Über alle Berge

Unvergessliche Wander- und Hüttenerlebnisse

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

CSS
Versicherung

Wettbewerb
Attraktive Preise zu gewinnen!

08 KRÖNTENHÜTTE (UR)
10 RINGELSPITZHÜTTE (GR)
16 WINDEGGHÜTTE (BE)
18 TRESCHHÜTTE (UR)
26 CABANE DE MOIRY (VS)
28 CAPANNA CAMPO TENCIA (TI)
30 SERVICE
31 WETTBEWERB

Impressum

Herausgeber: CSS Versicherung und Schweizer Alpen-Club SAC
Redaktion: Tanja Witt, textpistols.ch
Bilder: Patrick Ammann, intus-gestalten.ch
Gestaltung: Deborah Ischer, creadrom.ch
Druck: Merkur Druck AG, Langenthal
Auflage: 267000 Exemplare,
erscheint auch auf Französisch und Italienisch
Ausgabe: Juni 2017

Bild Titelseite: Kröntenhütte SAC (UR)

MIX
Papier aus verantwortungsvollen Quellen
FSC® C003482

gedruckt in der schweiz

Profitieren Sie von unserer Partnerschaft!

Vorteile für CSS-Versicherte
CSS-Versicherte übernachten in rund 100 ausgewählten SAC-Hütten zu SAC-Mitgliederkonditionen. Einfach CSS-Versicherungskarte in der Hütte vorweisen. Angebot gültig bis 31.12.2018.
Mehr dazu unter www.css.ch/club/sac

Vorteile für SAC-Mitglieder
SAC-Mitglieder und ihre Angehörigen im gleichen Haushalt erhalten attraktive Prämienrabatte auf ausgewählte Zusatzversicherungen der CSS.
Mehr dazu unter www.sac-cas.ch/css

Wandern hält fit und macht glücklich!

Foto: David Schweizer

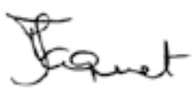
In einer immer hektischer werdenden Zeit sucht der Mensch nach Ausgleich. Dem Alltag entfliehen, Ruhe und Entspannung finden – wo kann man das besser als in den Bergen? Kein Wunder, liegt die Bewegung an frischer Luft im Trend. Bergwandern zählt zu den beliebtesten Sportarten in der Schweiz. Wandern ist ideal für die Gesundheit, für Gross und Klein, für Genusswanderer genauso wie für versierte Hochalpinistinnen.

Wandern ist aber noch mehr: nämlich Glücksgefühl pur. Für unvergessliche Momente sorgen spektakuläre Natureindrücke, fantastische Weitblicke, der Aufenthalt in einer charmanten SAC-Hütte, spannende Begegnungen mit Gleichgesinnten und zur Belohnung ein schmackhaftes Gericht aus der Hüttenküche.

Die CSS ist offizielle Haupt- und Gesundheitspartnerin des SAC. Im Rahmen dieser langjährigen, erfolgreichen Seilschaft möchten wir Menschen für Wanderausflüge in die Schweizer Berge begeistern. Denn Natur, Höhenluft und Bewegung sind die beste Erholung und fördern den gesunden Lebensstil. Von unserer Partnerschaft profitieren CSS-Versicherte und SAC-Mitglieder gleichermassen.

Schnüren Sie Ihre Wanderschuhe und lassen Sie sich auf den folgenden Seiten zu Ihrer nächsten Wanderung und einem Hüttenbesuch inspirieren. Wir wünschen Ihnen viel Freude und wunderbare Erlebnisse mit Freunden und Familie. Auf geht's – über alle Berge!

Philomena Colatrella
CEO CSS Versicherung



Dr. Françoise Jaquet
Zentralpräsidentin SAC

CSS Versicherung

Die CSS Gruppe mit Sitz in Luzern wurde 1899 gegründet. Sie versichert rund 1,66 Millionen Kunden und zählt zu den führenden Schweizer Kranken-, Unfall- und Sachversicherern. Die CSS bietet flexible Versicherungslösungen für jede Lebensphase und engagiert sich aktiv für die Gesundheit und Prävention ihrer Kunden. Persönliche Beratung ist die Stärke der CSS. Deshalb sorgen Kundenberaterinnen und -berater in über 115 CSS-Agenturen schweizweit dafür, dass das Versprechen «ganz persönlich» Tag für Tag umgesetzt wird. www.css.ch

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

Der Schweizer Alpen-Club SAC wurde 1863 gegründet und zählt heute über 150 000 Mitglieder in 110 Sektionen. Er betreibt 152 Berghütten, fördert den Bergsport als Erlebnis für eine breite Bevölkerung, engagiert sich im Wettkampfsport und setzt sich für die nachhaltige Entwicklung und den Erhalt der Bergwelt ein. SAC-Mitglieder profitieren von vielen Vorteilen, etwa von vergünstigten Übernachtungen in mehr als 1200 Hütten im ganzen Alpenraum, von Tourenangeboten, Ausbildungskursen und Rabatten auf Literatur aus dem SAC-Verlag. www.sac-cas.ch

Hinaus in die atemberaubend schöne Natur.

Wer sich die Zeit und Musse nimmt und sich gut vorbereitet, der findet sie: die wildromantischen Naturschönheiten fernab des Alltags. Gleissende Firnfelder, kristallklare Bergseen, versteckte Täler und Berghütten an grandioser Aussichtslage. Wer einmal die frische Bergluft eingeatmet und die Weitblicke genossen hat, bricht immer wieder auf.

Die Wanderung beginnt zu Hause.

Die Schweizer Bergwelt bietet die ganze Vielfalt an Naturerlebnissen und Wanderwegen – von familienfreundlich bis hochalpin. Damit eine Wanderung zum unbeschwerten Erlebnis wird, nehmen Sie sich genügend Zeit für die sorgfältige Planung. Und die beginnt bereits zu Hause.

Gut geplant ist halb gewandert.

Wohin soll es gehen? Und wie lange? Führt die Wanderung über mehrere Tage von Hütte zu Hütte? Berücksichtigen Sie bei der Planung unbedingt die Bedürfnisse, Wünsche, aber auch die Kondition aller Beteiligten. Fangen Sie lieber mit einfachen Touren an und steigern Sie sich dann Schritt für Schritt. Und vergessen Sie nicht, genügend Zeitreserven einzuplanen.

