

UTO MAGAZIN

Nummer 2 | April – Juni 2023

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



UTO AKTUELL In Avers ist man fürs Eisklettern gerüstet – dank dem Einsatz der Sektion Uto und der Bergschule Grischa. **Seite 5**

UTO AUF TOUR Wer fand im vergangenen Winter Tiefschnee, Sonne und viel Spass? Fiona Könz! **Seite 12**

UTO MITGLIEDER Hunderte von Stunden investiert und immer noch motiviert: Unser Uto-Held Cédric Baumgartner. **Seite 25**

Unendlich Winter.



Die Welt ist schöner da oben. Weil jeder Schritt deinen Winter verlängert. Und du die Gewissheit hast, dass deine Ausrüstung deinen Abenteuern gewachsen ist. Auf jeder Tour. Von Früh bis Spät. Wir leben Bergsport.

baechli-bergsport.ch

Filiale Zürich | Binzmühlestr. 80 | 8050 Zürich-Oerlikon
Filiale Volketswil | Brunnenstr. 1 | 8604 Volketswil



BÄCHLI
BERGSPORT



Regula Wegmann

Liebe Leserinnen, liebe Leser

Seit dem 1. Januar 2023 bin ich unter anderem für das UTO MAGAZIN verantwortlich. Ich freue mich riesig, dass mir der Vorstand diese Aufgabe anvertraut hat und hoffe, dass ich mich schon bald routiniert und sicher im Uto-Dschungel bewegen werde.

Apropos Pflanzen: In den vergangenen Ausgaben des UTO MAGAZIN berichtete ich regelmässig über die Folgen des Klimawandels. In dieser Ausgabe schreibt Vorstandsmitglied Stefan Hatt über konkrete Massnahmen, die der SAC Uto dazu umsetzen möchte: Vegetarisches Essen in den Hütten soll zum Standard werden.

Wer trotz Frühlingsgefühlen noch ein wenig Winter-Feeling geniessen möchte, kann sich die Tourenberichte von Jannis Laufer und Fiona Könz zu Gemüte führen. Die beiden fanden auf dem Pazolastock und in der Gegend um Madrisa spontan doch noch etwas Powder und noch mehr Sonne.

Spontanität scheint mittlerweile ein Garant für die perfekte Ski- oder Snowboardtour zu sein. Das gilt auch bei den Wandertouren, wie Edi Böni in seinem Erlebnisbericht über «seine» SUBiTO-Tour schreibt. Dank diesen spontan ausgeschriebenen Touren können Kurzentschlossene immer wieder einmalige Abenteuer in den Bergen erleben.

Im Tourentipp nimmt euch David Doneda auf eine sommerliche Hochtour mit. Wer lieber tief in den Berg eintauchen möchte, ist mit meinem Erlebnisbericht über die Schrattenhöhle unter UTO NEBEN DER SPUR gut bedient. In dieser neuen Rubrik werden wir zukünftig Beiträge veröffentlichen, die für die eine oder andere Horizonterweiterung sorgen dürften. Gerne könnt ihr mir dazu Inputs und Feedbacks an redaktion@sac-uto.ch senden.

Heldenhafte Porträts und spannende Interviews sowie ein Beitrag über das Leben als Hüttenwartin findet ihr ebenfalls in dieser Ausgabe.

