

SAC Sektion Kaiseregg

Clubnachrichten Nr. 4
September, Oktober & November 2023

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



IMPRESSUM

erscheint dreimonatlich
46. Jahrgang
Auflage: 800 ex.
Druck: CRIC print, Marly
Redaktion: Nicole Aebischer,
Pfandmattstr. 51, 1714 Heitenried
Neue Redaktorin ab 01.11.2023:
Janine Rufener
e-mail: redaktion.sac-kaiseregg@gmx.ch
nächster Redaktionsschluss:
1. November 2023

INHALT

Editorial	3
Neumitglieder	5
Bewertungstabelle / Bibliothek	6
Klettern	7
Tourenbeschrieb	11
JO	27
KIBE Klettern	31
FABE Klettern	33
Tourenberichte	37
Adressen des Vorstandes	55
Adressen der Tourenleiter	56

www.sac-kaiseregg.ch

Teilnehmerlisten: an Urs Aeschbacher (ursaeschbacher@muri-be.ch)
Adressänderungen: an Fabienne Corpataux (fabienecorpataux@gmx.ch)
oder direkt im SAC-Mitgliederportal

Tourenberichte: max. 2000 Textzeichen für Tagestouren, etwas mehr für Mehrtagestouren.
Fotos bitte separat schicken (nicht im Worddokument integrieren)

Publikation von Fotos: Falls keine explizite Verweigerung betr. der Veröffentlichung von Fotos
erwähnt wird, werden die Bilder im Bulletin/ auf der Homepage publiziert.

Titelbild: **Gross Diamantstock** (Foto: Urs Aeschbacher)



OXYGENE MONTAGNE

Ihr Fachgeschäft für Bergsport
Route de Ferpicloz 8 • 1731 EPEDES • 026 413 37 70

www.o2montagne.ch

1'000 Mitglieder sind nicht das Ziel – oder doch?

960 Mitglieder zählte der SAC Kaiseregg per Redaktionsschluss. Nach der üblichen Reduktion zum Jahreswechsel (auslaufende Mitgliedschaften) von 940 auf 920 also weiterhin ein deutlicher Anstieg. Hält dieser Trend an, sind wir schon bald ein «1000-er Verein». Aber wollen wir das überhaupt? Für einen grossen Verein spricht z. B. ein vielfältigeres Angebot, für einen kleineren Verein das Persönliche, wobei letzteres auch grösseren Sektionen noch gut gelingt.

Unser primäres Ziel ist es vielmehr, dass wir für unsere Mitglieder attraktive und vielseitige Angebote für alle Altersgruppen bieten können. Um dies nachhaltig zu erreichen, benötigen wir neben aktiven Teilnehmer vor allem Eines: Laufender Leiternachwuchs! Hast du Zeit, Lust und Talent und bist zwischen 18 und 68 Jahre alt? Es gibt sehr vielfältige Leiter- und Ausbildungs-Möglichkeiten. Melde dich bei Urs (Aktive), Brigitt (Jugend) oder mir!

Und wie messen wir eigentlich die Attraktivität unserer Sektion? Ein gesunder Zuwachs an Mitglieder in Richtung 1'000 wäre doch ein guter Indikator... Einen wunderschönen Herbst und bis bald an einem attraktiven Angebot!

Pascal Waeber, Präsident



mit Unterstützung von
Genossenschaft Migros Neuenburg-Freiburg

MIGROS Kulturprozent

REDAKTION

Neue Redaktorin ab kommendem Heft

Ein paar Jährchen ist es her, seit ich das Amt als Redaktorin vom SAC-Kaiseregg-Bulletin übernehmen durfte. Gerne habe ich es gemacht, war immer gwundrig, was für Touren angeboten wurden, was für Tourenberichte in meiner Mailbox landeten. Nun aber freue ich mich, diese Aufgabe weiterreichen zu dürfen. Mit Freude darf ich das Amt an **Janine Rufener** weitergeben, selber eine SAC-Kaiseregglerin. Ich danke ihr schon jetzt für ihren Einsatz. Das wird neu und spannend.

Gerne möchte ich hier auch dem Vorstand für sein Engagement und die tolle Zusammenarbeit danken. War schön mit euch.

Weiterhin viel Spass mit dem SAC-Kaiseregg-Bulletin wünscht

Nicole Aebischer, abtretende Redaktorin



BEI UNS TANKEN SIE AUF!
7 TAGE DIE WOCHEN, VON FRÜH BIS SPÄT!



Düdingen & Tafers

LANDI Sense-Düdingen
Brunnenweg 2, 3186 Düdingen
Dorfschaftstrasse 2, 1712 Tafers

Öffnungszeiten:
Montag bis Sonntag, 6 – 21 Uhr
Sonntag- u. Feiertage, 6 – 19 Uhr

agrola.ch

Landgasthof Garmiswil Garmiswil 18 | 3186 Düdingen



Kurt & Fabienne Jungo
T + 41 26 492 01 30
jungo.garmiswil@sensemail.ch
www.jungos.ch



Unser Landgasthof liegt abseits von Lärm & Hektik – mitten im grünen Herzen von Düdingen.

Gerne verwöhnen wir Sie in unserem Restaurant mit unserer frischen, regionalen und saisonalen Küche. Geniessen Sie dazu einen guten Tropfen aus unserem Weinkeller oder von unserem Hausbrand.

Unser Spielplatz ist ein wahres Kinderparadies – & für unsere Kegler bieten wir eine wettkampf-taugliche Kegelbahn an.

Wintergarten • neuer Wintergarten « L'Orangerie » mit Lounge-Terrasse • Viothek • Garten-terrasse • Kegelcenter mit vier Bahnen • Räumlichkeiten für 10 bis 140 Personen.

NEUMITGLIEDER

Liebes Neumitglied

Herzlich Willkommen! Wir hoffen, dass du passende Aktivitäten findest und dich in der SAC Sektion Kaiseregg wohl fühlst. Wir freuen uns, dich kennen zu lernen!



Joelle
Neuenschwander
Mülchi (BE)



Martin Schönberg
Düdingen



Frederic Plaschy
Heitenried



Ivana Gfeller
Bösingen



Winja Walter und
Lukas Schippert
Guggisberg

CLUBNACHRICHTEN

Clubnachrichten nur noch online :

Wer die Clubnachrichten nicht mehr in Papierform erhalten möchte, kann uns dies gerne per E-mail melden: fabiennecorpataux@gmx.ch.

Sobald diese dann online abrufbar sind, werden die betreffenden Personen per E-Mail benachrichtigt.

Anlass	Dauer	Schwierigkeit					
		Leicht		Mittel		Schwer	
Skitour SK	ungefährte Auf und Abstiegs-Zeit in Stunden pro Tourentag	L	WS-	WS+	ZS-	ZS+	S
Schneeschuh SS		WT1	WT2	WT3	WT4	WT5	WT6
Skihochtour SH		L	WS-	WS+	ZS-	ZS+	S
Snowboard SB		L	WS-	WS+	ZS-	ZS+	S
Wanderung WA		T1	T2	T3	T4	T5	T6
Bike BI		B1	B2	B3	B4	B5	B6
Hochtour HT		L	WS-	WS+	ZS-	ZS+	S
Klettersteig KS	K1	K2	K3	K4	K5	K6	
Klettern KL	3°	4°	5°	5+°	6°	> 6°	

www.sac-cas.ch/de/ausbildung-und-sicherheit/tourenplanung/schwierigkeitsskalen/

INFORMATION

Social Media

Der SAC Kaiseregg ist auch auf Facebook und Instagram. Folge doch unseren beiden Accounts, so bist du informiert, was wir alles so machen oder in Planung haben.



SAC Kaiseregg



SAC_Kaiseregg

BIBLIOTHEK



Ausgeliehene Bücher, Karten, CDs und DVDs: jederzeit und einfach in den Kasten schieben und zu einem anderen Zeitpunkt wieder in die Bibliothek gehen. SAC-Mitgliederausweis nicht vergessen!

Über einen Besuch in der Bibliothek freuen sich:
Claudia Baeriswyl (Leiterin), Caroline Waeber, Eliane Müller, Caroline Jungo

ÖFFNUNGSZEITEN:

Mo, Di, Do:	15 - 17.00 Uhr	Verlängerungen: 026 494 52 55
Do:	18 - 20.00 Uhr	bibliothek.tafers@ostafers.ch
Mi und Sa:	10 - 12.00 Uhr	

Für weitere Informationen siehe www.ostafers.ch oder direkt www.bibliothek-tafers.ch
Die Bibliothek Tafers (OS-Hauptgebäude) hat einen Medien-Rückgabe-Kasten!

KLETTERANGEBOT HERBSFERIEN 2023 BIS OSTERN 2024

Für die kommende Wintersaison können wir wiederum im Murtertor in Freiburg und im Bloczone in Givisiez ein attraktives Angebot für unsere kletterbegeisterten Mitglieder anbieten! Es werden Klettertrainings für Erwachsene, JO, FaBe und KiBe angeboten. Siehe die ausgeschriebenen Touren im Bulletin oder auf unsere Homepage: www.sac-kaiseregg.ch/Touren. Interessierte melden sich bei der jeweils angegebenen Kontaktperson an. Achtung: Anmeldeschluss für FaBe und KiBe bis 30.9.2023 (oder bis ausgebucht) für die ganze Saison.

Murtertor in Freiburg

Die Kletterhalle im Murtertor ist an bestimmten Abenden für unsere Sektion reserviert. Die Kosten für die Hallenmiete übernimmt der SAC Kaiseregg. Klettermaterial ist bei Bedarf teilweise vorhanden. Weitere Informationen zum Murtertor: www.cas-moleson.ch/infrastructures/escalade/porte-de-morat.

Bloczone in Givisiez

Das Bloczone in Givisiez gewährt unseren Mitgliedern jeweils am Montag abend einen vergünstigten Eintritt (20% Rabatt, Eintritt zwischen 17.30 und 19.30 Uhr). Melde dich bei Michael Müller, 079 289 43 80, damit er dich informieren kann, wie du dich auf der Liste der rabattberechtigten Personen eintragen kannst. Nur eingetragene Personen erhalten diese Vergünstigung. Klettermaterial kann bei Bedarf vor Ort gemietet werden.
www.grimper.ch/de/kletterhallen/givisiez



Hallenklettern für Erwachsene (Aktive)

Jeden 2. Montag von 19:30 - 21:30 Uhr im Murtertor vom 13.11.23 bis 18.3.24. Die Klettertrainings sind für alle offen, die gute Kenntnisse im Sichern haben (siehe Intensiv-Sicherungskurs).

Intensiv-Sicherungskurse (Aktive)

An zwei Montagen 13. + 27.11. findet von 19.30 Uhr – 21:30 Uhr ein Intensiv-Sicherungskurs für Erwachsene im Murtertor statt. Dieser ist für all jene gedacht, die in dieser Wintersaison mit dem Klettern starten wollen oder ihre Kenntnisse im Sichern auffrischen möchten. Er bildet die Voraussetzung für die Klettertrainings am Montag im Murtertor.

Hallenklettern für Jugendliche (JO)

Geführtes Hallenklettern vom 4.9.23 bis 25.3.24 für Jugendliche (14-22 J), jeden Montag von 18:00 – 20:00 Uhr im Murtertor. Weitere Termine nach Ostern gemäss Ausschreibung.

Hallenklettern für Kinder in Begleitung (FABE, Gruppen A + B1)

Für Kinder ab 5 Jahren in Begleitung eines Erwachsenen, jeden 2. Freitag von 19:00 – 20:30/21:00 Uhr (je nach Alter). Für Eltern, die noch keine oder wenig Erfahrung im Sichern haben, wird am Samstag den 4.11. ein Sicherungskurs angeboten. Die Anlässe finden mit dem Bergverein Sense statt. Aufgrund der erwarteten Menge in 2 Gruppen (A nur FABE, B1 FABE gleichzeitig mit KIBE). Frühzeitige Anmeldung empfohlen!

Hallenklettern für Kinder ohne Begleitung (KIBE, Gruppe B2)

Für Kinder ab 10 Jahren ohne Begleitung, jeden 2. Freitag von 19:00 – 21:00 Uhr. Dies ist ein aufbauender Kletterkurs, beginnend mit dem Erlernen der Sicherungskompetenz. Die Anlässe finden mit dem Bergverein Sense statt (gleichzeitig wie FABE Gruppe B1). Frühzeitige Anmeldung empfohlen!



