

# SAC Sektion Kaiseregg

Clubnachrichten Nr. 4  
Juli - August 2019

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



## IMPRESSUM

erscheint zweimonatlich  
42. Jahrgang  
Auflage: 730  
Druck: CRIC print, Marly  
Redaktion: Nicole Aebischer,  
Pfandmattstr. 51, 1714 Heitenried  
e-mail:  
redaktion.sac-kaiseregg@gmx.ch  
nächster Redaktionsschluss:  
28. Juli 2019

## INHALT

Editorial / Gesucht 1	3
Gesucht 2	5
Neumitglieder / Gesucht 3	7
Bibliothek / Bewertungsskala	9
Neuerscheinung Buch	11
Tourenbeschreibungen	13
JO	35
KIBE	37
Tourenberichte	41
Adressen des Vorstandes	55
Adressen der Tourenleiter	56

[www.sac-kaiseregg.ch](http://www.sac-kaiseregg.ch)

**Teilnehmerlisten:** an Michel Jungo (michel.jungo@bluewin.ch)  
**Adressänderungen:** an Fabienne Corpataux (fabienecorpataux@gmx.ch)  
**Tourenberichte:** max. 2000 Textzeichen für Tagestouren, etwas mehr für Mehrtagestouren.  
Fotos bitte separat schicken (nicht im Worddokument integrieren)

### Telefon

Alpiner Rettungsdienst	1414
Wetterbericht MeteoSchweiz (50 Rp./Anruf und Minute)	162
Alpenwetterbericht – Bandabruf (Fr. 1.20/Minute)	0900 162 138
Lawinenbulletin (www.slf.ch)	187

### Persönliche Wetterberatung

MeteoSchweiz (24h, Fr. 3.-/Anruf und Fr. 1.50/Minute)	0900 162 333
Meteonews (5:00 – 17:30 Uhr, Fr. 2.80/Minute)	0900 575 775
Meteotest (5:00 – 17:30 Uhr, Fr. 3.13/Minute)	0900 576 152

Titelbild: **Steinbock beim Monte Leone** (Foto: Antti Paatela)



**OXYGENE  
MONTAGNE**



**Ihr Fachgeschäft für Bergsport**

Route de Ferpicloz 8 • 1731 EPEDES • 026 413 37 70

[www.o2montagne.ch](http://www.o2montagne.ch)



**mit Unterstützung von**  
Genossenschaft Migros Neuenburg-Freiburg

**MIGROS**  
kulturprozent

## Liebe SAC Kolleginnen und Kollegen

Nun ist die Skitourensaison 2018/19 auch schon wieder Geschichte. Nach dem der März bereits sehr warm und fast schon sommerlich war, hat das Wetter dann auf Mitte April umgeschlagen und vor allem der Mai war geprägt vom unbeständigen und kalten «Aprilwetter».

Bereits hat auch unser Sommerprogramm wieder Einzug gehalten und es wird geklettert, gewandert, gebikt und auch die erste Hochtour in der Moiry-Region stand bereits auf dem Programm. Ihr seht, wie immer bieten wir ein umfangreiches Programm.

Nun habe ich vor kurzem einen Bericht von Klimaforschern gelesen, dass der kommende Sommer wiederum sehr trocken und vor allem sehr heiss werden soll. Bereits ein Durchschnittssommer soll nicht reichen, um das Defizit des vergangenen Jahres im Grundwasser wieder auszugleichen. Auch unsere Bäume, vor allem unsere Fichten benötigen unbedingt einen eher feuchten Sommer, um sich wieder erholen zu können. Ein weiterer trockener Sommer kann bereits verheerende Auswirkungen auf unsere Bestände haben, was aus wirtschaftlicher Sicht insbesondere der Holzindustrie Kopfzerbrechen beschert. Jedoch noch gravierender als für die Industrie wären die Folgen für unsere Natur z.B. als Lebensraum oder als Schutzwald.

Hoffen wir, dass sich die Klimaforscher irren und wir einen abwechslungsreichen Wetter-Sommer mit Regen, Sonne und auch das eine oder andere Sommergewitter erleben.

Natürlich hoffe ich, dass der Sommer 2019 nicht ins Wasser fällt und wir doch auch einige schöne Wochenenden haben, damit wir unserem Hobby nachgehen könne.

In dem Sinn wünsche ich uns und unserer Natur einen sonnigen ab und zu auch verregneten, warmen aber nicht zu heissen Sommer und allen viel Spass in den Bergen.

*Michel Jungo, Tourenchef*

## GESUCHT 1!

---

### Hohes Gras an Wanderwegen !

**Wer hilft mit?** 1 bis 2 Tage das hohe Gras an Wanderwegrändern zu schneiden.

Hat es dich auch schon mal gestört, weil du wegen dem langen Gras bis zu den Knien oder sogar bis zur Huft nass geworden bist ? Einige Weiden werden nicht mehr bewirtschaftet, deshalb bleibt das hohe Gras stehen.

**Beim Tourismus** helfe ich im Gebiet Euschels und Muscherenschlund mit, bei der Wanderwegbetreuung. ( Kontrolle der Wanderwegschilder und Schadenmeldungen )

**Als Mitglied des SAC Kaiseregg** möchte ich mithelfen, dass die Wanderwege so angenehm wie möglich zu begehen sind. Deshalb der Aufruf : Wer hilft mit ?

Wenn du mal Zeit hast mitzuhelfen, melde dich bitte bei:

**Alois Dietrich, 3184 Wünnewil, Natel Nr. 079 283 94 25**

**alois.dietrich@bluewin.ch**



# HOFMATT GARAGE

O. PILLER



1715 ALTERSWIL



Mitsubishi-Direktvertreter seit 1977

## Ihr Mitsubishi- und Multimarken Spezialist

Tel. 026/494 74 74

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

le GARAGE



# deby



**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

## Swiss Lighting AG

[www.swisslighting.ch](http://www.swisslighting.ch) / [info@swisslighting.ch](mailto:info@swisslighting.ch)

Fifermoos 27, 1736 St. Silvester / Tel. 026 492 06 06



## GESUCHT!

Der SAC Kaiseregg sucht als Ersatz für die jetzige Kletterhalle in Tifers einen

## Raum zum Klettern oder Bouldern

z.B.: Industriehalle, Lager, Sporthalle, Saal, altes Kino, Dachstock, Scheune...  
an zentral gelegenem Standort im Sensebezirk

- ❖ Grundfläche von ca. 80m<sup>2</sup> -100m<sup>2</sup>
- ❖ Höhe: für einen Boulderraum im Mittel ca. 3m Höhe, für eine Kletterwand ab 8m Höhe
- ❖ Idealerweise mit Toilette und Waschmöglichkeit
- ❖ Temperierter Raum (im Winter ca. 15°C), oder allenfalls ein Raum, der isoliert werden kann
- ❖ Parkplätze in der Nähe
- ❖ nach Möglichkeit mit ÖV erreichbar
- ❖ günstiger Mietpreis, nach Absprache



**GEFUNDEN?** bitte melden bei B. Rüttner 076 508 05 33

A photograph of a modern kitchen interior. It features white cabinetry, a dark countertop, and a large wooden island with a light-colored wood grain. The floor is made of light-colored wood-look planks. The lighting is bright and even.

**KOCHEN BADEN WOHNEN**  
**WOHNE**  
**WYNI**  
**WOTT...**



**Wohnmacher** macht's möglich  
Hauptstrasse 11, St. Antoni  
026 505 10 90, [wohnmacher.ch](http://wohnmacher.ch)



**Die FKB, Partnerin Ihrer Freizeit.**



**Freiburger  
Kantonalbank**

einfach offener



**SCHWALLER'S**

SENSLER BAUERNLADEN

**Oeffnungszeiten:**

**Mo-Fr 8.00-11.30 / 15.00-18.00**

**Do / So geschlossen**

**Sa 8.00-14.00**

Schwaller's Sensler Bauernladen Cheerstr.3 1713 St.Antoni 026 495 11 15 [www.schwallers.ch](http://www.schwallers.ch)

### 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!



**Damien Schaller**  
Blankweg 62  
3072 Ostermundigen



**Virginia Grünig**  
Blankweg 62  
3072 Ostermundigen



**Sara Gauch**  
Schwarzseestr. 22  
1712 Tifers



**Simone Zurwerra**  
Rue Pierre-Aeby 8  
1700 Fribourg



**Alissia Piller**  
Oberdorf 43  
1718 Rechthalten



**Familie Dominik und  
Regina Paintner mit  
Norah und Emma**  
Ruelle de Chaucey 3  
1807 Blonay

## GESUCHT 3!

---

### Nachfolge für die Leitung des Familienbergsteigen (FaBe) gesucht

Wir suchen aktuell eine Leiterin oder Leiter für das Programm mit unseren jüngsten Mitgliedern. Hast du Freude am Bergsport und möchtest gerne Aktivitäten für Kindern von 4 bis ca. 10 Jahren und ihren Eltern organisieren, wärst du genau die Person, die wir suchen. Vielleicht hast du selber eine Familie mit Kindern, die zwischen 0 bis 8 Jahre alt sind? Oder kennst du jemanden, der daran interessiert sein könnte? Dann melde dich bei Andrea Fahrni, wir freuen uns auf dich!

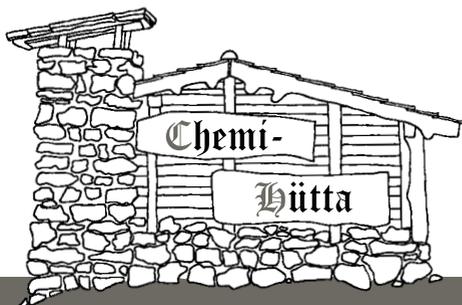
*Der Vorstand*

# Bergrestaurant Ritzli-Alp



Buchs Beat, Silvia & Dominik  
1656 Jaun  
Zimmer & Massenlager  
Röschti - Fondue  
Äpler-Makronen  
Beinschinken  
Tel. 026 929 81 24  
[www.ritzli-alp.ch](http://www.ritzli-alp.ch)

# Restaurant Chemi-Hütte



STEFAN ZBINDEN  
1736 ST. SILVESTER  
[www.chemi-huetta.ch](http://www.chemi-huetta.ch)  
026 418 11 05

GASTRONOMIE FÜR GENIESSER ...



