientierungsvermögen und Gespür für die Routenfindung. Ausgereifte alpine Erfahrung, sehr sichere Geländebeurteilung. Versierter Umgang mit alpinechnischen Hilfsmitteln. Bei Wettersturz kann ein Rückzug sehr schwierig werden.

## Skiskala (ST und SB)

Grad	Steilheit	Geländeform Aufstieg und Abfahrt	Engpässe In der Abfahrt	Ausgesetztheit
L	unter 28 °	Weich, hügelig, mit glattem Untergrund	Keine Engpässe	Keine Ausrutschgefahr
WS	um 30 °	In der Regel offene Hänge mit einzelnen kurzen Steilstufen, Gräben, Buckel, Steinblöcke mit Ausweichmöglichkeiten, Spitzkehren sind nötig	Engpässe sind kurz und flach, Ski können laufen gelassen werden	Kurze Rutschwege, sanft auslaufend
ZS	um 35 °	Kurze Steilstufen ohne Ausweichmöglichkeit, die Abfolge von Hindernissen in mässig steilem Gelände erfordert gute Reaktion	Engpässe kurz, aber steiler, Abbremsen und Abschwingen sind notwendig	Längere Rutschwege mit Schwellen als Bremsmöglichkeit
S	um 40 °	Steilhänge ohne Ausweichmöglichkeit, sichere Spitzkehren, viele Hindernisse erfordern eine ausgereifte Fahrtechnik	Engpässe lang und steil, Untergrund eben, Kurzschwinger noch möglich	Lange Rutschwege, teilweise in Blöcke, Geröll, Wald auslaufend
SS	um 45 °	Allgemein sehr steiles Gelände, oft mit Felsstufen durchsetzt, viele Hindernisse in kurzer Folge	Engpässe sehr lange und sehr steil, Untergrund rau, das Kurzschwinger ist erschwert	Rutschwege in Steilstufen abbrechend

## Schneeschuhtourenskala (SST)

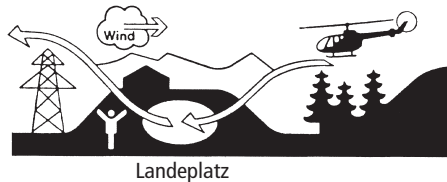
Grad	Gelände	Gefahren	Anforderungen
<b>WT1</b> Leichte Schneeschuhwanderung	< 25°. Insgesamt flach oder wenig steil. In der näheren Umgebung sind keine Steilhänge vorhanden	Keine Lawinengefahr Keine Abrutsch- oder Absturzgefahr	Lawinenkenntnisse nicht notwendig
<b>WT2</b> Schneeschuhwanderung	> 25°. Insgesamt flach oder wenig steil. In der näheren Umgebung sind Steilhänge vorhanden	Lawinengefahr. Keine Abrutsch- oder Absturzgefahr	Grundkenntnisse im Beurteilen der Lawinensituation
<b>WT3</b> Anspruchsvolle Schneeschuhwanderung	< 30°. Insgesamt wenig bis mässig steil. Kurze steilere Passagen	Lawinengefahr Geringe Abrutschgefahr, kurze auslaufende Rutschwege	Grundkenntnisse im Beurteilen der Lawinensituation
<b>WT4</b> Schneeschuhtour	> 30°. Mässig steil. Kurze steile Passagen und/oder Hangtraversen. Teilweise felsdurchsetzt. Spaltenarme Gletscher	Lawinengefahr Abrutschgefahr mit Verletzungsrisiko. Geringe Absturzgefahr.	Gute Kenntnisse im beurteilen der Lawinensituation. Gute Lauftechnik. Elementare alpinistische Kenntnisse
<b>WT5</b> Alpine Schneeschuhtour	< 35°. Steil Kurze steile Passagen und/oder Hangtraversen und/oder Felsstufen. Gletscher	Lawinengefahr Absturzgefahr. Spaltensturzgefahr. Alpine Gefahren	Gute Kenntnisse im beurteilen der Lawinensituation. Gute alpinistische Kenntnisse. Sicheres Gehen
<b>WT6</b> Anspruchsvolle alpine Schneeschuhtour	> 35°. Sehr steil Anspruchsvolle Passagen und/oder Hangtraversen und/oder Felsstufen. Spaltenreiche Gletscher	Lawinengefahr Absturzgefahr. Spaltensturzgefahr. Alpine Gefahren	Gute Kenntnisse im beurteilen der Lawinensituation. Sehr gute alpinistische Kenntnisse. Sicheres Gehen in Fels, Firn und Eis

