

# SAC Sektion Kaiseregg

Clubnachrichten Nr. 1  
Dezember 2024  
Januar & Februar 2025

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



## IMPRESSUM

erscheint dreimonatlich  
48. Jahrgang  
Auflage: 800 ex.  
Druck: CRIC print, Marly  
Redaktion: Janine Rufener und  
Nadja Sutter  
e-mail:  
redaktion.sac-kaiseregg@gmx.ch  
nächster Redaktionsschluss:  
25. Januar 2025

## INHALT

Vorwort	3
Neumitglieder	5
Verifikation SAC-Portal	7
KIBE-FABE	9
JO	12
Tourenberichte	15
Tourenbeschreibungen	21
Seniorentouren	37
Praktische Info	43
Adressen des Vorstandes	47
Adressen Tourenleitende	48

---

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

---

Adressänderungen: an Fabienne Corpataux (fabiennecorpataux@gmx.ch)  
oder direkt im SAC-Mitgliederportal

Tourenberichte: max. 1500 Textzeichen für Tagestouren,  
max. 2000 Zeichen 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: Morgehorn von der Gspaltenhornhütte (Foto: Nadja Sutter)



**KAISERREGBAHNEN**  
SCHWARZSEE

*Deine Freizeit  
in guten Händen  
On y va!*

Unvergessliche Momente... Grandiose Freiburger Voralpen...

Infos und Reservationen unter  
kaisereggbahnen.ch 026 412 10 23

### Instagram und Co.

Plattformen wie Instagram, TikTok und Facebook ermöglichen es Nutzer und Nutzerinnen, beeindruckende Bilder und Erlebnisse zu teilen, was dazu führt, dass viele Menschen diese Orte besuchen möchten, um ähnliche Fotos zu machen oder die Atmosphäre selbst zu erleben.

Überfüllte Touristenorte sind oft das Ergebnis der Popularität, die sie durch Fotos und Beiträge in sozialen Medien erlangen. Bergpanoramen erfreuen sich großer Beliebtheit, die majestätischen Ausblicke auf Gipfel, Täler und Seen ziehen viele Menschen an, die diese beeindruckenden Landschaften fotografieren und teilen möchten. Beliebte Ziele sind zum Beispiel der Oeschinensee, Lauterbrunnen, Grindelwald und noch viele andere bekannte Touristenorte.

Allerdings kann auch hier die Popularität zu Überfüllung führen, insbesondere in beliebten Wandergebieten oder an bekannten Aussichtspunkten. Einige Regionen versuchen, den Tourismus nachhaltig zu gestalten, indem sie Besucherströme lenken oder weniger bekannte Routen und Aussichtspunkte fördern.

Zum Glück gibt es sie aber noch die schönen geheimen Plätzchen, die wir BerggängerInnen kennen, weit weg von den Touristenströmen. Orte, die nicht schnell erreichbar sind und die wir geheim halten sollten und vielleicht nicht immer gleich mit der ganzen weiten Welt teilen sollten.

In diesem Sinne wünsche ich euch allen einen schönen Tourenwinter mit viel Schnee und vielen schönen Bergerlebnissen.

Fabienne Corpataux  
Tourenwesen

### 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](mailto:fabiennecorpataux@gmx.ch).

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



# Wir haben's für Dich!

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

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

Und was wir nicht gleich haben, besorgen wir Dir!

Oberi Matta 20 - 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)

**Landi**  
SENSE-OBERLAND  
Genossenschaft

Logisch, d'Landi het's!



**OXYGENE  
MONTAGNE**




Ihr Fachgeschäft für Bergsport

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

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



**Z-Garage**  
Zbinden  
Zumholz  
VW u. AUDI Spezialist



**24 - Stunden Abschlepp - &  
Pannendienst**

**Beat Zbinden**  
Hauptstrasse 26  
1719 Zumholz

**Tel. 026 419 15 66**

## 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!



Corin Krähenbühl



Franz Thalmann



Simon Leuba

## 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  
jo\_sac-kaiseregg



Düdingen & Tifers

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

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

agrola.ch

**Bitte bestätige deine E-Mail!**

Bestätige jetzt deine E-Mail-Adresse beim SAC, damit du auch künftig von den digitalen Diensten profitieren kannst! Du hilfst dem SAC auch Kosten zu sparen, wenn ab 2026 die Mitgliederrechnungen per Mail zugestellt werden können.

Bitte logge dich dazu auf [www.sac-cas.ch](http://www.sac-cas.ch) mit deinem Konto ein. Sobald du eingeloggt bist, erhältst du eine automatisch generierte E-Mail mit einem Bestätigungslink von [noreply@sac-cas.ch](mailto:noreply@sac-cas.ch) zugestellt. Sobald die E-Mail-Adresse über diesen Link bestätigt wurde, ist die Verifizierung abgeschlossen.

Wenn du noch kein SAC-Konto eröffnet hast, öffne jetzt dein persönliches SAC-Konto mit dem PUK auf deinem Mitgliederausweis. Mit dem SAC-Konto hast du freien Zugang zu allen Routen im SAC-Tourenportal (App oder PC), Mitgliederrabatt im SAC-Shop uvm.

Vielen Dank für deine Mithilfe!

**Die Tradition lebt weiter...**

**Silvester-Tourenwoche Col des Mosses**

**Samstag 28. Dezember 2024 bis Samstag 4. Januar 2025**



**Unterkunft**

Chalet Les Fontaines auf dem Col des Mosses direkt beim Skigebiet (Magic Pass gültig!).  
7 Doppelzimmer, 16 Viererzimmer und 2 Sechserzimmer mit Badezimmer. Teils mit TV / Balkon.

**Programm**

Je nach Wetter und Lawinensituation werden die möglichen Ziele definiert. Auch für Schneeschuhläufer, Skifahrer und Winterwanderer geeignet. Auch eine verkürzte Teilnahme ist möglich.

**Kosten pro Person inklusive Halbpension**

70.- pro Nacht, Ermässigung für Kinder\* bis 16 (50%) und Jugendliche\* bis 22 (25%).  
Solange freie Kontingente: 2er Zimmer ab 5 Nächte 85.-, 3-4 Nächte 95.-. 1er Zimmer 120.- ab 5 Nächte.

*\*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!*

**Organisation, Auskunft und Anmeldung**

Buba (Erwin Bertschy) [info@buba-events.ch](mailto:info@buba-events.ch) oder 079 289 91 08 und Pascal Waeber.  
Anmeldungen an Pascal: [sac@waeber.ch](mailto:sac@waeber.ch), 079 412 74 92.

# Laterne Zumholz

Halfta 1 - 1719 Zumholz - 026 419 39 38

Mittwoch und Donnerstag geschlossen



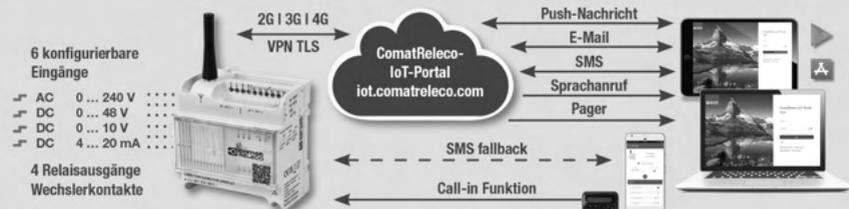
# Für höchste Ansprüche.

www.lehmann.info



LEHMANN  
AMBIENTE

## NACHRICHTENÜBERMITTLUNGSSYSTEM



### CMS-10R | ComatReleco Messaging System

- Fernüberwachungs- und Fernsteuersystem
- Anwendung in 4G-, 3G-, 2G-Mobilfunknetzen
- Ersetzt CMS-10F 2G-Gerät

- Konfiguration via IoT-Portal mit PC oder Tablet
- Gerätekommunikation via IoT-Portal (Webbrowser), Android- oder iOS-App
- Konfigurierbare Ein- und Ausgänge
- Meldungen an PLS (Prozessleitsystem) z.B. Alarmserver möglich

Eidas Nr.	Bezeichnung
505 749 108	CMS-10R-D/AC110-240V-Z2
505 749 203	CMS-10R-DA/DC12-48V-Z2
505 749 503	CMS-10R-DA/DC12-48V-Z2-KIT1
505 749 213	CMS-10R-DAC/DC12-48V-Z2
505 749 513	CMS-10R-DAC/DC12-48V-Z2-KIT1

Eidas Nr.	Bezeichnung
505 799 902	CMS-ANT-SPEZ2/5M
505 799 922	CMS-ANT-MAG2/2.5M

ComatReleco AG | Birchstrasse 24 | CH-3186 Düringen | Phone +41 31 838 55 77 | comatreleco.com | info@comatreleco.com



### Jeden 2. Freitag: Hallenklettern für Kinder von 5 bis 14 Jahren SPONTAN

Termine: 13.12.24, 10.1.25, 24.1.25, 7.2.25, 21.2.25, 14.3.25, 28.3.25, 11.4.25

Treffpunkt: Murtentor, 18:30 - 20.30 Uhr

Transport: Anfahrt individuell

Ausrüstung: Turnschuhe oder Kletterfinken, Klettergurt, Smart-Sicherungsgerät

Verpflegung: keine

Teilnehmer: max. 12 Kinder

Kosten: keine

Anmeldung: 3 Tage vorher, Anruf oder Text an Christine Peissard, 079 639 24 84

Leitung: Christine Peissard, Christina Müller, Lynn Roth, Jonas Egger

Beschrieb: Das Angebot ist offen für Kinder ohne Erfahrung, die Kletterluft schnuppern möchten, sowie für erfahrene Kinder. Klettern für Kinder ab 5 bis 14 Jahren. Kinder von 5-10 Jahren können von interessierten Eltern begleitet werden, ab 10 Jahren ohne Begleitung der Eltern. Die Kinder vom KIBE, welche wöchentlich klettern möchten, sind auch willkommen.