Viel Spass beim Lesen

Regula Wegmann
Redaktion UTO MAGAZIN

Inhalt



12 Sonne, Sonne, Hitzestau



22 Salomé Keller:
Zum ersten Mal Hüttenwartin



27 Vom Berg verschluckt – Abenteuer in der Schrattenhöhle

UTO EDITORIAL	3
UTO AKTUELL	
Gemeinschaftsprojekt der Sektion Uto mit der Bergsportschule Grischa im Avers	5
Kurz notiert	6
UTO VORSTAND	
Aus dem Vorstand	8
UTO AUF TOUR	
sUbiTO in die Jolischlucht	10
Sonne, Sonne, Hitzestau	12
Hot und top!	14
Interview: Tourenleiter Ingolf Dietrich	16
UTO TOURENTIPP	
Schneehüenderstock	17
UTO UMWELT	
Vegi-Power am Berg	20
UTO HÜTTEN	
Salomé Keller: Zum ersten Mal Hüttenwartin	22
UTO MITGLIEDER	
Heimliche Helden des Uto-Alltags: Megaprojekt mit etwas Harakiri	25
UTO SENIOREN/INNEN	
100 Jahre Uto-Seniorinnen und -Senioren: Festschrift	26
Termine bis Ende Juni	26
UTO NEBEN DER SPUR	
Vom Berg verschluckt – Abenteuer in der Schrattenhöhle	27
UTO KLETTERZENTRUM	
Eisklettern und Wintertraining	30
In drei Schritten zum/zur Tourenleitenden	31

Impressum

Ausgabe 2/2023 (April – Juni 2023)

Das «UTO MAGAZIN» ist die Mitgliederzeitschrift der SAC-Sektion Uto und erscheint vier Mal im Jahr.

Für den Inhalt namentlich gekennzeichnete Beiträge sind die jeweiligen Autoren und Autorinnen verantwortlich.

Redaktions- und Anzeigenschluss
Ausgabe 3/2023 (Juli – September)
April/Mai/ Juni) 26. Mai 2023

Herausgeberin
SAC-Sektion Uto
Stampfenbachstr. 57, 8006 Zürich
Telefon: 044 362 96 70
sekretariat@sac-uto.ch
www.sac-uto.ch

Kontoverbindung
IBAN Nr. Postkonto
CH67 0900 0000 8000 39517

Redaktion, Inserate
redaktion@sac-uto.ch
inserate@sac-uto.ch

Gestaltung
SOURCE Associates AG, Zürich

Korrektorat, Druck, Distribution
Staffel Medien AG, Zürich
Auflage: 8 700 Exemplare

Titelbild
Im Safiental unterwegs, oberhalb Tenna.
Foto: Alina Bühler

Gemeinschaftsprojekt der Sektion Uto mit der Bergsport- schule Grischa im Avers

Text und Fotos: Wendelin Schuler und Daniel Schill

Es sind diese besorgten Blicke nach oben, die Daniel Schill (Tourenleiter im Uto) und Kasimir Schuler (Bergführer der Bergsport- schule Grischa) an einem kalten Samstagmorgen im Januar 2022 verbunden haben. Im Eisklettergarten im Averstal haben sich die Teilnehmenden auf der Sektionstour immer wieder schwergetan, die Umlenker an den Bäumen oberhalb des Eises zu finden und zu erreichen. Die offene Frage, ob die Umlenker nicht mal mit Ketten ausgerüstet werden sollten, wurde daher schnell von den beiden mit Ja beantwortet.

Das Avers beheimatet als Hochtal Juf die höchstgelegene, ganzjährig bewohnte Siedlung Europas. Es liegt in einem Nebental des Hinterrheins in der Region Viamala im Kanton Graubünden. Durchaus abgelegen, aber sehr gut mit dem ÖV erschlossen, ist das Tal im Sommer eine ideale Zwischenstation für Wanderungen über diverse Pässe zum Beispiel von und nach Bivio oder ins Bergell. Im Winter spielt das Tal seine Hochlage voll aus und ist eine ideale Basis für Ski- und Schneeschuhtouren. Auch ein kleines Skigebiet und Langlaufloipen laden gerade Familien mit Kindern ein. Vor allem aber bietet die vor Föhn weitgehend geschützte Lage während des ganzen Winters gute Eisbedingungen, so dass Eiskletterer und Eisklette-



rinnen voll auf ihre Kosten kommen. Dies ist auch der Grund, dass viele Eisklettertouren der Sektion Uto jedes Jahr ins Avers führen.

Sektion beteiligt sich

Als grösste Sektion des SAC ist der Uto damit auch dort ein häufig anzutreffender Gast. Daher hat sich die Alpinkommission auch leichtgetan, das Projekt finanziell zu unterstützen. Das Material für rund 20 Stände und Umlenker wurde von der Sektion gestellt. Neben dem Gedanken, nicht nur die Klettergärten in Beschlag zu nehmen, sondern auch etwas zur Infrastruktur beizutragen, stand vor allem die Sicherheit im Fokus.