Jede Wanderung verlangt ein hohes Mass an Eigenverantwortung, Selbsteinschätzung und Bewusstsein für mögliche Gefahren. Darum sollten Sie Bergtouren nie allein unternehmen. In Wanderführern, von Freunden, die die Tour bereits gemacht haben, und im Internet erhalten Sie Infos über Schwierigkeitsgrad, Distanzen, Höhendifferenzen und Marschzeit.

< Bild: Fellital (UR)

Richtig ausgerüstet und alles dabei.

Alles Nötige dabeihaben, ohne zu viel den Berg hinaufzuschleppen – auch darin besteht die Kunst der richtigen Vorbereitung. An die Füsse gehören unbedingt feste Wander- oder Trekkingschuhe mit Profilsohle.

In den Rucksack kommen:

- Wind-, Kälte- und Regenschutz
- Proviant (auch für zwischendurch) und Getränke (1 bis 2 Liter pro Tag)
- Taschenmesser
- Sonnenschutz: Hut, Brille, Crème
- Kleine Reiseapotheke, Rettungsdecke
- Kartenmaterial, evtl. GPS, Kompass, Höhenmesser
- Ersatzwäsche
- Evtl. Wanderstöcke
- Für die Übernachtung: Hüttenschlafsack, Taschenlampe und Ohrenstöpsel

Mit dem ÖV anreisen.

Selbst entlegenste Täler erreichen Sie gut dank des dichten ÖV-Netzes per Zug, Bus, Bergbahn und allenfalls Alpentaxi. Da freuen sich Natur und Wandersleute. Sie sind flexibel und können von Hütte zu Hütte wandern, denn Sie müssen nicht zum Auto zurückkehren. Und auch der Stress im Stau erübrigt sich: Nach einer langen Wanderung können Sie Ihre müden Beine bequem ausstrecken.

Landeskarten und Tipps

Alle Landeskarten und zahlreiche Wanderführer – als unentbehrliche Planungs- und Orientierungshilfen – sowie Tipps zur richtigen Ausrüstung sind unter www.sac-cas.ch zu finden. In SAC-Kursen kann man sich auch das Wissen für anspruchsvolleres Berg- und Alpinwandern aneignen.

Mit Kindern auf Wanderschaft.

Kinder lieben die Bewegung in freier Natur. Vorausgesetzt, Sie gestalten die Wanderung kurzweilig und kindgerecht. Das heisst: Wählen Sie abwechslungsreiche Wegabschnitte, behalten Sie die Kinder immer im Auge, planen Sie stündlich Pausen und genügend Zeitreserven für Unvorhergesehenes ein. Beim Aufstieg laufen die Kinder am besten voraus, fällt der Weg, gehen die Erwachsenen voran. Viele der SAC-Hütten sind einfach zu erreichen, und auch die Hüttenumgebung ist ungefährlich.

Für Kinder im Kindergartenalter sollte die Länge der Tour drei bis vier Stunden nicht überschreiten. Schulkinder sind bereits zu Tagestouren in der Lage. Als Faustregel gilt: Normalgehzeit für Erwachsene × 1,5 = ungefähre Gehzeit mit Kindern.

Ein Schlafplatz in der Hütte.

Reservieren Sie Ihren Hüttenschlafplatz unbedingt frühzeitig. Am einfachsten geht das über das Online-Reservationssystem des SAC, das in vielen Hütten eingesetzt wird. Gleichzeitig können Sie sich über die aktuellen Verhältnisse informieren und spezielle Ernährungswünsche anbringen. Wer mit Hund unterwegs ist, sollte sich vorab erkundigen, ob und wie der Vierbeiner untergebracht wird.

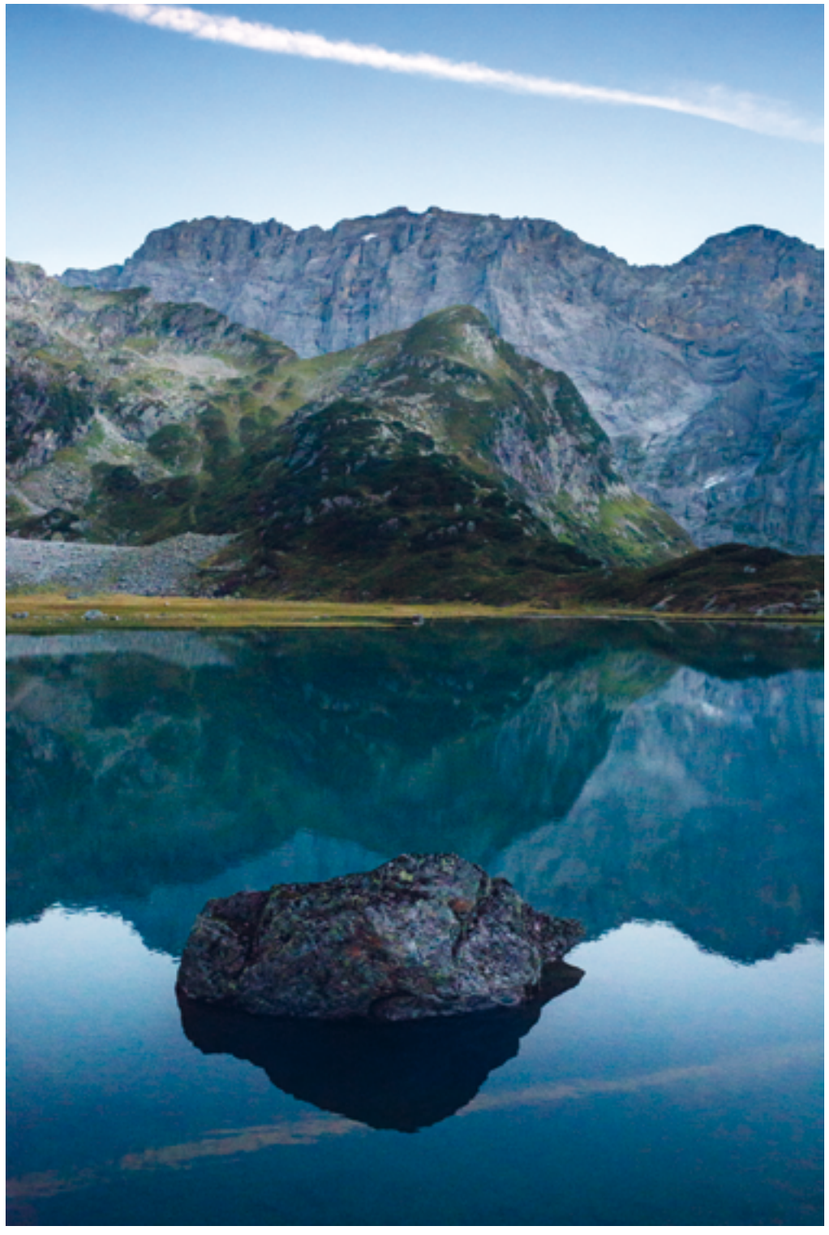
Es versteht sich von selbst: Wer reserviert, meldet sich auch ab, falls die Tour nicht zustande kommt. Die rechtzeitige Annullation der Reservation ist in allen Hütten kostenlos gemäss den allgemeinen Geschäftsbedingungen des SAC.