### Jeden 2. Freitag: Hallenklettern für Kinder von 5-14 KIBE aufbauend (ausgebucht)

Termine: 6.12.24, 20.12.24, 17.1.25, 31.1.25, 14.2.25, 28.2.25, 21.3.25, 4.4.25

Treffpunkt: Murtentor, 18:30 - 20.30 Uhr

Transport: Anfahrt individuell

Ausrüstung: Turnschuhe oder Kletterfinken, Klettergurt,

Verpflegung:

Teilnehmer:

Kosten:

Anmeldung:

Leitung:

keine  
max. 12 Kinder  
keine  
Ausgebucht.  
Christine Peissard, Christina Müller, Lynn Roth, Jonas Egger  
Dies ist ein aufbauender Kletterkurs. Leihmaterial auf Anfrage. Voraussetzung für Begleitpersonen: Sicherungs-Kompetenz. Die Anlässe finden mit dem BVS statt. Klettern für Kinder ab 5 bis 14 Jahren. Kinder von 5-10 Jahren können von interessierten Eltern begleitet werden, ab 10 Jahren ohne Begleitung der Eltern.

### 25. Januar (Sa) FaBe Schlittel- und Fondueplausch

Bewertung: Fun  
Treffpunkt: 18:45 Uhr Gypsera  
Transport: Individuell, Bergbahn  
Ausrüstung: Winterkleider inkl. Helm, Handschuhe und Ski-brille

Verpflegung:

Teilnehmer:

Kosten: Unkostenbeitrag 25.- / bis 22 J 15.-

Anmeldung: Bis Sa 11.01.25 an Brigitt (076 508 05 33)

Leitung: Rüttner Brigitt

Hinweis: Nach dem 11.01. keine Nachmeldungen möglich.

Höhenmeter: 400 hm Abfahrt

Beschrieb: Für FABE (Kinder und Begleitung) sowie deren Leiter. Fondue auf der Riggisalp, 20:45 Uhr Talfahrt mit Schlitten (oder Bahn). Bitte um Angabe, wer einen Magic-Pass besitzt (dann 5.- günstiger).

# Alp Flühkäseberg

Wir freuen uns auf Ihren Besuch  
Tel: 079 716 93 42 / 026 419 34 11



<b>Öffnungszeiten Sommer</b>	<b>Öffnungszeiten Winter</b>
Juni Do bis So	Jan. bis März Sa und So
Juli-August 7/7	
September Mi bis So	Alle anderen Tage Sommer
Oktober Sa und So	und Winter auf Reservation




**EFFIZIENTE GEBÄUDEHÜLLEN** | **BALKON- UND TERRASSENGESTALTUNG**

3186 Düringen Tel. 026 493 41 11 [www.baeriswyl-ag.ch](http://www.baeriswyl-ag.ch)  
3280 Murten Tel. 026 670 66 29 [duedingen@baeriswyl-ag.ch](mailto:duedingen@baeriswyl-ag.ch)

1716 Plaffeien Tel. 026 419 11 82  
[www.baeriswyl-btg.ch](http://www.baeriswyl-btg.ch)  
[cover@baeriswyl-btg.ch](mailto:cover@baeriswyl-btg.ch)



Balkon- und Sitzplatzverglasung

**STORENBAU**  
**GARAGENTORE**

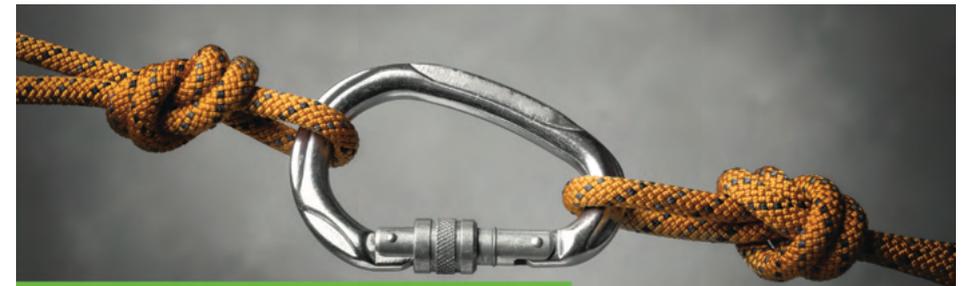
**IHR REGIONALER PHOTOVOLTAIK-PROFI**



**HEIZUNG | SANITÄR**

Wärmepumpen · Holzheizsysteme · Solaranlagen  
Fernwärmetechnik · Sanitäre Anlagen · Wasserversorgung

Hauptstrasse 25 | 1716 Plaffeien  
Tel. 026 419 23 32 | [info@hyko.ch](mailto:info@hyko.ch) | [www.hyko.ch](http://www.hyko.ch)



**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](http://www.wago.com/ch-de)



**Jeden Montag: Kletterabend Murtentor JO**

Bewertung: KL  
 Treffpunkt: Murtentor, 18:00 Uhr  
 Teilnehmer: max. 12  
 Anmeldung: 2 Tage vorher  
 Leitung: Florence Rotzetter,  
 Andrea Blum, Cedric  
 Brayenovitch  
 Beschrieb: Klettertraining, 18-20 Uhr

Anmeldung: Fahrspesen  
 Bis 1 Woche vorher bei  
 Florence  
 Leitung: Florence Rotzetter,  
 Andrea Blum  
 Beschrieb: Ausweichort bei zu wenig  
 Schnee: Col des Mosses. Für Jugendliche  
 des SAC Kaiseregg und des BVS. Bei  
 genügend Platz auch für Aktive. Skitag mit  
 Skitechnik auf und neben der Piste als Vor-  
 bereitung für die Skitourensaison.

**15. Dezember (So) Lawinenkurs JO**

Bewertung: SK 5 L  
 Treffpunkt: ca. 9:00 Uhr Schwarzsee  
 Transport: ÖV  
 Ausrüstung: Kleider, Rucksack, Skis,  
 Felle, Schuhe, LVS,  
 Schaufel, Sonde. Bei  
 fehlendem Material  
 besteht die Möglichkeit  
 J&S Material auszulei-  
 hen.  
 Verpflegung: Aus dem Rucksack  
 Teilnehmer: max. 12  
 Kosten: Transport  
 Anmeldung: Bis 10.11.2024  
 Leitung: Jonas Wicky, Bergführer  
 Hinweis: Auch für Interessierte  
 aktive JO Leiter offen.  
 BVS Teilnehmer sind  
 herzlich eingeladen.

Höhenmeter: 600  
 Beschrieb: Einstieg in die Lawinen-  
 kunde in der Region Schwarzsee (wird bei  
 Schneemangel angepasst).

**18. Januar (Sa) Skitechniktag**

Bewertung: SK  
 Treffpunkt: 9.00 Uhr Gypsera  
 Transport: individuell  
 Ausrüstung: Skiausrüstung (Magic  
 Pass)  
 Verpflegung: Aus dem Rucksack  
 Teilnehmer: max. 24  
 Kosten: Skibillet Fr 20.- ev.

**25. Januar (Sa) Stäckhüttegehörn**

Bewertung: SK 4 L+  
 Treffpunkt: Plaffeien, Dorfplatz, 8:00  
 Uhr  
 Transport: Auto  
 Ausrüstung: Skitourenausrüstung  
 Verpflegung: Aus dem Rucksack  
 Teilnehmer: max. 12  
 Kosten: Wird bekannt gegeben  
 Anmeldung: Bis 1 Woche vor der Tour.  
 Leitung: Samuel Thalman  
 Hinweis: Für Jugendliche SAC  
 Kaiseregg und BVS. Bei  
 genügend Platz auch für  
 Aktive. Organisation SAC  
 Kaiseregg  
 Höhenmeter: ca. 500  
 Kategorie: JO  
 Beschrieb: Skitour mit leichtem  
 Tourenziel.

**30. Januar (Do) JO Fondue und Nachtschlitteln**

Bewertung: Fun  
 Treffpunkt: 18:45 Uhr Gypsera  
 Transport: Individuell, Bergbahn  
 Ausrüstung: Winterkleider inkl. Helm,  
 Handschuhe und  
 Skibrille  
 Verpflegung: Fondue  
 Teilnehmer: max. 25  
 Kosten: Unkostenbeitrag 25.- /  
 bis 22 J 15.-

Anmeldung: Bis Sa 16.01. an Brigitt  
 (076 508 05 33)  
 Leitung: Brigitt Rüttner  
 Höhenmeter: 400 hm Abfahrt  
 Beschrieb: Nach dem 16.1. keine  
 Nachmeldungen möglich. Bitte um Angabe,  
 wer einen Magic-Pass besitzt (dann 5.-  
 günstiger). Für JO sowie deren Leiter. Fondue  
 auf der Riggisalp, 20:45 Uhr Talfahrt mit  
 Schlitten (oder Bahn).