As
Jüsch't's
Seisler - Bier

genial.
regional.

Fleisch Und Brau

www.fleischundbrau.ch

St. Ursen • Düdingen • Plaffeien

Es hat noch freie Plätze...

Silvester-Tourenwoche in Klosters

Mi 27. Dezember 2023 bis Mi 3. Januar 2024



Unterkunft

Gruppenhaus Casa Erla in Klosters, 6 Doppelzimmer, 11 Dreibettzimmer, 3 Vierbettzimmer alle Zimmer mit Dusche/WC.

Programm

Je nach Wetter und Lawinensituation werden die möglichen Ziele definiert. Auch für Schneeschuhläufer und Winterwanderer sind viele wunderschöne Wege offen. Für die Pistenfahrer ist der Lift in 3 Minuten erreichbar. Auch eine verkürzte Teilnahme ist möglich.

Möchtest du beim Kochen helfen? Melde dich bitte bei Bubal!

Kosten pro Person / Nacht inklusive Halbpension

4-Bettzimmer 80.-, 3-Bettzimmer 85.-, Doppelzimmer 90.-, Doppelzimmer zur alleinigen Nutzung 120.-. Ermässigung für Kinder* bis 16 (50%) und Jugendliche* bis 20 (25%).

*Touren für Personen unter 18 Jahren können aus Sicherheitsgründen nur angeboten werden, wenn ein ausgebildeter J+S Kursleiter Jugend Skitouren dabei ist. Alpin-Skifahren geht natürlich immer!

Anmeldungen und Auskunft unter info@buba-events.ch oder 079 289 91 08



ÖFFNUNGSZEITEN:

Dienstag, Mittwoch, Freitag

7:30 Uhr bis 11:30 Uhr / 14:30 Uhr bis 18:00 Uhr

Samstag

7:30 Uhr bis 12:00 Uhr

Schwallers Sensler Bauernladen Cheerstr.3 1713 St.Antoni 026 495 11 15 info@schwallers.ch



Pension HAUS MONTANARA

Vermietung von Zimmern + Ferienwohnungen

Familie E. + K. KOLLY – TINGUELY

Rohrmatta 16 CH 1716 SCHWARZSEE

Tel. + Fax 026 412 16 48

www.haus-montanara.ch

Email: pension@haus-montanara.ch

Lernen Sie unsere Region kennen!

Schwarzsee im Senseland ist für Sie die beste Wahl.

Hier können Sie sich in einer wunderbaren Gegend erholen.

Wie wäre es mit einem Aufenthalt oder Ferien für Sie oder Ihre Gäste in unserer Pension im Haus Montanara in Schwarzsee ?

Haus Montanara die Perle am Schwarzsee!

Mit eigenem grossem Spielplatz.

Herzlich Willkommen Familie Kolly - Tinguely



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

SAC-CAS APP

Finde deine perfekte Tour

Jetzt downloaden
sac-cas.ch/app

Wildstrubelhütte – 2793 M.ü.M



Eigentümer SAC Sektionen Wildhorn + Kaiseregg

Hüttenwarte: Konrad Rösti und Maxi Weiner

Wir bieten

- Boulderwand
- 10 komfortable Hundeböden
- Klettergarten in unmittelbarer Umgebung
- 3-gängiges Nachtessen mit frischen Zutaten
- Reichhaltiges Frühstücksbuffet
- Selbstgemachte Backwaren
- Gute Walliserweine.....

**Auskunft
und
Reservation** Tel. 033 744 33 39
www.wildstrubelhuetten.ch
info@wildstrubelhuetten.ch

TOURENBESCHREIBUNGEN

Telefonnummern und Adressen der Tourenleiter findet Ihr auf der letzten Seite der Clubnachrichten. Die Tourenbewertungstabelle ist auf den vorderen Seiten.

Das vollständige Jahresprogramm 2023 ist online auf www.sac-kaiseregg.ch.

Bei der Teilnahme an allen SAC-Anlässen ist die Versicherung Sache der TeilnehmerInnen.

September 2023

1. September (Fr.) Avenue des Chamoix

Bewertung: KL 8 4.-5.Grad
Beschrieb: MSL-Route. Lange Tour.
Trittsicherheit erforderlich
Treffpunkt: 7:00 Giffers
Transport: Auto
Ausrüstung: Kletterausrüstung, Helm & Bergschuhe
Verpflegung: Picknick
Teilnehmer: 3
Kosten: Fahrspesen
Anmeldung: 28.8.2023
Leitung: **Haag Marianne**
Hinweis: 1Std. Zuweg, 10 oder 12 oder 13 SL klettern, Querung zur Dent de Ruth mit nochmals 2SL Aufstieg. Abstieg ausgesetzt. Teilweise mit Seil oder Kabel gesichert.

Höhenmeter: 700

2. September (Sa.) Unterwegs mit dem Wildhüter

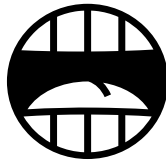
Bewertung: WA 5 T3
Beschrieb: Nachmittagswanderung mit Informationen aus erster Hand zu den Wildtieren in unserem Alpenraum, im Speziellen zu den Raubvögeln.
Treffpunkt: 15.00 Uhr Zollhaus
Transport: Auto
Ausrüstung: Wanderausrüstung, (Fernglas)
Verpflegung: aus dem Rucksack
Teilnehmer: 12
Anmeldung: 25.8.2023
Leitung: **Aeschbacher Urs**
Höhenmeter: 800

2. September (Sa.) Gummfluh

Bewertung: WA 6 T4
Beschrieb: Von Chalberhöni (1'340m) oberhalb Saanen via Wilde Bode und Trittlisattel auf einem Wanderweg bis unter den Gipfel (bis hier T2). Über einen meist gesicherten Pfad durch den Fels auf den Sattel und wieder einfacher zum Gipfel der Gummfluh (2'458m). Gleicher Weg zurück.
Treffpunkt: ca. 8.00 Uhr PP Dödal Dödingen
Transport: Auto
Ausrüstung: Wanderausrüstung
Verpflegung: aus dem Rucksack
Teilnehmer: max. 12
Kosten: Fahrspesen
Anmeldung: Mi 30.8.23
Leitung: **Waeber Pascal**
Hinweis: Höchster Gipfel im Saaneland
Höhenmeter: 1200 hm

LE CRIC

Print+Edition



Genossenschaftsdruckerei in Marly | T 026 424 98 89 | info@cricprint.ch



Kein **regionaler Beck**,
keine Spezialitäten,
... das wäre der Gipfel!



Massgeschneiderte IT- und CLOUD SERVICES



2.-3. Sept. (Sa.- So.) Clocher de Planpraz

Bewertung: KL 7 6a (5c obl.)
Beschrieb: 1.Tag: Anreise nach Chamonix & Klettern im Garten Les Gaillands.
2.Tag: Mit der Bahn bis Planpraz. In 45min zum Einstieg. Cocher-Cochon ist ein Brévent-Klassiker und führt in 8 SL auf den ausgesetzten Clocher de Planpraz. Die Kletterei im Brévent Gneis ist gewöhnungsbedürftig und die Bewertung Chamonix-typisch ziemlich hart. Abstieg 1x Abseilen, dann via Blockgelände zum Wanderweg und zurück zur Station Planpraz. 400 hm

Treffpunkt: 8 Uhr Düdal Parkplatz, Düdingen
Transport: Auto & Gondel
Ausrüstung: Klettermaterial, inkl. Helm.
Verpflegung: Aus dem Rucksack
Teilnehmer: 1-3
Kosten: Fahrspesen, Hotel & Bahn
Anmeldung: 26.8.2023
Leitung: **Waeber Yannik**
Hinweis: Gesamtes Material wird beim Klettern mitgeführt. Gute Schuhe für den Abstieg.

Höhenmeter: 400
Unterkunft: Hotel Chamonix

6. September (Mi.) Bergwanderung für Seniorinnen u. Senioren

Bewertung: WAT1 bis T3
Beschrieb: Bergwanderung
Treffpunkt: individuell, wird bei Anmeldung bekanntgeben
Transport: PW (od.event, öV)
Ausrüstung: Wanderausrüstung
Verpflegung: aus dem Rucksack
Teilnehmer: unbegrenzt
Kosten: Fahrspesen
Anmeldung: bis 2 Tage (abends) vor Tour
Leitung: **Rolli Christian**
Hinweis: für alle SAC-Mitglieder offen
Höhenmeter: max. 900

8. September (Fr.) Chällihorn

Bewertung: WA 5-6, T6
Beschrieb: Spannende Gratüberschreitung mit kurzen Kletterstellen im II-III°. Vom Schwarzsee aufs Golmly über Euschelsflue aufs Chällihorn.
Treffpunkt: wird bekannt gegeben
Transport: Auto
Ausrüstung: Wanderausrüstung und Gstätli
Verpflegung: Pic-Nic
Teilnehmer: 8
Kosten: Fahrspesen
Anmeldung: bis Mittwoch 19.00 Uhr
Leitung: **Jungo Claudia**
Höhenmeter: 1000hm

8. September (Fr.) Allalinhorn 4027m

Bewertung: HT 4 WS
Beschrieb: Tagestour: Saas-Fee – Allalinhorn 4027m
Treffpunkt: 5:34 Uhr Freiburg ab
Transport: ÖV
Ausrüstung: Hochtourenausrüstung
Verpflegung: aus dem Rucksack
Teilnehmer: 6
Kosten: ca. 100.-- (Zug, Alpinexpress)
Anmeldung: 15.08.2023
Leitung: **Aerschmann Roger**
Hinweis: Klassiker unter den 4000ern, herrliche Rundumsicht
Höhenmeter: 600 Hm

9. September (Sa.) Tagesbiketürli

Bewertung: BI 5
Beschrieb: Wird noch bekanntgegeben.
Treffpunkt: Wird noch bekannt gegeben
Transport: Privatauto
Ausrüstung: Bike Helm
Verpflegung: Aus dem Rucksack
Teilnehmer: unbegrenzt
Anmeldung: 07.09.2023
Leitung: **Sudan Mathias**
Höhenmeter: 1000 -1500

gsünn u zwääg



**Drogerie
Chrütterhäx**

Spagyrik - Homöopathie - Heilkräuter - Naturathek

Hauptstrasse 21
1716 Plaffeien
Tel. 026 419 23 83

Fax 026 419 20 55
info@drogerie-chruetterhaex.ch
www.drogerie-chruetterhaex.ch

**Lehmann
Computer**

Komplettsysteme & Zubehör • Netzwerktechnik



026 505 50 50 • www.lehmanncomputer.ch



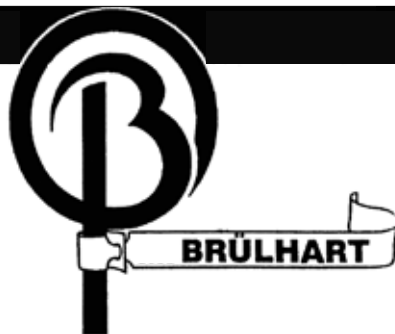
GAUCH
Cave des Piochers

Aus Freude am Geniessen
Le plaisir de savourer

www.cavegauch.ch

Brühlhart Baumschulen AG
3186 DÜDINGEN / Mariahilf 6

info@bruelhart-baumschulen.ch
www.bruelhart-baumschulen.ch
Tel. 026/ 493 12 13



10. September (So.) Dreispitz

Bewertung: WA 6 T3+
Beschrieb: Start im Suldtal bei P1259 (Undere Obersuld). Richtung Renggpas zum Gipfel (2520 MüM).
Treffpunkt: zu definieren
Transport: PW
Ausrüstung: Wanderausrüstung
Verpflegung: aus dem Rucksack
Teilnehmer: 8
Kosten: Fahrspesen
Anmeldung: 5.9.2023
Leitung: **Aeschbacher Urs**
Höhenmeter: 1300

16.-17.09. (Sa.-So.) Wildhorn via Germannrippe

Bewertung: HT 10, ZS+ IV
Beschrieb: Alpine Klettertour, die wohl schönste Route aufs Wildhorn. wird bekannt gegeben
Treffpunkt:
Transport: Auto
Ausrüstung: Hochtourenausrüstung
Verpflegung: Hütte und Pic-Nic
Teilnehmer: max. 6
Kosten: ca. 120.-
Anmeldung: bis 6. September
Leitung: **Jungo Claudia + Michel**
Hinweis: Zusätzlich ca. 2h Abstieg von der Hütte
Höhenmeter: 1000hm
Unterkunft: Wildhornhütte