«Wandern wirkt dreifach gesundheitsfördernd: körperlich, psychisch und sozial. Es eignet sich für jeden, da die Belastung gut der individuellen Leistungsfähigkeit angepasst werden kann. Darüber hinaus steigert Wandern die Kondition und den Muskelaufbau und macht den Kopf frei. Das Naturerlebnis und die Bewegung an frischer Luft helfen abzuschalten. Es werden stressabbauende Hormone ausgeschüttet, und durch die erhöhte Hirndurchblutung verbessert sich auch die Konzentrationsfähigkeit. Und schliesslich wirken sich das gemeinsame Erlebnis und das Zusammensein positiv aufs Wohlbefinden aus. Kurz: Wandern vereint Bewegung mit Genuss und ist daher ein idealer Gesundheitssport!»

Vera Bregger, Leiterin vivit – Kompetenzzentrum für Gesundheit und Prävention der CSS Versicherung

Günstiger übernachten

Die Karte «Hütten der Schweizer Alpen» gibt schnell einen Überblick über alle Berghütten in der Schweiz (mit Kontaktadressen). Auf der Karte sind rund 100 SAC-Hütten markiert, in denen CSS-Versicherte zu SAC-Mitgliederkonditionen übernachten. Zusätzlich sind die für Familien besonders geeigneten Hütten speziell gekennzeichnet. Die Karte ist kostenlos unter www.css.ch/club/sac oder in einer der CSS-Agenturen erhältlich.



Kröntenhütte (UR)

Naturschönheiten und viel Spass für Gross und Klein.

Hinauf geht es dem Gletscherbach entlang durch das wildromantische Erstfelder Tal. Vielleicht hört man unterwegs das Pfeifen der Murmeltiere, sicher aber schon bald das Getöse des 120 Meter hohen Wasserfalls, der von der Hochebene des Fulensees herunterdonnert. Zur Rast lädt die Alp mit feinem Ziegenkäse und frischer Ziegenmilch ein. Oben am Fulensee angekommen, eröffnet sich eine reizvolle Moorlandschaft. Ein Sprung ins Wasser lohnt sich, denn der See wird im Sommer bis zu 22 Grad warm.

Die Kröntenhütte SAC thront auf dem nächsten Plateau. Sie bietet nicht nur eine tolle Aussicht, sondern auch viel Abwechslung für Familien: eine Tyrolienne für Kinder, eine Slackline, einen Naturpool neben der Hütte, Kletterkurse für Familien und für ganz Mutige den eiskalten Obersee. Aber auch Berggänger werden hier glücklich, denn rund um die Hütte sind herrliche Gletscher-, Kletter- und Skitouren sowie Alpinwanderungen möglich.

Kröntenhütte (SAC-Sektion Gotthard), 1903 m ü.M.
86 Schlafplätze
Bewartet ca. von Mitte Juni bis Mitte Oktober
Tel. 041 880 01 22, www.kroentenhuette.ch

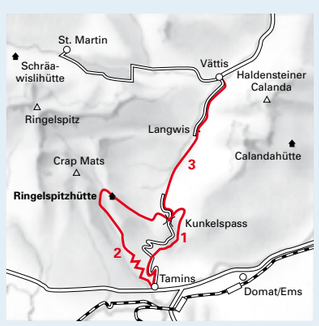
Aufstieg:
Ab Erstfeld bis Bodenberge mit Alpentaxi,
von dort führen gut markierte Hüttenwege
(1: Geissfad, 2: Chüeplangg oder 3: Ellbogen)
zur Kröntenhütte (2 h 30–3 h, T2).

Ringelspitzhütte (GR)

Ein Panorama wie aus dem Bilderbuch.

Die Landschaft des Nationalparks und UNESCO-Welterbes Sardona ist beeindruckend. Es geht vorbei an spektakulären Felsformationen hinauf zur Ringelspitz-Hochebene. Der Ringelspitz selbst bleibt Bergsteigern vorbehalten. Doch es gibt auch sonst viel zu entdecken – vielleicht sogar den Calanda-Wolf, der hier heimisch ist.

Oben in der Ringelspitzhütte SAC angekommen, werden die Wanderer und Biker sofort belohnt: Die Aussicht ist tatsächlich fantastisch. Unzählige Gipfel, unter anderem das gewaltige Calanda-Massiv, ziehen den Blick in den Bann. Ein unglaubliches Rundum-Panorama, bei dem man gerne länger sitzen bleibt und den Ausblick geniesst. Auch Kinder fühlen sich hier wohl, denn die kleine Hütte ist ringsum ungefährlich, und im Sommer kann sogar draussen im Zelt übernachtet werden.



Ringelspitzhütte (SAC-Sektion Rätia), 1998 m ü.M.
38 Schlafplätze
Bewartet ca. von Mitte Juni bis Ende Oktober
Tel. 079 632 24 34, www.ringelspitz.ch

Aufstiege:
1: Von Tamins über Kunkelspass und Grossalp (4 h, T1).
2: Von Tamins über Lawoitobel (4 h, T2).
3: Von Vättis über Langwis, Kunkelspass und Grossalp (2 h ab Kunkelspass, 4 h ab Vättis, T1).