# Garage Fasel

Düdingen



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), Pia Suter, Caroline Waeber und  
 Barbara Schwaller-Aebischer

## 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](http://www.ostafers.ch) oder direkt [www.bibliothek-tafers.ch](http://www.bibliothek-tafers.ch)

**Die Bibliothek Tafers (OS-Hauptgebäude) hat einen Medien-Rückgabe-Kasten!**

## TOURENBEWERTUNGSTABELLE

Anlass		Dauer	Schwierigkeit					
		ungefähre Auf und Abstiegs-Zeit in Stunden pro Tourentag	Leicht		Mittel		Schwer	
Skitour	SK		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°

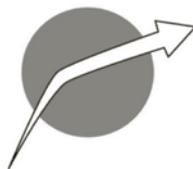
### BEISPIELE:

SK 7 ZS+	Skitour ca. 7 Stunden Leistung pro Tag, ziemlich schwierig
WA 5 T3	Wanderung ca. 5 Stunden Leistung pro Tag, mittel schwierig

Die genauen Schwierigkeitsbewertungen sowie Vergleichstouren sind nachzulesen unter [www.sac-cas.ch/schwierigkeitsskalen](http://www.sac-cas.ch/schwierigkeitsskalen)

# 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](http://www.suterconsulting.com)

Bern (031-311.49.42) / Pully VD (021-791.34.31)

# ZENTRUMGARAGE

## WALTHER



**RENAULT**  
Passion for life

3186 Dürigen [www.zentrum-garage.ch](http://www.zentrum-garage.ch)

026 351 55 00

# WEITERKOMMEN IN DER VERTIKALEN!

Mentales Training  
Coaching am Limit  
Technikkurse und Techniktraining  
Sicherungs- und Sturztraining

**seilschaft.ch**

KLETTERN | HOCHTOUREN A LA CARTE | SKITOURERN | TEAM-EVENTS

Buchausschnitt aus:  
**Hans-Joachim Löwer:**  
**Gipfelkreuze – Träume,**  
**Triumphe, Tragödien**  
*Athesia / Tyrolia 2019*

Mitglieder der Katholischen  
 Jungmannschaft von Plaffeien  
 schleppen die Kreuzteile auf die  
 Kaiseregg.



Zwei Burschen bringen den Querbalken an. Der eine fixiert ihn mit einem Seil, der andere steigt mit einem Hammer auf ein Brett, das für ihn als Standplatz gehalten wird.



daran fest, damit ihnen das Holz nicht abrutscht. Spätestens alle 15 Minuten wechseln sich die Träger ab.

Peter Pauchard ist Kaplan in Plaffeien, einem Dorf im deutschsprachigen Sennetal, und zugleich Diözesanpräsident der Jungmannschaften des Kantons Freiburg. Er ruft dazu auf, ein weithin sichtbares Zeichen gegen den Sittenverfall zu setzen. Peter Löttscher zimmert die Balken für ein Gipfelkreuz auf der Kaiseregg. Werner Egli schmiedet einen 60 Kilo schweren Sockel. Felix Boschung, Präsident der örtlichen Jungmannschaft, schnitzt in den Querbalken: „Durchs Kreuz zum Licht.“

Die „Freiburger Nachrichten“ kündigen groß die Aufstellung an. „In der glaubens- und sittenlosen Zeit von heute will unsere Jugend laut und feierlich dem ganzen Land und Volk zurufen, dass sie keinen Versprechungen glauben will, die den Versprechungen des Gekreuzigten zuwider sind“, heißt es in dem Blatt. Das Opferzeichen solle „ein flammender Protest sein gegen jede Art von ungeordneter Gier und Sucht nach Vergnügung und Lust“. Es solle „alle schamrot werden lassen, die, ohne zu ringen mit sich selbst, die Waffen strecken und den Weg sündhafter Bequemlichkeit und Ausgelassenheit gehen“.

Eine Vierergruppe war in den vergangenen zwei Monaten schon achtmal am Gipfel, um das Fundament zu legen. Nun, am zweiten Julisamstag, zieht ein Pferd das 150 Kilogramm schwere Gebälk auf einem Karren von Plaffeien bis hoch zur Alp Salzmatt; dort wird übernachtet. Am Sonntagmorgen bewegt sich ein Zug von 200 keuchenden Burschen der Kaiseregg entgegen. Das Gelände ist schwierig, es gibt noch keinen ausgebauten Weg. Sie legen sich die Balken auf die Schultern und zurren Seilschlingen

# Wildstrubelhütte – 2793 M.ü.M



**Eigentümer** SAC Sektionen Wildhorn + Kaiseregg

**Hüttenwarte:** **Konrad Rösti und Maxi Weiner**

**Wir bieten**

- Boulderwand
- 10 komfortable Hundeboxen
- 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](http://www.wildstrubelhuetten.ch)  
[info@wildstrubelhuetten.ch](mailto:info@wildstrubelhuetten.ch)

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

## Juli 2019

### 6. Juli (Sa)

Bewertung:  
Beschrieb:

### Dent de Bimis

WA 9 T5+

Der wohl exklusivste Gipfel im Kt. Freiburg mit Abseilen durch einen Tunnel. Durch das Gros Mont über die Alp Joux à Marro und Les Bimis bis Doréna. Zustieg auf den Sattel und zur Tour de Doréna (2'260m). Über den Grat Rochers des Tours bis kurz vor den Gipfel (Abseilen in die Scharte und Wiederaufstieg). Vom Gipfel (2'160m) zurück in die Scharte und 3x Abseilen - zuletzt durch den Bimistunnel. Hinunter nach Les Bimis und ab da gleicher Weg zurück.

Treffpunkt:

6.15 Uhr Düdingen Dúdál

Transport:

Auto

Ausrüstung:

Klettergurt, Abseilgerät, Prusik, Helm

Verpflegung:

Aus dem Rucksack

Teilnehmer:

max. 10

Kosten:

Fahrtspesen

Anmeldung:

bis Dienstag den 2. Juli

Leitung:

**Waeber Pascal**

Hinweis:

Lange Tour, gute Kondition und Alpinerfahrung notwendig.

Höhenmeter:

1'050

### 6.-7. Juli (Sa-So)

Bewertung:

HT WS+/II+ 7

Beschrieb:

kombinierte Hochtour mit Gradkletterei im Angesicht des Schreckhorns.

Treffpunkt:

Wird mitgeteilt

Transport:

Auto

Ausrüstung:

Komplette Hochtourenausrüstung

Verpflegung:

Pic-nic, Halbpension

Teilnehmer:

max 8

Kosten:

ca. 120.-

Anmeldung:

28. Juni

Leitung:

**Jungo Claudia + Jungo Michel**

Höhenmeter:

ca. 1000 hm

Unterkunft:

Schreckhornhütte



## ...alles für ihren Computer

PC-PROFI GMBH | HAUPTSTRASSE 16 | 3186 DÜDINGEN  
T 026 492 90 20 | WWW.PC-PROFI.CH | INFO@PC-PROFI.CH

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



# RIEDO

# CLIMA



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



# FONTANA

bäckerei-konditorei-café-lebensmittel  
1716 plaffeien tel. 026 419 11 22

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



**7. Juli (So)**

Beschrieb:  
 Treffpunkt:  
 Anmeldung:  
 Leitung:

**Sommerübung Rettungsstation**

Übung findet im Raum Schwarzsee statt  
 Rettungsstation 6.30 Uhr  
 30. Juni  
**Riedo Roland**

**10. Juli (Mi)**

Bewertung:  
 Beschrieb:  
 Treffpunkt:  
 Transport:  
 Ausrüstung:  
 Verpflegung:  
 Teilnehmer:  
 Kosten:  
 Anmeldung:  
 Leitung:  
 Hinweis:

**Bergwanderung für Seniorinnen + Senioren**

WA 5, T1 - T2  
 SeniorInnen Bergwanderung  
 8.30 Uhr, Ort auf Anfrage Tourenleiter  
 Auto  
 Wanderausrüstung  
 Pic-Nic  
 unbegrenzt  
 Fahrspesen  
 2 Tag (abens) vor Tour  
**Christian Rolli + Peter von Niederhäusern**  
 Wanderung nicht nur für SeniorInnen

**13.-14. Juli (Sa-So)**

Bewertung:  
 Beschrieb:  
 Treffpunkt:  
 Transport:  
 Ausrüstung:  
 Verpflegung:  
 Teilnehmer:  
 Kosten:  
 Anmeldung:  
 Leitung:  
 Hinweis:  
 Höhenmeter:  
 Unterkunft:

**Stecknadelhorn 4241m**

HT 12 WS+  
 Saas Fee - Hannigalp - Mischabelhütte - Stecknadelhorn  
 07'34 Uhr Abfahrt Freiburg  
 ÖV  
 Hochtourenausrüstung  
 Pick-Nick, HP Hütte  
 Max. 5  
 Ca. 160 CHF  
 30.05.2019  
**Aerschmann Roger**  
 Gute Kondition erforderlich  
 2000Hm, Abstieg: 2500Hm  
 Mischabelhütte

**24. Juli (Mi)**

Bewertung:  
 Beschrieb:  
 Treffpunkt:  
 Transport:  
 Ausrüstung:  
 Verpflegung:  
 Teilnehmer:  
 Kosten:  
 Anmeldung:  
 Leitung:  
 Hinweis:

**Bergwanderung für Seniorinnen + Senioren**

WA 5, T1 - T2  
 SeniorInnen Bergwanderung  
 8.30 Uhr, Ort auf Anfrage Tourenleiter  
 Auto  
 Wanderausrüstung  
 Pic-Nic  
 unbegrenzt  
 Fahrspesen  
 2 Tag (abens) vor Tour  
**Christian Rolli + Peter von Niederhäusern**  
 Wanderung nicht nur für SeniorInnen

# SENSLER OPTIK

Das schöne Gefühl gut auszusehen

# SENSLER AKUSTIK

Das schöne Gefühl gut zu hören

Tafers • Plaffeien



BAERISWYL  
ARCHITEKTEN

www.bbarchitekten.ch



Deine Freizeit  
in guten Händen  
*On y va!*

Unvergessliche Momente...

Grandiose Freiburger Voralpen...