20. September (Mi.) Bergwanderung für Seniorinnen u. Senioren

Bewertung: WA T1 bis T3
Beschrieb: Bergwanderung
Treffpunkt: individuell, wird bei Anmeldung bekanntgeben
Transport: PW (od. evtl. öV)
Ausrüstung: Wanderausrüstung
Verpflegung: aus dem Rucksack
Teilnehmer: unbegrenzt
Kosten: Fahrspesen
Anmeldung: bis 2 Tage (abends) vor Tour
Leitung: **Aebischer Markus**
Hinweis: für alle SAC-Mitglieder offen
Höhenmeter: max. 900

22.09. (Fr.) Spitzflue-Fochseflue-Euschels- Golmly-Kaiseregg

Bewertung: WA 7 T4
Beschrieb: schöne Überschreitung vor der Haustüre
Treffpunkt: 7:00 Uhr Plaffeien Kirche
Transport: PW
Ausrüstung: Wanderausrüstung
Teilnehmer: 5
Anmeldung: 09.09.2023
Leitung: **Aerschmann Roger**
Hinweis: Kleine "haute Route" im Schwarzseegebiet mit schöner Aussicht
Höhenmeter: 1750Hm

23.-24.09. (Sa.-So.) Brienergrat (lange Version)

Bewertung: WA 4+8 T5
Beschrieb: Tag 1: Vom Brünigpass über Wilerhorn, Hoch Gumme und Arni auf das Briener Rothorn. Tag 2: Alles SW dem Grat am Brienersee entlang folgend bis nach Harderkulm. Dabei werden 14 Gipfel überschritten. Standseilbahn ab Harderkulm nach Interlaken Bahnhof Ost.
Treffpunkt: Bern 8:36 Uhr
Transport: Zug, Postauto, Standseilbahn
Ausrüstung: gute Schuhe, genügend Getränke
Verpflegung: aus dem Rucksack, Berghaus
Teilnehmer: max. 10
Kosten: öV, Berghaus
Anmeldung: bis ausgebucht
Leitung: **Waeber Pascal**
Hinweis: Sehr lange Tour am Tag 2 (22km) mit fantastischem Ausblick auf den Briener- und Thunersee. Klassiker. Ersatzdatum (bisher 29./30.7.23).
Höhenmeter: Tag 2: 1'500m Aufstieg, 2'500m Abstieg
Unterkunft: Berghaus Rothorn Kulm

Fahrzeugbau
Gelenkwellendienst
Carrosserie & Malerei
Mechanische Werkstatt PW & LKW

ZAHND

Auto-Camion-Center
Plaffeien



SUBARU
Confidence in Motion



Servicestelle

garage-zahnd.ch
Tel. 026 419 99 10

Restaurant Zollhaus

Gründungslokal des SAC Kaiseregg!

- gedeckte Terrasse
- heimeliges Säälü für ca. 50 Pers.
- feine Coupes und Saisonspezialitäten

Auf einen Besuch freuen sich:

Brigitte + Peter Sommer-Fasel
Rest. Zollhaus
1716 Schwarzsee
Tel. 026/419.11.42
Mi + Do Ruhetag



Fam. Zosso Zumholz Tel: 026 419 11 26



Fromagerie Schafer
1785 Cressier
www.montvullykaese.ch

23. September (Sa.) Überschreitung 3 Bunderspitz

Bewertung: WA 5 T3
Beschrieb: Mit der Luftseilbahn auf die Allmenalp (1730) oberhalb von Kandersteg, zu Fuss auf die Bunderspitz (2546), unter dem Lohner nach Adelboden / Margelibrügg (1200).
Treffpunkt: Bahnhof Freiburg oder Bern
Transport: öV
Ausrüstung: Wanderausrüstung
Verpflegung: aus dem Rucksack
Teilnehmer: 8
Kosten: Fahrspesen
Anmeldung: bis zum 20.09.2023
Leitung: **Jean-Pierre Cotting und Ursula Häring**
Hinweis: Chi va piano, va sano et lontano (1000 Höhenmeter 3 Stunden Aufstieg)
Höhenmeter: 900 / 1350

23. September (Sa.) Dent de Lys Umrundung

Bewertung: BI 6 B4
Beschrieb: Albeuve - Les Sciernes - Col de Jaman - Col de Soladier - le Moilles - Albeuve
Treffpunkt: folgt bei Anmeldung
Transport: Auto
Ausrüstung: Flickzeug
Verpflegung: Pic-nic
Teilnehmer: 3 - 6
Kosten: Transport
Anmeldung: 11.09.2023
Leitung: **Cotting Norbert**
Hinweis: Details folgen
Höhenmeter: 1600

25. September (Mo.) Schwarzhorn

Bewertung: KS 6, KS2
Beschrieb: Seilbahn First - Grosse Chrinne - KS Schwarzhorn 2927; Abstieg entweder normal oder über KS zurück und via Hagel- und Häxesees zur First (1.5h länger)
Treffpunkt: Freiburg 6.30
Transport: öV
Ausrüstung: Helm, KS-Set
Verpflegung: PicNic
Teilnehmer: max 6
Kosten: Reise
Anmeldung: bis 23.9.; 20.00
Leitung: **Ackermann Ewald**
Hinweis: leichter und kurzer Klettersteig, Wandern Stellen T4, Panorama Berner Mocken!
Höhenmeter: gut 800

30. September (Sa.) Sandmeierrippe

Bewertung: KL 6 5c (5a obl.) T5
Beschrieb: Ein Klassiker im Simmental. Die teilweise ziemlich ausgesetzte Route in kompaktem Kalk folgt nicht mehr ganz der Originallinie von 1945 von Balzer, Baumgartner, Diehl & Krähenbühl und führt in 5 Seillängen plus Schlusssaufstieg auf den kleineren Gipfel der Mittagflue, 1866m. Zustieg etwa 1h (T5); Abstieg (60min) über den Wanderweg (T3).
Treffpunkt: 08:00 Düdal Parkplatz, Düdingen
Transport: Auto (~1.5h/Weg)
Ausrüstung: Klettermaterial, inkl. Helm.
Verpflegung: Aus dem Rucksack
Teilnehmer: 1-3
Kosten: Fahrspesen + Maut
Anmeldung: 23.09.2023
Leitung: **Waeber Yannik**
Hinweis: Gesamtes Material wird beim Klettern mitgeführt. Gute Schuhe für den Abstieg.
Höhenmeter: 100



EISENWAREN UND HAUSHALTARTIKEL

1712 Tafers
Telefon 026/494 13 72
Fax 026/494 23 94

Das passende Werkzeug
für Heim-und Handwerker

- Elektrowerkzeuge
- Schlüsselservice
- Beschläge
- Haushaltartikel
- Geschenke
- Spielwaren



Besuchen Sie eine unserer Verkaufsstellen

Düdingen - Bahnhofstrasse 11
T. 026 493 03 13
Plaffeien - Büel 27
T. 026 419 01 15
shop.groupe-e.ch/de



Experten
für globale
Energie-
lösungen

groupe 

Brauchen Sie ein
neues Elektro-
haushaltsgerät ?

Oktober 2023

1.-6. Oktober (So.- Fr.) Wandern im Unterengadin

Bewertung: WA 4 - 6, T 2 - 3
Beschrieb: Wanderwoche im Unterengadin;
leichte Wanderungen im
Bereich T2 und T3, Ausnahme T4
Treffpunkt: wird noch bekannt gegeben
Transport: öV
Ausrüstung: Wanderausrüstung
Verpflegung: HP im Hotel, Pic-Nic auf
den Wanderungen
Teilnehmer: max. 15
Kosten: DZ 620.- / EZ 760.-
Anmeldung: 30.06.2023
Leitung: **Aebischer Markus**
Höhenmeter: Zwischen 600 und 1200
Unterkunft: Hotel Baer & Post, Zernez

4. Oktober (Mi.) Bergwanderung für Seniorinnen u. Senioren

Bewertung: WA T1 bis T3
Beschrieb: Bergwanderung
Treffpunkt: individuell, wird bei Anmel-
dung bekanntgeben
Transport: PW (od. evtl. öV)
Ausrüstung: Wanderausrüstung
Verpflegung: aus dem Rucksack
Teilnehmer: unbegrenzt
Kosten: Fahrspesen
Anmeldung: bis 2 Tage (abends) vor Tour
Leitung: **Rolli Christian**
Hinweis: für alle SAC-Mitglieder offen
Höhenmeter: max. 900

5. Oktober (Do.) Tourenleitersitzung

Beschrieb: Tourenleitersitzung für alle
aktive Tourenleiter (werden
speziell eingeladen).
Interessierte Neuleiter sind
herzlich eingeladen, bitte
jedoch vorgängig bei mir melden.
Treffpunkt: gem. Einladung an Touren-
leiter
Ausrüstung: festliche Kleidung
Teilnehmer: alle Tourenleiter
Leitung: **Aeschbacher Urs**

1. Oktober (So.) Dent de Brenleire- Folliéran

Bewertung: WA 9-10, T6 II
Beschrieb: Vom Gros Mont über
Brenleire-Folliéran - Galèregrat
Treffpunkt: nach Absprache
Transport: Auto
Ausrüstung: Wanderausrüstung,
Bergschuhe und Helm
Verpflegung: Pic-Nic
Teilnehmer: max. 8
Kosten: Autospesen
Anmeldung: bis 29. September
Leitung: **Jungo Michel + Claudia**
Hinweis: Einige sehr ausgesetzte
Stellen, absolute Trittsicher-
heit vorausgesetzt
Höhenmeter: 1300hm

**Beratung – Bewertung –
Verkauf – Finanzierung**

078 600 77 05
Roy der Makler

Erfahren Sie mehr unter:
www.follow.immo
www.roydermakler.ch





streamline
voice & it-systems

Ob Gipfel oder ICT –
mit Urs Aeschbacher geht's hoch hinaus

Streamline AG
Könizstrasse 60
3008 Bern
T +41 31 388 12 12

IT – Voice – Security – Network – Applications

www.streamlineag.ch

Bern – Brügg – Langenthal – Luzern – Thun

8. Oktober (So.) Incantation à la neige

Bewertung: KL 5 6a+ (5c+ obl.)
Beschrieb: Weniger bekannte, gut ein-
gerichtete Route im Catogne-
Gneis. Nach ca. 40min (steilem)
Zustieg erreicht man den Start
der ersten von 10 Seillängen.
Die Schlüsselstelle bildet eine
6a+ Querung, welche auch die
Nachsteiger etwas herausfor-
dert. Der Abstieg (ca. 50min)
erfolgt über einen teilweise
ausgesetzten Pfad (T4), welcher
am Start vorbeiführt: Material-
depot am Einstieg möglich.
Treffpunkt: 08:00 Düdal Parkplatz,
Düdingen
Transport: Auto (~1.5h/Weg)
Ausrüstung: Klettermaterial, inkl. Helm
Verpflegung: Aus dem Rucksack
Teilnehmer: 1-3
Kosten: Fahrspesen
Anmeldung: 01.10.2023
Leitung: **Waeber Yannik**
Hinweis: Gesamtes Material wird beim
Klettern mitgeführt. Gute
Schuhe für den Abstieg.
Höhenmeter: 300

8. Oktober (So.) Biketour rund um den Moléson

Bewertung: BI 4 B3
Beschrieb: Enney - Moléson-sur-Gruyères-
Gros Plané - Belle Chaux -
Neirivue - Enney
Treffpunkt: 9:00 Uhr Giffers PP Kirche
Transport: Auto
Ausrüstung: Bikeausrüstung
Verpflegung: aus dem Rucksack,
ev. Alphütte
Teilnehmer: 6
Kosten: Fahrkosten
Anmeldung: 5.10.2023
Leitung: **Blum Andrea**
Hinweis: nur bei trockenen Verhältnissen
Höhenmeter: ca. 1'200

10.-15. Oktober (Di.- So.) Wandern im Unterengadin

Bewertung: WA 4 - 6, T 2 - 3
Beschrieb: Wanderwoche im Unterengadin;
leichte Wanderungen im
Bereich T2 und T3, Ausnahme T4
wird noch bekannt gegeben
Treffpunkt: öV
Transport: Wanderausrüstung
Ausrüstung: HP im Hotel, Pic-Nic auf
den Wanderungen
Verpflegung: max. 15
Teilnehmer: DZ 620.- / EZ 760.-
Kosten: 30.06.2023
Anmeldung: **Aebischer Markus**
Leitung: Zwischen 600 und 1200
Höhenmeter: Hotel Baer & Post, Zernez
Unterkunft:

18. Oktober (Mi.) Bergwanderung für Seniorinnen u. Senioren

Bewertung: WA T1 bis T3
Beschrieb: Bergwanderung
Treffpunkt: individuell, wird bei Anmel-
dung bekanntgeben
Transport: PW (od.event, OeV)
Ausrüstung: Wanderausrüstung
Verpflegung: aus dem Rucksack
Teilnehmer: unbegrenzt
Kosten: Fahrspesen
Anmeldung: bis 2 Tage (abends) vor Tour
Leitung: **Aebischer Markus**
Höhenmeter: max. 900

Schreinerei
P. Schwartz
GmbH

Brüggershaus 17 - 1735 Giffers

Natel: 079 287 53 36

E-Mail: paul.schwartz@bluewin.ch

Renovieren & Verschönern Sie Ihr Zuhause

- Insektenschutzgitter
- Plissé-Rollo-Systeme in diversen Farben
- Fenster
- Türen
- Schränke
- Küchen
- Parkett- und Laminatboden
- Innenausbau
- Allgemeine Schreinerarbeiten

Alp Flühkäseberg

Wir freuen uns auf Ihren Besuch

Tel: 079 716 93 42 / 026 419 34 11



Öffnungszeiten Sommer

Juni Do bis So

Juli-August 7/7

September Mi bis So

Oktober Sa und So

Öffnungszeiten Winter

Jan. bis März Sa und So

Alle anderen Tage Sommer
und Winter auf Reservation

HOFMATT GARAGE
1715 ALTERSWIL hofmattgarage.ch



Ihr Kia, Mitsubishi, Multimarken und Oldtimer Spezialist

November 2023

13. 11. (Mo.) Intensiv-Sicherungskurs

Bewertung: KL

Beschrieb: An zwei Montagen 13. + 27.11. findet von 19:30 Uhr – 21:30 Uhr ein Intensiv-Sicherungskurs für Erwachsene im Murtentor statt. Dieser ist für all jene gedacht, die in dieser Wintersaison mit dem Klettern starten wollen oder ihre Kenntnisse im Sichern auffrischen möchten. Er bildet die Voraussetzung für die Klettertrainings am Montag im Murtentor.

Treffpunkt: 19:30 Murtentor 1. Etage

Transport: Privat

Ausrüstung: Klettergurt, Sicherungskarabiner, Sicherungsgerät, Kletterfinken

Teilnehmer: max. 12

Kosten: keine

Anmeldung: Bis 6.11 bei Christina
Müller Christina, Müller Michael, Haag Marianne

27. 11. (Mo.) Intensiv-Sicherungskurs

Bewertung: KL

Beschrieb: An zwei Montagen 13. + 27.11. findet von 19:30 Uhr – 21:30 Uhr ein Intensiv-Sicherungskurs für Erwachsene im Murtentor statt. Dieser ist für all jene gedacht, die in dieser Wintersaison mit dem Klettern starten wollen oder ihre Kenntnisse im Sichern auffrischen möchten. Er bildet die Voraussetzung für die Klettertrainings am Montag im Murtentor.

Treffpunkt: 19:30 Murtentor 1. Etage

Transport: Privat

Ausrüstung: Klettergurt, Sicherungskarabiner, Sicherungsgerät, Kletterfinken

Teilnehmer: max. 12

Kosten: keine

Anmeldung: Bis 20.11 bei Christina
Müller Christina, Müller Michael, Haag Marianne

Dezember 2023

8.12. (Fr.) LVS Übung für Skitouren Anfänger und Fortgeschrittene

Bewertung: SK 4 WS

Beschrieb: Zum Start der Skitourensaison mit dem Ziel:
- Lawinenbulletin
- Materialthemen
- Handhabung LVS

Tour je nach Bedingungen

Treffpunkt: 8:00 Uhr Plaffeien Kirche

Transport: PW

Ausrüstung: Skitourenausrüstung komplett

Verpflegung: aus dem Rucksack

Teilnehmer: so viele wie Lust dazu haben

Anmeldung: 04.12.2023

Leitung: **Aerschmann Roger**

Hinweis: Wo es Schnee hat.

9. Dezember (Sa.) Schnupperskitour

Bewertung: SK 4 WS

Beschrieb: Übungsskitour für Neueinsteiger und Schneehungrige

Treffpunkt: folgt

Transport: Auto

Ausrüstung: Skitourenausrüstung

Verpflegung: Pic-Nic

Teilnehmer: 3 - 20

Kosten: Fahrt

Anmeldung: 06.12.2023

Leitung: **Cotting Norbert**

Hinweis: gemütliche Tour für alle

Höhenmeter: max. 800

11.12. (Mo.) Hallenklettern Aktive

Bewertung: KL

Beschrieb: Klettertraining Murtentor

Treffpunkt: 19:30 Murtentor

Ausrüstung: Kletterausrüstung & 30m Seil

Anmeldung: 11.12.2023 Mittag

Leitung: **Patrik Aebischer**

079 412 93 27

Für höchste Ansprüche.

www.lehmann.info



LEHMANN
AMBIENTE

Wir haben's für Dich!

...wöchentlich unschlagbare AKTIONEN
und ein vielfältiges Dauerprogramm für:

...den Haushalt und den Garten
...die Küche und die Werkstatt
...das Haustier und die Freizeit

Und was wir nicht gleich haben,
besorgen wir Dir!

Postfach 100 - 1716 Pfaffeien - Tel. 026 419 12 51
Oberlandstr. 1 - 1734 Tentlingen - Tel. 026 418 11 63
info@landisense-oberland.ch - www.landisense-oberland.ch

Logisch,
d'Landi
het's!



Landi

SENSE-OBERLAND
Genossenschaft



1716 Schwarzsee
Tel. 026 412 00 27
Fax 026 412 15 37
info@schwarzseestaern.ch
www.schwarzseestaern.ch

Restaurant
SchwarzseeStärn



www.mountain-cheese.ch

Ihre Top-Adresse für
Käse- und andere Delikatessen
aus der Region

Chees-Stübli

Migros-Zentrum Düdingen

Käserestrasse 3 - 3186 Düdingen
Tel. + Fax : 026 505 05 90 - Mobil : 079 632 46 65



KAESER AG
die Schreinerei
Murtenstrasse 23a Laupen
www.schreinereikaeser.ch
info@schreinereikaeser.ch

Schöner wohnen mit

RIEDO

CLIMA

heizen - kühlen - lüften - regeln - sanitär
chauffer - refroidir - ventiler - régler - sanitaire

www.riedoclima.ch



TOPLERBETRIEB
Gebäudetechnik



3186 Düdingen
026 492 20 20
baucenter.ch

Alles zum Bauen

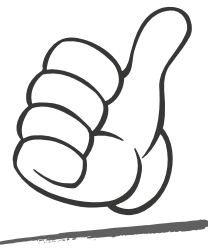
architektur aus leidenschaft
la passion de l'architecture

BRÜLHART DUCRET



garage

julmy



3185 Schmiten - 026 496 18 93 - info@garage-julmy.ch

2.-3. September (Sa.- So.) Diablerets HT & Klettern

Bewertung: HT / KL dem Niveau angepasst
Beschrieb: JO Kletter- & Hochtouren-
wochenede angepasst dem
Niveau der Teilnehmer.
Treffpunkt: Düdingen
Transport: Auto
Ausrüstung: Hochtouren- und Kletteraus-
rüstung (Details folgen)
Verpflegung: HP in der Hütte, Lunch aus
dem Rucksack
Teilnehmer: max. 12
Kosten: Transport und Hüttenspesen
Anmeldung: Bis 15.8.23 oder bis ausgebucht
Leitung: **Wicky Jonas,
Rotzetter Florence**
Hinweis: Für Jugendliche des SAC
Kaiseregg oder Bergvereins
Organisation SAC Kaiseregg
Höhenmeter: max. 1'200
Unterkunft: Cabanne des Diablerets

**4. September (Mo.) Kletterabend
Murtentor**

Bewertung: KL
Beschrieb: Klettertraining
Treffpunkt: Murtentor, 18:00 Uhr
Teilnehmer: 12
Anmeldung: 2 Tage vorher
Leitung: **Rotzetter Florence**

**11. September (Mo.) Kletterabend
Murtentor**

Bewertung: KL
Beschrieb: Klettertraining
siehe Beschrieb vom 4.9.23

16. September (Sa.) Wandflue

Bewertung: KL 5b - 6b
Beschrieb: Mehrseillängen an der
Wandflue klettern.
Treffpunkt: 8:00 Sporthalle Giffers
Transport: Auto
Ausrüstung: Kletterausrüstung
Verpflegung: aus dem Rucksack
Teilnehmer: 3
Kosten: Fahrkosten
Anmeldung: 14.9.2023
Leitung: **Neuhaus Nadine**

**18. September (Mo.) Kletterabend
Murtentor**

Bewertung: KL
Beschrieb: Klettertraining
siehe Beschrieb vom 4.9.23

**24. September (So.) Mehrseillängen im
Entremont**

Bewertung: KL 5a
Beschrieb: Mehrseillängen im
Entremont bis max. 5a
Treffpunkt: 07:00 Bahnhof Fribourg
Transport: öV
Ausrüstung: Für Mehrseillängen
Verpflegung: Aus dem Rucksack
Teilnehmer: max. 12
Kosten: Fahrspesen
Anmeldung: Bis 17.09.2023
Leitung: **Egger Jonas, BVS**
Hinweis: Auf freundliche Einladung des
Bergverein Sense. Anmeldung
bei Jonas Egger, 079 918 05 31,
jonasegger@hotmail.com
Begleitung durch Pascal Ducret,
SAC-Sportkletter-Leiter.

Bei der Teilnahme an allen JO-Anlässen ist die Versicherung Sacheder TeilnehmerInnen.



F. X. Müllerstrasse 15
3185 Schmitten
T 026 497 51 51

**apotheke
schmitten**

Offen, diskret, und unabhängig. Die Apotheke in Ihrer Gegend.




Schmerzfrei
Praxis an der Sense

- Schmerzbehandlung
- Gruppentrainings
- Hilfe zur Selbsthilfe

Schmerzbehandlung nach Liebscher & Bracht
Andrea Fahrni. Dipl. Pflegefachfrau, 077 412 76 12, schmerzfrei-sense.ch

ALLES RUND UMS GAS



- Gas & Zubehör
- Grillen, Kochen, Heizen
- Schweissanlagen
- Campingzubehör
- Service

Yves Gross
PanGas Gas & More
André-Piller 20, 1762 Givisiez
058 748 12 05, givisiez@pangas.ch
www.gasandmore.ch



ZUMWALD
Baunternehmung 3185 Schmitten 026 496 00 40

...wir bauen für Sie....

Hochbau Tiefbau Bautenschutz Bau-Service

25. September (Mo.) Kletterabend

Murtentor
Bewertung: KL
Beschrieb: Klettertraining
Treffpunkt: Murtentor, 18:00 Uhr
Teilnehmer: 12
Anmeldung: 2 Tage vorher
Leitung: **Rotzetter Florence**

2. Oktober (Mo.) Kletterabend Murtentor

Bewertung: KL
Beschrieb: Klettertraining
siehe Beschrieb vom 25.9.23

9. Oktober (Mo.) Kletterabend Murtentor

Bewertung: KL
Beschrieb: Klettertraining mit Nils
Treffpunkt: Murtentor, 18:00 Uhr
Teilnehmer: 12
Anmeldung: 2 Tage vorher
Leitung: **Fontana Nils**

30. Oktober (Mo.) Kletterabend Murtentor

Bewertung: KL
Beschrieb: Klettertraining Murtentor
siehe Beschrieb vom 25.9.23

30. Oktober (Mo.) Kurs Sichern für Kletterleiter

Bewertung: KL
Beschrieb: Sicherungs-Kurs für Kletterleiter (JO, FABE und Aktive) mit Bergführer Jonas.
19:45 Uhr - 21:30 Uhr.

Treffpunkt: Murtentor
Ausrüstung: Klettergurt, Sicherungsgerät
Teilnehmer: max. 8
Kosten: Keine
Leitung: **Wicky Jonas, Anmeldung bei Waeber Pascal**

Hinweis: Für Leitende (Hallen)-Klettern reserviert, Auffrischung vor "Saisonstart".