Hinauf in die imposante Bergwelt.

Es ist wie Eintauchen in eine andere Welt: das Gefühl von Freiheit und Demut angesichts der eindrucksvollen Bergkulisse. Berauschende Natur, wilde Bäche, eiskalte Gletscherseen, seltene Pflanzen, dort ein Steinbock, die absolute Ruhe und Einfachheit – Erlebnisse, die Wanderherzen höherschlagen lassen. Und aktive Erholung bieten für Körper, Geist und Seele.

Wahres Wanderparadies Schweiz.

65 000 Kilometer Wanderwege führen kreuz und quer durch die Schweiz. Ein Drittel davon sind Bergwanderwege. Ihre Ursprünge gehen zurück auf alte Wege über die Pässe. Würde man alle Wanderwege zusammenfügen, könnte man eineinhalb Mal um die Erde wandern. Langweilig wird es dabei nie, denn jeder Weg ist anders und führt durch eine einzigartige Landschaft. Die ganze Vielfalt der Schweiz zeigt sich in der Vielfalt der Wanderwege.

Die, die den Weg weisen.

Wer kennt sie nicht: die gelben Wegweiser. Die Signalisation macht Wandern nicht nur leicht, sondern ist weltweit einmalig. Etwa 50 000 Wegweiser informieren über Wegkategorie, Ziel und allenfalls Zeitaufwand für die Routen. Die Wege werden in der Berg- und Alpinwanderskala des SAC in T1 (technisch leichtes Wandern) bis T6 (schwieriges Alpinwandern) unterteilt, wobei T für Trekking steht.

< Bild: Aufstieg zur Cabane de Moiry CAS (VS)

T1: Wandern

Gut gebahnte Wanderwege in flachem oder leicht geneigtem Gelände, das mit Turnschuhen begangen werden kann. Man kann sich in der Regel auch ohne Karte gut orientieren.

T2: Bergwandern
T3: Anspruchsvolles Bergwandern

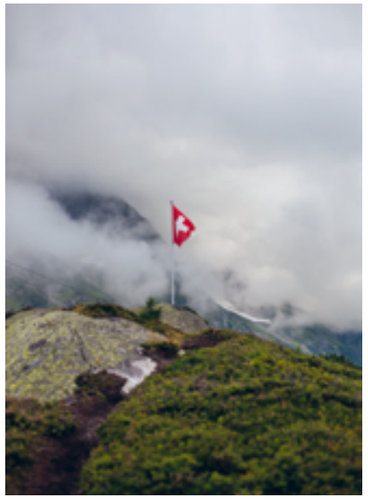
Meist durchgängige Wege in teilweise steilem Gelände (T2) bzw. auf Geröllflächen, mit Seilen oder Ketten gesicherte sowie exponierte Stellen (T3). Trittsicherheit, Trekkingschuhe und durchschnittliches Orientierungsvermögen sind erforderlich, elementare alpine Erfahrung ist empfohlen.

T4 (T5/T6 meist unmarkiert)

Exponiertes, wegloses, anspruchsvolles Gelände mit Kletterstellen. Gebirgserfahrung ist erforderlich.

«Die sorgfältige Planung ist das A und O jeder Wanderung: Kann ich das, was ich vorhabe? Wie sind die aktuellen Verhältnisse? Was brauche ich an Ausrüstung? Wann soll ich starten, damit ich genügend Zeitreserven habe? Wenn ich allein losgehe, wen informiere ich über mein Vorhaben? Unterwegs ist es wichtig, immer auf markierten Wegen oder vorgegebenen Pfaden zu bleiben, denn Abkürzungen können zu heiklen Situationen führen. Bei exponierten Stellen ist natürlich besondere Konzentration gefragt. Fühlt man sich unsicher, dann gilt nur eines: Umkehren ist der beste, weil sicherste Weg.»

Ueli Mosimann, Sicherheitsexperte des Schweizer Alpen-Club SAC



Achtung: Wetterumsturz.

Das Wetter verhält sich in den Bergen anders als im Flachland. Es kann viel schneller umschlagen und unangenehm werden. Gewitter, Nebel, Kälteeinbrüche und Windböen können Wandernde überraschen. Verfolgen Sie unbedingt den Wetterverlauf zeitnah mit und erkundigen sich auch beim Hüttenwart nach den aktuellen Bedingungen.

Sicher unterwegs.

Wandern in den Bergen verlangt Ihre ganze Aufmerksamkeit. Eine gute Ausdauer hilft, die Konzentration aufrechtzuerhalten und so das Risiko von Stolper- und Sturzunfällen zu minimieren. Was tun, wenn etwas passiert? Sollten Sie in eine Notlage geraten, gilt es Ruhe zu bewahren. Beurteilen Sie die Lage, sichern Sie alle Beteiligten und leisten Sie – sofern jemand verunfallt ist – Erste Hilfe. Wenn nötig, alarmieren Sie die Rega über 1414 (im Kanton Wallis Tel. 144) oder holen Sie Hilfe.

Im Einklang mit der Natur.

Mit dem Boom des Outdoorsports steigt der Druck auf den alpinen Raum – und damit die Verantwortung jedes Einzelnen. Wer gerne in der Natur unterwegs ist, sollte auch Sorge dazu tragen, dass sie intakt bleibt.

- Bleiben Sie auf bestehenden Wegen und Routen.
- Nehmen Sie Rücksicht auf die Natur: Pflücken Sie keine Pflanzen und stören Sie Tiere nicht, fotografieren Sie diese lieber.
- Respektieren Sie geltende Regeln in Naturschutzgebieten und eine allfällige Leinenpflicht für Hunde (Tafeln vor Ort beachten).
- Nehmen Sie Abfälle wieder mit ins Tal, denn Abfall verrottet nur langsam: Taschentuch 3 Monate, Kaugummi 5 Jahre, Glas 4000 Jahre.