Aufstieg über Bäume fällt weg

Bei der Einrichtung stand neben der Sicherheit auch der Umweltgedanke im Fokus. Sämtliche Auflagen des SAC für Sanierungen und Erschliessung wie Abklärung mit der Gemeinde, Einbezug des Försters und



Bilder (v.l.n.r.)

1. Die Bäume werden zukünftig durch eine Kette und Abseilringe besser geschützt.
2. Daniel freut sich über eine gute Stelle für einen Bohrhaken im schwierigen Bündner Schiefer.

Beachtung von Wildruhezonen wurden selbstverständlich eingehalten. Konkret hat die fixe Einrichtung der Umlenker für die Natur zwei Vorteile. Erstens wird kein Schlingenmaterial mehr redundant um die Bäume gelegt und das Zurücklassen von Schlingen als Eissanduhren unterhalb der Bäume entfällt, da die jetzigen Umlenker klar ersichtlich sind. Zweitens muss nicht mehr bis oberhalb der Bäume aufgestiegen werden, um neues Material zu verlegen. Damit ist der Ausstieg über die naturschützerisch oft sensiblen Fluhköpfe nicht mehr notwendig.

Die eigentliche Umsetzung erfolgte recht pragmatisch Anfang Dezember 2022 mit dem ersten Eis. Für Kasimir Schuler ist sein Bruder Wendelin eingespungen, der ebenfalls Bergführer in der Region ist. Mit rund 40 kg Installationsmaterial, 10 kg Werkzeug sowie Eiskletterausrüstung ging es an den Start.

Weitere Informationen
bergsportschulegrischa.ch

Kurz notiert

Ab aufs Bike!



Foto: Florian Reber

Der Winter ist zumindest in unteren Regionen vorbei, nun heisst es für viele von uns, die Skis oder das Snowboard mit dem Mountainbike auszutauschen. Die Sektion Uto bietet für den ultimativen Bike-Spass einige Kurse und Touren, die dich interessieren könnten. In den Kursen für Anfänger und Fortgeschrittene lernst du alles übers Gleichgewicht, Geschicklichkeit, Bremsen, Kurventechnik, richtiges Schalten, Uphill, Downhill, Wartung/Kontrolle/Bedienung und viele weitere Tipps und Tricks. Schau doch mal rein: sac-uto.ch › [aktivitaeten](#) › [touren-und-kurse](#)

Clean-up auf der Cadlimohütte

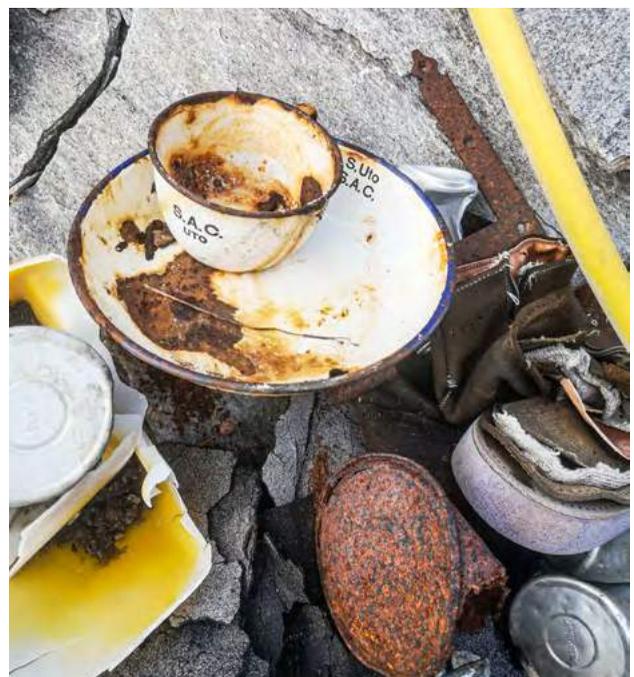
Text und Fotos: Astrid Skrypzak

«Müll über den Felsen hinauswerfen» – früher war das so üblich. Heute zeigen sich die Hinterlassenschaften unserer Vorgänger in der Natur. Am Clean-up-Day wird aufgeräumt!