6. November (Mo.) Kletterabend

Murtentor
Bewertung: KL
Beschrieb: Klettertraining
siehe Beschrieb vom 25.9.23

13. November (Mo.) Kletterabend

Murtentor
Bewertung: KL
Beschrieb: Klettertraining
siehe Beschrieb vom 25.9.23

20. November (Mo.) Kletterabend

Murtentor
Bewertung: KL
Beschrieb: Klettertraining
siehe Beschrieb vom 25.9.23

27. November (Mo.) Kletterabend

Murtentor
Bewertung: KL
Beschrieb: Klettertraining
siehe Beschrieb vom 25.9.23

4. Dezember (Mo.) Kletterabend

Murtentor
Bewertung: KL
Beschrieb: Klettertraining
Treffpunkt: Murtentor, 18:00 Uhr
siehe Beschrieb vom 25.9.23

11. Dezember (Mo.) Kletterabend

Murtentor
Bewertung: KL
Beschrieb: Klettertraining
siehe Beschrieb vom 25.9.23


Restaurant
„Zum brennenden Herz“
 1718 Rechthalten
brennendesherz.ch

**TUNE YOUR SKIS
AND BOARDS!**
Tel.: 026 493 19 33

 Sensesport André Ruffieux
 Jetschwil 7 - 3186 Dürdingen
www.sensesport.ch

First Class WINTERSTEIGER Ski & Board Tuning
 IT'S YOUR TURN!


Werro's Biohof
 Allenlüften 2 - 3186 Dürdingen
werros-biohof.ch
 Gesundes aus deiner Region 




Hygiene + Komfort
Heizung | Sanitär | Lüftung
 Hauptstrasse 25, 1716 Plaffeien, Tel. 026 419 23 32
info@hyko.ch – www.hyko.ch

KIBE KLETTERN

3. November (Fr.) Hallenklettern Kinder ohne Begleitung (Gruppe B2)

Bewertung: KL
 Beschrieb: Das Kinderbergsteigen findet alle 2 Wochen im Murtenort in Freiburg gemeinsam mit dem Bergverein Sense statt. Für Kinder ab 10 Jahren ohne Begleitung.
 Treffpunkt: 19:00 Uhr
 Transport: Anfahrt individuell
 Ausrüstung: Turnschuhe oder Kletterfinken, Klettergurt, Smart-Sicherungsgerät
 Verpflegung: keine
 Teilnehmer: max. 16 Kinder*
 Kosten: keine
 Anmeldung: Anmeldung: Bis 30.9. oder ausgebucht.
 Leitung: **Christina Müller, Christine Peissard**
 Hinweis: Anmeldung telefonisch oder als Nachricht an Christine Peissard, 079 639 24 84 für die ganze Saison (3.11.23 - 22.3.24). Dies ist ein aufbauender Kletterkurs, beginnend mit dem Erlernen der Sicherungskompetenz. Leihmaterial auf Anfrage. *am gleichen Abend auch ein Teil begleitetes Klettern, dies ist das Total, inklusive diesen Teilnehmern.

17. November (Fr.) Hallenklettern Kinder ohne Begleitung (Gruppe B2)

Details siehe 3. November Gruppe B2.

1. Dezember (Fr.) Hallenklettern Kinder ohne Begleitung (Gruppe B2)

Details siehe 3. November Gruppe B2.

15. Dezember (Fr.) Hallenklettern Kinder ohne Begleitung (Gruppe B2)

Details siehe 3. November Gruppe B2.

Bei der Teilnahme an allen KIBE-Anlässen ist die Versicherung Sache der TeilnehmerInnen.



EMPOWER CONNECTIONS

VERLÄSSLICHKEIT BRAUCHT VERTRAUEN

Als führender Anbieter auf dem Gebiet der Verbindungs- und Automatisierungstechnik sind wir uns der Verantwortung bewusst, was eine sichere Verbindung bedeutet.



www.wago.com/ch-de

WAGO

23. September (Sa.) Klettern La Rochette

Bewertung: KL 3°-5°

Beschrieb: Klettern für Kinder ab 6 Jahren in Begleitung eines Erwachsenen, welcher die Verantwortung für das Kind übernimmt.

Treffpunkt: 9:00 Tafers Dorfmatte

Transport: Auto

Ausrüstung: Kletterausrüstung inkl. Helm

Verpflegung: Picknick

Teilnehmer: 12 (inkl. Begleitung)

Kosten: Fahrkosten

Anmeldung: bis 3.9. bei Christina

Leitung: **Müller Christina, Jonas Egger**

4. November (Sa.) Kurs Hallenklettern für Begleitpersonen

Bewertung: KL

Beschrieb: Kurs für Begleitpersonen von Kindern, um die Sicherungskompetenz (Voraussetzung) zu erlangen. Samstag 9 Uhr - 12 Uhr.

Treffpunkt: 9 Uhr Murtenor Freiburg

Transport: Anfahrt individuell

Ausrüstung: Klettergurt, Sicherungsgerät (ideal Smart), Sicherungskarabiner, Kletterfinken

Verpflegung: keine

Teilnehmer: max. 20 Teilnehmer

Kosten: keine

Anmeldung: Bis 30.9. oder ausgebucht.

Leitung: **Andrea Peter**

Hinweis: Anmeldung telefonisch oder als Nachricht an Christine Peissard, 079 639 24 84. Leihmaterial auf Anfrage.

10. November (Fr.) Hallenklettern Kinder mit Begleitung (Gruppe A)

Bewertung: KL

Beschrieb: Das Familienbergsteigen findet alle 2 Wochen von 19:00 - 21:00 Uhr (je nach Alter bis 20:30 Uhr) im Murtenorin Freiburg gemeinsam mit dem Bergverein Sense statt. Für Kinder ab 5 Jahren in Begleitung eines Erwachsenen.

Treffpunkt: Murtenor

Transport: Anfahrt individuell

Ausrüstung: Turnschuhe oder Kletterfinken, Klettergurt, Smart-Sicherungsgerät

Verpflegung: keine

Teilnehmer: max. 10 Kinder

Kosten: keine

Anmeldung: Bis 30.9. oder ausgebucht.

Leitung: **Christina Müller, Christine Peissard**

Hinweis: Anmeldung telefonisch oder per Nachricht an Christine Peissard, 079 639 24 84 für die ganze Saison (10.11.23 - 22.3.24). Voraussetzung für Begleitpersonen: Sicherungs-Kompetenz oder Besuch des Kurses vom Sa 4.11.23 (siehe Programm). Leihmaterial auf Anfrage.

Bei der Teilnahme an allen FABE-Anlässen ist die Versicherung Sache der TeilnehmerInnen.



- Zimmerei
- Innenausbau
- Spenglerei
- Bedachungen
- Blitzschutz

Schlossacher 1 - 1715 Alterswil - 079 635 14 84

17. November (Fr.) Hallenklettern Kinder mit Begleitung (Gruppe B1)

Bewertung: KL

Beschrieb: Das Familienbergsteigen findet alle 2 Wochen von 19:00 - 21:00 Uhr (je nach Alter bis 20:30 Uhr) im Murtenorin Freiburg gemeinsam mit dem Bergverein Sense statt. Für Kinder ab 5 Jahren in Begleitung eines Erwachsenen.

Treffpunkt: Murtenor

Transport: Anfahrt individuell

Ausrüstung: Turnschuhe oder Kletterfinken, Klettergurt, Smart-Sicherungsgerät

Verpflegung: keine

Teilnehmer: max. 16 Kinder*

Kosten: keine

Anmeldung: Bis 30.9. oder ausgebucht.

Leitung: **Christina Müller, Christine Peissard**

Hinweis: Anmeldung telefonisch oder per Nachricht an Christine Peissard, 079 639 24 84 für die ganze Saison (10.11.23 - 22.3.24). Voraussetzung für Begleitpersonen: Sicherungs-Kompetenz oder Besuch des Kurses vom Sa 4.11.23 (siehe Programm). Leihmaterial auf Anfrage. *am gleichen Abend auch das unbegleitete Klettern, dies ist das Total, inklusive diesen Teilnehmern.

24. November (Fr.) Hallenklettern Kinder mit Begleitung (Gruppe A)

Details siehe 10. November Gruppe A.

1. Dezember (Fr.) Hallenklettern Kinder mit Begleitung (Gruppe B1)

Details siehe 17. November Gruppe B1.

8. Dezember (Fr.) Hallenklettern Kinder mit Begleitung (Gruppe A)

Details siehe 10. November Gruppe A.

15. Dezember (Fr.) Hallenklettern Kinder mit Begleitung (Gruppe B1)

Details siehe 17. November Gruppe B1.

22. Dezember (Fr.) Hallenklettern Kinder mit Begleitung (Gruppe A)

Details siehe 10. November Gruppe A.

RAIFFEISEN

Gratis
in über 500
Museen

Für Kulturinteressierte
und solche, die es noch
werden möchten.

Als Raiffeisen-Mitglied mit MemberPlus-Status erhalten Sie zusammen mit bis zu drei Kindern freien Eintritt in über 500 Museen.

MEMBER
PLUS

raiffeisen.ch/museum

Familienbergsteigen-Wochenende
in den Gastlosen



ATEC

Ihre Stellenvermittlung

AMAVITA +

Oberland Apotheke Plaffeien

**wirbauen
ensemble**Türen
Portes
Schränke
Armoires
Fenster
Fenêtres
Unterhalt
Entretien**Schreinerei - Menuiserie**
Jendly**Der Schreiner**
Ihr Macher
schreiner.ch

3186 Düringen, Tel: 026 492 35 35, www.jendly.ch

Tourenbericht FaBe 13. Mai 2023**Schatzsuche mit Abseilen und Tyrolienne**

Die erste diesjährige FaBe-Aktivität im Freien führte je 7 Kinder und Erwachsene nach Alterswil. Die Tourenleiterin Christina schickte die Kinder bereits am Treffpunkt los, um den ersten Posten der Schatzsuche zu finden. Schon bald ranneten sie mit einem Goldblatt und einem Puzzleteil der Schatzkarte zurück. Dem Präsidenten Pascal (Waeber) wurde die Aufgabe übertragen, den Kindern mittels Karte und Kompass die Orientierung beizubringen. Vorbei an verschiedenen Hinweisen (Pferdeboxen, Grotte) entschied das Kletterduo Christina und Pascal (Ducret), eine Abkürzung zu nehmen. Erstaunt schauten wir zu, wie sie Seile um Bäume wickelten und allerlei Knoten banden, bis sie plötzlich über einem Felsvorsprung verschwanden. Nun hiess es: Mutig sein und selber abseilen! Nachdem alle Kinder dieses Abenteuer bravurös gemeistert hatten, kamen wir an unserer wohlverdienten Picknickstelle an, einer Sandstein-Höhle mit einer Feuerstelle und einem Wasserfall. Dank dem Zauberstab des Präsidenten loderte das Feuer, sodass die hungrigen Mäuler trotz feuchtem Holz ihre Wurst bräteln konnten. Zusätzlich wurden unsere Gaumen von offerierten Speisen wie Stockbrot, Gemüse Dip, Schoggibananen, Beeren-cake und Brownies verwöhnt. Gestärkt konnten sich die Kinder auf der selbst gebauten Tyrolienne vergnügen. Schnell füllte sich der Wald mit ihren Freudenjuchzern, als sie in grossem Tempo über den Waldboden sausten. Nichtsdesto-trotz mussten wir die schöne Waldstelle verlassen, denn schliesslich wartete der Schatz. Weiter liefen wir einem Bach entlang, wo die nächste Herausforderung auf uns wartete: Disc-Golf. Mit Frisbees versuchten Gross und Klein, mit möglichst wenigen Würfeln den Korb zu tref-

fen. Gar nicht so einfach, aber ein Hei-denspass! Ausgestattet mit dem letzten Puzzleteil sahen die Kinder auf der Karte, wo der Schatz versteckt war. Energischen Schrittes schlugen sie den Weg aus dem Wald hinaus ein und entdeckten ihn am Feldrand zwischen den Bäumen: Eine Kiste voller Leckereien, die ausgeglichen aufgeteilt wurden. Herzlichen Dank an Christina und den fleissigen Helfern für diesen tollen Tag.