Foto: Dan Cermak

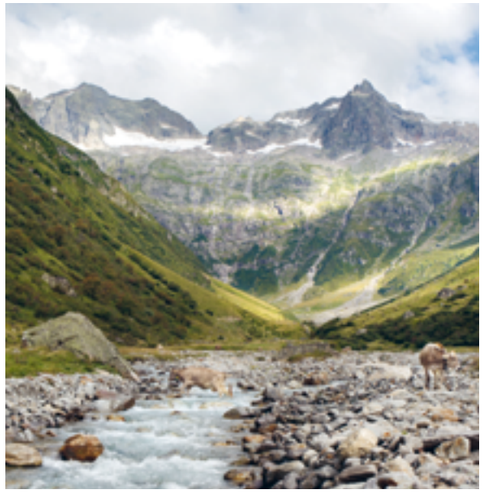
Vier Fragen an Philomena Colatrella, CEO CSS Versicherung

Warum engagiert sich die CSS als offizielle Gesundheitspartnerin des SAC?
Wir unterstützen verschiedene Sportarten. Das Wandern liegt uns jedoch besonders am Herzen. Die Bewegung an der frischen Luft und die Ruhe der Bergwelt sind nur einige der vielen Vorteile, die das Wandern bietet. Der SAC begeistert die breite Bevölkerung für Ausflüge in die Berge – dazu leisten wir als langjähriger Partner gerne unseren Beitrag.

Wie oft trifft man Sie in den Bergen an?
Ich liebe die Berge. Leider lässt es mein Zeitplan nicht allzu oft zu, aber an freien Wochenenden geniesse ich es, die Wanderschuhe zu schnüren und neue Routen zu entdecken.

Weshalb zieht es Sie immer wieder in die Berge?
Beim Wandern kann ich wunderbar abschalten. Aussteigen aus dem Alltag, raus aus der Stadt. Mitten in der Natur kann ich neue Kräfte tanken. Wenn ich nach einer ausgedehnten Wanderung müde nach Hause komme, den Kopf voller schöner Bilder, dann bin ich einfach nur zufrieden.

Verraten Sie uns Ihre Lieblingsbergregion?
Immer wieder in ihren Bann zieht mich die Glattalp im Kanton Schwyz. Von der Glattalphütte SAC aus kann man zu wunderschönen Wanderungen in eine faszinierende Landschaft aufbrechen.



Windegghütte (BE)

Dem schwindenden Gletscher auf der Spur.

Wild und aufregend schön ist das Trift- und Sustengebiet mit seiner imposanten Bergszenerie. Verschiedene Wege führen zur Windegghütte SAC: der Familienweg, ein direkter, steiler Weg und der spannende, mit Seilen und Ketten gesicherte «Chetteliwäg». Zwar ist er nur trittsicheren Bergwandernden zu empfehlen, aber die Aussicht auf den Gletscherkessel ist einzigartig.

Nur schon die Lage der Hütte im Triftkessel ist den Aufstieg wert. Mutige wagen sich über die Hängeseilbrücke. Die 170 Meter lange und 100 Meter hohe Triftbrücke bietet einen grossartigen Blick auf den türkisblauen Gletschersee und die Zunge des schwindenden Triftgletschers. Wer noch mehr Erlebnis sucht, findet in der Nähe der Hütte ein kleines Moor mit Seelein und einen Klettergarten oder bucht einen Kletterkurs für Familien. Die Hütte ist das ideale Tor zum Triftgebiet mit seinen unzähligen Möglichkeiten für Touren, etwa auf das Mährenhorn, das Steinhüshorn oder das Kleine Windegghorn.

Windegghütte (SAC-Sektion Bern), 1887 m ü.M.
47 Schlafplätze
Bewartet ca. von Mitte Juni bis Anfang Oktober
Tel. 033 975 11 10, www.windegghuette.ch

Aufstiege:
1: Von Furen über Schaftellauiwald und Underi Trift oder mit Triftbahn (033 982 26 26) ab Schwendi bis Underi Trift (1 h 30 ab Underi Trift, 3 h 30 von Furen, T2).
2: Ab Schwendi über Erggeli und Underi Trift (3 h, T2).

Treschhütte (UR)

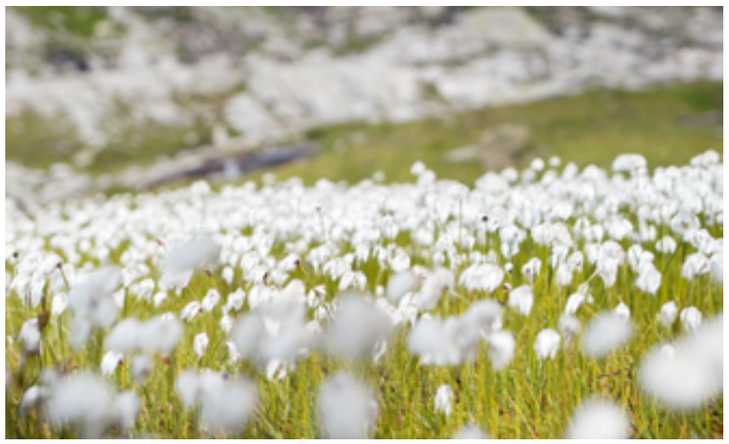
Mal wild, mal sanft durch ein kleines Naturparadies.

Die Wanderung zur tiefstgelegenen SAC-Hütte ist ein abwechslungsreiches Naturerlebnis für Familien. Der Weg verläuft über längere Strecken entlang des Fellibachs. Zunächst geht es durch dichten Wald, dann weicht dieser einem offenen Hochtal. Man durchquert eine liebliche Talsohle, die in Kontrast steht zu den beidseits aufragenden Bergflanken. Der Bergbach lädt zum Spielen und Grillieren ein. Wer vom Oberalppass über die Fellilücke her kommt, dem bietet sich eine hochalpine, bezaubernde Landschaft samt Kuhalp und Käserei. In der wilden Steinwüste findet man Kristalle und kann prima auf Steinen balancieren.

In der Treschhütte SAC angekommen, erwartet Sie urchige Gemütlichkeit, vereint mit moderner Ausstattung. Der schöne Aufenthalts- und Essraum ist liebevoll eingerichtet. Die Umgebung bietet sich für Bergtouren, klassische alpine Klettertouren und interessante Übergänge in andere Täler an.

Treschhütte (SAC-Sektion Am Albis), 1475 m ü.M.
35 Schlafplätze
Bewartet ca. von Mitte Juni bis Ende Oktober
Tel. 041 887 14 07, www.treschhuette.ch

Aufstiege:
1: Ab Gurtnellen durchs Fellital (2 h 30, T2).
2: Vom Oberalppass via Fellilücke und Obermatt (3 h, T3).