Vom 23. bis 25. August 2023 findet auf der Cadlimohütte eine Aufräumaktion statt. Hierfür suchen wir noch tatkräftige Helferinnen und Helfer. Denn die Vorabklärungen zeigten deutlich: Hier müssen wir etwas tun.

In unmittelbarer Nähe zur Hütte liegen vor allem grössere Mengen verrosteter Dosen und Glas. Teils ist der Müll im Gelände verstreut, teils konzentriert er sich an einzelnen Stellen. Die Abfälle wurden immer wieder mit Steinen abgedeckt und weiter geschichtet. Wie weit man nach unten graben muss, um alles zu beseitigen, ist schwer abzuschätzen. Jedoch konnten wir zu viert innerhalb weniger Minuten problemlos einen grossen Müllsack füllen. Das lässt das Ausmass erahnen.

Wer mithelfen möchte, kann sich per Mail an astrid.skrypzak@sac-uto.ch mit dem Betreff «Unterstützung Clean-up» melden.



Da war ganz klar der SAC Uto der Täter: eine alte Tasse des Vereins.

Jahresbericht 2022

Viel Gutes, Aufregendes und Neues ist letztes Jahr in der Sektion Uto passiert: neue und motivierte Vorstandsmitglieder, 449 neue Mitglieder in nur einem Jahr, das Ausbauen der digitalen Kommunikation, ein gesundes Budget und 1146 Touren, die wir anbieten konnten.

Wer im Detail wissen will, was sich alles getan hat, findet auf [sac-uto.ch › services › jahresberichte](https://sac-uto.ch/services/jahresberichte) den Jahresbericht 2022.



Aktuelle Hinweise

Uto-Termine

Liebe Mitglieder
Wir laden euch herzlich ein zur Generalversammlung 2023 der Sektion Uto des Schweizer Alpenclubs.

Wann und wo?

- Datum: Donnerstag, 4. Mai 2023
- Einlass und Sandwiches ab 18.30 Uhr
- Start der GV um 19 Uhr
- Apéro um ca. 21.30 Uhr
- Ort: Weisser Saal im Volkshaus, Stauffacherstrasse 60 in Zürich

Bitte auf der Webseite anmelden unter Sektion/Generalversammlung. Wir freuen uns auf euch.

Uto-Sekretariat

Öffnungszeiten

Mittwoch, von 12 bis 18 Uhr
Tel. 044 362 96 70

E-Mail sekretariat@sac-uto.ch

Mehr Informationen

[sac-uto.ch › kontakt](https://sac-uto.ch/kontakt)

Öffnungszeiten Uto-Hütten

– Cadlimohütte

Die Saison startet voraussichtlich am Samstag, 24. Juni. Bei guten Verhältnissen und auf Anfrage bereits die Wochenenden davor ab Fronleichnam, 8. Juni. Bis dahin steht ein einfacher Winterraum, ohne Wasser, mit Fenstereinstieg und Toilette 50 m neben Einstieg, als Notunterkunft zur Verfügung.

– Domhütte

Die Hütte bleibt bis am 29. Juni 2023 unbewartet. Im Notraum befinden sich neun einfache Schlafgelegenheiten. Kochutensilien sowie Schlafsäcke müssen selbständig mitgebracht werden. Eine Reservation ist nicht möglich.

– Medelserhütte

Die Hütte ist noch bis zum 11. April bewartet. Danach wird sie saniert. Die Sommersaison 2023 startet aufgrund der geplanten Sanierung erst am 15. Juli. Reservierungen sind deshalb erst ab 15. Juli 2023 möglich.

– Spannorthütte

Die Spannorthütte ist bis zum 9. Juni 2023 unbewartet. Der Ess- und Schlafraum «Schlossberg» sind von der Terrasse her für den Winterbetrieb offen.