Anais, Delia, Livia und Naya mit Estelle

RAEMY

HOCH- UND TIEFBAU

RAEMY AG
Hoch- und Tiefbau
Postfach 112, Büel 6
1716 Plaffeien
Tel. 026 419 12 47
Fax 026 419 32 47
info@raemy-ag.ch
www.raemy-ag.ch

Wir bauen Zukunft

BAERISWYL AG
EFFIZIENTE GEBÄUDEHÜLLEN

3186 Düringen
Tel. 026 493 41 11
3280 Murten
Tel. 026 670 66 29



www.baeriswyl-ag.ch
duedingen@baeriswyl-ag.ch

30 Jahre
1979-2009

BAERISWYL AG
BALKON- UND TERRASSEN-
GESTALTUNG

1716 Plaffeien
Tel. 026 419 11 82
www.baeriswyl-btg.ch
cover@baeriswyl-btg.ch



COVER
Balkon- und Sitzplatzverglasung

AMAZING
SWISS
GLAZING

**STORENBAU
GARAGENTORE**


HÖRBERATUNG
DÜDINGEN & WORB

HÖRBERATUNG DÜDINGEN

Hauptstrasse 8 | 3186 Düringen

Tel: 026 493 00 40

duedingen@leben-hören.ch

Bester
Service im
Phonak Lyric™
Kompetenz-
Center

- HÖRBERATUNG MEISTERBETRIEB
- HÖRGERÄTEANPASSUNG
- TINNITUSBERATUNG
- PÄDAKUSTIK
- GEHÖRSCHUTZ



Leben
hören

www.leben-hören.ch

Familienbergsteigen-Wochenende in den Gastlosen 24.-25. Juni 2023

Der erste Anlass des FaBe in den Bergen. Das Motto lautete: Spiel, Spass und Lernen in den Gastlosen.

Voller Vorfreude reisen wir am Samstagmorgen Richtung Abländschen. Mit dabei sind 6 Kinder und 6 Erwachsene. Beim Parkplatz Obere Ruedersberg benötigt es erstmal ein Auftau-Kennenlernspiel. Die neugierigen Kinder betrachten die Wanderkarte und finden den Weg zur Grubenberghütte. Hier werden wir heute Übernachten. Für die Meisten ist es die erste Hüttenübernachtung. Deshalb muss die Hütte erstmal inspiziert werden, das Bett gerichtet, und die Tiere begrüsst werden. Am Liebsten hätten sie den Tag bei den Schweinen und Hunden verbracht. Doch es wartet noch besseres auf uns: Auf dem oberen Wanderweg zurück Richtung Wandflue befindet sich ein Picknickplatz. Dort wird gebrätelt, ein Baum mit Tannenzapfen beworfen, auf der Slackline balanciert. Weil es ein Bergsteiger-Anlass ist, darf die Begehung eines Felsen nicht fehlen: Erste Bouldererfahrungen werden gemacht. Wir spielen das Amazonas-Spiel: Von Stein zu Stein hüpfen/klettern, ohne das Gras zu berühren. Wer hat als Erstes das Ziel erreicht? Pascal und Christoph haben einen Mehrseil-längen-Parcours eingerichtet im Wald, damit alle das Handling üben können. Die im Winter erlernten Knoten können endlich in die Tat umgesetzt werden! Der Spätnachmittag in der Hütte muss natürlich auch noch genossen werden. Die Kinder begnügen sich mit den Hunden des Hüttenwartes. Danach geniessen die Erwachsenen einen schönen Sonnenuntergang vom Husegg-Gipfel aus, mit Blick auf die Gastlosenkette. Wahnsinnig zutrauliche Ziegen kuscheln sich zu uns. Sonntag: Da ich die Kinder nicht kenne, und es für die meisten Kinder die erste richtige Wanderung ist, heisst es: Rollende Planung. Ziel ist das Soldatenhaus,

auf der Südseite der Gastlosenkette. Dort, sowie unterwegs, gibt es schöne Boulderfelsen. Der Jüngste der Gruppe rennt allen davon, die anderen Kinder hinterher. Die Erwachsenen trotten am Schluss. Während dem Gehen analysieren wir die Wasserrillen am Felsen, die durch das Wasser geformt wurden. Eine gute Ablenkung zum steilen Aufstieg, der uns bevorsteht. Für die Überquerung beim Wolfsort üben wir das Gehen am kurzen Seil. Beim Abstieg komme ich mir vor, als wären wir am Mount Everest: So viele Leute, dass es Stau gibt. Beim Soldatenhaus gibt's erstmal ein Picknick und Dessert. Pascal macht mit allen eine Affenfaust. Diese wird beim Bouldern direkt eingeweiht. Man kann sie in die Felslöcher stecken und sich daran halten. Nun sind alle müde. Wir teilen uns auf: 3 Erwachsene gehen die Auto's holen. Der Rest steigt auf der Südseite ab. Beim Chli Sattel treffen wir uns, verabschieden uns zufrieden voneinander.

Die Highlights der Kinder

Delia: »Mir hat es gefallen, mit Roggo und Jimmy zu spielen und spazieren, das feine Essen und die Übernachtung in der Hütte.«

Anais: »Das Abseilen im Wald, das Bouldern am Felsen und an den Seilen angebunden zu laufen hat mir gefallen. Das Spielen mit den Hunden und Frisbee-Spielen hat Spass gemacht.«

Livia: »Meine Top 3 Sachen: 1. Bouldern, 2. Mit den Seilen angemacht zu laufen, 3. Mit den Tieren spielen.«

Naya: »Mir hat das Klettern/Bouldern beim Picknickplatz und das Spielen mit den Hunden Spass gemacht.«

Jan: »Das Wandern und das Bouldern hat mir besonders gut gefallen.«

Ich bedanke mich bei allen Kindern, Eltern und Leiter für das schöne und spassige Wochenende!

Chrigi



Deine Freizeit
in guten Händen
On y va!

Unvergessliche Momente...

Grandiose Freiburger Voralpen...



Infos und Reservationen unter
kaisereggbahnen.ch 026 412 10 23

Familienbergsteigen-Wochenende
in den Gastlosen



Wildhorntour



hb architekten
Industriestrasse 34 | 3186 Düringen
026 497 9180 | www.hbarchitekten.ch






CHEES Tafers
GOURMET

026 494 05 75 • chees-gourmet.ch
info@chees-gourmet.ch

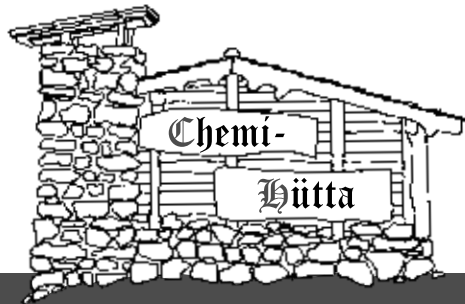
Käserei Schweni · 1714 Heitenried · Tel. 026 495 00 85

 ...mehr als nur Käse

Öffnungszeiten	
Montag–Dienstag	08.00–11.30 Uhr 14.00–18.30 Uhr
Mittwoch	08.00–11.30 Uhr
Donnerstag–Freitag	08.00–11.30 Uhr 14.00–18.30 Uhr
Samstag	08.00–16.00 Uhr
Vom 1. November bis 31. März:	
Sonntag	16.00–18.00 Uhr

Chees Gourmet GmbH · Schwarzseestrasse 14 · 1712 Tafers

Restaurant Chemi-Hütte



STEFAN ZBINDEN
1736 ST. SILVESTER
www.chemi-huetta.ch
026 418 11 05

GASTRONOMIE FÜR GENIESSER ...

Für VW zu Fasel

Garage Fasel
Düdingen



Nutzfahrzeuge

California Das **Welt**Auto.

Tourenbericht Wildhorn - Meine erste Hochtour - 8. und 9. Juli 2023

Bereits im Februar habe ich von Urs die Packliste verlangt, damit mir ja genügend Zeit für den Einkauf des vielen Hochtourenmaterials bleiben sollte, welches ich dann auch in Etappen eingekauft habe.

Am 8. Juli war es dann endlich so weit. Wir (d.h. Rahel, Silvia, Josiane, Paul und ich) trafen uns mit unserem Tourenleiter Urs in Düdingen, für die gemeinsame Anreise nach Anzère.

Dort hiess es «Material fassen» und ab in die Gondel nach Pas de Maimbre, von wo aus es bei angenehmen Temperaturen Richtung Selle und nach kurzer Rast und Verpflegung aus dem Rucksack hinauf auf den Wandergipfel Sé Rouge (2893m) ging. Nach dem Gipfelfoto nahmen wir den Abstieg zur Cabane des Audanes unter die Füsse, wo wir unser Nachtlager bezogen.

Josiane bemerkte, dass sie den «Spiegu» zum Lesen vergessen hatte – wobei Rahel sich fragte, warum sie wohl ausgerechnet das deutsche Heft (der Spiegel) auf dem Berg lesen wolle? So viel zum Fribourgerdütsch für Einsteiger.

Während wir es uns bei Kaffee und Kuchen auf der Terrasse gemütlich machten, ging Urs schon den Einstieg der Tour für den nächsten Tag sichten.

Vor dem Abendessen ging's noch auf ein Schneefeld, um das Gehen am Seil mit Steigeisen zu üben. Von Urs wurden wir in zwei Seilschaften eingeteilt - eine neue Seilführerin wurde erkoren (danke Josiane). Wir erhielten letzte Instruktionen zur Knotentechnik, was alles sehr spannend und lehrreich war – nicht nur für mich als Neuling.

Nach einem reichhaltigen Abendessen und einer guten Gesprächsrunde legten wir uns pünktlich um 22h schlafen. Urs hatte bereits für 4:30 h Frühstück bestellt, was sich später als sehr vorteilhaft herausstellen sollte.

Nach einem kurzen Frühstück ging es um 5:20 h im Halbdunkel los Richtung Col des Eaux Froides. Dabei wurden wir von einem

Steinbock, welcher hoch oben auf der Krete stand, beobachtet. Den Pass erreichten wir kurz vor 6h genau zum Sonnenaufgang. Welch wunderbarer Anblick!

Kurz kraxelten wir über ein paar Felsbrocken hinauf zu den Schneefeldern. Nun hiess es Steigeisen montieren und anseilen. Mit grandioser Sicht auf die umliegende Berglandschaft stapften wir hinauf zum Gletscher und immer weiter Richtung Gipfel. Es war bereits so warm, dass ein dünner Pulli völlig ausreichte. Nach Total 3 Stunden Aufstieg erreichten wir als erste Seilschaft um 8:15 h den Gipfel des Wildhorns (3248m).

Nach einer kleinen Stärkung, ganz vielen Gipfelfotos und dem Bestaunen der vielen 4000er, machten wir uns für den Abstieg Richtung Cabane bereit. Weit unten sahen wir bereits diverse Seilschaften, die sich durch den mittlerweile sulzigen Schnee den Hang hinauf kämpften. Dankbar waren wir jetzt für die frühe Startzeit, die Urs definiert hatte.

Zurück bei der Hütte genossen die zwei hartgesottensten Frauen unter uns ein kühles Bad im nahen Bergsee. Rahel und ich trauten uns nur bis zu den Knien (Weicheier :-)). Danach nahmen wir den 2-stündigen Rückweg zur Bergstation unter die Füsse. Die diversen Steigungen gingen mir nun ziemlich in die Beine.

Glücklich und zufrieden erfrischten wir uns bei einem kühlen Getränk im Bergrestaurant, bevor wir uns runter in die glühende Hitze trauten - im Tal erwarteten uns Temperaturen um 32 Grad.

Welch grossartiges Erlebnis mit netter Gesellschaft – das war bestimmt nicht meine letzte Hochtour!

Ein grosses Dankeschön an Urs für die super Organisation, den Taxidienst und die professionelle Führung!

Sara



Crottet AG
3186 DÜDINGEN TEL. 026 492 90 90

Ihr regionaler Elektro-Partner!



sks.clientis.ch

**Vorsorge?
Im Trockenen.**

**Vorsorgen
und Steuern
sparen**

 **Clientis**
Sparkasse Sense



HOSTELLERIE
AM SCHWARZSEE

★★★★

www.hostellerieamschwarzsee.ch

Simeler, 20.05.2023

Bruno, Ewald, Helga, Monika, Philipp, Pius

Der zweite Anlauf klappt. Topwetter ist es zwar nicht. Dafür ein Hauch von Mystik, zumindest für die, die dafür empfänglich sind. Immer wieder verhüllt Nebel die Grate - und gibt sie plötzlich wieder frei. All das macht den Simeler-Weg ob Brienz, der mit spielerischer Leichtigkeit durch Felswülste und oft über exponierte Bänder und zerrissene Flanken und Rippen führt, noch geheimnisvoller. Bereits der gewählte Zustieg, alles andere als direkt, weist mit dem Milibachfall und dem Urseren-Wägli einige malerische und nur wenig frequentierte Stellen auf. Der Simeler-Weg selbst und auch der Weg, der anschliessend die ganze Dirrengrind-Südflanke bis zum Felsentor quert, bieten nicht nur fantastische Blicke. Sie sind auch Zeuge des Kampfes zwischen Mensch und Natur. Denn die vielen harmonisch sich in die erodierende Flanke fügenden Schutzmauern sollen die Dörfer am See unten schützen.