Infos und Reservationen unter  
kaisereggbahnen.ch 026 412 10 23

### **26.-28. Juli (Fr-So)**

Bewertung:  
Beschrieb:

Treffpunkt:  
Transport:  
Ausrüstung:  
Verpflegung:  
Teilnehmer:  
Kosten:  
Anmeldung:  
Leitung:  
Hinweis:

Höhenmeter:  
Unterkunft:

### **Rundlauf Monte Leone**

WA 6 T3  
**Freitag Nachmittag:** Anreise nach Rothwald; Übernachtung in Wasenalp, **Samstag:** Furggubäumlicke-Alpe Veglia; Übernachtung im Rifugio CAI Città di Arona, **Sonntag:** Le Balmelle-Corwetsch-Alte Kaserne; Rückreise

wird mitgeteilt  
öV  
Wanderausrüstung, Steigeisen  
Picknick unterwegs, 2 Tage  
Max. 10  
ca. CHF 120 + Bahn-/Postauto-Billet  
7. Juli, auch später wenn freie Plätze

#### **Suter Jean-Marc**

- zusammen mit der Sektion Diablerets
- für schwindelfreie Bergwanderer
- sehr schöne Berglandschaft, Blumenparadies, abgelegene Alpwirtschaften
- 60 EUR und Ausweis mitnehmen (Italien!)

700 auf, 1300 ab  
Wasenalp / Alpe Veglia

### **27.-28. Juli (Sa-So)**

Bewertung:  
Beschrieb:  
Treffpunkt:  
Transport:  
Ausrüstung:  
Verpflegung:  
Teilnehmer:  
Kosten:  
Anmeldung:  
Leitung:  
Höhenmeter:  
Unterkunft:

### **Lagginhorn Südgrat**

HT 9, ZS III  
Klettertour auf 4000er Gipfel, Abstieg über Normalroute  
Wird mitgeteilt  
Auto  
Komplette Hochtourenausrüstung  
Pic-nic, Halbpension  
max 6  
ca. 140.-  
18. Juli

#### **Jungo Claudia + Jungo Michel**

ca. 1000 hm  
Berghaus Hohsaas

### **30./31. Juli 2019 (Di-Mi) Chamanna Coaz (2611 m)**

Bewertung:  
Beschrieb:  
Treffpunkt:  
Transport:  
Ausrüstung:  
Verpflegung:  
Teilnehmer:  
Kosten:  
Anmeldung:  
Leitung:  
Hinweis:

WA 5, T2  
Bergwanderung zur SAC-Hütte Coaz, Val Rosegg  
07.30 Uhr Bahnhof Düdingen  
öV, nach Möglichkeit GA organisieren  
Wanderausrüstung (ohne Steigeisen u. Klettergurt)  
Übernachten und HP bei der Chamanna Coaz  
max. 15 Teilnehmer  
ca. Fr. 120.00  
bis 20. Juli 2019, tel. 026 493 29 44

#### **Christian Rolli**

angesprochen sind vor allem auch unsere SeniorInnen

# dionys dietrich

FAHRZEUGELEKTRIK



Ried 81 • 3185 Schmitten • 026 496 20 10  
[www.fahrzeugelektrik-dietrich.ch](http://www.fahrzeugelektrik-dietrich.ch)



## Sport verbindet

Auf Wettbewerb, Fitness und Fairness kommt es an.

Wir unterstützen den Sport und die lokalen Vereine, weil uns die Menschen der Region am Herzen liegen.

1712 Tafers – Tel. 026 494 58 00

3185 Schmitten – Tel. 026 494 58 20

[www.sks.clientis.ch](http://www.sks.clientis.ch)



**Clientis**  
Sparkasse Sense



**HOSTELLERIE**  
**AM SCHWARZSEE**



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

## August 2019

### 2.-3. August (Fr-Sa)

Bewertung:

Beschrieb:

Treffpunkt:

Transport:

Ausrüstung:

Verpflegung:

Teilnehmer:

Kosten:

Anmeldung:

Leitung:

Hinweis:

Höhenmeter:

Unterkunft:

### Allalinhorn

HT 4 L

Einer der einfachsten 4000er der Alpen über die kurze Normalroute. Mit der ersten Bahn um ca. 6.30 Uhr (nur für Bergsteiger) hoch. Vom Mittelallalin über das Feejoch zum Allalinhorn (4'027m). Gleicher Weg zurück.

Saas-Fee

Individuelle Anreise, Bergbahn

Hochtour komplett

Aus dem Rucksack

max. 8

Bergbahn 28.- mit GA/Halbtax

bis ausgebucht

### Waeber Pascal

Wir treffen uns am Freitag optional um 17:00 Uhr zum Apéro und um 19:00 Uhr zum Nachtessen in Saas-Fee. Übernachtung und Anreise individuell. Für die erste Bergbahn besteht keine ÖV-Verbindung nach Saas-Fee (auch nicht ab Brig).

600

Individuell

### 4.-5. August (So-Mo)

Bewertung:

Beschrieb:

Treffpunkt:

Transport:

Ausrüstung:

Verpflegung:

Teilnehmer:

Kosten:

Anmeldung:

Leitung:

Hinweis:

Höhenmeter:

Unterkunft:

### Nadelhorn

HT 10 WS

Normalroute. Mit der Bergbahn auf die Hannigalp und über den Alpinwanderweg (T4) zur Hütte (3'336m). Über den Hohbalmgletscher via Windjoch zum ausgesetzten Gipfel (4'327m). Gleicher Weg zurück.

Saas Fee, ca. 11.00 Uhr

Bergbahn ab Saas-Fee

Hochtour komplett

Halbpension, aus dem Rucksack

max. 8

Zugticket, Hannigbahn 18.- mit Halbtax/GA, Hütte 71.-

bis ausgebucht

### Waeber Pascal

Gute Kondition erforderlich.

2'100

Mischabelhütte (3'336m)

# ZAHND

Garage & Carrosserie  
Eduard Zahnd AG  
Telmoos 40  
1716 Plaffeien

Auto-Camion-Center

Tel. +41 (0)26 419 99 10  
Fax +41 (0)26 419 99 11  
info@garage-zahnd.ch  
www.garage-zahnd.ch

die Mobilmacher.

## Restaurant Zollhaus



Gründungslokal des SAC Kaiseregg!

- gedeckte Terrasse
- heimeliges Säälli 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

## **7.-10. August (Mi-Sa)**

Bewertung:

Beschrieb:

Treffpunkt:

Transport:

Ausrüstung:

Verpflegung:

Teilnehmer:

Kosten:

Anmeldung:

Leitung:

Hinweis:

Höhenmeter:

Unterkunft:

## **Spaghetti-Tour (ausgebucht)**

HT 4 Tage WS

8 4000er in Italien und an der Schweizer Grenze.

**Tag 1:** Anreise nach Gressoney-Stafal, Bahn bis Punta Indren (3'275m), Punta Giordani (4'046m), Mantova-Hütte (3'498m).

**Tag 2:** optional Corno Nero (4'321m), Balmenhorn (4'167m), Vincentpiramide (4'215m), Mantova-Hütte.

**Tag 3:** Ludwigshöhe (4'342m), Parrotspitze (4'434m), Zumsteinspitze (4'563m), Signalkuppe mit der Margherita-Hütte (4'554m, höchstes Gebäude Europas).

**Tag 4:** Abstieg via Mantova-Hüte zum Punta Indren und Rückkehr.

Mi ca. 5.00 Uhr, Ort je nach Teilnehmer

Auto

Hochtour komplett

Halbpension, aus dem Rucksack

max. 10

270 Euro für Hütten und Bahn + Fahrspesen

bis ausgebucht

**Waeber Pascal**

Das Programm wird dem Wetter angepasst. Alle Gipfel max. Schwierigkeit WS ausgenommen Schlusaufstieg (optional) zum Corno Nero (WS+, 45 Grad). Voraussetzung: Akklimatisation mittels einer Übernachtung auf mind. 2'500m Höhe in den letzten 7 Tagen vor der Tour sowie minimale Grund-Kondition (1 Std für 10km-Lauf).

3'300 (in 4 Tagen)

2 x Mantova, 1 x Margherita

## **7. August (Mi)**

Bewertung:

Beschrieb:

Treffpunkt:

Transport:

Ausrüstung:

Verpflegung:

Teilnehmer:

Kosten:

Anmeldung:

Leitung:

Hinweis:

## **Bergwanderung für Seniorinnen + Senioren**

WA 5, T1 - T2

SeniorInnen Bergwanderung

8.30 Uhr, Ort auf Anfrage Tourenleiter

Auto

Wanderausrüstung

Pic-Nic

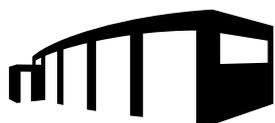
unbegrenzt

Fahrspesen

2 Tag (abens) vor Tour

**Christian Rolli + Peter von Niederhäusern**

Wanderung nicht nur für SeniorInnen



**M. BRÜGGER**  
**ALTERSWIL**

hb architekten



Industriestrasse 34 | 3186 Düringen | 026 497 9180 | info@hbarchitekten.ch | www.hbarchitekten.ch

**11. August (So)**

Bewertung: WA 5 T5  
Beschrieb: Spannende Tageswanderung mit dem SAC  
Treffpunkt: Giffers Kirche Parkplatz / 07:00  
Transport: Auto  
Ausrüstung: Feste Schuhe, Anseilgurt, Helm  
Verpflegung: Pic-Nic  
Teilnehmer: unbegrenzt  
Kosten: wird mitgeteilt  
Anmeldung: 5. August bei Josef  
Leitung: **Josef Brügger**  
Hinweis: Seile, Karabiner kann von J&S zur Verfügung gestellt werden

**Stieregrat mit JO****14.-15. August (Mi-Do)**

Bewertung: KS 6, K4  
Beschrieb: Schöner Klettersteig im Baltschiedertal  
Treffpunkt: wird bekannt gegeben  
Transport: ÖV bis Ausserberg  
Ausrüstung: Wander- und Klettersteigausrüstung, gute Schuhe  
Verpflegung: Pic-Nic + Halbpension  
Teilnehmer: max 6  
Kosten: ca 150.-  
Anmeldung: 30. Juni  
Leitung: **Christian Cotting**  
Hinweis: Übernachtung nach dem Klettersteig in der Wiwannahütte. Je nach Wetter wird allenfalls eine Ersatztour vorgeschlagen.  
Unterkunft: Wiwannahütte