– Täschhütte

Die Täschhütte ist seit Mitte März wieder geöffnet und bewartet.

– Voralphütte

Die Frühlingssaison dauert noch bis am 23. April 2023. Die Sommersaison dauert vom 15. Juni 2023 bis 1. Oktober 2023. Der Winterraum bietet Platz für 18 Personen.

Uto-Fitnessstraining

Neu findet das Fitnessstraining im **Schulhaus Kern** statt **von 18 bis 19 Uhr**.

Mehr Informationen

E-Mail Albert Willen: a.willen@bluewin.ch oder auf der Website unter [sac-uto.ch › aktivitaeten › veranstaltungenkalender › fitnessstraining](https://sac-uto.ch/aktivitaeten/veranstaltungenkalender/fitnessstraining)

Aus dem Vorstand



Karin Schäfer
Co-Ressortleiterin
Ressort Mitglieder



Bea Weilenmann
Co-Ressortleiterin
Ressort Mitglieder

Liebe Club-Kameradinnen, liebe Club-Kameraden

Gerne informiere ich euch über die wichtigsten Themen aus dem Vorstand.

1. Generalversammlung 2023

Im letzten UTO MAGAZIN ist leider ein Fehler eingeschlichen. Da wurde das Datum Freitag, 5. Mai anstatt Donnerstag, 4. Mai erwähnt. Die Generalversammlung findet jedoch am Donnerstag statt, und zwar im Weissen Saal vom Volkshaus, Stauffacherstrasse 60 in Zürich. Bitte meldet euch vorab via unsere Website www.sac-uto.ch an. Dieser QR-Code macht es einfach. Die Traktandenliste und alle Unterlagen werden auf unserer Website publiziert. Es würde mich freuen, euch da begrüssen zu dürfen.



2. Neue Gesichter im Vorstand

Es freut mich sehr, dass sich drei neue Kandidatinnen/Kandidaten für den Vorstand gemeldet haben. **Katrin Schäfer** war bis jetzt einer der Protokollführerinnen und hatte schon immer Interesse, sich mehr zu engagieren. Auch hat sich **Bea Weilenmann** gemeldet. Sie zwei haben angeboten, als Co-Ressortleiterinnen das Ressort Mitgliederdienste zu stemmen. Ich gehe davon aus, dass sie sich an der Generalversammlung zur Wahl stellen.

Für das Ressort Kommunikation hat sich **Alexander Keberle** gemeldet. Er ist Mitglied der Geschäftsleitung von Economiesuisse und leitet die Bereiche Umwelt, Energie, Infrastruktur und «Wirtschaft. Wir alle.». Somit ist er bestens ausgerüstet, das Ressort Kommunikation zu führen. Auch er wird sich an der GV zur Wahl stellen.

Weil Katrin somit nicht mehr das Protokoll führen wird, hat sich **Zilla Roose** bereit erklärt, diese Rolle zu übernehmen. Herzlichen Dank.

Schon lange war ich auf der Suche nach einem «Aussenminister» oder einer «Aussenministerin», um die Kontakte mit den anderen grossen Sektionen und dem Zentralverband zu pflegen. Jetzt hat sich **Wolfgang Wörnhard** bereit erklärt, uns in dieser Hinsicht zu unterstützen. Als Geschäftsführer des Schweizer Bergführerverbands von 1999 bis 2016 ist er für diese Aufgabe prädestiniert.



Alexander Keberle
Ressort Kommunikation



Zilla Roose
Protokollführerin



Wolfgang Wörnhard
«Aussenminister»