**15. - 16. Februar (Sa - So) Iglu-Wochenende mit BVS und JO Moléson**

Bewertung: SK 2 L  
 Treffpunkt: 8:00 Uhr Stamm SAC  
 Moléson, Rte d'Arzent 3,  
 Fribourg  
 Transport: Auto  
 Ausrüstung: Skitourenausrüstung  
 komplett, warmer  
 Schlafsack, Mätteli,  
 2 Paar Handschuhe,  
 1 Paar Geschirr-Hand-  
 schuhe, genügend warme  
 Kleider, Ersatzkleider,  
 Mütze, Besteck, Teller,  
 Rucksack  
 Verpflegung: Auf der Tour Picknick, am  
 Abend Kochen auf dem  
 Feuer  
 Teilnehmer: max. 10  
 Kosten: 25.-  
 Anmeldung: 7 Tage vorher bei Beni  
 Nowak (077 421 45 09)

Leitung: Beni Nowak  
 Hinweis: Auf freundliche Einla-  
 dung des BVS  
 Unterkunft: Campen  
 Beschrieb: Eine Nacht wie bei Pingu  
 in den Freiburger Voralpen mit Älplermaga-  
 roni und kleiner Skitour

**22. Februar (Sa) Pointe de Bremingard**

Bewertung: SK 7 WS  
 Treffpunkt: Plaffeien, Dorfplatz, 8 Uhr  
 Transport: Auto  
 Ausrüstung: Skitourenausrüstung  
 Verpflegung: Aus dem Rucksack  
 Teilnehmer: max. 12  
 Kosten: Wird bekannt gegeben.  
 Anmeldung: Bis 1 Woche vor der Tour  
 Leitung: Samuel Thalman  
 Hinweis: Für Jugendliche des  
 SAC Kaiseregg und  
 Bergverein Sense. Bei  
 genügend Platz auch  
 für Aktive. Organisation  
 SAC Kaiseregg.  
 Höhenmeter: 900  
 Beschrieb: Skitour mit Übungen und  
 Gipfelziel. Das Niveau wird an die Teilnehmer  
 angepasst.

**22. März (Sa) Bonhomme du Tsapi**

Bewertung: SH 5 WS  
 Treffpunkt: Bahnhof Düringen 06 Uhr  
 Transport: Auto  
 Ausrüstung: Skitourenausrüstung  
 Verpflegung: Aus dem Rucksack  
 Teilnehmer: max. 8  
 Kosten: 20.- für Fahrspesen  
 Anmeldung: Bis 1 Woche vor der Tour  
 bei Jonas (079 918 05 31)  
 Leitung: Nils Müller und Jonas  
 Egger  
 Höhenmeter: 1'200  
 Beschrieb: Beschreibung:  
 Bourg-St.-Pierre, Challand-d'Haut, Plan-  
 Tchotttons, Bonhomme du Tsapi. Auf  
 freundliche Einladung des BVS.

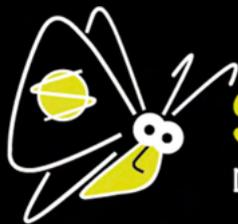
# aeby

**EISENWAREN • HAUSHALTARTIKEL • SCHLÜSSELSERVICE**  
**1712 Tifers • Tel. 026 494 13 72**  
**www.aeby-eisen.ch**



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

Restaurant  
**SchwarzseeStärn**



**SENSLER OPTIK**  
 DAS SCHÖNE GEFÜHL GUT AUSZUSEHEN

Tifers • Plaffeien

## Tête Blanche am 7./8. September

Frohen Mutes auf eine wunderschöne Tour sind Rahel, Josiane, Urs, Fabienne und ich am Samstagmorgen früh in Tifers gestartet. Die Fahrt ins Wallis war kurzweilig und kurvenreich wie immer. Weisse Entscheidungen fallen mit der rollenden Planung. Schnell mal war klar, dass die Tour auf den Tête Blanche geht und nicht auf die Aiguille du Tour wie vorgesehen. Der Aufstieg zur Ornihütte haben die einen besser, die anderen mit rasendem Herzen, schweren oder sauren Beinen geschafft. Das war aber erst der erste Teil. Also weiter über die wunderschöne Moräne bis zum Col d'Orny. Da haben sich die Wege der Gruppenmitglieder getrennt. Josiane hat die Hüttenruhe mit Sauna und Panorama, der Gletscherwanderung auf den Col du Tour vorgezogen.

Den Tête haben wir aufgespart bis zum Sonntag, wo wir dann alle den Gipfel erreicht haben. Die kurze Kletterei vom Pass zum Gipfel hat uns allen super gefallen und die einen ein bisschen mehr herausgefordert als die anderen.

Stolz auf unsere Leistung und zufrieden, traten wir den Rückweg über den Gletscher Richtung Frankreich an, wo wir dann wieder auf den Col du Tour rauf kraxelten und hinten wieder runter. Just als wir den Gletscher verliessen, fing es zu regnen an. Durchnässt bis auf die Haut blieb uns dann noch eine Sessellift Fahrt von ca. 20 min. Zum Glück haben uns die Eichelhäher von unserer nassen Fahrt etwas abgelenkt. Als dann aber der Lift zum Stillstand kam, hat jede von uns kurz nach einer Abseilstelle oder Notrettung Ausschau gehalten;) Danke Urs für die fabelhafte Planung und den anderen für die angenehmen Gespräche und die tolle Tour.

Text und Foto: Pia



gsünn u zwääg



**Drogerie  
Chrütterhäx**

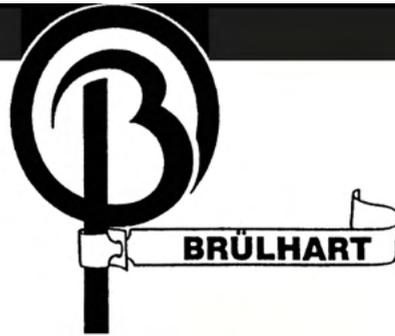
Spagyrik - Homöopathie - Heilkräuter - Naturthek

Hauptstrasse 21  
1716 Plaffeien  
Tel. 026 419 23 83

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

**Brülhart Baumschulen AG**  
3186 DÜDINGEN / Mariahilf 6

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



**Landgasthof Garmiswil** Garmiswil 18 | 3186 Dündingen



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 Dündingen.

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

**Arbol am Samstag 12. Oktober**

Der Arbol ist eine alpinistisch unbedeutende Weidekuppe 1200 Meter oberhalb von Ausserberg, da, wo der Wald aufhört, aber der Pfad zur Wiwanihütte weitergeht. Hier steigt nur hoch, wer den Weg als Ziel will. Und das war er. Nach einer Anwärmphase durchqueren wir mit Hilfe von Fixseilen und Leitern das Maachi-Tobel. Eine gute Stunde später erreichen wir den Beginn eines zahmen Grates, der atemberaubende Blicke auf das nahe Bietschhorn eröffnet und auch ganz gute zu den grossen Wallisern im Süden: das Weisshorn wie eine schmallende Diva, die sich mal in die und mal aus den Wolken hüllt. Dann schlängelt sich das Weglein durch Arven und Lärchen hoch. Und plötzlich sind wir auf dem Arbol – mitten in einer Farbenpracht, in welcher der Herbst zu explodieren scheint. Annelieses knallblaue Hosen wie ein leiser Trost: auch wir Menschen können leuchten, sogar im Herbst des Lebens. Um die Knie zu schonen, steigen wir weiter auf, um im Osten wieder runter zu gehen. Nach einigem Auf und Ab geht's an einem Schafpferch (Kommentar Paul: ein Weltkulturerbe) vorbei, und dann nur noch runter, runter ins Dorf, in dem die letzte verbliebene Beiz – ferienhalber geschlossen ist.

Text und Bilder: Ewald Ackermann



Berghaus Gurli  
 Marcel Beyeler  
 1716 Plaffeien / FR  
 026 419 19 13  
 info@berghaus-gurli.ch  
 www.berghaus-gurli.ch



**erholen,  
 geniessen,  
 auftanken...**

**geöffnet Mai-Oktober  
 www.berghaus-gurli.ch**



Wir drucken Bücher,  
 schöne Postkarten, machen  
 Überraschungstüten,  
 Kalender, edle Agendas  
 und Notizbücher,  
 andere Papierwaren,  
 handgemachte Dekoartikel  
 und ganz viel  
 print-print tralala.

**LE CRIC**   
 Print+Edition

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

### Entre-deux-Dents Nord am Sonntag 13. Oktober

Puh, so nebelgrau ist dieser Morgen, ziehen wir wirklich los? Aber doch, alle 6 sind früher oder später aus den Federn, haben sich mehr oder weniger zögernd bereit gemacht und treffen 9:15 Uhr beim Treffpunkt Kirche Neirivue ein. Was solls, dass es immer wieder regnet, wir haben Regenjacken, feste Schuhe, die Rucksäcke im Regenschutz und Schirme: wandern mal etwas anders! Locker und mit Sprüchen die nasse Lage annehmen und in flottem Tempo los, die Stimmung ist bestens.

So gehts im nebelverhangenen Intyamon bergan. Der Pfad ist deutlich und gut ausgetreten, der nur 1680 m hohe Entre-deux-Dent ist wohl ein oft begangener Hausberg der Einheimischen. Mitten im Wald auf 1350m die kleine Waldhütte mit urchigem, rauchigem Flair, ein kurzer Halt im Trockenen tut uns gut. Und siehe da, Pascal hat die Zeit und auch den Regen im Griff! Wie vorausgesagt bleibt es von da an bis zur Rückkehr zu den Autos trocken. Über einen recht glitschigen Pfad durch den steilen Bergwald erreichen wir den Grat, genau unter dem sich mächtig auftürmenden Südgipfel.

Ob wir ohne zuviel Risiko auf den Nordgipfel kommen? Schnell und problemlos, wörtlich über Stock und Stein gelangen wir zum Felsband, dessen knapp 10 m es zu überwinden gilt. Nach kurzer Prüfung können wir nachsteigen. Nochmals gehts zwischen Bäumen und Sträuchern durch, dann überraschend leicht den letzten Hang schräg rauf, dessen Gestein, Moos- und Grasbüschel uns sichere Tritte bieten.

Die zeitweise freie Sicht fast senkrecht ins Intyamon runter, zu den nächsten Graten oder auch zum schimmernden Greyerzersee war trotz Nebelschwaden beeindruckend und echt schön. Beim eher garstigen Wind haben wir uns für einen kurzen Gipfelhalt mit Fotomachen und zur Rückkehr in die Waldhütte entschieden.