Mehrseillänge Platte Oberbuchsiten, 27.05.2023

Bei stahlblauem Himmel und Sonnenschein trafen wir uns um 7.30 Uhr in Düdingen. Nachdem das Gepäck und sieben TeilnehmerInnen (inkl. Dackel Dusty) in den Autos untergebracht waren, wurden wir sicher nach Oberbuchsiten chauffiert. Kaum angekommen, gab es eine Einführung am kühlen Schatten in die Welt des Mehrseillängenkletterns. Zwischendurch wurden wir von Christina mit frisch gebrühtem Kaffee und «Cheeschueche» verwöhnt. Gestärkt und eingecrèmet ging es dann an den Felsen. Dort konnten wir unter Aufsicht der Tourenleitenden und zwei erfahrenen Teilnehmenden die Trockenübungen in die Tat umsetzen: klettern, sichern, Stand einrichten, abseilen. Am Felsen waren wir der Sonne exponiert und daher waren alle froh, zurück in den Schatten zu kehren. Nach dem z'Mittag ging es dann ans Eingemachte. Vier Seilschaften machten sich bereit, um auf zwei Routen die grosse Platte in Angriff zu nehmen. Hochkonzentriert, etwas gequält von der Hitze und stets unter guter Aufsicht sind wir alle sicher oben angekommen. Wir haben es geschafft, unsere erste Mehrseillänge, ein tolles Gefühl! Nach drei 50m Abseilpisten sind wir endlich unten im Schatten angekommen und konnten unseren Durst stillen. Einige TeilnehmerInnen haben sich zum Abschluss noch im Klettergarten ausgepowert. Erleichtert, etwas müde und mit vielen neuen Eindrücken im Gepäck ging es nach einem gemeinsamen FüBi (Fürabe Bier) zurück nach Düdingen. Vielen Dank Pascal und Christina, wir haben viel gelacht, gelernt und den Tag mit der Gruppe sehr genossen.

Yannic & Géraldine



Pasta-Runde...

... denn Spaghetti gab es auf den Hütten nicht, was aber unserer Freude über das sonstige hervorragende Essen keinen Abbruch tat, da von Tiramisu über Kuchen und, wie im Titel erwähnt, Pasta alles dabei war.

Nun denn, eines der Themen ist somit abgedeckt, das gute Essen, doch auch die atemberaubende Bergwelt, schön kaltes Wetter und gemeinsame Traumata sollten uns auf unserer Spaghetti-Runde zu Beginn des Sommermonats Juli 2023 begleiten.



Der frühe Vogel besteigt den Berg

Was zuerst? Der frühe Start am Montag, 3. Juli läutete das ohnehin frühe Aufstehen für die nächsten drei Tage ein, wobei müde, jedoch erwartungsvolle Gesichter das Nächstkommende herbeisehnten. Nach der Autofahrt durch den von Pascal W. so beliebten italienischen Schilderdschungel und nach einer längeren Gondelfahrt im italienischen Staffal bis auf 3275m ging's auch gleich flott – aber teils schlecht gespurt – ca. 900hm aufwärts zum ersten 4000er Gipfel, Punta Giordani mit der Marienstatue. Interessant hierbei für einige TeilnehmerInnen: Das kurze Kraxeln mit Steigeisen.

Danach recht schnell zur Mantova-Hütte hinunter, unserer Bleibe für die nächsten zwei Nächte.

«Wer will jassen?», Matthias L. verkürzte uns jeweils das Warten auf das Menü mit Kartenspielen.

Wer schnarcht denn da so laut?

«Gut geschlafen?», der Konsens der übernächtigen Augenpaare zeugte bei dieser Frage von einer Nacht voller Schnarchparaden, nicht ausgemachten Lichtern und sogar von einem sich streitenden Liebespaar, das uns den Schlaf geraubt hatte. Ja, so ist das Leben im Massenschlag auf 3498m; man schläft nicht, man übernachtet.

Nichtsdestotrotz stapften wir hochgestimmt und freudig wie immer in unserem Tatzelwurm von Seilen und festgebundenen Steigeisen erneut ca. 970hm in die Höhe, climb high – sleep low. Das Wetter wunderschön, strahlendblauer Himmel, etwas kalter Wind. Für die meisten führte der Weg zur Vincent-Pyramide mit einer wunderschönen Aussicht, dann auf das Balmenhorn mit seiner lustigen Biwak-Schachtel und einer Statue («Welcher Heilige war das noch gleich?», «Christus», erklärte die Stimme aus dem Off), weiter zum Corno Nero mit seinem schön steilen Aufstieg mit Pickel, dann noch zur Ludwigshöhe hinüber, wo bereits das morgige Tagesziel, die höchstgelegene Hütte Europas (so das Narrativ) uns schwarz im Weiss des unschuldig anmutenden Schnees entgegen schien.

Die heutigen Berge waren übrigens natürlich auch alle über 4000m, wobei die Ludwigshöhe mit 4342m das höchste Ziel an diesem zweiten Tag unserer Hochtour darstellte.

Wie gutes Essen und Übelkeit auf der Margherita Hütte zusammenpassen

Mit Verlust muss man leider rechnen, sei dies nun das Ausbleiben von TeilnehmerInnen oder eventuelles Verlassen des eingenommenen Essens über den Koptweg. Doch nicht für unsereins, nein, unsereins war mehrheitlich fit, obschon einzig neun von zehn BergsteigerInnen den Weg zur Signalkuppe und somit zum höchsten Punkt der Tour – aka Margherita Hütte – am dritten Tag der Spaghetti-Runde in

Angriff genommen hatten.

Vom Hörensagen war die Tour schön, obschon nicht alle TeilnehmerInnen den gleichen Weg eingeschlagen hatten. Früh waren trotzdem alle in der Hütte angekommen, was zur Folge hatte, das vorzüglich Essen in vollen Zügen auskosten zu können. Gelitten aufgrund der Höhe hatten einige. Kopfschmerzen und Übelkeit gingen damit einher, doch das hervorragende Menü bei sich behalten konnten Pascals Schützlinge alle. Nicht so andere Gäste der Margherita Hütte, die sich das Essen nochmals durch den Kopf gehen liessen und einiges davon im Gang verteilten. Nun, langsames Gehen und genug Wasser trinken sind immer noch das A und O zur Höhenanpassung. Auf alle Fälle war und ist der Weg zu hohen Gipfeln immer wieder ein (auch kulinarisches) Abenteuer.

Noch das gemeinsame Trauma verarbeiten

Ach ja, nach den Tagen in viel Schnee, gut zugedeckten Spalten, meist gutem Wetter, – ja, die Tour war in vielerlei Hinsicht einfach perfekt, top Bedingungen und keine ernsthaften Zwischenfälle – musste allerdings noch das gemeinsame Trauma verarbeitet werden. Selten werden in solcherlei Berichten wie diesem die allen Menschen zugrundeliegende Bedürfnisse angesprochen, meist liest man wie hier: Der Schnee war gut, der Weg ausgezeichnet, die Stimmung spassig; doch über den Toilettengang verliert selten jemand ein Wort.

«Wie habt ihr das gemacht, ohne euch vollzupinkeln?», die Frauen der Schöpfung kämpften mit Problemen bei den italienischen Hocktoiletten, die bodeneben nur ein Loch für die Notdurft, das es zu treffen galt, hatten. Übung macht jedoch die Meisterin und tatsächlich gibt es Schlimmeres, glücklicherweise nicht auf unserer Tour.

Am Ende bleibt Erinnerung

Am Ende verlassen wir die menschlichen Grundbedürfnisse und das wohl ironisch Komische dieses Textes und fokussieren uns auf das, was diese Tour hoch oben auf den Gipfeln an der italienisch-schweizer Grenze ausgemacht hatte: Das naturnahe Erlebnis.


Es scheint, dass nicht nur die erhabene Berglandschaft, das Bezwingen der eigenen Grenzen, die oft besuchten Gipfel und die Freude über Geschafftes am Ende bleiben, sondern auch Erfahrungen, Begegnungen und das tröstende Gefühl, etwas dazugelernt zu haben, egal, wie dieses Etwas nun ausgesehen hat.

Die Zeit auf dieser kurzen Tour war demnach geprägt von Lachen, ehrlicher Freude, sympathischen Menschen und thront jetzt als Erinnerung in unseren Geistern. Wir hatten und haben's gut miteinander und freuen uns auf ein gemeinsames Spaghetti-Essen, das beim Erscheinen dieses Berichts wohl selbst schon Vergangenheit ist, und danken allen TeilnehmerInnen und Verantwortlichen von ganzem Herzen für Organisation, Flexibilität, Ehrlichkeit, Unkompliziertheit, positive Vibes und das gemeinsame Erlebnis. Merci vöu mau!!!




Text und Bilder:

Janine



Ich bin Ihr Coach
in Ihrer Nähe.



brunomüller
COACHING + BERATUNG
Brunomüller.ch



optifina

Treuhand · Steuern · Rechnungswesen

optifina Treuhand GmbH · Bahnhofstrasse 17 · 3186 Düringen
Tel. 026 505 12 08 · info@optifina.ch · www.optifina.ch



Gerüstbau AG

duens

3186 Düringen
026 492 02 55
www.duens.ch

Suter Consulting

Communication écrite multilingue • Multilingual written communication
Comunicazione scritta plurilingue • Mehrsprachige schriftliche Kommunikation



**Einfache oder technische Übersetzungen und
Dokumentationen nach Mass (Drucksachen und Internet)**

www.suterconsulting.com Kehrsatz (031-941.14.62) / Pully VD (021-791.37.35)

Mehrseillängen Kletterkurs Sustenpass

Kursleiter: Nadine Neuhaus, Pascal Ducret
Besonderes: Keine Steinböcke

Lange haben wir uns auf den Mehrseillängenkurs am Sustenpass gefreut, leider hat das Wetter nicht mitgespielt. Regen in den Alpen, Sonne im Flachland, aber dank Nadine und Pascal konnten wir umdisponieren, denn es gibt auch schöne Routen unterhalb von 1000müM.

Am ersten Tag haben wir die Grundlagen der Mehrseillängentechnik im Klettergarten von Pont-la-Ville erlernt. Der Fels und das Gelände waren ideal, um das Gelernte gleich umzusetzen. Begriffe wie Tuber, Standschlinge, Standbau, Abseiltechniken mit denen wir in den ersten Stunden des Kurses nicht viel anfangen konnten, wurden uns von Nadine und Pascal näher gebracht, so dass wir uns nach dem Mittagessen in Zweier-Seilschaften organisierten, um das am Morgen gelernte umzusetzen. Ach ja wir resp. ich habe endlich gelernt, wie ich meine Bandschlingen (wie es sich gehört) am Gschältli versorgen kann. Ich hoffe, ich kann es jetzt, denn Nadine musste es mir zweimal erklären.

Am Nachmittag sind wir dann abwechslungsweise in den Vorstieg und haben oben den Stand eingerichtet und das Abseilen vorbereitet. Die Zeit verging so schnell, da war es auch schon Abend und wir waren bestens für den nächsten Tag vorbereitet. Denn dann ging es

nach Egerkingen in die Oberbuchsiten Platte, wo wir das Gelernte umsetzen sollten.

Das Wetter war fantastisch und ein Trost, Paul ein Wetterprofi, teilte uns mit, dass es am Sustenpass in Strömen regnete. Wir hatten die richtige Entscheidung getroffen.