3. Neuausrichtung des Newsdesks

Unsere Sektion hat inzwischen einige Kommunikationskanäle: unsere Website, das UTO MAGAZIN, Newsletters, Direct-Mail für Neumitglieder und Social Media. Das «Newsdesk» dient als die dafür notwendige, zentrale Anlaufstelle für Informationen und Neuigkeiten. Jeder Anfang ist schwer, so auch der Anfang des Newsdesks. Im Herbst zeigte sich, dass das Set-up weiterentwickelt werden musste. Endlich steht die neue Organisation. Koordination mit den Touren machen **Lydia Weissenstein, Roland Winter, Andrea Eggenberger** und **Carole Räber**. Die Redaktion machen **Regula Wegmann, Arndt Mielisch** und **Kathrin Ehrensperger**. Für das Website Content Management hat Cédric Baumgartner zwei zusätzliche Helfer gefunden: **Linh Dieu** und **Martin Chudoba**. Auch für die Social Media haben wir zwei Personen gefunden: **Sabrina Weigert** und **Josepha Zimmerer**. Es wird sicherlich noch Anlaufschwierigkeiten geben, aber ich bin überzeugt, dass wir nun für die Zukunft gewappnet sind. An dieser Stelle möchte ich auch **Jacqueline Winter** ganz herzlich für ihre Inputs und Hilfe danken.

4. Unterstützung Bauprojekte anderer Sektionen

In Anbetracht der Entscheidung an der GV 2022 haben wir mit den Sektionen Chasseral (Oberaletschhütte) und Rätia (Carschinahütte und Coazhütte) Kontakt aufgenommen. Momentan läuft die Abstimmung über deren Projektvorhaben und Finanzierung. An der GV werden wir darüber informieren.

5. Digital & IT

An der Klausurtagung des Vorstands wurde deutlich, dass wir das digitale Angebot der Sektion stärken möchten. Dazu prüfen wir aktuell einzelne Projektideen. Die Kooperation mit dem Zentralverband zur Entwicklung des Tourenverwaltungsportals ist vorbereitet. Die Entwicklung selber wird sich jedoch verzögern, da an der Plattform des SAC zuerst grundlegende Optimierungen in der Mitgliederverwaltung vorgenommen werden müssen. Gerne berichten wir in der nächsten Ausgabe ausführlich dazu.

Erik Weitering
Präsident SAC-Sektion Uto

sUbiTO in die Jolischlucht

Text: Edi Böni

Fotos: Eugen Hofmann und
Urs Michael Gubler

Anfang Dezember ist das Wetter jeweils sehr unbeständig, weshalb der Uto-Veranstaltungskalender in dieser Zeit für Wanderungen eher ausgedünnt daherkommt. Zum Glück gibt es sUbiTO-Touren, die dank der guten Wetterprognosen auch kurzfristig ins Programm aufgenommen werden.

Ein solches Angebot wurde von Eugen Hofmann für den 1. Dezember 2022 organisiert. Der Andrang war derart gross, dass die Tour gleich zweimal durchgeführt wurde. Besten Dank an Eugen!

Wandern im Dezember

Das garstige Wetter auf der Alpen-nordseite war der Grund, eine Tour im sonnigen Wallis anzusetzen. Unter dem Titel «Jolischlucht, Stägeru Süe (Suone) und Lüegjeru Süe» ging es mit der Bahn auf dem schnellsten Weg durch den Lötschberg und dann mit dem Postauto zum Startpunkt in Niedergesteln.

Von Rittern bewacht

Nach wenigen Schritten, vorbei am untersten Einblick in die Jolischlucht, war dann auch schon die erste Attraktion zu besichtigen. Eine von der Stiftung «Gestelnburg / Pro Castel-

lione» hochwertig «herausgeputzelte» Burgruine konnte bestiegen werden, wobei die zahlreichen Ritterskulpturen Begleitschutz boten.

Zur Jolischlucht mit Wasserfassung

Nach dem kurzen Abstecher zur Burgruine machten wir uns auf die eigentliche Tour bergauf zur Jolischlucht. Bevor die imposante Schlucht betreten werden konnte, war ein Stollen zu durchqueren. Die Wasserfassung zur Speisung der Suonen war noch zu überqueren. Danach balancierten wir auf den Steinen bis fast ganz nach hinten, wo die Schlucht sich mehr und mehr verengte. Schwer beeindruckt verliessen wir diesen Teil der Schlucht durch den gleichen Stollen, wie wir gekommen waren.

Die Tour führte nun steil bergauf. Beim gelegentlichen Verschnaufen genossen wir den Ausblick auf das Rhônetal. Unser nächstes Ziel war die Hängebrücke, die über die Jolischlucht führt.