**Klettersteigskala (KS)** (Quelle: Hüsler-Skala <http://www.romankoch.ch/alpinismus/klettersteigskala.htm>)

Grad	Weg/Gelände	Anforderungen	Referenztouren
<b>K1</b> (leicht)	In der Regel trassierte Steige, Sicherungen in Relation zum Gelände komfortabel	Grosse, natürliche Tritte, wo diese fehlen sind Stiegen, kurze Leitern und Eisenbügel montiert. Etwas ausgesetzte Passagen weisen durchgehend Seil oder Kettensicherungen auf (auch Seilgeländer). Für erfahrene Berggänger ist keine Selbstsicherung notwendig	Schreckhornhütte, Albinenleitern, Felsenweg Sustlihütte
<b>K2</b> (mittel)	Man bewegt sich abschnittsweise bereits in steilerem Felsgelände, die Route ist aber aufwändig gesichert	Steile oder senkrechte Passagen sind durch Leitern und/oder Eisenklammern entschärft. Auch in wenig schwierigem Gelände sichern Drahtseile oder Ketten den Klettersteigler. Selbstsicherung ratsam	Eiger-Rotstock, Rigidalstock-Klettersteig, Piz Julier
<b>K3</b> (ziemlich schwierig)	Die Route verläuft über längere Strecken in steilem, auch ausgesetztem Felsgelände (III. Schwierigkeitsgrad entsprechend), ist aber eher grosszügig gesichert	Es gibt keine Passagen, bei denen kräftiger Armzug notwendig ist. Selbstsicherung erforderlich	Tälli-Klettersteig, Klettersteig Graustock, Via ferrata Monte Generoso
<b>K4</b> (schwierig)	Steiles Felsgelände mit senkrechten Stellen, es gibt auch kleine, gut abgesicherte Überhänge. Vielfach verläuft die Route beträchtlich ausgesetzt, natürliche Tritte und Griffe sind oft klein	Auch an exponierten oder steilen Passagen ist nur eine Drahtseilsicherung vorhanden (Armkraft erforderlich). Künstliche Haltepunkte wie Haken oder Eisentritte lediglich an den schwierigsten Stellen. Eine Ausnahme bilden die Sportklettersteige „à la française“, die in der Regel weit aufwändiger gesichert sind, aber auch maximal ausgesetzte Passagen aufweisen	Klettersteig Fürenwand, Pinut ob Flims
<b>K5</b> (sehr schwierig)	Klettersteige in schwierigstem Felsgelände	Sie sind vielfach lang, anhaltend fordernd und deshalb auch sehr anstrengend. Senkrechte oder abdrängende Passagen mitunter nur mit Drahtseilen versehen; künstliche Haltepunkte sichern nur extreme Passagen zusätzlich. Routen für erfahrene Klettersteigler, die gut in Form sind	Via ferrata d'Evolène Abschnitt 3, Salbit-Kettenweg, Klettersteig Greitspitz
<b>K6</b> (extrem schwierig)	Klettersteige für die „Cracks“ mit starken Oberarmen, solidem Nervenkostüm und tadelloser Kondition	Lange, sparsam abgesicherte Passagen an der Vertikalen, die viel Ausdauerkraft (Arme) verlangen. Bei Sportklettersteigen können Kletterschuhe (Reibung) vorteilhaft sein, eventuell auch zusätzliche Partnersicherung	Leukerbadner Klettersteig

## Alpine Notsignale

- |                                     |  |
|-------------------------------------|--|
| 1. Hilferuf                         | 6 Signale in der Minute, eine Minute warten und von neuem beginnen.                                    |
| 2. Antworten auf Hilferuf           | 3 Signale in der Minute, eine Minute warten und von neuem beginnen.                                    |
| 3. Signalarten                      | Am Tag      Rufen, pfeifen oder winken mit Gegenstand<br>Bei Nacht    Rufen, pfeifen oder Lichtsignale |
| 4. Signale für<br>Rettungsfahrzeuge |  |



Wir brauchen  
Hilfe!



Wir brauchen  
keine Hilfe!

*Bild auf der Titelseite: Schneeschuhwanderung auf den Selamatt (Foto von Ruedi Flotron)*