**Klettersteig im Baltschiedertal****14.-17. August (Mi-Sa)**

Bewertung: WA 6, T1 - T3  
Beschrieb: 4 schönen Tageswanderungen  
Treffpunkt: 8.00 Bahnhof Düdingen  
Transport: ÖV  
Ausrüstung: Wanderausrüstung  
Verpflegung: Pic-Nic + Halbpension  
Teilnehmer: max 15  
Kosten: ca. 350.- Fr  
Anmeldung: 28. Juli  
Leitung: **Christian Rolli**  
Hinweis: quer durch's unbekannte Glarnerländli  
Unterkunft: diverse Hütten

**Von den Flumserbergen ins Glarnerland**



**Schöner  
wohnen  
mit**

**KAESER AG**  
*die Schreinerei*

Murtenstrasse 23a Laupen  
[www.schreinereikaeser.ch](http://www.schreinereikaeser.ch)  
[info@schreinereikaeser.ch](mailto:info@schreinereikaeser.ch)



*garage*

***julmy***



3185 Schmitten - 026 496 18 93 - [info@garage-julmy.ch](mailto:info@garage-julmy.ch)

### **17.-18. August (Sa-So)**

#### **Grand Muveran**

Bewertung: WA T5  
Beschrieb: Von Ovronnaz zur Cabane Rambert CAS, vom Muveran bei guten Verhältnissen zum Pont de Nant, sonst zurück nach Ovronnaz.  
Treffpunkt: wird mitgeteilt  
Transport: ÖV  
Ausrüstung: Wanderausrüstung  
Verpflegung: Pic-Nic und Halbpension  
Teilnehmer: max. 8  
Kosten: ca. 140.-  
Anmeldung: 15. Juli  
Leitung: **Aebischer Markus**  
Hinweis: Anspruchsvolles Alpinwandern, technisch einfach Kraxlerei, aber anhaltend exponiertes Gelände.  
Höhenmeter: Aufstieg 1250 m / Abstieg 1250 m  
Unterkunft: Cabane Rambert CAS

### **21. August (Mi)**

#### **Bergwanderung für Seniorinnen + Senioren**

Bewertung: WA 5, T1 - T2  
Beschrieb: SeniorInnen Bergwanderung  
Treffpunkt: 8.30 Uhr, Ort auf Anfrage Tourenleiter  
Transport: Auto  
Ausrüstung: Wanderausrüstung  
Verpflegung: Pic-Nic  
Teilnehmer: unbegrenzt  
Kosten: Fahrspesen  
Anmeldung: 2 Tag (abens) vor Tour  
Leitung: **Christian Rolli + Peter von Niederhäusern**  
Hinweis: Wanderung nicht nur für SeniorInnen

### **25. August (So)**

#### **Lagginhorn**

Bewertung: HT 7 WS  
Beschrieb: Tagestour von Hohsaas (3'100m) auf's Lagginhorn (4'010m); Abstieg nach Kreuzboden (2'400m). Viel leichte Fels-Kletterei im guten Gneis, meist I vereinzelt II.  
Treffpunkt: 6.00 Uhr Düdingen Düdäl  
Transport: Auto, Luftseilbahn  
Ausrüstung: Hochtour komplett  
Verpflegung: aus dem Rucksack  
Teilnehmer: max. 8  
Kosten: Fahrspesen, Bahn Hohsaas 41.-  
Anmeldung: bis Dienstag 20. August  
Leitung: **Waeber Pascal**  
Hinweis: Nur bei warmen Temperaturen bzw. wenig Vereisung.  
Höhenmeter: 1000



**J. FÄSSLER  
HOLZBAU**

Zimmerei  
Elementbau  
Innenausbau

3186 Düringen  
Tel. 026 493 11 24  
Fax 026 493 41 24



### **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](http://www.haus-montanara.ch)

Email: [pension@haus-montanara.ch](mailto: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**



**HyKo<sup>AG</sup>**

Hygiene + Komfort

**Heizung | Sanitär | Lüftung**

1716 Plaffeien | Tel. 026 419 23 32

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

## **25. August (So)**

Bewertung:	<b>Bieler Jura/ La Heutte / Le Schilt</b>
Beschrieb:	KL 7 5°+ /6°- "Voie Normale" MSL, Zustieg ca. 45 min Vereinzelte ESL möglich
Treffpunkt:	8:00 Uhr, je nach Anmeldung
Transport:	Auto
Ausrüstung:	Kletterausrüstung Mehrseillänge, Gutes Schuhwerk, Helm
Verpflegung:	Picknick, Deponie am Einstieg möglich
Teilnehmer:	max. 6
Kosten:	Fahrtspesen
Anmeldung:	bis 18. Aug
Leitung:	<b>Müller Michael</b>
Hinweis:	Interessanter Zustieg (Trittsicherheit!), schöne Aussicht

## **29. August-1. September (Do-So) Wandern und Jodeln im Schächental**

Bewertung:	WA T1-3
Beschrieb:	zwei verschiedene Gruppen.
Treffpunkt:	wird bekannt gegeben
Transport:	Auto
Ausrüstung:	Wanderausrüstung
Verpflegung:	Aus den Rucksack, HP
Teilnehmer:	unbegrenzt
Kosten:	CHF 550.00
Anmeldung:	bis 25.08.2019
Leitung:	<b>Bertschy „Buba“ Erwin</b>
Hinweis:	Während den Wanderungen und am Abend wird gejodelt.
Unterkunft:	Hotel Alpina in Unterschächen

## **September 2019**

### **1.-2. September (So-Mo) Auf und um die Mythen**

Bewertung:	WA 5; T1 -T3
Beschrieb:	2-Tageswanderung
Treffpunkt:	8.00 Bahnhof Düringen
Transport:	ÖV oder PW
Ausrüstung:	Wanderausrüstung
Verpflegung:	Pic-Nic + Halbpension
Teilnehmer:	unbegrenzt
Kosten:	ca. 120.-
Anmeldung:	bis 15. August
Leitung:	<b>Christian Rolli</b>
Hinweis:	Schöner Aussichtsberg
Unterkunft:	Berghaus Holzegg

# Beratung – Bewertung – Verkauf – Finanzierung

078 600 77 05  
Roy der Makler

Erfahren Sie mehr unter:  
[www.follow.immo](http://www.follow.immo)  
[www.roydermakler.ch](http://www.roydermakler.ch)



**Schreinerei**  
*P. Schwartz*  
GmbH

Brüggershaus 17 - 1735 Giffers

Tel. : 026 418 28 00  
Fax : 026 418 28 30  
Natel : 079 287 53 36  
e-mail : [paul.schwartz@bluewin.ch](mailto:paul.schwartz@bluewin.ch)

## Renovieren & Verschönern Sie Ihr Zuhause

- Insektenschutzgitter
- Plissé-Rollo-Systeme in diversen Farben
- Fenster
- Türen
- Schränke
- Küchen
- Laminatböden
- Innenausbau
- Allgemeine Schreinerarbeiten

## Gerne begleiten wir Sie auf Ihrem Weg zu innerem Einklang

Energiearbeit, Gespräche, Coaching, Klangbehandlungen...  
Referate, Stimmwerkstatt, Schreibwerkstatt... wir sind herzlich für Sie da!  
Kaisereggstrasse 2, 3185 Schmitten, [www.cora-son.ch](http://www.cora-son.ch)

**CORASON**

### herzhaft verbinden und bewegen

Raum Corason: Barbara Andrey, 079 485 79 90  
und Rita Zumwald, 079 319 66 67

## **2.-4. September (Mo-Mi) Punteglias-Trail**

Bewertung: WA 8 T 4-  
Beschrieb: Mo : Punteglias-Hütte;  
Di : Übergang zur Cavardiras-Hütte;  
Mi: Abstieg Maderanertal  
Treffpunkt: wird mitgeteilt  
Transport: öV  
Ausrüstung: Wandern  
Verpflegung: Picnic und 2 HP  
Teilnehmer: max. 8  
Kosten: Reise + 2 HP  
Anmeldung: bis 1.8.  
Leitung: **Ackermann Ewald**  
Unterkunft: SAC Hütten

## **3. September (Di)**

### **Avenue des Chamoix**

Bewertung: KL 4-5°  
Beschrieb: Mehrseilängenroute 13SL & Aufstieg auf Dent de Ruth  
Treffpunkt: 7:30 Uhr Giffers  
Transport: Privatauto  
Ausrüstung: Kletterausrüstung & Helm  
Verpflegung: Picknick  
Teilnehmer: 3  
Kosten: Fahrkosten  
Anmeldung: 29.8.2019  
Leitung: **Haag Marianne**  
Hinweis: Lange Tour. Ca. 1 Std Zustieg und 3/4Std Abstieg. Trittsicherheit erforderlich. Steiles Gelände.  
Höhenmeter: 800

## **4. September (Mi)**

### **Bergwanderung für Seniorinnen + Senioren**

Bewertung: WA 5, T1 - T2  
Beschrieb: SeniorInnen Bergwanderung  
Treffpunkt: 8.30 Uhr, Ort auf Anfrage Tourenleiter  
Transport: Auto  
Ausrüstung: Wanderausrüstung  
Verpflegung: Pic-Nic  
Teilnehmer: unbegrenzt  
Kosten: Fahrspesen  
Anmeldung: 2 Tag (abens) vor Tour  
Leitung: **Christian Rolli + Peter von Niederhäusern**  
Hinweis: Wanderung nicht nur für SeniorInnen

# Laterne Zumholz

Haltli 1 - 1719 Zumholz - 026 419 39 38

Mittwoch und Donnerstag geschlossen



# STADELMANN <sup>GmbH</sup>

Wir verschönern Ihr Zuhause

malen gestalten gipsen

[www.stadelmann-gmbh.ch](http://www.stadelmann-gmbh.ch) - [info@stadelmann-gmbh.ch](mailto:info@stadelmann-gmbh.ch)

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

## *Restaurant Alpenrose*

**Hauptstrasse 56 1715 Alterswil /FR**



*Beatrice Zimmermann*

Das Restaurant mit dem etwas anderen Flair  
Essen ist ein Bedürfnis - Geniessen eine Kunst

Tel: 026 494 11 61

E-Mail: [info@alpenrose-alterswil.ch](mailto:info@alpenrose-alterswil.ch)

Site: [www.alpenrose-alterswil.ch](http://www.alpenrose-alterswil.ch)