Hinein in die heimelige Hüttenstube.

Wie grandiose Aussichtsterrassen thronen die SAC-Hütten in der faszinierenden Bergwelt. Den Blick schweifen lassen, in die warme Stube einkehren, sich mit Gleichgesinnten austauschen, gemütlich ein feines Nachtessen geniessen und später in einen wohligen, tiefen Schlaf sinken – das ist die erfüllende Belohnung nach einer langen Wanderung. Und man spürt: Hier oben mitten in der Ruhe der Berge ist man dem Himmel wirklich nah.

Jede Hütte hat ihren Charme.

Eine Übernachtung in den Bergen ist immer wieder ein unvergessliches Erlebnis für Gross und Klein. Keine der 152 SAC-Hütten gleicht der anderen. Jede ist auf ihre Art besonders: Die Bandbreite reicht vom schlichten Biwak auf 3500 m ü.M. über Selbstversorgerhütten und einfache Hütten ohne grossen Komfort bis hin zur zeitgemäss eingerichteten Hütte, die einem Berggasthaus nahekommt. Die kleinste Hütte bietet Platz für 8, die grösste für 155 Personen. Neben Mehrbettzimmern stehen häufig auch Vierer- oder Familienzimmer zur Verfügung.

< Bild: Treschhütte (UR)

Gut zu wissen – für einen entspannten Hüttenaufenthalt.

SAC-Hütten bieten eine immer bessere Infrastruktur. Dennoch sind sie keine Hotels. Wasser und Energie sind knapp, in seltenen Fällen gibt es Duschen mit Warmwasser, und nicht alle Hütten haben Mobilnetzabdeckung; zur Not tut das Hüttentelefon seinen Dienst. Nachtruhe ist in der Regel um 22 Uhr, da die ersten Berggänger bereits vor Sonnenaufgang aufbrechen.

Das Zusammenleben auf meist engem Raum und das Schlafen in Mehrbettzimmern lassen ausserdem wenig Privatsphäre zu. Dafür geniesst man die Gemeinschaft mit Gleichgesinnten und schliesst schnell neue Bekanntschaften. Etwa beim gemeinsamen reichhaltigen Nachtessen oder Frühstück. Mit einer Portion Rücksichtnahme, Toleranz und Verständnis, da und dort sogar ein wenig Mithilfe, wird der Aufenthalt für alle zum unvergesslichen Erlebnis.

Übrigens: Auch Tagesausflügler sind herzlich willkommen, sei es zu einer nahrhaften Suppe, einem kühlen Bier auf der Hüttenterrasse oder einer währschaften Rösti in der gemütlichen Hüttenstube.

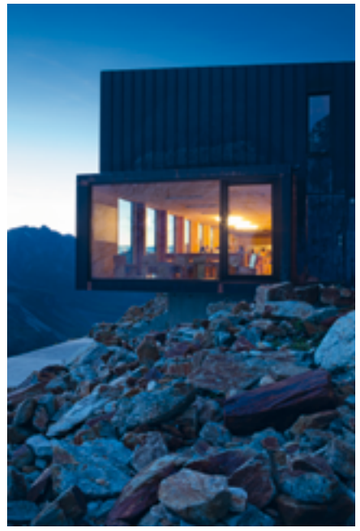
Foto: Bernard van Dierendonck

In und um Hütten herum.

Von der Hüttenromantik bis zum Klettergarten – in den Hütten und um sie herum gibt es zahlreiche Attraktionen für Familien und Kinder bei jedem Wetter. So verfügt jede Hütte über Gesellschaftsspiele und eine kleine Bibliothek. Auch draussen wird so einiges geboten: neben grandiosen Naturlandschaften häufig auch Klettergärten für Kinder, Bergseen, Tyrolienes oder Slacklines. Da kommt garantiert keine Langeweile auf!

Architektur zwischen Tradition und Moderne.

Die erste Hütte wurde 1863 erbaut. Die Grünhornhütte im Tödigebiet (GL) ist allerdings nicht mehr zum Übernachten da, sondern zum Staunen – sie ist heute ein kleines Museum und lässt die Erinnerung an die längst vergangene Pionierzeit aufleben. Die Palette der SAC-Hütten wird immer bunter und vielfältiger. In den letzten zwei Jahrzehnten haben sich verschiedene Sektionen von der traditionellen Hüttenarchitektur gelöst und für ihre Um-, An- und Neubauten die Zusammenarbeit mit bekannten Architekten gesucht. Und sie haben spannende Entwürfe realisiert. Ein Beispiel ist der gelungene Anbau der Cabane de Moiry (VS), der Alt und Neu wunderschön kombiniert. Jährlich saniert der SAC etwa fünf Hütten, um sie auf den neusten Stand zu bringen.



Mitten in den Bergen in zum Teil geschützten Gebieten bauen zu dürfen, ist ein grosses Privileg. Damit gehen wir sehr sorgsam und mit Bedacht um. Wir bauen umweltschonend, setzen auf erneuerbare Energien und suchen Low-Tec-Lösungen, um die Betriebs- und Wartungskosten niedrig zu halten. Die häufig spektakulären Lagen animieren dazu, die Hütten in Szene zu setzen. Der SAC ist offen für unkonventionelle und innovative architektonische Lösungen. Was wir aber nicht vergessen: SAC-Hütten sind Kulturgüter, an denen man die Architekturgeschichte der letzten 150 Jahre ablesen kann. Sie zeigen die Entwicklung der Bergarchitektur, sind Zeugen der Zeit. Dieses Kulturerbe wollen wir bewahren, indem wir nicht nur neu bauen, sondern Alt und Neu miteinander kombinieren.