Die Platte ist ca. 160 Meter hoch, ca. 4-5 Seillängen, wir waren alle gespannt, ob wir das am Vortag Erlernte sicher umsetzen können, denn diese Höhe verzeiht keine Fehler. Unten haben wir nochmals die genauen Abläufe einer Mehrseillänge repetiert. Dann ging es in Zweier-Seilschaften los, der Jurakalk war wunderbar zum Klettern und nach dem anfänglichen obligaten Knieschlotterle sind wir die 4-5 Seillängen hochgeklettert. Nicht wahnsinnig schnell, denn wir haben es genossen und doch noch ein bisschen länger gebraucht wie die Profis, denn bei jedem Stand, den wir eingerichtet haben, mussten wir kurz überlegen, ob wir alles richtig gemacht haben. Oben angekommen ein herrliches Gefühl, zu sehen was man erklimmen hat und die Aussicht genießen. Danach ging es ans Abseilen. Da wir eine relativ grosse Gruppe waren dauerte es ein bisschen länger, die meisten von uns haben die Kletterschuhe ausgezogen und sind barfuss abgeseilt.

Zufrieden sind wir unten in unserem Depot angekommen, zwei super Tage, herzlichen Dank an Nadine und Pascal.

Stefan Roggo und Gian Trepp



CORE



Es gibt viele Wege.
Wir begleiten Sie auf dem Besten
in den Bereichen

Treuhand
Wirtschaftsprüfung
Steuern & MWST
Wirtschafts- & Rechtsberatung
Vorsorgeberatung

core-partner.ch

Düdingen

Chännelmattstrasse 9
3186 Düdingen
T +41 26 492 78 78

Fribourg

Avenue Beauregard 1
1700 Fribourg
T +41 26 347 28 80

Bern

Eigerstrasse 60
3007 Bern
T +41 31 329 20 20

SENSLER OPTIK

Das schöne Gefühl gut auszusehen

SENSLER AKUSTIK

Das schöne Gefühl gut zu hören

Tafers • Plaffeien

Zbinden Garage
Zbinden
Zumholz
vw. u. AUDI Spezialist
vw. Zbinden Zumholz
24 h Abschlepp - & Pannendienst
Beat Zbinden
Hauptstrasse 26
1719 Zumholz
Tel. 026 / 419 15 66

Trainable Vintage-Tour auf den Rochers de Naye 17.06.2023

Wir trafen uns im Bahnhof Freiburg um 7:00 Uhr. Los ging's mit dem Zug nach Montbovon. Im Zugabteil nach Les Cases fühlten wir uns in die Zeit der Belle Epoque zurückversetzt. Auf zum Col de Bonaudon, immer im angeregten Gespräch! Wir überquerten ein paar Schneefelder vor den Grottes de Naye. Geplant war eigentlich deren Durchstieg nach oben, aber die Verhältnisse in den Höhlen erwiesen sich noch als zu winterlich. Über steile, ausgesetzte Treppen erreichten wir nach insgesamt drei Stunden den Gipfel. Die Rundsicht oben ist fantastisch (Französischen, Berner, Walliser, Waadtländer Alpen und besonders beeindruckend: der endlos erscheinende Genfersee!).

Nach einem Umtrunk im renovationsbedürftigen (!) Restaurant marschierten wir durch lichtdurchflutete Wälder hinunter nach Haut de Caux. Die Gespräche wurden vom Lärm der rumpelnden Zahnradbahn nach Montreux leicht behindert, was wir im Zug von Montreux über Lausanne nach Freiburg nachholten. Und immer wieder grüsste durchs Fenster der Lac Léman.

Ich danke der kommunikativen Gruppe (Arlette, Chrigle, Pius) für den lustigen Tag!

Jean-Pierre



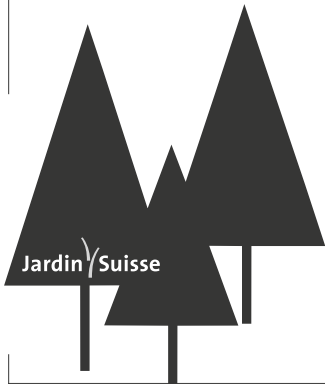


Heute planen, im Sommer in Ihrem **Swimming-Pool**



Individuell formbar mit
Sprudelbad, Massagedüsen
und Schwimmbecken.

**Besuchen und testen Sie
unseren SSP-Musterpool.**



Kaderli AG Gartenbau



Düdingen
☎ 026 493 15 44

Besuchen Sie uns:
kaderli.ch



HIER WÄCHST
ZUKUNFT

SAC-Seniorentour zur Lidernenhütte Dienstag 4. + Mittwoch 5. Juli 2023 unter Leitung von Markus Aebischer

Am Starttag konnten wir wegen Überlastung von Gruppenbuchungen in den Zügen erst eine Stunde später starten als geplant. So kamen wir gerade um die Mittagszeit nach einer Fahrt mit der steilsten Standseilbahn der Welt, einem technischen Wunderwerk, welches 2017 eröffnet wurde, hoch zum Stoos. Dort frönten wir unserem Picnic bevor wir loswanderten. Via Wannentritt und vielen Stufen durch Karstgebiet erreichten wir eine Stunde vor dem Abendessen die Lidernenhütte. Es gab einen gemischten Salat mit Randen-Herzli-Garnitur und Äplermakaronen nach Lidernen-Hüttenrezept, das heisst gekochte Apfelmwürfel waren bereits untergemischt. Es schmeckte uns ausgezeichnet. Die Aussicht von der Hütte reichte hinüber zur Gratwanderung Fronalpstock und weit über den Vierwaldstättersee bis zum Sempachersee und bescherte uns einen kleinen Regenbogen und einen schönen Sonnenuntergang. Wir 15 KaiseregglerInnen konnten den ganzen oberen Stock in Beschlag nehmen und so gut verteilt prima schlafen.

Am folgenden Tag galt es zuerst zwei Stunden via Spilauer See zum Pass beim Hagelstock aufzusteigen. Dann folgte der Abstieg durch prächtige Blumenhänge, wo wir schon mal in die Regenkleider schlüpften und den Rucksackschutz montierten. Beim Fläschsee war der schöne Picnic-Platz leider nass und so ging's gleich weiter. Später suchten wir dann sogar bei ein paar Tannen etwas Schutz vor dem nächsten Regenguss und wanderten weiter nach Eggbergen. Die erste Gondelbahnfahrtmöglichkeit war gestrichen; in der nächsten hatten wir nicht alle Platz, so dass es etwas dauerte, bis wir alle unten in Flüelen waren – und uns wieder Regen traf. Trotzdem konnten wir dann eine dreiviertelstündige Schifffahrt nach Brunnen geniessen, um erneut unter einer Regenschütze zum Bahnhof zu marschieren. Zufrieden kehrten wir zurück! Vielen Dank an Markus und allen MitwandererInnen.

Hanna Müller



Laterne Zumholz

Halla 1 - 1719 Zumholz - 026 419 39 38

Mittwoch und Donnerstag geschlossen



STADELMANN GmbH

Wir verschönern Ihr Zuhause

malen gestalten gipsen

www.stadelmann-gmbh.ch - info@stadelmann-gmbh.ch

Patrick Stadelmann GmbH - Berg 155 - 3185 Schmitten - T. 026 496 02 20 - N. 079 680 01 30

WOHNE WYNI WOTT...

026 505 10 90
wohnmacher.ch

 **wohnmacher®**

Hauptstrasse 11
1713 St. Antoni



ADRESSEN VORSTAND

Präsident

Pascal Waeber Hasliweg 16, 3186 Düringen 079 412 74 92
sac@waeber.ch

Mitgliederwesen

Fabienne Corpataux route du Centre 48, 1723 Marly 079 263 04 80
fabienncorpataux@gmx.ch

Tourenchef

Urs Aeschbacher Wiesenstrasse 39, 3073 Gümligen 076 368 16 05
ursaeschbacher@muri-be.ch

Jugend-Organisation

Brigitt Rüttner Lustorf 5, 3186 Düringen 026 497 91 80
brigitt.ruettner@gmail.com

Finanzen

Silvia Poppiti Brugerastrasse 58, 3186 Düringen 026 493 51 11
poppitisilvia@hotmail.com 079 208 02 69

Sekretariat

Jasmin Brühlhart a. i. Gantrischweg 7, 3186 Düringen 079 257 34 17
jasminbruelhart@outlook.com

Rettungschef Rettungsstation, Hüttenkommission

Roland Riedo Junkerweg, 1716 Plaffeien 026 419 13 66
roland.riedo@bluewin.ch 079 888 11 19

Rettungsstation, Stv. Rettungschef

Samuel Thalmannd thalmannds@bluewin.ch

Kommunikation / Information

Patric Zbinden Niederried 32, 1716 Oberschrot 026 419 09 00
patric.zbinden@gmail.com 079 211 17 22

ADRESSEN SPEZIALFUNKTIONEN

Kommission Kletterwand

Brügger Thomas, Ducret Pascal, Haag Marianne, Müller Christina, Müller Michael, Rüttner Brigitt

Rettungskommission

Riedo Roland, Riedo Pascal, Jost Philipp, Saghir Raphael, Thalmannd Samuel

ADRESSEN DER TOURENLEITER

Ewald Ackermann	Imp. du Castel 13	1700 Freiburg	026 481 37 06	079 660 36 14	ewald.ackermann@bluewin.ch
Markus Aebischer	Eichenweg 26	3184 Wünnewil		079 375 69 43	aebischer.m@bluewin.ch
Roger Aerschmann	Höhenweg 7	1717 St. Ursen		079 741 33 70	roger.aerschmann@rega-sense.ch
Urs Aeschbacher	Wiesenstrasse 39	3073 Gümliigen		076 368 16 05	ursaeschbacher@muri-be.ch
Norbert Bächler	Junkerweg 6	1716 Plaffeien	026 419 29 61	079 716 93 42	norbert.baechler@sensemail.ch
Erwin Bertschy	Schwarzseestr. 20	1712 Tafers		079 289 91 08	info@buba-events.ch
Andrea Blum	Bonnetsacher 30	1715 Alterswil		079 900 25 69	fam.blum@gmx.ch
Jean-Pierre Cotting	Pérolles 31	1700 Freiburg		079 231 62 12	jeanpierre.cotting59@gmail.com
Norbert Cotting	Sandacherstr. 17	3186 Düdingen	026 493 32 31	079 933 16 39	n.cotting@lehmann.info
Pascal Ducret	Oberdorfstr. 18	1712 Tafers		076 390 57 38	ducret_pascal@hotmail.com
Andrea Fahrni	Limbach 20	1719 Zumholz	026 494 00 22		andmaier@bluewin.ch
Roland Fahrni	Galteren 2	1712 Tafers		079 255 78 03	roli.fahrni@sensemail.ch
Nils Fontana	Schulhausstr. 30	1713 St. Antoni		079 563 86 85	fontana.n@outlook.com
Marianne Haag	Schwandholzstr. 22	1717 St. Ursen		079 514 53 08	mariannehaag@sensemail.ch
Ursula Häring	Pérolles 31	1700 Freiburg		079 261 88 82	u.haering@bluewin.ch
Claudia Jungo	Schürlimatt 23	1736 St. Silvester		079 359 18 52	claudia_zaugg@hotmail.com
Michel Jungo	Schürlimatt 23	1736 St. Silvester		079 744 56 59	michel.jungo@bluewin.ch
Christina Müller	Entemoos 144	1718 Rechthalten		079 431 31 54	christina_m89@hotmail.com
Michael Müller	Rte de Prazet 12	1785 Cressier		079 289 43 80	michael_mueller86@hotmail.com
Nadine Neuhaus	Harzerweg 12	1735 Giffers		079 544 81 91	Nadine.neuhaus@bluewin.ch
Christian Rolli	Obermattweg 10	3186 Düdingen	026 493 29 44	079 934 05 93	christian.rolli@rega-sense.ch
Florence Rotzetter	Alpenblick 20	1715 Alterswil		079 443 29 92	florencerotzetter@hotmail.com
Barbara Schubert	Kaspera 8	1716 Schwarzsee		077 482 34 41	babsi_schubert@gmx.at
Patrick Siffert	Kaspera 8	1716 Schwarzsee		079 236 96 72	patrick.siffert@sensemail.ch
Mathias Sudan	Hauptstrasse 60	1715 Alterswil		079 433 03 85	m.sudan@hotmail.com
Peter Von Niederhäusern	Bergholzli 26	1719 Brünisried		079 785 72 74	p.v.niederhausern@sensemail.ch
Pascal Waeber	Hasliweg 16	3186 Düdingen		079 412 74 92	sac@weeber.ch
Yannik Waeber	Garmiswil 9	3186 Düdingen		079 759 15 32	yannikw@hotmail.com