*Die neue Top Adresse  
im Sensebezirk*

## **6. September (Fr)**

Bewertung:	WA 8 T4
Beschrieb:	Überschreitung
Treffpunkt:	6'00 Uhr St.Ursen Beiz
Transport:	PW
Ausrüstung:	Wanderausrüstung
Teilnehmer:	6
Anmeldung:	30.08.2019
Leitung:	<b>Aerschmann Roger</b>
Hinweis:	Kleine "haute Route" im Schwarzseegebiet mit schöner Aussicht
Höhenmeter:	1700Hm

## **14.-15. September (Sa-So) Adula**

Bewertung:	HT 6 WS
Beschrieb:	Höchster Tessiner
Treffpunkt:	Tafers FKB Parkplatz
Transport:	PW
Ausrüstung:	Hochtourenausrüstung
Verpflegung:	aus dem Rucksack
Teilnehmer:	max. 6
Kosten:	ca. 150 CHF
Anmeldung:	21.8.2019
Leitung:	<b>Aerschmann Roger</b>
Hinweis:	Höchster Tessiner
Höhenmeter:	1000Hm
Unterkunft:	Capana Adula UTOE

## **18. September (Mi)**

### **Bergwanderung für Seniorinnen + Senioren**

Bewertung:	WA 5, T1 - T2
Beschrieb:	SeniorInnen Bergwanderung
Treffpunkt:	8.30 Uhr, Ort auf Anfrage Tourenleiter
Transport:	Auto
Ausrüstung:	Wanderausrüstung
Verpflegung:	Pic-Nic
Teilnehmer:	unbegrenzt
Kosten:	Fahrtspesen
Anmeldung:	2 Tag (abens) vor Tour
Leitung:	<b>Christian Rolli + Peter von Niederhäusern</b>
Hinweis:	Wanderung nicht nur für SeniorInnen

# Restaurant Senslerhof

1713 St. Antoni

Hector Gomez

026 | 495 11 41



Ich bin Ihr Coach  
in Ihrer Nähe.

  
**brunomüller**  
COACHING + BERATUNG  
079 580 20 25; [www.bmcb.ch](http://www.bmcb.ch)

Gerüstbau AG  
**DUENS**

3186 Düringen  
026 492 02 55  
[www.duens.ch](http://www.duens.ch)

**PanGas**  
Gas & More **Givisiez**

**Die grösste Auswahl  
an Gasgrills  
in der Region!**

**Willy Decorvet GmbH**

Rte André Pillier 20  
1762 Givisiez  
026 460 86 10



## **21. September (Sa)**

Bewertung:  
Beschrieb:  
Treffpunkt:  
Transport:  
Ausrüstung:  
Verpflegung:  
Teilnehmer:  
Kosten:  
Anmeldung:  
Leitung:  
Hinweis:  
Höhenmeter:

### **Allalinhorn 4027m**

HT 4 WS  
Tagestour: Saas-Fee – Allalinhorn (4027m)  
5'34 Uhr Freiburg ab  
ÖV  
Hochtourenausrüstung  
aus dem Rucksack  
6  
ca. 100.-- (Zug, Alpinexpress)  
10.09.2019  
**Aerschmann Roger**  
Klassiker unter den 4000ern, herrliche Rundumsicht  
600 Hm

## **22. September (So)**

Bewertung:  
Beschrieb:  
Treffpunkt:  
Transport:  
Ausrüstung:  
Verpflegung:  
Teilnehmer:  
Kosten:  
Anmeldung:  
Leitung:  
Höhenmeter:

### **Dent de Brenleire**

WA 5 T5  
Der höchste ganz im Kanton Freiburg gelegene Berg. Von Gros Mont über den Südostgrat (Pfadspur). Gleicher Weg zurück.  
8.15 Uhr Düdingen Bahnhof  
Auto  
Wanderausrüstung  
aus dem Rucksack  
max. 12  
Fahrspesen Auto  
bis Mittwoch den 19. September  
**Waeber Pascal**  
1'000

## **22. September (So)**

Bewertung:  
Beschrieb:  
Treffpunkt:  
Transport:  
Ausrüstung:  
Verpflegung:  
Teilnehmer:  
Kosten:  
Anmeldung:  
Leitung:  
Hinweis:  
Höhenmeter:

### **Vom Moléson nach Les Paccots**

WA 4-5, T4  
Vom Gipfel des Moléson via Teysachaux-Gipfel nach Les Paccots wird mitgeteilt  
ÖV  
Wanderausrüstung  
Aus dem Rucksack  
max. 8  
ca. 40.-  
14. September  
**Aebischer Markus**  
Der Gratweg bietet keine besonderen Schwierigkeit. Einzig beim kurzen, aber steilen Aufstieg zum Teysachaux-Gipfel muss man zuweilen die Hände zur Hilfe nehmen.  
Aufstieg 1107 m / Abstieg 1951 m

*gsünn u zwääg*



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



Datenbackup

Lehmann Computer  
Managed Antivirus Service

026 505 50 50 • [www.lehmanncomputer.ch](http://www.lehmanncomputer.ch)



Aus Freude am Geniessen  
Le plaisir de savourer

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



## Guter Rat inbegriffen

**Aus eigenen Kulturen**

**6'000 Obstbäume** (120 Sorten)

**40'000 Rosen** (140 Sorten)

**80'000 Ziergehölze** (350 Sorten)

**1. Qualität**



**BRÜLHART**

Baumschulen  
3186 Düdingen, Mariahilf  
Telefon 026 - 493 12 13

**11. August (So) Stieregrat mit SAC**

Bewertung: WA 5 T5  
 Beschrieb: Spannende Tageswanderung mit dem SAC  
 Treffpunkt: Giffers Kirche Parkplatz/ 07:00  
 Transport: Auto  
 Ausrüstung: Feste Schuhe, Anseilgurt, Helm  
 Verpflegung: Pic-Nic  
 Teilnehmer: unbegrenzt  
 Kosten: wird mitgeteilt  
 Anmeldung: 5. August bei Josef  
 Leitung: **Josef Brügger**  
 Hinweis: Seile, Karabiner, ev. Klettergurt kann von J&S zur Verfügung gestellt werden.

**15.-18. August (Do-So) Sidelenhütte**

Bewertung: HT 6 WS+ / KL 6 5°  
 Beschrieb: Super Wochenende mit versch. Tourenmöglichkeiten  
 Treffpunkt: Wird noch bekannt gegeben  
 Transport: Auto  
 Ausrüstung: Hochtourenausrüstung, Kletterausrüstung  
 Verpflegung: Pic-Nic, Unterkunft  
 Teilnehmer: 6 Teilnehmer  
 Kosten: wird mitgeteilt  
 Anmeldung: 28. Juli bei Jonas  
 Leitung: **Jonas Wicky**  
 Hinweis: Seile, Karabiner kann von J&S zur Verfügung gestellt werden. Bei unbegründeten Absage nach Anmeldeschluss wird ein Unkostenbeitrag verlangt.  
 Höhenmeter: 1'200 hm  
 Unterkunft: Sidelenhütte

**Bei der Teilnahme an allen JO-Anlässen ist die Versicherung Sache der Teilnehmer.**



**groupe e**  
plus

**Haushaltergeräte  
und Energielösungen  
für Ihr Zuhause**

**DÜDINGEN**  
Bahnhofstrasse 11  
Tel. 026 493 03 13

**PLAFFEIEN**  
Büel 27  
Tel. 026 419 01 15

www.groupe-e.ch

WIR TEILEN **MEHR** ALS ENERGIE

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

Sensesport André Ruffieux  
 Jetschwil 7 - 3186 Düringen  
[www.sensesport.ch](http://www.sensesport.ch)

First Class  
WINTERSTEIGER  
Ski & Board Tuning

**Skiservice**

**Sense sport**

IT'S YOUR TURN!



**Fahrni & Haymoz**  
GmbH

- Zimmerei
- Innenausbau
- Spenglerei
- Bedachungen
- Blitzschutz

**Schlossacher 1 - 1715 Alterswil - 079 635 14 84**

**CORE**



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

**Düringen**

Chännelmattstr. 9  
3186 Düringen  
T +41 26 492 78 78

**Fribourg**

Rte des Arsenaux 41  
1700 Fribourg  
T +41 26 347 28 80

**Bern**

Eigerstr. 60  
3007 Bern  
T +41 31 329 20 20

**Treuhand**

**Wirtschaftsprüfung**

**Steuern & MWST**

**Wirtschaftsberatung**

**Vorsorgeberatung**

**core-partner.ch**

**5. Juli (Fr)**

**Abendklettern**  
 Bewertung: KL 3-5°  
 Beschreibung: Kletter- und Sicherungstechnik, Abseilen, Klettersteig  
 Treffpunkt: 18 Uhr Klettergarten Riffenmatt  
 Transport: Auto  
 Ausrüstung: Kletterausrüstung, Helm  
 Verpflegung: aus dem Rucksack  
 Anmeldung: 01.07.2019  
 Leitung: **Fahrni Andrea**

**26. Juli (Fr)**

**Abendklettern + Zelten**  
 Bewertung: KL 3-5°  
 Beschreibung: Kletter- und Sicherungstechnik, Abseilen, Klettersteig  
 Treffpunkt: 18 Uhr Klettergarten Riffenmatt  
 Transport: Auto  
 Ausrüstung: Kletterausrüstung, Helm  
 Verpflegung: aus dem Rucksack  
 Anmeldung: 22.07.2019  
 Leitung: **Fahrni Andrea**  
 Hinweis: wer mag, kann mit uns zelten  
 Unterkunft: Zelt

**27. Juli (Sa)**

**Senswanderung**  
 Bewertung: WA  
 Beschreibung: tolle Wanderung entlang der Sense; Sprung ins kühle Nass, bräteln...  
 Treffpunkt: wird bekannt gegeben  
 Transport: Auto  
 Ausrüstung: Sandalen, Badesachen  
 Verpflegung: aus dem Rucksack, bräteln  
 Anmeldung: 22.07.2019  
 Leitung: **Fahrni Andrea**  
 Hinweis: Für die ganze Familie

**24.-26. August (Sa-Mo) Windegghütte**

Bewertung: KL 3-5°  
 Beschreibung: Tolle Wanderung zur Hütte, vorbei an der Triftbrücke; Klettergärten, Mehrseillängen; Gipfel-erlebnis  
 Treffpunkt: Samstag morgen, wird bekannt gegeben  
 Transport: Auto und Bahn  
 Ausrüstung: Kletterausrüstung, Helm  
 Verpflegung: HP und Rucksack  
 Teilnehmer: max 15, je nach Leiter  
 Anmeldung: 24.05.2019  
 Leitung: **Fahrni Andrea**  
 Höhenmeter: 600  
 Unterkunft: Windegghütte SAC

**14. September (Sa) Gastlosen**

Bewertung: KL 3-5°  
 Beschreibung: Klettertag in grandioser Umgebung  
 Treffpunkt: wird bekannt gegeben  
 Transport: Auto  
 Ausrüstung: Kletterausrüstung, Helm  
 Verpflegung: aus dem Rucksack  
 Anmeldung: 10.09.2019 um 18 Uhr  
 Leitung: **Fahrni Andrea**

**Bei der Teilnahme ist die Versicherung Sache der Teilnehmer.**

Auskunft erteilen Andrea und Roland Fahrni, Tel. 026/ 494 00 22, andmaier@bluewin.ch

# Wir gestalten Lebensraum



Möbel Lehmann AG Düdingen T 026 493 36 36 [www.lehmann.info](http://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!