Ulrich Delang, Ressortleiter Hütten des Schweizer Alpen-Club SAC

Hüttenbau im Hochgebirge

Das Buch aus dem SAC-Verlag erzählt die Geschichte des Hüttenbaus in den Alpen. Von 1750 bis heute, von den bescheidenen Schutzbauten bis hin zu den jüngsten Bauwerken. Zahlreiche Abbildungen geben Einblick in über 200 Hütten in Italien, Frankreich, der Schweiz, Deutschland, Österreich und Slowenien. Erhältlich im Shop unter www.sac-cas.ch

Cabane de Moiry (SAC-Sektion Montreux), 2825 m ü.M.
104 Schlafplätze
Bewartet ca. von Mitte Juni bis Ende September
Tel. 027 475 45 34, www.cabane-moiry.ch

Aufstieg:
Mit dem Postauto ab Grimentz bis zum Stausee Lac de Moiry auf 2350 m ü.M., von dort markierter, familientauglicher Bergweg bis zur Cabane de Moiry (1 h 30, T2).

Cabane de Moiry (VS)

Grandioser Blick auf den nahen Gletscher.

Zuhinterst im Val d'Anniviers im Herzen der Walliser Alpen erinnert die felsige Szenerie an den Himalaya. Hinauf kommt man trotz der hochalpinen Umgebung relativ leicht, vorbei an einem herrlich hellblauen Gletscherseelein. Dann: zackige Felsgrate und weite Gletscherflächen. Und mittendrin ein besonderes Bijou: die Cabane de Moiry CAS.

Der Anbau von 2010 verwandelte die einst konventionelle Hütte in ein architektonisches Meisterwerk – mit komfortablen Familienzimmern, grosszügigen Räumen und einer atemberaubenden Aussicht aus den Panoramafenstern im Essraum und von der Terrasse. Man ist dem Glacier de Moiry so nah, dass man das Krachen des Gletscherabbruchs hört. Vor lauter Staunen fällt es einem schwer, sich aufs Essen zu konzentrieren. Oberhalb der Hütte gibt es einen sagenhaften Aussichtspunkt mit Blick zum majestätischen Weisshorn. Bergsteiger können unter vielen anspruchsvollen Touren auswählen.

Capanna Campo Tencia (TI)

Eine Genusswanderung für alle Sinne.

Gemütlich schlängelt sich der Weg durch liebliche Kastanien- und Lärchenwälder, ein ideales Gebiet für Pilzsammler. Oben auf der Bergterrasse «Poggio del Giübin» ist die Capanna Campo Tencia CAS zu sehen. Bunte Gebetsfahnen flattern vor der ersten Steinhütte der Schweiz, nachdem jahrzehntelang der Holzbau die Hüttenarchitektur prägte. Bevor es in die heimelige Stube geht, geniesst man erst noch die Aussicht: im Norden der Piz Scopi, im Süden der Adula-Gletscher.

Der zweite Blick fällt auf die Speisekarte, die mit frischen, köstlichen Tessiner Spezialitäten aufwartet. Drinnen empfängt den Gast ein warmes Ambiente mit Ofen und knisterndem Feuer. Ein Ausflug zum hübschen Bergsee Lago Morghirolo lohnt sich. Ausserdem eignet sich die Umgebung prima zum Klettern für jedes Niveau. Nebst den Gipfeln der Campo-Tencia-Gruppe locken mehrere alpine Übergänge und die klassische Traversierung zur Capanna Leit.

Capanna Campo Tencia (SAC-Sektion Ticino), 2140 m ü.M.
70 Schlafplätze
Bewartet ca. von Mitte Juni bis Mitte Oktober
Tel. 091 867 15 44, www.campotencia.ch

Aufstiege:
1: Von Dalpe über Piumogna und Croslina (3 h, T2).
2: Vom Lago Tremorgio (von Rodi mit Seilbahn erreichbar) über Capanna Leit und Alpe Lei di Cima (3 h 30, T2).

Begnadeter Koch auf 2140 m ü.M.

Er ist mit Leib und Seele Hüttenwart. Seit 22 Jahren führt Franco Demarchi die Capanna Campo Tencia CAS. Und er ist berühmt für seine ausgezeichnete Tessiner Küche.

Franco, wie bist du Hüttenwart geworden?
Beruflich bin ich eigentlich Innenarchitekt. Aber ich war immer gerne in den Bergen unterwegs. Und ich habe eine grosse Passion für das Kochen, wobei ich mir alles selbst beigebracht habe. Hüttenwart war für mich die perfekte Verbindung von Kochen und Bergen.

Du scheinst deinen Traum zu leben.
Das tue ich! Die Hütte ist nicht zu gross, sodass ich meinen Gästen persönlich begegnen kann. Die Menschen, die hier heraufkommen, sind freundlich und glücklich. Auch wenn es mal stressig wird – die schönen Momente überwiegen bei weitem.

Selbst wenn viel los ist, kochst du immer frisch?
Ja, ich mache jede Woche frische Gnocchi. Die kann ich einfrieren und habe so immer etwas Leckeres da, wenn überraschend viele Tagesgäste kommen. Wer etwas Zeit hat, dem bereite ich auch gerne frischen Risotto zu. Und es gibt Gerichte, die ich immer parat habe, etwa Brasato, Polenta oder Pizzoccheri.

Das klingt verlockend! Wie kommen die frischen Lebensmittel auf den Berg?
Alles Haltbare bringt Anfang Saison der Helikopter. Dafür sind etwa zehn Flüge nötig. Im Hochsommer kann es sein, dass ich zweimal die Woche mit dem Rucksack ins Tal gehe und frische Zutaten einkaufe. Auch Freunde bringen mir mit, was ich benötige.

«Ich begegne meinen Gästen gerne persönlich.»

Wer hilft dir denn beim Hüttenbetrieb?
Meine Frau Franca ist im Sommer und wenn sie frei hat hier. Viele Freunde helfen, Studenten kommen wochenweise. Wir sind vier Leute.

Und wie verbringst du die Wintermonate, wenn die Hütte unbewartet ist?
Ich reise gerne. Früher nach Patagonien, seit 30 Jahren fast jedes Jahr nach Nepal. Dort gehe ich mit einheimischen Freunden auf Touren und vermittle ihnen Gäste für ihre Trekkings. Wenn ich Projekte als Innenarchitekt habe, mache ich meine Skitouren eben hier in den Bergen.

Deshalb die Gebetsfahnen rund um die Hütte.
Ja, ich habe eine starke Verbindung zu Nepal. Freunde von dort, die mich regelmässig besuchen, meinten, die Form der Hütte ähnle einem nepalesischen Kloster. Lustig, dieser Zufall!