Bald danach konnten wir zufrieden unser Mittagessen in der Waldhütte geniessen und locker den restlichen Abstieg zurücklegen. Der Abschlusstrunk mitten im Greyerzer Benichon war ein stimmiger Abschied vom Intyamon und vielleicht auch von dieser Wandersaison.

Text und Bild: Bruno Grünenfelder



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

## TOURENBESCHREIBUNGEN

Das vollständige Programm ist ab dem 1. Dezember online auf [www.sac-kaiseregg.ch](http://www.sac-kaiseregg.ch) einsehbar! Dieses wird im Verlaufe des Jahres noch ergänzt. Telefonnummern und Adressen der Tourenleiter\*innen findet ihr auf der letzten Seite der Clubnachrichten. Die Tourenbewertungstabelle ist rechts davon auf dem Umschlag. Bei der Teilnahme an allen SAC-Anlässen ist die Versicherung Sache der Teilnehmer\*innen.

### Dezember 2024

#### 8. Dezember (So) LVS Übung für Skitouren Anfänger und Fortgeschrittene

Bewertung: SK 4 WS  
Treffpunkt: 8:00 Uhr Plaffeien Kirche  
Transport: PW  
Ausrüstung: Skitourenausrüstung komplett  
Verpflegung: aus dem Rucksack  
Teilnehmer: max. 12  
Anmeldung: 4.12.2024  
Leitung: Roger Aerschmann und Samuel Thalman

Hinweis: Wo es Schnee hat.  
Höhenmeter: 900  
Beschrieb: Zum Start der Skitourensaison mit folgendem Inhalt: Lawinenbulletin, Materialthemen, Handhabung LVS. Tour je nach Bedingungen.

#### 9. Dezember (Mo) Hallenklettern Aktive

Bewertung: KL  
Treffpunkt: 19:30 Murtentor, 1. Stock  
Ausrüstung: Klettergurt, Sicherungskarabiner, Sicherungsgerät, Kletterfinken  
Teilnehmer: max. 12  
Kosten: Keine  
Anmeldung: 09.12. Mittag bei Patrik Aebischer 079 412 93 27  
Leitung: Haag Marianne, Müller Michael, Aebischer Patrik  
Beschrieb: 19:30 - 21:30 Klettern

#### 14. Dez (Sa) Vanil Blanc, Vanil de l' Arche

Bewertung: SK 4 WS  
Treffpunkt: Wird noch bekannt gegeben

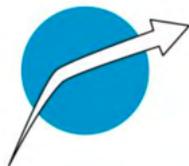
Transport: Privatauto  
Ausrüstung: Komplette Skitourenausrüstung  
Verpflegung: Aus dem Rucksack  
Teilnehmer: max. 6  
Kosten: Transportkosten  
Anmeldung: Bis 4 Tage vor der Tour  
Leitung: Sudan Mathias  
Höhenmeter: 1'100  
Beschrieb: Leichte Skitour auch für Anfänger geeignet (diese Tour konnte Anfang Jahr nicht durchgeführt werden, Projekt FR-Gipfel). Vanil Blanc (1'828 m), Vanil de Arche (1'581 m)

#### 21. Dezember (Sa) Schnupperskitour

Bewertung: SK 4 WS  
Treffpunkt: Kirche Plaffeien 8:00 Uhr  
Transport: Auto  
Ausrüstung: Skitourenausrüstung komplett  
Verpflegung: Pic-Nic  
Teilnehmer: 3 - 20  
Kosten: Fahrt  
Anmeldung: 18.12.2024  
Leitung: Cotting Norbert  
Hinweis: Projekt FR-Gipfel: Hohmattli und Spitzenbühl  
Höhenmeter: 800  
Beschrieb: Übungstour für Neueinsteiger und Erfahrene, mit LVS-Übung Muhrenstock - Chli Ättenberg - Hohmattli - Chalet du Hohberg - Spitzenbühl - Schatters Spitz - Muhrenstock

# 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) Kehrsatz (031-941.14.62) / Pully VD (021-791.37.35)



# wir**bauen** ensemble



As  
**Jüsch's**  
Seisler - Bier

genial.  
regional.

## Fleisch Und Brau

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

St. Ursen • Düdingen • Plaffeien

Schreinerei  
**P. Schwartz**  
GmbH

Brüggershaus 17 - 1735 Giffers

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
- Parkett- und Laminatboden
- Innenausbau
- Allgemeine Schreinerarbeiten

### 28. Dez - 4. Jan (Sa - Sa) Silvester

#### Tourenwoche Col des Mosses

Bewertung: SK / Divers - wird dem Niveau angepasst  
Treffpunkt: Anreise individuell  
Ausrüstung: Je nach Interessen  
Verpflegung: Wir kochen selbst, Interessierte gerne melden!  
Teilnehmer: max. 50-60  
Kosten: 70.- pro Nacht, Ermässigung für Kinder bis 16 (50%) und Jugendliche bis 22 (25%). Solange freie Kontingente: 2er Zimmer ab 5 Nächte 85.-, 3-4 Nächte 95.-.  
Anmeldung: bis 23.12.24 (oder ausgebucht) bei Pascal Waeber  
Leitung: Buba & Pascal Waeber  
Hinweise: Touren können nur für Personen ab 18 Jahren angeboten werden. Alpin-Skifahren geht natürlich immer.

Unterkunft: Chalet Les Fontaines auf dem Col des Mosses direkt beim Skigebiet (Magic Pass gültig!).

Programm: Je nach Wetter und Lawinensituation werden die möglichen Ziele definiert. Auch für Schneeschuhläufer, Skifahrer und Winterwanderer geeignet. Verkürzte Teilnahme möglich.

### Januar 2025

#### 1. Januar (Mi) SAC Neujahrstreff im Ritzli

Bewertung: SS 2 WT1  
Treffpunkt: zum Mittagessen  
Ausrüstung: Schneeschuh- oder Skitourenausrüstung im Ritzli (ev. Fondue und/oder Rösti)  
Verpflegung:  
Teilnehmer: unbegrenzt  
Anmeldung: im Restaurant Ritzli-Alp, Fam. Stephan & Annie

Buchs,  
026 929 81 24,  
[ritzlialp@gmail.com](mailto:ritzlialp@gmail.com)  
Stephan & Annie Buchs  
Leitung:  
Beschrieb: Treffpunkt direkt auf der Ritzli-Alp, individuelle Anmeldung und Anreise ab Schwarzsee oder Jaun auf der Alpstrasse (nicht geführt).

### 6. Januar (Mo) Hallenklettern Aktive

Bewertung: KL  
Treffpunkt: 19:30 Uhr Murtentor, 1. Stock  
Ausrüstung: Klettergurt, Sicherungs-Karabiner, Sicherungs-Gerät, Kletterfinken  
Teilnehmer: max. 12  
Kosten: Keine  
Anmeldung: 06.01. Mittag bei Patrik Aebischer, 079 412 93 27  
Leitung: Haag Marianne, Müller Michael, Aebischer Patrik  
Beschrieb: 19:30 - 21:30 Uhr Klettern

### 11. Januar (Sa) Chrummfadeflue (Gustispitz)

Bewertung: SK 5 WS+  
Treffpunkt: 07:30 Uhr Zollhaus  
Transport: Auto  
Ausrüstung: Skitourenausrüstung  
Verpflegung: Pic-Nic  
Teilnehmer: max. 7  
Anmeldung: 07. Januar 25  
Leitung: Siffert Patrick  
Hinweis: Wir machen den Gipfelhang (hoffentlich) zwei Mal!  
Höhenmeter: 1'200  
Beschrieb: Wasserscheidi - Alp  
Tschingel - Gustiberg - Gustispitz



- Zimmerei
- Innenausbau
- Spenglerei
- Bedachungen
- Blitzschutz

Schlossacher 1 - 1715 Alterswil - 079 635 14 84

**RAIFFEISEN**

Schweiz.   **WALLIS**  
INS HERZ GEMEISSELT.

**Entdecken Sie das Wallis zu Vorzugskonditionen.**

Als Raiffeisen-Mitglied mit MemberPlus-Status profitieren Sie bei Ihrer Reise ins Wallis von Vorzugskonditionen bei Hotels, Erlebnissen, Museen und dem ÖV.

raiffeisen.ch/wallis

**MEMBER PLUS**

**12. Januar (So) Lobhörner - Höji Sulegg**

Bewertung: SK 6 WS+  
 Treffpunkt: 07.00 Uhr Treffpunkt Alterswil Parkplatz Kirche  
 Transport: Privatauto  
 Ausrüstung: Skitourenausrüstung  
 Verpflegung: Aus dem Rucksack  
 Teilnehmer: max. 6  
 Kosten: Transportkosten  
 Anmeldung: Bis 4 Tage vor der Tour  
 Leitung: Sudan Mathias  
 Höhenmeter: 1300  
 Beschrieb: Nach Isenfluh mit Auto, Gondel, hoch an den Fuss der Lobhörner, zur Höji Sulegg und wieder runter nach Isenfluh

Höhenmeter: 1'300  
 Beschrieb: Von Muhrenstöck über Chüeharnisch

**18. Januar (Sa) Widdersgrind - Alpiglemäre**

Bewertung: SK 5 WS  
 Treffpunkt: 8:00 Uhr  
 Transport: PW  
 Ausrüstung: Skitourenausrüstung  
 Verpflegung: Pic Nic  
 Teilnehmer: max. 5  
 Kosten: Fahrkosten  
 Anmeldung: 10.1.2025  
 Leitung: Aerschmann Roger  
 Höhenmeter: 1'200  
 Beschrieb: Start Hengschteere via Grenchegalm zum Widdersgrind. Abfahrt Ostcouloir und Aufstieg via Grenchegalm zur Alpiglemära

**18. Jan (Sa) Winterübung Rettungsstation**

Bewertung: Übung  
 Treffpunkt: Rettungsstation Schwarzsee 08.30 Uhr  
 Anmeldung: bis Sa 11.1.25  
 Leitung: Roland Riedo  
 Beschrieb: Die Übung findet im Raum Schwarzsee statt. Interessierte Mitglieder können sich für Teilnahme melden.