Logisch,  
d'Landi  
het's!



# Landi

SENSE-OBERLAND  
Genossenschaft

Postfach 100 - 1716 Plaffeien - Tel. 026 419 12 51  
Oberlandstr. 1 - 1734 Tentlingen - Tel. 026 418 11 63  
[info@landisense-oberland.ch](mailto:info@landisense-oberland.ch) - [www.landisense-oberland.ch](http://www.landisense-oberland.ch)



1716 Schwarzsee  
Tel. 026 412 00 27  
Fax 026 412 15 37  
[info@schwarzseestaern.ch](mailto:info@schwarzseestaern.ch)  
[www.schwarzseestaern.ch](http://www.schwarzseestaern.ch)

Restaurant  
**SchwarzseeStörn**



# Fahrschule Binz

**Auto · Motorrad · Scooter · Lastwagen**

Natel 079 301 12 00

Theorieunterricht in Düdingen, St. Antoni und Plaffeien

## **Skitouren und Wellness im Bregenzerwald vom 13. - 17. März 2019**

Im Hotel Am Holand in Au (kleines, sehr schönes Wellnesshotel)

Teilnehmer: Buba, Elisabeth, Pia, Fabienne, Sabine, Christoph, Mathias

### **Tag 1:**

Nach 3-4 stündiger Reise treffen wir in Au ein und beziehen unsere Zimmer. Eine kurze Stärkung im Hotel und los geht's auf die erste Tour.

### Skigebiet Schoppenau, Nebel und Schneefall, später kurz Sonne

Mit der Gondel geht es auf den Diedamskopf, kurze Abfahrt im Nebel, danach kleiner und gemütlicher Aufstieg in Richtung Falzerkopf. Pulverschneeabfahrt im Nebel, nach kleinem Durstlöscher in der Falzalp, zeigt sich kurz die Sonne... hätten wir nur 10 Minuten länger gewartet vor der Abfahrt...

### **Tag 2:**

#### Damüls, Schneefall, kalt

In Damüls starten wir in Richtung Portlahorn. Unterwegs machen wir ein Schneeprofil, die Sicht verschlechtert sich... trotz allem geniessen wir eine super Pulverschneeabfahrt, danach gibt's gemütlich Kaffee und Kuchen.

### **Tag 3:**

#### Damüls, Regen, Schneefall

Die Fahrt nach Damüls ist nass und abenteuerlustig, das eine Auto muss mit Ketten bestückt werden (das von Buba natürlich nicht...). Oben angekommen bereits durchnässt, gibt's zuerst einmal einen Kaffee. Danach geht's direkt vom Restaurant zur ersten kurzen Pulverschneeabfahrt. Der Aufstieg in Richtung Damülsershorn im Schneetreiben ist noch recht angenehm. Eine weitere schöne Abfahrt im «fast» Pulverschnee (klebrig) macht uns glücklich und es folgt der letzte Aufstieg wieder zum Restaurant zurück.

### **Tag 4:**

#### Schoppenau, Sonnenschein, wolkenlos (Lawinengefahr hoch)

Aufstieg zum Toblermann (2010 müM), ca. 1200 hm ist wunderschön. Eine grandiose Rundschau entlohnt unseren Aufstieg. Die Abfahrt in allen Schneearten ausser Pulverschnee macht nicht wirklich Freude.. aber eben, alles kann man nicht haben... der Sonnenbrand lässt einige Teilnehmer stark leuchten.

### **Tag 5:**

#### Schwende (Richtung Damüls), Sonnenschein, wolkenlos (Lawinengefahr gross)

Aufstieg zum Klipperrn (2066 müM), ca. 800 hm, in grosser Menschenkarawane, Abfahrt in schönem Sulz.

Jeweils abends genossen wir zuerst das wohltuende Wellnessangebot und wurden danach mit fantastischem Nachtessen verwöhnt. Der Bregenzerwald bietet noch ganz viele und schöne Touren. Gerne wieder! Es het gfägt mit öch

*Mathias Sudan*



# 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

24/24h  
(079 311 53 61)

**BAERISWYL** AG  
BALKON- UND TERRASSENGESTALTUNG

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

AMAZING  
SWISS  
GLAZING

Nr. 1 in der Schweiz



**COVER**®



Balkon + Sitzplatzverglasung

# LAUPER METALLBAU AG

Eidg. dipl. Metallbautechniker, -meister SMT / TS

*... stark in Stahl und Aluminium*

Türen - Tore - Garagentore - Wintergarten - Veranden  
Faltschiebeanlagen - Geländer - Stahlbau - Fassaden

1716 Plaffeien    026 419 14 70    laupermetall.ch

**markilux**®



**novoferm**

Tore und Antriebe für jede Situation!



## Winterbesuch bei der Wildstrubelhütte, 19./20 März 2019

Die Wandergruppe der Seniorinnen und Senioren hatte im vergangenen Winter insgesamt 11 Touren auf dem Programm, wovon alle bis auf eine durchgeführt werden konnten. Bei unseren Schneeschuhtouren machen mittlerweile über 30 Personen mit, wobei durchschnittlich so zwischen 15 bis 20 Personen pro Tour teilnehmen. Beim Besuch der Wildstrubelhütte waren wir insgesamt 16 Personen und es war zugleich das Hauptereignis unseres Winterprogramms. Bei wunderbarem Winterwetter und viel Neuschnee starten wir mit der Seilbahn in Montana hinauf zur Bergstation am Rande der Plaine-Morte, nachdem uns die Seilbahngesellschaft einen sehr vorteilhaften Billetpreis angeboten hatte! Der viele Neuschnee hatte den Vorteil einer unberührten Hochgebirgslandschaft, aber den Nachteil, dass wir selber eine Spur legen mussten. Nach kurzer Laufzeit hatte Ans grosse Mühe bekommen, genügend Atem zu bekommen, schuld war wohl die dünne Luft, und sie musste leider umkehren. Nach knapp 3 Stunden Wan-

derzeit erreichten wir die Wildstrubelhütte, wo wir von unserem neuen Hüttenwart-Paar Maxi und Koni sehr herzlich begrüsst wurden und sie haben uns anschliessend zu einem sehr reichhaltigen Apéro eingeladen, ganz herzlichen Dank an dieser Stelle! Bei feinem Nachtessen und Trank genossen wir den gemütlichen Hüttenabend. Nach einer ruhigen Nacht und gutem Morgenessen verabschiedeten wir uns wieder von Maxi und Koni mit den Wünschen, dass wir uns bald wieder sehen möchten! Die kalte Nacht die am Vortag gelegte Spur in einen wunderbaren Wanderweg verwandelt und wir erreichten alle zufrieden die Bergstation der Luftseilbahn, die uns ohne grosse Kniebeschwerden wieder ins Tal hinter brachte. Abschliessend möchten wir vermerken, dass wir eine sehr angenehme und homogene Wandergruppe sind und dass es uns grosse Freude macht, mit euch allen regelmässig Bergtouren zu machen.

*die Tourenleiter Christian und Peter*



genussvoll.  
anders.

*Fleisch Und Brau*

www.fleischundbrau.ch

St. Ursen • Düdingen • Alterswil

**Alp-Buvette Gantrischli**  
(Muscherenschlund)



Wir freuen uns auf Euren Besuch.

**Winter:**

Ab Mitte Januar Wochenende auf Anmeldung

**Sommer:**

Ab 20. Mai 2019

von Montag 12:00 Uhr bis Sonntag 17:00 Uhr

**Kontakt:** Marlis & Ruedi Moser

moser\_menzisberg@bluemail.ch / 026 412 10 01



## Ihr Partner für alle Versicherungs- und Vorsorgefragen

Gerne beraten wir Sie.

AXA

Hauptagentur Anton Hayoz

Chännelmattstrasse 2

3186 Düdingen

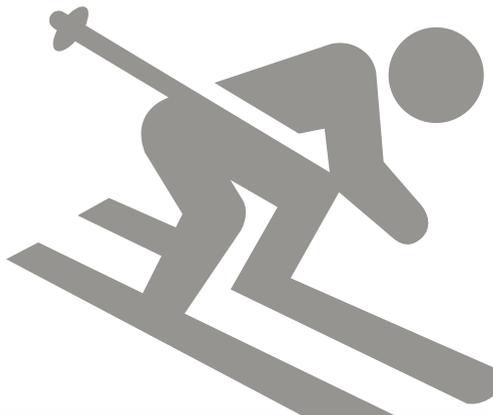
Telefon 026 492 51 51

René Perny

Enrico Pesenti

Adrian Hayoz

Stephan Schafer



## 5. April 2019 Klettersteig Via Farinetta, Saillon

Wir fünf, Conny, Carole, Marie, Christine und ich nahmen am Vormittag den Zustieg vom Parkplatz des Thermalbads aus unter die Füsse. Der Zustieg, der Fels sowie die Eisen waren vom Schneefall der Vortage abgetrocknet.

Auf dem ganzen Klettersteig wurden wir von der Sonne wärmend begleitet, was uns die Kälte, die aus der mit viel Schmelzwasser rauschenden Schlucht zu uns Drang, vergessen liess.

Nach kurzen schmalen Pfaden der Salentze entlang, erreichten wir eine 20 m lange Dreiseilbrücke, auf der man die Schluchtseite wechselte und wo der Klettersteig so richtig begann (K3+).