Hast du Wünsche für die Zukunft?
Ich möchte auf alle Fälle hier weitermachen. Ich bin sehr zufrieden, wie es ist.

Nützliche Tipps rund ums Wandern und zum Hüttenaufenthalt.

Apps für unterwegs.

Medicine 2.0 – Die Gesundheits-App der CSS. Erklärt Krankheitsbilder, deren Ursachen und Symptome und gibt Gesundheitstipps, informiert über sinnvolle Präventionsmassnahmen und bewährte Hausmittel.

Rega – Rasche Hilfe im Notfall und Erste-Hilfe-Tipps. Die App sendet die Koordinaten direkt an die Rettungsflugwacht.

Uepaa! Alpine Safety – Die 24h-Sicherheits-App, die auch Hilfe anfordert, wenn der Nutzer nicht mehr selbst alarmieren kann.

Swiss Map Mobile – App von swisstopo. Komplettes Wanderwegnetz mit Routenplanung, hochauflösende Luftbilder, geologische und historische Karten, ÖV-Haltestellen und Offline-Fahrplan.

MeteoSchweiz – Mit Wetterprognosen, aktuellen Messwerten, MeteoSchweiz-Blog und Naturgefahrenwarnungen.

Peakfinder Earth – Zeigt von jedem beliebigen Ort aus ein 360°-Panorama mit den Namen aller prominenten Berge.

Alpenblumen Finder – Mit dem Naturführer die Wildblumen der Alpen entdecken und einfach bestimmen.

Websites zur Tourenplanung.

www.sac-cas.ch
Die Website des SAC mit ausführlichen Informationen zu Planung, Vorbereitung und Ausrüstung für eine Tour. Dazu Kursangebote, Hüttendetails sowie zahlreiche Tipps und Tricks für unterwegs.

www.schweizmobil.ch
Umfassende Plattform für Wandervorschläge, mit gesamtem Wanderwegnetz, detaillierten Informationen für die Tourenplanung und swisstopo-Karten zum kostenlosen Ausdrucken.

www.wandern.ch
Das Portal der Schweizer Wanderwege mit Wandervorschlägen und Tipps für unterwegs.

www.map.geo.admin.ch
Das Geodatenportal des Bundes bietet Zugang zu Karten, Geoinformationen und -daten. Mit kostenloser Druckfunktion.

www.sbb.ch
Zugtickets und Fahrpläne für die ganze Schweiz.

www.alpentaxi.ch
Rund 300 Alpentaxis schweizweit, die einen von der letzten ÖV-Stelle weiterbringen.

www.busalpin.ch
Fahrpläne zu weniger erschlossenen Ausflugszielen.

Sinnvoller Versicherungsschutz

Sicherheit geht vor in den Bergen. Wenn doch etwas passiert, bietet Ihnen die CSS mit der Heilungskostenversicherung bei Unfall u.a. halbprivate/private Abteilung, freie Arzt- und Spitalwahl und Kostenbeteiligung an Such- und Rettungsaktionen. Für Erwachsene ab CHF 7.50 Monatsprämie. Mehr Infos in einer der CSS-Agenturen oder unter www.css.ch

Bücher aus dem SAC-Verlag.

Hütten der Schweizer Alpen
Remo Kundert/Marco Volken, 432 Seiten, Bildband mit ausführlichen Angaben zu Anreise, Hüttenzustiegen, Bewartungszeiten, Verpflegungsmöglichkeiten, Übergängen zu weiteren Hütten u.v.m.

Von Hütte zu Hütte
103 Tourenvorschläge zwischen Genfersee und Unterengadin, Philippe Metzker, 336 Seiten, Farbfotos und Kartenausschnitte

Erste Hilfe
Für Wanderer und Bergsteiger U. Hefti/M. Walliser/P. Fluri/D. Walter, 96 Seiten, reich illustriert, in Zusammenarbeit mit der Schweizerischen Gesellschaft für Gebirgsmedizin (SGGM)

Das Beste aus den Hüttenküchen
Über 40 Rezepte und Wanderungen zu SAC-Hütten, Monica Schulthess Zettel, 368 Seiten, zahlreiche farbige Abbildungen (eine Koedition mit dem Werd und Weber Verlag, Thun)

Globi in der Bergwelt
Die Berge und ihre Natur entdecken, David Coulin, 126 Seiten, durchwegs vierfarbig illustriert (eine Koedition mit dem Globi-Verlag)

Weitere Bücher und alle Landeskarten finden Sie im Shop des SAC unter www.sac-verlag.ch oder im Buch- und Fachhandel.

Wettbewerb

Jetzt unter www.css.ch/club/sac mitmachen und folgende Frage beantworten:

Wie viele SAC-Hütten gibt es in der Schweiz?
44 | 152 | 305

Tolle Preise zu gewinnen!

Mit etwas Glück gewinnen Sie:

3 × Salewa-Outdoor-Ausrüstung im Wert von je CHF 1000

Stellen Sie im Salewa-Onlineshop unter www.salewa.ch Ihre persönliche Ausrüstung im Wert von CHF 1000 zusammen. Hier finden Sie über 1000 Artikel für Erwachsene und Kinder. Egal, ob Bekleidung, Wanderschuhe, Stöcke oder Rucksäcke, Salewa bietet alles für ein gelungenes Outdoor-Erlebnis.

20 × Bächli-Bergsport-Gutscheine à CHF 200

Einlösbar in allen Bächli-Filialen oder im Onlineshop unter www.baechli-bergsport.ch

10 × SAC-Gutscheine à CHF 100

Einlösbar für Hüttenaufenthalte oder im SAC-Onlineshop unter www.sac-cas.ch

Teilnahme online unter www.css.ch/club/sac
Teilnahmeschluss ist der 30. November 2017/18.
Die Preise werden 2017 und 2018 je einmal verlost.
Die Wettbewerbsbedingungen finden Sie auf der Website.

Gemeinsam erfolgreich unterwegs.

08172d - 06.17

Günstiger in die Berge dank der CSS.

Als Haupt- und Gesundheitspartnerin des SAC freut sich die CSS, Gross und Klein für Ausflüge in die Berge zu begeistern. Denn Natur und Höhenluft sind die beste aktive Erholung vom Alltag, Weitblick inklusive.
www.css.ch/club/sac

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

CSS
Versicherung