**19. Jan (So) Bäderhore mit Schneeschuhen**

Bewertung: SS 4 WT3  
 Treffpunkt: 8:30 Uhr Düdingen oder 9:30 Uhr Jaunpass  
 Transport: Auto  
 Ausrüstung: Schneeschuhe, LVS, Schaufel, Sonde  
 Verpflegung: aus dem Rucksack  
 Teilnehmer: max. 8  
 Kosten: Fahrspesen  
 Anmeldung: bis 2 Tage vor der Tour  
 Leitung: Pascal Waeber  
 Höhenmeter: 550  
 Beschrieb: Vom Jaunpass NW via Bädermoos (P1559), Bäderbärg (P1642) auf den Grat (P1745). Auf dem Grat NO zum Gipfel Bäderhore (2'008m). Gleicher Weg zurück.

**13. Jan (Mo) Vollmondskitour Schwarzsee**

Bewertung: SK 3 WS  
 Treffpunkt: 18:00 Uhr Parkplatz Bildungs- und Gesundheitszentrum  
 Transport: Auto  
 Ausrüstung: Skitourenausrüstung + Stirnlampe  
 Teilnehmer: max. 15  
 Anmeldung: 12. Januar  
 Leitung: Schubert Barbara & Siffert Patrick  
 Hinweis: Sicheres Skifahren mit Stirnlampe im Gelände Voraussetzung!  
 Höhenmeter: 600  
 Beschrieb: Vollmondskitour  
 Richtung Schwyberg

**17. Januar (Fr) Schafharnisch - Falkenflue - Märe**

Bewertung: SK 5 WS+  
 Treffpunkt: wird bekannt gegeben  
 Transport: Auto  
 Ausrüstung: Skitourenausrüstung  
 Verpflegung: Aus dem Rucksack  
 Teilnehmer: max. 8  
 Kosten: Fahrspesen  
 Anmeldung: 16.01.25  
 Leitung: Bertschy „Buba“ Erwin  
 Hinweis: Projekt FR Gipfel



**DENTALHYGIENE-PRAXIS**

Flexible Öffnungszeiten von Montag-Freitag

Für einen Termin: **077 537 13 21**

**Denise Käser**  
Bonnstrasse 24, 3186 Düringen

dentasmile@sensemail.ch  
www.dh-dentasmile.ch





Aus Freude am Geniessen  
Le plaisir de savourer

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



**Georgette-Bike**

Niederried 40

1716 Plaffeien

026 419 12 72

[info@georgette-bike.ch](mailto:info@georgette-bike.ch)

[www.georgette-bike.ch](http://www.georgette-bike.ch)

**FLYER**

**STEVENS**  
BIKES

**superior.**



**19. Januar (So) Le Grammont**

Bewertung: SK 5 WS  
Treffpunkt: Wird mitgeteilt  
Transport: Auto  
Ausrüstung: Skitourenausrüstung  
Verpflegung: Pic-Nic  
Teilnehmer: Max. 7  
Kosten: Fahrspesen  
Anmeldung: 15. Januar  
Leitung: Siffert Patrick  
Hinweis: Eindrücklicher

Aussichtspunkt hoch über dem Genfersee  
Höhenmeter: 1'100  
Beschrieb: Le Flon – Col de Taney – Col des Crosses – Le Grammont

**20. Januar (Mo) Hallenklettern Aktive**

Bewertung: KL  
Treffpunkt: 19:30 Uhr Murtenor, 1. Stock

Ausrüstung: Klettergurt, Sicherungs-Karabiner, Sicherungs-Gerät, Kletterfinken

Teilnehmer: max. 12

Kosten: Keine  
Anmeldung: 20.01. Mittag bei Patrik Aebischer 079 412 93 27

Leitung: Haag Marianne, Müller Michael, Aebischer Patrik

Beschrieb: 19:30 - 21:30 Uhr Klettern

**24. Januar (Fr) Pointe de Bremingard**

Bewertung: SK 3 ZS  
Treffpunkt: Schwarzsee Bad, Zeit wird noch bekannt gegeben.

Transport: TPF/Auto  
Ausrüstung: Skitourenausrüstung

Verpflegung: Rucksack

Teilnehmer: max. 6

Kosten: Fahrkosten

Anmeldung: bis 3 Tage vor der Tour

Leitung: Blum Andrea  
Hinweis: Diese Tour konnte letztes Jahr nicht durchgeführt werden, Projekt FR-Gipfel.

Höhenmeter: 870  
Beschrieb: vom Schwarzsee Bad via Cerniats-col de Chamois zum Gipfel Pointe de Bremingard auf 1'923m. Abfahrt bei guten Verhältnissen via Couloir und via Reccardets zurück zum Ausgangspunkt.

**24. Januar (Fr) Widdergalm**

Bewertung: SK ZS+ 5 Std.  
Treffpunkt: Plaffeien  
Transport: Auto  
Ausrüstung: Skitourenausrüstung  
Verpflegung: Aus dem Rucksack  
Teilnehmer: max. 6  
Kosten: Autospesen  
Anmeldung: Bis 19.1.25  
Leitung: Bächler Norbert  
Hinweis: Nur bei guten Verhältnissen

Höhenmeter: 1'400  
Beschrieb: Sehr schöne spannende Skitour. Murestöck-Harnischli- Pässli. Abfahrt zu Walop-Aufstieg zum Gipfel Widdergalm, Abfahrt über das Nordcouloir.

**25. - 26. Januar (Sa - So) Winterkurs**

Bewertung: SK Region Ovronnaz je nach Teilnehmer WS - ZS  
Treffpunkt: wird bekanntgegeben  
Transport: Auto  
Ausrüstung: Skitourenausrüstung komplett

Verpflegung: HP in regionaler Unterkunft, aus dem Rucksack max. 12  
Teilnehmer: Wird noch bekanntgegeben

Kosten: Wird noch bekanntgegeben  
Anmeldung: Bis 3.1.25 oder ausgebucht

Leitung: Fahrni Roland  
Höhenmeter: bis 1'000 hm pro Tag  
Unterkunft: In der Region Ovronnaz  
Winterkurs mit Bergführer Jonas Wicky. Skitechnik, LVS, Spuranlage, Orientierung, Lawinenkunde, Einzelhangbeurteilung usw.



# Restaurant Chemi-Hütte



STEFAN ZBINDEN  
1736 ST. SILVESTER

[www.chemi-huetta.ch](http://www.chemi-huetta.ch)  
026 418 11 05

## Februar 2025

### 3. Februar (Mo) Hallenklettern Aktive

Bewertung: KL  
Treffpunkt: 19:30 Murtentor, 1. Stock  
Ausrüstung: Klettergurt, Sicherungs-  
Karabiner, Sicherungs-  
Gerät, Kletterfinken  
Teilnehmer: max. 12  
Kosten: Keine  
Anmeldung: 03.02. Mittag bei Patrik  
Aebischer 079 412 93 27  
Leitung: Haag Marianne, Müller  
Michael, Aebischer Patrik  
Beschrieb: 19:30 - 21:30 Uhr Klettern

### 7. Februar (Fr) Nachtskifahren + Fondue

Bewertung: Ski & Fun  
Treffpunkt: 18:00 Uhr Talstation  
Gypsera und 19:30 Uhr  
Riggisalp  
Transport: Individuell  
Ausrüstung: Ski  
Verpflegung: Berghaus Riggisalp  
Teilnehmer: max. 20  
Kosten: 24.- Fondue, Getränke,  
Bergbahn 25.- (oder  
Magic-Pass)  
Anmeldung: bei fabienne.dago@  
gmail.com oder 079 390  
12 02 bis spätestens 8  
Tage vorher.  
Leitung: Fabienne D' Agostino  
Beschrieb: Nachtskifahren ab 18:00  
Uhr und Fondue (anderes Menue möglich)  
um 19:30 Uhr bis 20:30 Uhr.

### 8. Februar (Sa) Rundtour Schibe-Märe

Bewertung: SK 5 ZS  
Treffpunkt: Kirche Plaffeien, Zeit  
nach Absprache  
Transport: Auto  
Ausrüstung: Skitourenausrüstung  
inkl. Harscheisen  
Verpflegung: aus dem Rucksack  
Teilnehmer: max. 6  
Kosten: Autospesen  
Anmeldung: bis 3 Tage vor der Tour

Leitung: Blum Andrea  
Hinweis: Diese Tour konnte letztes  
Jahr nicht durchgeführt  
werden, Projekt FR-  
Gipfel  
Höhenmeter: 1'430  
Beschrieb: Klassische Skitouren-  
runde von der Hengstkurve mit 2 herrlichen  
Skigipfel und Abfahrt durch ein steiles  
Ostcouloir.

### 9. Februar (So) Hochmatt - Cheval Blanc

Bewertung: SK 6 WS  
Treffpunkt: Wird noch bekannt  
gegeben  
Transport: Privatauto  
Ausrüstung: Skitourenausrüstung  
komplett  
Verpflegung: Aus dem Rucksack  
Teilnehmer: max. 6  
Kosten: Transportkosten  
Anmeldung: Bis 4 Tage vor der Tour  
Leitung: Sudan Mathias  
Höhenmeter: 1'350  
Beschrieb: Längere Tour. Bedingt  
gute Konditionen. Taleinwärts, je nach  
Schnee-Menge kann die Tour abgekürzt  
werden. Diese Tour konnte letztes Jahr nicht  
durchgeführt werden, Projekt FR-Gipfel,  
Hochmatt (2151 m) - Cheval Blanc (2146 m).