Ab hier ging es mehr oder weniger senkrecht über dem imposanten, tosenden Fluss sowie den spritzenden Wasserfällen steil aufwärts. Eine weitere kürzere aber wackligere Dreiseilbrücke führte uns über einen Riss. Die 1. Etappe war beendet und ein Bänkchen lud uns zum zNüni und zum Sonnenbaden ein.

Die zweite Etappe (K4+) hielt dann erneut ausgesetzt in die Schlucht hinaus, wo wir einen atemberaubenden Aus- und Tiefblick erhielten. Wir querten vertikal die lange und imposante Steilwand und gelangten durch ein Loch in einen alten Wasserstollen aus dem Jahre 1846, in dem wir uns kurz erholen konnten.

Nach dem Wasserstollen begann 75 m unter der Passerelle à Farinette

die senkrechte Schlusswand der 2. Etappe mit zum Teil überhängenden Passagen.

Rechts über der weissen Friedenstaube von Hans Erni erreichten wir die Abzweigung zum Ausstieg oder zur 3. Etappe. Leider war die 3. und schwierigste Etappe (5+) wegen Sanierungsarbeiten gesperrt.

Glücklich und zufrieden genossen wir unser Picknick sowie die Aussicht, stiegen danach durch die Rebberge zum Parkplatz zurück und genossen am Nachmittag die Sprudelanlagen sowie die Saunas des Thermalbades.

*Patrik*





**www.ATEC-Personal.ch**  
Ihre Stellenvermittlung



R. Bobst

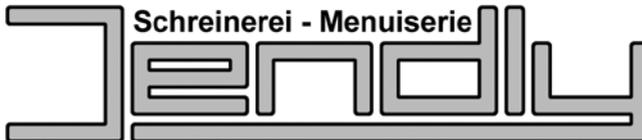
1716 Plaffeien



www.rappo.ch    1715 Alterswil    1713 St. Antoni

**FREUDE AM BAUEN**

Türen  
Portes  
Schränke  
Armoires  
Fenster  
Fenêtres  
Unterhalt  
Entretien



**Der Schreiner**  
Ihr Macher

[schreiner.ch](http://schreiner.ch)



3186 Düdingen, Tel: 026 492 35 35, [www.jendly.ch](http://www.jendly.ch)

## Mit dem KiBe in den Höhlen von Mont Vully am 6. April

«Oh du liebe Güte!» dachte ich, als es am Donnerstag über 20 cm geschneit hat... Am Samstag wollten wir auf den Höhlenpfad im Simmental. Der Wetterbericht meldete zwar recht schön, aber immer noch kalt. Kurzentschlossen haben wir umgeplant und sind in die Höhlen beim Mont Vully gegangen. Es war noch recht kühl am Morgen, doch als sich die Sonne gegen den Nebel durchsetzte, wurde es angenehm warm. Die Kids haben voller Freude die Höhlen erforscht und jeden noch so versteckten Winkel

gefunden. Zum Teil musste man auf dem Bauch dorthin robben! Wir konnten auch das Abseilen üben, haben zum Zmittag gebrätelt – kurz: wir hatten einen ganz tollen Tag!

*Andrea Fahrni*





Treuhand · Steuern · Rechnungswesen

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

# RENOBAU | ZAHNO

Schlossstrasse 35  
1714 Heitenried

[www.renobau-zahno.ch](http://www.renobau-zahno.ch)

Tel 026' 495 19 25  
Natef 079' 446 33 28  
Fax 026' 495 32 34

**Ihr Partner beim Bauen**

*Wieser*  
PARTNER  
entwicklung leben

WIR LEBEN MIT IHNEN DIE PERSONAL- UND ORGANISATIONSENTWICKLUNG. MIT IHRER MOTIVATION FÜHRT UNSER WEG ZUM ERFOLG.

ORGANISATIONSENTWICKLUNG

TRAINING / COACHING

PROJEKTMANAGEMENT

INTERIM MANAGEMENT

WIESERPARTNER.CH AW@WIESERPARTNER.CH +41 79 684 40 66



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

apothekeschmitten

The logo for Apothekenschmitten features a stylized sunburst or starburst graphic composed of several elongated, curved segments radiating from a central point.

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

## 12. April 2019 Klettern Eulengrat

Zu fünft kletterten wir, Carole, Conny, Michael, Patrik und ich die Mehrseillängenroute am Eulengrat. Die Route befindet sich im Solothurner Jura oberhalb Rüttenen. Mit etwas Fantasie erkennt man von weitem, wie der Grat zu seinem Namen gekommen ist.

Interessante und lustige Gespräche begleiteten uns auf dem Zustieg vom Parkplatz beim Reservat quer durch den Wald immer leicht ansteigend zum Einstieg auf ca. 900 müM.

Die durch den Aufstieg erwärmten Muskeln und Hände erkalteten durch die Bise.

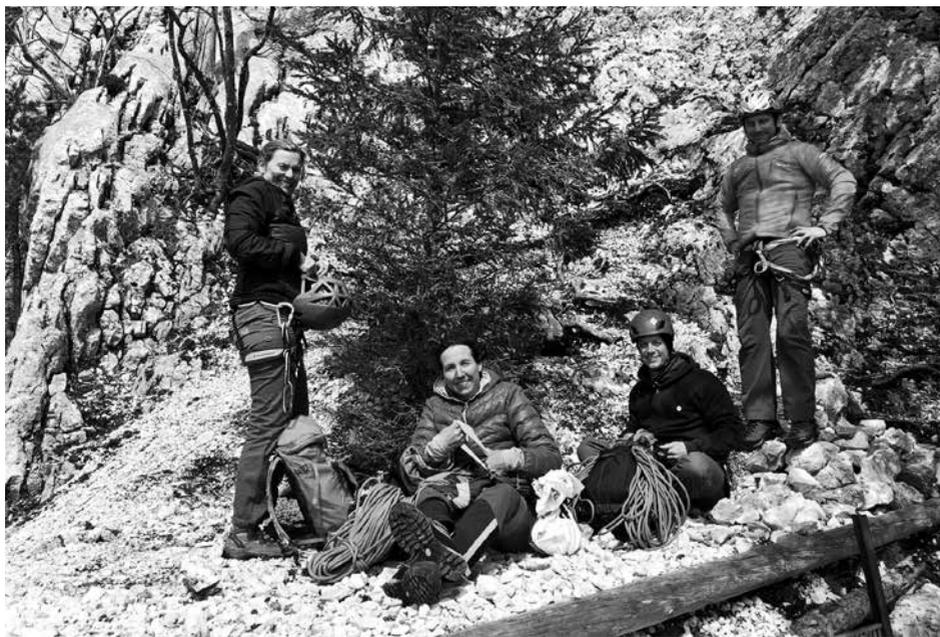
Beim Einstieg schenkte uns Patrik durch seine ruhige Art Sicherheit und Vertrauen, was uns beiden Youngstern sehr zugute kam und uns förmlich beflügelte. Die neun Seillängen sind sehr abwechslungsreich und jede Seillänge hat ihre eigene Herausforderung. Dank guten trockenen Griffen und Tritten und den gut gesetzten Bandschlingen von unserem Vorsteiger, meisterten wir dabei selbst die anspruchsvollen Kletterpassagen. Am Stand vor dem "Föhrenwändli" konnte man sich vertrauensvoll in die Nabelschnur und mit der Schulter an die dort vorhandene

Föhre lehnen. Da das Bäumchen jedoch im Wind hin und her schwankte, war das Vertrauen aber schnell wieder weg.

Überglücklich mit breitem Grinsen, kalten und gezeichneten Fingern kamen wir dann doch noch beim Ausstieg an. Während wir uns aus den Kletterfinken befreiten, unseren armen Füssen frische Luft und Sonne gönnten, warteten wir auf die zweite Seilschaft. Nachdem jeder sein eigenes Material zurück hatte, konnten wir dann zusammen unser wohlverdientes Essen zu uns nehmen, die Klettertour revue passieren lassen und die vorhandene Aussicht geniessen.

Da die Bise uns nicht in Ruhe liess, machten wir uns wieder auf den Weg nach Unten. Der Abstieg, durch die Felsen an einer Kette entlang hinab zum Fusse einer für uns nicht kletterbaren steilen Wand, hatte es dann auch noch in sich. Danach ging es durch das tiefe raschelnde Laub quer durch den Wald am Einstieg vorbei zurück zum Parkplatz.

*Pascal Ducret*



# Gasthaus Säli



Fasel Oswald & Nydegger Anny  
1716 Plaffeien

Tel. 026 419 24 14; Fax: 026 419 26 14  
Montag & Dienstag Ruhetag

**Treffpunkt der:**

- Schwinger
- Jodler
- Treichler
- Fussballer
- versch. Sportvereine
- versch. Vereine
- Töfffahrer  
(Töffträff Mai - Okt.  
Jeden Do. Abend)

- Gutbürgerliche Küche
- Versch. Saisonspezialitäten
- Behindertengerecht &  
- Rollstuhlgängig
- Gedeckte Lounge - Terrasse
- Terrasse mit Alpenpanorama  
- Petanqueplatz
- Heimeliges Säli
- Rustikale Kellerbar
- Kinderspielplatz

**Besten Dank für Ihren Besuch**

## Der Partner für Ihre Informatik & Telecomlösung



**streamline**  
voice & it-systems

**gradlinig – zuverlässig – vertrauenswürdig**  
**www.streamlineag.ch**

## Ostertour am Julierpass, Jenatschhütte vom 17. - 20. April 2019

Teilnehmer: Buba, Anita, Jacqueline, Andrea, Johannes, Roger, Mathias

### Tag 1:

Wir treffen uns in Sur (vor Bivio) und lassen uns mit einem Kleinbus zum Julierpass hochfahren. Bei strahlendem Sonnenschein starten wir unsere Ostertourentage zu sechst voller Freude in Richtung Furcola d'Angel. Zwei machen eine Zusatzschleife über den Tschima da Flix (3301 müM). Mit einer wunderschönen Pulverschneeabfahrt werden wir belohnt. In der Hütte empfängt uns Fridli herzlich mit seiner Crew.

### Tag 2:

Heute steht der Piz Calderas (3397 müM) auf dem Programm. Die Rundsicht in dieser grandiosen Bergwelt lässt unsere Herzen höher schlagen. Bei der Abfahrt gibt es leider einen Unfall. Anita reisst sich bei den ersten Kurven das Kreuzband. Die Rega trifft innert 15 Minuten ein. Anita wird mittels Seilwinde in den Helikopter hochgezogen und wird nach Samaden geflogen. Anstelle einer Zusatzschleife kehren wir etwas niedergeschlagen zur Hütte zurück. Roger ist alleine durch das ellenlange Bevertal nun auch zu uns gestossen.