### 11. Feb (Di) Vollmondskitour Schwarzsee

Bewertung: SK 4 WS  
Treffpunkt: 18:00 Uhr Parkplatz  
Kaisereggbahnen  
Transport: Auto  
Ausrüstung: Skitourenausrüstung +  
Stirnlampe  
Teilnehmer: max. 15  
Anmeldung: 10. Februar  
Leitung: Schubert Barbara &  
Siffert Patrick  
Hinweis: Sicheres Skifahren mit  
Stirnlampe im Gelände  
Voraussetzung!  
Höhenmeter: 800  
Beschrieb: Vollmondskitour  
Richtung Hohmattli



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

**apotheke  
schmitten**

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



**Ich bin Ihr Coach  
in Ihrer Nähe.**

**brunomüller**  
COACHING + BERATUNG  
Brunomüller.ch



**Werro's Biohof**

Allenlüften 2 - 3186 Düringen

werros-biohof.ch



Gesundes aus deiner Region **BIO SUISSE**



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

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

IT'S YOUR TURN!

**Skiservice**

**Sense Sport**

First Class  
**WINTERSTEIGER**  
SKI & BOARD TUNING

**14. Februar (Fr) Follu Borna**

Bewertung: SK 4 ZS-  
Treffpunkt: nach Absprache  
Transport: Auto  
Ausrüstung: Skitourenausrüstung, ev. Steigeisen & Pickel aus dem Rucksack  
Verpflegung: max. 7  
Teilnehmer: Fahrspesen  
Kosten: bis 3 Tage vor der Tour  
Anmeldung: Blum Andrea  
Leitung: Diese Tour konnte letztes Jahr nicht durchgeführt werden, Projekt FR-Gipfel  
Hinweis:

Höhenmeter: 960  
Beschrieb: Von Les Sciernes d'Albeuve über die E-Seite. Von der Haltestelle Les Sciernes bis zur Ebene unter dem Chalet von Chenau (1665m) und weiter bis auf den Punkt P1838 - Abfahrt via Chenalette und ev. Wiederaufstieg zur Nordgratschulter (zusätzliche hm)

**17. Februar (Mo) Hallenklettern Aktive**

Bewertung: KL  
Treffpunkt: 19:30 Murtentor, 1. Stock  
Ausrüstung: Klettergurt, Sicherungs-Karabiner, Sicherungs-Gerät, Kletterfinken  
Teilnehmer: max. 12  
Kosten: Keine  
Anmeldung: 17.02. Mittag bei Patrik Aebischer 079 412 93 27

Leitung: Haag Marianne, Müller Michael, Aebischer Patrik  
Beschrieb: 19:30 - 21:30 Uhr Klettern

**21. Februar (Fr) Le Tarent**

Bewertung: SK 5 ZS-  
Treffpunkt: 8:00 Uhr  
Transport: PW  
Ausrüstung: Skitourenausrüstung, Steigeisen, Pickel  
Verpflegung: Pic Nic  
Teilnehmer: max. 5  
Kosten: Fahrkosten  
Anmeldung: 10.2.2025

Leitung: Aerschmann Roger  
Höhenmeter: 1'450  
Beschrieb: Start in l'Etivaz über die Nordflanke

**22. Februar (Sa) Zahm Andrist - Wild Andrist - Hundshore**

Bewertung: SK 7 ZS+  
Treffpunkt: Wird mitgeteilt  
Transport: Auto  
Ausrüstung: Skitourenausrüstung  
Verpflegung: Pic-Nic  
Teilnehmer: Max. 7  
Kosten: Fahrspesen sowie Bahnticket (ca. CHF 40.00)

Anmeldung: 18. Februar  
Leitung: Siffert Patrick  
Hinweis: Coole Freetouring-Runde im Berner Oberland  
Höhenmeter: 1'600 Aufstieg / 3'200 Abfahrt

Beschrieb: Schilthorn – Sattel – Zahm Andrist – Wild Andrist – Hundshore – Rotstockhütte – Wasenegg – Gimmelwald

**28. Februar (Fr) Vanil Carré**

Bewertung: SK 5 WS+  
Treffpunkt: wird bekannt gegeben  
Transport: Auto  
Ausrüstung: Skitourenausrüstung  
Verpflegung: Aus den Rucksack  
Teilnehmer: max. 8  
Kosten: Fahrspesen  
Anmeldung: 13.03.24  
Leitung: Bertschy „Buba“ Erwin  
Hinweis: Projekt FR Gipfel von 2024

Höhenmeter: 1'200  
Beschrieb: Von Grandvillard



**Fromagerie Schafer**  
1785 Cressier  
[www.montvullykaese.ch](http://www.montvullykaese.ch)

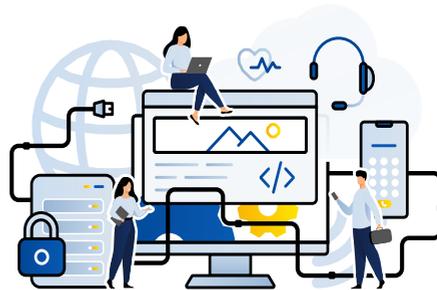


**3186 Düringen**  
**026 492 20 20**  
**baucenter.ch**

**Alles zum Bauen**



**Wir schaffen**  
**Verbindungen, welche**  
**Gipfel überragen**



**Streamline AG**

IT | Voice | Security | Network | Web Development | Healthcare  
Könizstrasse 60 | 3008 Bern | T 031 388 12 12 | [streamline.ch](http://streamline.ch)  
Bern - Brugg - Gstaad - Langenthal - Solothurn - Thun

**März 2025**

**1. März (Sa) Monts Telliers**

Bewertung: SK 5 WS  
Treffpunkt: Marly  
Transport: Auto  
Ausrüstung: Skitourenausrüstung  
Verpflegung: Rucksack  
Teilnehmer: max. 5  
Kosten: 40.-  
Anmeldung: 25.2.2025  
Leitung: Aeschbacher Urs  
Höhenmeter: 1'030  
Beschrieb: Vom Nordportal des Strassentunnels durch ein weites Seitental des Val d'Entremont Richtung Gipfel. Die letzten Meter zu Fuss (teilweise etwas ausgesetzt).

**7. März (Fr) Albristhorn**

Bewertung: SK 5 ZS+  
Treffpunkt: Plaffeien  
Transport: Auto  
Ausrüstung: Skitourenausrüstung  
Verpflegung: Aus dem Rucksack  
Teilnehmer: max. 6  
Kosten: Autospesen  
Anmeldung: 23.02.25  
Leitung: Bächler Norbert  
Höhenmeter: 1'000  
Beschrieb: Eine total schöne Tour mit prächtiger Aussicht

**9. März (So) Pic Chaussy & P2308**

Bewertung: SK 5 WS-  
Treffpunkt: Wird mitgeteilt  
Transport: Auto  
Ausrüstung: Skitourenausrüstung  
Verpflegung: Pic-Nic  
Teilnehmer: Max. 7  
Kosten: Fahrspesen  
Anmeldung: 05. März  
Leitung: Siffert Patrick  
Höhenmeter: 1'300  
Beschrieb: Les Mosses - Lioson d'en Haut - Pic Chaussy - Lac Lioson - Col de la Chenau - P2308

**12. März (Mi) Vollmondskitour Schwarzsee**

Bewertung: SK 3 WS  
Treffpunkt: 18:00 Uhr Parkplatz Seeweid  
Transport: Auto  
Ausrüstung: Skitourenausrüstung + Stirnlampe  
Teilnehmer: max. 15  
Anmeldung: 11. März  
Leitung: Schubert Barbara & Siffert Patrick  
Hinweis: Sicheres Skifahren mit Stirnlampe im Gelände Voraussetzung!  
Höhenmeter: 600  
Beschrieb: Vollmondskitour Richtung Mönchsgrind

**15. März (Sa) Grosstrubel (Ostgipfel, 3'242m)**

Bewertung: SK 5 ZS-  
Treffpunkt: 6:00 Uhr  
Transport: PW  
Ausrüstung: Skitourenausrüstung, Steigeisen  
Verpflegung: Pic Nic  
Teilnehmer: max. 5  
Kosten: Fahrkosten plus Bahn Engstligenalp retour  
Anmeldung: 10.3.2025  
Leitung: Aerschmann Roger  
Höhenmeter: 1'350  
Beschrieb: Ostgipfel am Wildstrubel via Engstligenalp und Frühstücksplatz.

# Für VW zu Fasel

Garage Fasel  
Düdingen



Nutzfahrzeuge

California



Occasion Plus



**CHEES** Tafers  
**GOURMET**

026 494 05 75 • [chees-gourmet.ch](http://chees-gourmet.ch)  
[info@chees-gourmet.ch](mailto: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



HÖRBERATUNG  
DÜDINGEN & WORB

HÖRBERATUNG DÜDINGEN

Hauptstrasse 8 | 3186 Düdingen

Tel: 026 493 00 40

[duedingen@leben-hören.ch](mailto:duedingen@leben-hören.ch)

Leben  
hören

Bester  
Service im  
Phonak Lyric™  
Kompetenz-  
Center

- HÖRBERATUNG MEISTERBETRIEB
- HÖRGERÄTEANPASSUNG
- TINNITUSBERATUNG
- PÄDAKUSTIK
- GEHÖRSCHUTZ

[www.leben-hören.ch](http://www.leben-hören.ch)

## 17. März (Mo) Hallenklettern Aktive

Bewertung: KL  
Treffpunkt: 19:30 Murtentor, 1. Stock  
Ausrüstung: Klettergurt, Sicherungs-  
Karabiner, Sicherungs-  
Gerät, Kletterfinken  
Teilnehmer: max. 12  
Kosten: Keine  
Anmeldung: 17.03. Mittag bei Patrik  
Aebischer 079 412 93 27  
Leitung: Haag Marianne, Müller  
Michael, Aebischer Patrik  
Beschrieb: 19:30 - 21:30 Uhr Klettern

## 20. - 23. März (Do - So) Tödi & Co

Bewertung: SH 8, S  
Treffpunkt: wird bekannt gegeben  
Transport: Auto  
Ausrüstung: Skihochtourenausrüs-  
tung  
Verpflegung: Aus den Rucksack, HP  
Teilnehmer: max. 9  
Kosten: ca 300.-  
Anmeldung: 01.02.2025  
Leitung: Erwin "Buba" Bertschy,  
Norbert Cotting  
Unterkunft: Claridenhütte, Fridolins-  
hütte  
Beschrieb: Urnerboden - Gernsfai-  
renstock - Claridenhütte. Clariden - Planu-  
rahütte - Ochsenstock - Fridolinshütte. Tödi  
-Fridolinshütte. Ochsenstock - Tüfelsjoch  
- Urnerboden

## 22. März (Sa) Pointe de Boveire

Bewertung: SK 8 WS  
Treffpunkt: Wird mitgeteilt  
Transport: Auto  
Ausrüstung: Skitourenausrüstung  
Verpflegung: Pic-Nic  
Teilnehmer: Max. 7  
Kosten: Fahrspesen  
Anmeldung: 18. März  
Leitung: Siffert Patrick  
Hinweis: Einer der eher stillen  
Nachbarn des lauten  
Mont Rogneux  
Höhenmeter: 2'100  
Beschrieb: La Barmasse (Lourtier) -  
Cabane Brunet - Pindin - Nishliri - Pointe de  
Boveire

Gerüstbau AG  
**DUENS**

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



## Massgeschneiderte IT- und CLOUD SERVICES

Seit über 25 Jahren für Sie da

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

Nähe ist... gemeinsam  
neue Wege gehen.

Setzen wir uns zusammen.

 **Clientis**  
Sparkasse Sense

## SENIORENTOUREN

### 1. Januar (Mi) SAC Neujahrstreff im Ritzli

Bewertung: SS 2 WT1  
Treffpunkt: zum Mittagessen  
Ausrüstung: Schneeschuh- oder Skitourenausrüstung  
Verpflegung: im Ritzli (ev. Fondue und/oder Rösti)  
Teilnehmer: unbegrenzt  
Anmeldung: im Restaurant Ritzli-Alp, Fam. Stephan & Annie Buchs, 026 929 81 24, ritzlialp@gmail.com

Leitung: Stephan & Annie Buchs  
Beschrieb: Treffpunkt direkt auf der Ritzli-Alp, individuelle Anmeldung und Anreise ab Schwarzsee oder Jaun auf der Alpstrasse (nicht geführt). Für alle, die nicht im Silvesterlager sind (alle Altersklassen).

### 8. Januar (Mi) Schneeschuhwanderung

Bewertung: SS 4-5 WT 1-3  
Treffpunkt: Wird bei Anmeldung bekannt gegeben  
Transport: PW oder ÖV  
Ausrüstung: Schneeschuhausrüstung  
Verpflegung: aus dem Rucksack  
Teilnehmer: alle  
Kosten: Transportkosten  
Anmeldung: bis 2 Tage vor Anlass  
Leitung: Rolli Christian  
Höhenmeter: zwischen 300 bis 700 Hm  
Unterkunft: keine  
Beschrieb: Eröffnungstour Saison 2025

### 15. Januar (Mi) Belle Chaux

Bewertung: SS 3-4 WT1  
Treffpunkt: Freiburg (7.20 Uhr) oder les Rosalys (8.55 Uhr)  
Transport: ÖV (oder Auto)  
Verpflegung: Pic-Nic  
Teilnehmer: unbegrenzt  
Kosten: Reise  
Anmeldung: bis 2 Tage vorher (Mail)  
Leitung: Ackermann Ewald  
Hinweis: Auch Junge, die sich mal

alt fühlen, können mit

Höhenmeter: 400  
Beschrieb: Auf markiertem Trail von Rosalys nach Mologny, Abstieg über Vuipey nach Rosalys

### 22. Januar (Mi) Schneeschuhwanderung

Bewertung: SS 4-5 WT 1-3  
Treffpunkt: Wird bei Anmeldung bekannt gegeben  
Transport: PW oder ÖV  
Ausrüstung: Schneeschuhausrüstung  
Verpflegung: aus dem Rucksack  
Teilnehmer: alle  
Kosten: Transportkosten  
Anmeldung: bis 2 Tage vor Anlass  
Leitung: Rolli Christian  
Hinweis: Ausschreibung 3 Tage vor Tour mit WhatsApp-Grp

Höhenmeter: zwischen 300 bis 700 HöM  
Unterkunft: keine  
Beschrieb: Schneeschuhwanderung in unserem Voralpengebiet

### 29. Januar (Mi) Schneeschuhwanderung

Bewertung: SS 4-5 WT 1-3  
Treffpunkt: Wird bei Anmeldung bekannt gegeben  
Transport: PW oder ÖV  
Ausrüstung: Schneeschuhausrüstung  
Verpflegung: aus dem Rucksack  
Teilnehmer: alle  
Kosten: Transportkosten  
Anmeldung: bis 2 Tage vor Anlass  
Leitung: Rolli Christian  
Hinweis: Ausschreibung 3 Tage vorher via WhatsApp-Grp

Höhenmeter: zwischen 300 bis 700 HöM  
Unterkunft: keine  
Beschrieb: Schneeschuhwanderung in unserem Voralpengebiet



**Restaurant zur  
Stynlera-Ranch**

Steinler 2 - 3186 Düringen  
www.stynlera-ranch.ch  
079 559 72 30

Fahrzeugbau  
Gelenkwellendienst  
Carrosserie & Malerei  
Mechanische Werkstatt PW & LKW

**ZAHND**

Auto-Camion-Center  
Plaffeien



garage-zahnd.ch  
Tel. 026 419 99 10



Treuhand · Steuern · Rechnungswesen

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



Ihre Stellenvermittlung

## SENIORENTOUREN

### 5. Februar (Mi) Trogealp (Senioren)

Bewertung: SS 4-5 WT1  
Treffpunkt: Freiburg 7.30 Uhr  
Transport: ÖV  
Verpflegung: Pic-Nic  
Teilnehmer: unbegrenzt  
Kosten: Reise  
Anmeldung: bis 2 Tage vorher (Mail)  
Leitung: Ackermann Ewald  
Hinweis: sehr aussichtsreiche,  
recht flach verlaufende  
Tour

Höhenmeter: 550  
Beschrieb: Habkern - Trogemoos -  
Trogenalp - Trogemoos - Habkern

### 12. Februar (Mi) Schneeschuhwanderung

Bewertung: SS 4-5 WT 1-3  
Treffpunkt: Wird bei Anmeldung  
bekannt gegeben  
Transport: PW oder ÖV  
Ausrüstung: Schneeschuhausrüstung  
Verpflegung: aus dem Rucksack  
Teilnehmer: alle  
Kosten: Transportkosten  
Anmeldung: bis 2 Tage vor Anlass  
Leitung: Rolli Christian  
Hinweis: Ausschreibung via  
WhatsApp-Grp 3 Tage  
vorher

Höhenmeter: zwischen 300 bis 700 hm  
Beschrieb: Schneeschuhwanderung  
in unserem Voralpengebiet

### 19. Februar (Mi) Schneeschuhwanderung

Bewertung: SS 4-5 WT 1-3  
Treffpunkt: Wird bei Anmeldung  
bekannt gegeben  
Transport: PW oder ÖV  
Ausrüstung: Schneeschuhausrüstung  
Verpflegung: aus dem Rucksack  
Teilnehmer: alle  
Kosten: Transportkosten  
Anmeldung: bis 2 Tage vor Anlass  
Leitung: Rolli Christian  
Hinweis: Ausschreibung via

Whats-App-Grp. 3 Tage  
vorher

Höhenmeter: zwischen 300 bis 700  
HöM

Beschrieb: Schneeschuhwanderung  
in unserem Voralpengebiet

### 23. - 24. Februar (So-Mo)

**Schneeschuhwanderung**  
Bewertung: SS + SK  
Treffpunkt: Wird bei Anmeldung  
bekannt gegeben

Transport: PW  
Ausrüstung: Schneeschuh- oder  
Skitourenausrüst.

Verpflegung: Halbpension und Ruck  
sack

Teilnehmer: alle  
Kosten: ca. 150.00  
Anmeldung: bis am 1. Februar 2025  
Leitung: Admin. Leitung Rolli  
Christian

Höhenmeter: ca. 700 HöM.  
Unterkunft: Frohmatthütte  
Beschrieb: Mit Sektion Wildhorn SS  
u. Skitour in der Region der Frohmatthütte,  
wo wir übernachten. Die techn. Leitung von  
SK und SS wird von Mitgliedern der Sektion  
Wildhorn übernommen.

### 5. März (Mi) Schneeschuhwanderung

Bewertung: SS 4-5 WT 1-3  
Treffpunkt: Wird bei Anmeldung  
bekannt gegeben

Transport: PW oder ÖV  
Ausrüstung: Schneeschuhausrüstung  
Verpflegung: aus dem Rucksack  
Teilnehmer: alle

Kosten: Transportkosten  
Anmeldung: bis 2 Tage vor Anlass  
Leitung: Rolli Christian  
Höhenmeter: ca. 700 HöM.  
Beschrieb: Schneeschuhtour in  
unserem Voralpengebiet

architektur aus leidenschaft  
la passion de l'architecture

# BRÜLHART DUCRET



Schmerzbehandlung  
Gruppentrainings  
Hilfe zur Selbsthilfe  
fayo (Faszien-Yoga)

Andrea Fahrni  
Dipl. Pflegefachfrau  
077 412 76 12  
schmerzfrei-sense.ch

Schmerzbehandlung nach Liebscher & Bracht



Ihr regionaler Elektro-Partner!