### Tag 3:

Piz Trauter Ovas (3151 müM) und Piz Surgonda (3195 müM) sind unsere ersten Gipfel. Es folgt eine herrliche Pulverschneeabfahrt mit anschließendem Aufstieg zur Furcola da Flix. Andrea und Roger machen noch einen Abstecher zum Piz d'Angel (3204 müM) und überschreiten dann mit Buba den Tschima da Flix. Ich fahre mit Jacqueline und Johannes im herrlichen Sulz zur Hütte zurück.

### Tag 4:

Auch heute Morgen dürfen wir wieder im schönsten Sonnenschein, diesmal zum Gipfel des Piz d'Err (3378 müM), steigen. Der letzte felsige Teil begehen wir mit den Steigeisen. Wiederum belohnt uns ein fantastisches Panorama – einfach grandios. Die Abfahrt in Richtung Sur (zurbeginnt in einem steilen Couloir und hartem Schnee. Je weiter wir in tiefere Lagen kommen, umso schöner wird der Sulzschnee. Überglücklich kommen wir gut in Sur an. In bester Erinnerung an diese unvergesslichen Tage, treten wir die Heimreise an. As het wäuts gfägt, merci Aune – und gute Besserung Anita!

*Mathias Sudan*





BEI UNS TANKEN SIE AUF!  
7 TAGE DIE WOCHE, 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](http://agrola.ch)

**Landgasthof Garmiswil** Garmiswil 18 | 3186 Düdingen



**Kurt & Fabienne Jungo**  
T + 41 26 492 01 30  
[jungo.garmiswil@sensemail.ch](mailto:jungo.garmiswil@sensemail.ch)  
[www.jungos.ch](http://www.jungos.ch)



LANDGASTHOF · AUBERGE DE



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 wettkampftaugliche Kegelbahn an.

**Wintergarten mit Holzofenpizzeria • neuer Wintergarten « L'Orangerie » mit Lounge-Terrasse • Vinothek • Gartenterrasse • Kegelcenter mit vier Bahnen • Räumlichkeiten für 10 bis 140 Personen.**

## Kurs für Medizin und Luftrettung «Sonderkurs» ARBE

Am Samstag, dem 18. Mai 2019 begab ich mich in Begleitung von Paul Mülhauser, Markus Stempfel und Benjamin Schuwey nach Brienz, wo wir am Sonderkurs für Medizin und Luftrettung teilnahmen.

Ziel dieses Kurses waren,

- für den Bereich Medizin:  
Kennen der Massnahmen für eine qualitativ hochstehende Reanimation, Wissen um die Wichtigkeit der Atemwege und der Atmung unter Reanimationsbedingungen, Möglichkeiten der Sauerstoffzufuhr kennen.
- für den Bereich Helikopter:  
Die Risiken im Umgang mit dem Helikopter kennen - Ein- und Aussteigen bei angestütztem Helikopter beherrschen - Transport an der Winde «erfahren» - Zusammenarbeit ARS – REGA fördern

In zwei Gruppen aufgeteilt, ging es sogleich los. Wir wurden zuerst am Helikopter instruiert. Es galt hauptsächlich die Gefahrenbereiche zu kennen, wo welches Material verladen wird und wie das Einweisen des Helikopters zu erfolgen hat. Nach den Einführungen am Boden, wurden diese Prinzipien im Flug geübt. Der Pilot flog uns dazu in einen Steinbruch, wo das Einweisen und das Schwebende Ein- und Aussteigen, unter Fachkundiger Anweisung unseres RSH, Simon Flückiger, geübt wurde. Zuletzt wurden wir an der Seilwinde, Einzeln und zu zweit, in einem Waldstück abgesetzt und

wieder zurückgeholt. Am hängenden Seil durch die Lüfte zu schweben war eine eindrückliche Erfahrung.

Beim medizinischen Teil, ging es hauptsächlich um die Reanimation von Verunfallten in schwierigen und steilen Gelände. Dies wurde anhand von verschiedenen Szenarien geübt. Zudem wurde auch die Reanimation an Kindern und Säuglingen oder schwangeren Frauen thematisiert. Dieser Kurs diente auch dazu unsere Zertifizierung BLS-AED zu erneuern.

Am Nachmittag folgte ein Theorieblock über den Einsatz der REGA und deren Partnerorganisationen. Sowie eine sehr interessante Präsentation des REGA Arztes, Thomas Von Wyl, welcher uns nochmals Interessante Fakten und Hinweise zur Reanimation lieferte.

Wir konnten dank der hervorragenden Organisation der Kursleitung und den sehr kompetenten Klassenlehrern wiederum sehr viel lernen und von ihren Erfahrungen als langjährige Retter profitieren.

Unser perfektioniertes Wissen werden wir wie immer in die interne Ausbildung der Rettungsstation Schwarzsee einbringen, um auch unsere daheimgebliebenen Kollegen davon profitieren zu lassen.

*Rettungsstation Schwarzsee  
Martin Jelk*





Raiffeisen-Mitglieder  
erleben mehr und bezahlen weniger.



Gratis in über 500 Museen. Konzerte, Events, Sonntags-Spiele  
der Raiffeisen Super League und Ski-Tickets mit bis zu 40 % Rabatt.  
Mehr erfahren unter: [raiffeisen.ch/memberplus](http://raiffeisen.ch/memberplus)

Raiffeisenbank Freiburg Ost und Raiffeisenbank Sense-Oberland

**RAIFFEISEN**

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





Auf Ihren Besuch freuen sich  
Thomas & Rose Aebischer mit Personal

Sodbach 121, 1714 Heitenried  
Tel.: 026/495 22 22 / info@sodbach.ch



hirschen  
gastro•pub



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

## ADRESSEN VORSTAND

---

### Präsident

Aerschmann Roger                      Höhenweg 7, 1717 St. Ursen                      026 494 14 20  
roger.aerschmann@rega-sense.ch                      079 741 33 70

### Mitgliederwesen

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

### Tourenchef

Jungo Michel                      Schürlimatt 23, 1736 St. Silvester                      079 744 56 59  
michel.jungo@bluewin.ch

### Administrator SAC-Jugend (Ki-Be + JO)

Remy Raphael                      Dorf 214, 3159 Riedstätt                      079 313 16 22  
raphaelremy@hotmail.com

### Finanzen

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

### Sekretariat

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

### Rettungschef Rettungsstation, Hüttenkommission

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

### Rettungsstation, Stv. Rettungschef

Samuel Thalmann                      thalmannds@bluewin.ch

### Kommunikation / Information

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

## ADRESSEN SPEZIALFUNKTIONEN

---

### Kommission Kletterwand

Brügger Thomas, Jungo Michel, Remy Raphael, Rüttner Brigitt, Wicky Jonas

### Bergwege

Spicher Josef

# 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	Eichenstrasse 26	3184	Wünnewil	079 375 69 43		aebischer.m@bluewin.ch
Patrik	Aebischer	Burgbühlstrasse 15	1713	St. Antoni	079 412 93 27	026 495 23 43	aebischerp@senemail.ch
Roger	Aerschmann	Höhenweg 7	17117	St. Ursen	026 494 14 20	079 741 33 70	roger.aerschmann@rega-sense.ch
Norbert	Bächler	Junkerweg 6	1716	Plaffeien	026 419 29 61	079 716 93 42	norbert.baechler@senemail.ch
Erwin	Bertschy	Schwarzseestr. 20	1712	Tafers		079 289 91 08	info@huba-events.ch
Josef	Brügger	Chrache 18	1736	St. Silvester	026 418 23 79	079 458 93 06	bruko@senemail.ch
Norbert	Cotting	Sandacherstrasse 17	3186	Düdingen	026 493 32 31	079933 16 39	n.cotting@lehmann.info
Christian	Cotting	Oberforstr. 1	1715	Alterswil	079 717 10 24		christian.cotting@rega-sense.ch
Andrea und Roland	Fahmi	Limbach 20	1719	Zumholz	079 255 78 03		andmaier@bluewin.ch
Marianne	Haag	Schwandholzstr. 22	1717	St. Ursen	079 514 53 08	026 494 16 89	marianna Haag@sensemail.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
Judith	Maurer	Heckenweg 8	3007	Bern	078 857 04 10		judithmaurer@gmx.ch
Christina	Müller	Rte. de Gr.-Clos 71	1784	Wallenried	079 431 31 54		christina_m89@hotmail.com
Michael	Müller	Chem. du Pratzet 12	1785	Cressier	079289 43 80		Michael_mueller86@hotmail.com
Raphael	Remy	Dorf 214	3159	Riedstätt		079 313 16 22	raphaelremy@hotmail.com
Roland	Riedo	Junkerweg 9	1716	Plaffeien	026 419 13 66		roland.riedo@bluewin.ch
Christian	Rolli	Obermathweg 10	3186	Düdingen	026 493 29 44	079 934 05 93	christian.rolli@rega-sense.ch
Barbara	Schubert	Kaspera 8	1716	Schwarzsee	077 482 34 41		babsi_schubert@gmx.at
Patrick	Siffert	Offenhausstrasse 6	3206	Rizenbach	079 236 96 72		patrick.siffert@senemail.ch
Josef	Spicher	Lanthen 39	3185	Schmitten	026 496 27 23	079 565 20 10	j.spicher@hispeed.ch
Mathias	Sudan	Halta 32	1714	Heitenried	079 433 03 85		m.sudan@hotmail.com
Jean-Marc	Suter	Bleikenmattstr. 20	3122	Keirsatz	031 941 14 62	079 714 60 62	suter@suterconsulting.com
Samuel	Thalmann						thalmanns@bluewin.ch
Peter	Von Niederhäuserm	Berghölzli 26	1719	Brünisried	079 785 72 74		p.v.niederhausern@senemail.ch
Pascal	Waeber	Sägestrasse 6	1712	Tafers	079 412 74 92		sac@waeber.ch
Paul	Wieland	Prés de Cressier 1	1794	Salvenach	026 670 46 78	079 509 82 44	paul.wieland@bluewin.ch
Patric	Zbinden	Niederried 32	1716	Oberschrot	026 419 09 00	079 211 17 22	patric.zbinden@gmail.com