...wir bauen für Sie....

Hochbau Tiefbau Bautenschutz Bau-Service

## SENIORENTOUREN

### 12. März (Mi) Schneeschuhwanderung

Bewertung: SS 4-5 WT 1-3  
Treffpunkt: Wird bei Anmeldung bekannt gegeben  
Transport: PW oder ÖV  
Ausrüstung: Schneeschuhausrüstung  
Verpflegung: aus dem Rucksack  
Teilnehmer: alle  
Kosten: Transportkosten  
Anmeldung: bis 2 Tage vor Anlass  
Leitung: Rolli Christian  
Höhenmeter: ca. 700 HöM.  
Unterkunft: keine  
Beschrieb: Schneeschuhwanderung wo es noch Schnee hat

### 19. März (Mi) Frühjahrswanderung

Bewertung: WA T1 bis T3  
Treffpunkt: Wird bei Anmeldung bekannt gegeben  
Transport: ÖV  
Ausrüstung: Wanderausrüstung  
Verpflegung: aus dem Rucksack  
Teilnehmer: alle  
Kosten: Transportkosten  
Anmeldung: bis 2 Tage vor Anlass  
Leitung: Cotting Jean-Pierre  
Hinweis: Ausschreibung via WhatsApp-Grp. mind 3 Tage vorher  
Höhenmeter: max. 700 pro Tag  
Unterkunft: keine  
Beschrieb: Frühjahrswanderung in unserer Region

**NEU ERÖFFNET** an der Bahnhofstrasse 11 in Düringen:

### WOHNMACHER AG – VERKAUFSSTELLE DÜDINGEN

Neu auch Ihr Haushaltapparate-Fachpartner  
mit Ausstellung über das gesamte Schreinersortiment



### JE 25 JAHRE ERFAHRUNG VEREINT

Nach Monaten Renovierungs- und Gestaltungsarbeit, sind wir wieder voller Elan für Sie da! Neben dem bewährten, breiten Schreinereangebot von Küchen, Türen, Schränken, Badezimmer, Möbel, Türen und Parkett, sind wir neu auch Ihr Haushaltapparate- Fachpartner mit kompetenten Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern in Verkauf und Montage.

Wir freuen uns, Sie in unserer Verkaufsstelle begrüßen zu dürfen.

## Restaurant Senslerhof

Hauptstrasse 29 1713 St. Antoni

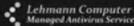
Hector Gomez

026 | 495 11 41



**Lehmann  
Computer**

Komplettsysteme & Zubehör • Netzwerktechnik

**WISEL** Datenbackup   Lehmann Computer  
Managed Antivirus Service

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



**KAESER AG**  
die Schreinerei  
Murtenstrasse 23a Laupen  
[www.schreinereikaeser.ch](http://www.schreinereikaeser.ch)  
info@schreinereikaeser.ch

**Schöner  
wohnen  
mit**

## Wie wäscht man ein Kletterseil?

Jede\*r kennt's, nach einem Jahr (oder gar mehr) in Gebrauch ist das sonst strahlend bunte Kletterseil nun nicht mehr mit einem WOW-Effekt behaftet, sondern wird eher mit einem leisen "Wäh, isch das dräckig!" kommentiert. Wer also Ende Saison nach dem Seilzusammennehmen auch schwarze Hände hat, der weiss, es ist Zeit, dieses zu reinigen; denn auch die Lebensdauer des Seils wird durch regelmässige Pflege verlängert.

Doch wie? Hier ein paar praktische Infos:

Wichtig ist, dass du zuerst die Angaben des Herstellers gründlich überprüfst, ob man das Seil überhaupt waschen darf. Dein nächster Schritt ist, das Seil grob von Hand zu reinigen, d.h. eingetrockneter Schmutz einfach mit der Hand wegwischen, so kannst du dein Seil auch gleich auf Schäden überprüfen.

Dann das Seil in Schlaufen legen (vgl. Bild, wie das genau geht, schaust du am besten in einem YouTube-Video), so kann es sich in der Waschmaschine oder in der Badewanne nicht verheddern. Zur gründlichen Reinigung solltest du ausschliesslich ein Spezialwaschmittel verwenden (bspw. von BEAL). Beim Waschen in der Waschmaschine solltest du einen Schonwaschgang verwenden, wie bspw. für Wolle, und auf eine niedrige Temperatur achten (zwischen 20 und 30 Grad Celsius). Auch darf das Seil in der Maschine am Ende nicht geschleudert werden.

Danach gut abtropfen lassen, aber nicht auswringen und zum Trocknen nicht an die pralle Sonne legen, sondern im Schatten lassen. Achtung: liegend trocknen! Berechne genügend Zeit ein, um es richtig trocken werden zu lassen und bald strahlt es wieder in vollem Glanz.



Text: Janine, Foto und Inhalte: Yannik

## CORE



Es gibt viele Wege.

Wir begleiten Sie auf dem Besten in den Bereichen

**Treuhand**

**Wirtschaftsprüfung**

**Steuern & MWST**

**Wirtschafts- & Rechtsberatung**

**Vorsorgeberatung**

### 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

[core-partner.ch](http://core-partner.ch)

 **STADELMANN** GmbH

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

**hertli + bertschy ag**

elektroinstallationen • haushaltsgeräte

 **RIEDO**  
**CLIMA**

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

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



garage

**julmy** 

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

sympa car

 **AGVS | UPSA**

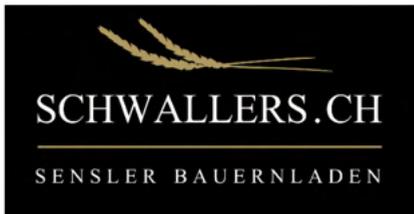
Beratung – Bewertung –  
Verkauf – Finanzierung

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)





**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

**ADRESSEN VORSTAND**

**Präsident, Tourenchef a.i.**

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  
 fabiennecorpataux@gmx.ch

**Jugend-Organisation**

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

**Finanzen**

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

**Sekretariat & Kultur**

Jasmin Brühlhart Grottenweg 17, 1735 Giffers 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**

Martin Jelk a.i. jelkm@bluemail.ch 079 628 21 84

**Kommunikation / Information**

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



Ihr Kia, Mitsubishi, Multimarken und Oldtimer Spezialist



bäckerei-konditorei-Café-lebensmittel  
 1716 plaffeien TEL. 026 419 11 22

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



**HOSTELLERIE**  
 AM SCHWARZSEE



www.hostellerieamschwarzsee.ch

**SPEZIALFUNKTIONEN**

**Tourenkommission**

Norbert Cotting, Michel Jungo, Mathias Sudan, Yannik Waeber, Pascal Waeber a.i.

**Rettungskommission**

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

## ADRESSEN DER TOURENLEITENDEN

---

<b>Ewald Ackermann</b>	079 660 36 14	ewald.ackermann@bluewin.ch
<b>Markus Aebischer</b>	079 375 69 43	aebischer.m@bluewin.ch
<b>Roger Aerschmann</b>	079 741 33 70	roger.aerschmann@rega-sense.ch
<b>Urs Aeschbacher</b>	076 368 16 05	ursaeschbacher@muri-be.ch
<b>Norbert Bächler</b>	079 716 93 42	norbert.baechler@sensemail.ch
<b>Erwin Bertschy</b>	079 289 91 08	info@buba-events.ch
<b>Andrea Blum</b>	079 900 25 69	fam.blum@gmx.ch
<b>Cedric Brayenovitch</b>	079 963 08 40	cedric.bray@outlook.de
<b>Jean-Pierre Cotting</b>	079 231 62 12	jeanpierre.cotting59@gmail.com
<b>Norbert Cotting</b>	079 933 16 39	n.cotting@lehmann.info
<b>Pascal Ducret</b>	076 390 57 38	ducret_pascal@hotmail.com
<b>Andrea Fahrni</b>	026 494 00 22	andmaier@bluewin.ch
<b>Roland Fahrni</b>	079 255 78 03	roli.fahrni@sensemail.ch
<b>Yvan Gugler</b>	079 679 39 91	ygugler@gmail.com
<b>Marianne Haag</b>	079 514 53 08	mariannehaag@sensemail.ch
<b>Ursula Häring</b>	079 261 88 82	u.haering@bluewin.ch
<b>Martin Jelk</b>	079 628 21 84	jelkm@bluemail.ch
<b>Claudia Jungo</b>	079 359 18 52	claudia_zaugg@hotmail.com
<b>Michel Jungo</b>	079 744 56 59	michel.jungo@bluewin.ch
<b>Christina Müller</b>	079 431 31 54	christina_m89@hotmail.com
<b>Michael Müller</b>	079289 43 80	michael_mueller86@hotmail.com
<b>Nadine Neuhaus</b>	079 544 81 91	Nadine.neuhaus@bluewin.ch
<b>Julien Piller</b>	079 855 92 90	julien.piller@icloud.com
<b>Christian Rolli</b>	079 934 05 93	christian.rolli@rega-sense.ch
<b>Florence Rotzetter</b>	079 443 29 92	florencerotzetter@hotmail.com
<b>Barbara Schubert</b>	077 482 34 41	babsi_schubert@gmx.at
<b>Patrick Siffert</b>	079 236 96 72	patrick.siffert@sensemail.ch
<b>Mathias Sudan</b>	079 433 03 85	m.sudan@hotmail.com
<b>Pascal Waeber</b>	079 412 74 92	sac@waeber.ch
<b>Yannik Waeber</b>	079 759 15 32	yannikw@hotmail.com