Bilder (v.l.n.r.)

1. Uto-Senioren posieren in der Jolischlucht.
2. Die Kirche «St. Romanus» – hoch über der «Felsenkirche St. Michael» und dem Bezirkshauptort Raron
3. Eine Prozession der natürlichen Art (ca. 30 «Prozessionsspinner» auf dem Weg in Richtung Norden)
4. Die in den Fels gehauene Suone «Stägeru» – mit Laub gefüllt und mit Stahlseilen gesichert
5. Durch einen Stollen erreichbar – die Felsenkirche St. Michael in Raron

Wir folgen den Suonen

Nach Überquerung der Schlucht auf der wackligen Stahlkonstruktion ging es weiter auf gut gesicherten Treppen und Stegen hinab zu den Suonen. Auch da wieder ein Stollen, beleuchtet mit LED-Lampen, mit Energie versorgt von einem beim Stollen angebrachten Solarpanel. Danach Horizontalwandern entlang der unteren Suone «Lüegjeru Süe» bis zum «Lüegju Hües». Da stiegen wir ein paar Meter bergwärts und machten uns entlang der oberen Suone «Stägeru Süe» auf den Rückweg zur Jolischlucht. Die Tour verlief nahe der alten Lötschberg-Bahnlinie.





Mittlerweile waren alle Nebel- und Dunstwolken von der strahlenden Sonne aufgelöst, die Sicht herrlich auf zahlreiche Berge und das Rhône-tal. Bereits kam auch die letzte Station unserer Tour ins Blickfeld – die Burgkirche von Raron. Aber davon später. Zuerst war eine Mittagspause angesagt und ausgiebiges «Fern-Sehen». Auf der gegenüberliegenden Talseite rieselte der Schnee aus Schneekanonen – und wir machten uns Gedanken über Prioritäten bei der Verwendung der zunehmend knappen Energie.

Gestärkt mit Kulinarischem aus dem Rucksack setzten wir den Weg fort durch den Eichwald bis zum Ort «Rarnerchumma», wo wir bis an die Gleise der Lötschbergbahn stiessen. Von da an folgten wir dem ehemaligen Trasse der Schmalspurbahn.



Die Prozession

Eine Prozession würde man nicht unbedingt in der Nähe der Nord-Süd-Verbindung am Lötschberg erwarten. Aber was für ein Wunder der Natur – da hatten sich doch dreissig haarige Raupen aneinandergehängt und marschierten auf dem alten Trasse gemeinsam Richtung Norden. Gemäss Wikipedia lebt der «Prozessionsspinner» v. a. in südlichen Gefilden (Asien, Afrika, Südeuropa). Der Klimawandel führte die putzigen, aber giftigen Kreaturen nun offensichtlich auch in Richtung Alpennordseite. Wenn sie in Rarnerchumma die Abzweigung vom Weg auf das Geleise nicht verpassten, werden sie wohl mittlerweile im Berner Oberland angekommen sein. Unsere Tour führte in die andere Richtung. Um das Bietschtal zu queren, nutzten wir die massive Eisenbahnbrücke.

Abstieg zum Grab der deutschen Literatur-Ikone

Heraus aus dem Bietschtal gewandert, eröffnete sich wieder das Rhône-tal vor uns und dank «Kaiserwetter» eine herrliche Aussicht. Nun ging es talwärts zu den Attraktionen, welche die Tour besinnlich abschlossen. Neben der Burgkirche Raron besuchten wir den Friedhof und das Grab von Rainer Maria Rilke, wo übrigens auch ein gewisser Dr. Helmut Kohl sein «Tag» (Gedenktafel) hinterlassen hat. Danach ein kurzer Blick in die Kirche St. Romanus aus dem 16. Jahrhundert, die den

Einheimischen offensichtlich zu abseits bzw. «obseits» gelegen war. Aus diesem Grund wurde in den Siebzigerjahren unter dem Burgfelsen die «Felsenkirche St. Michael» in den Berg gesprengt.

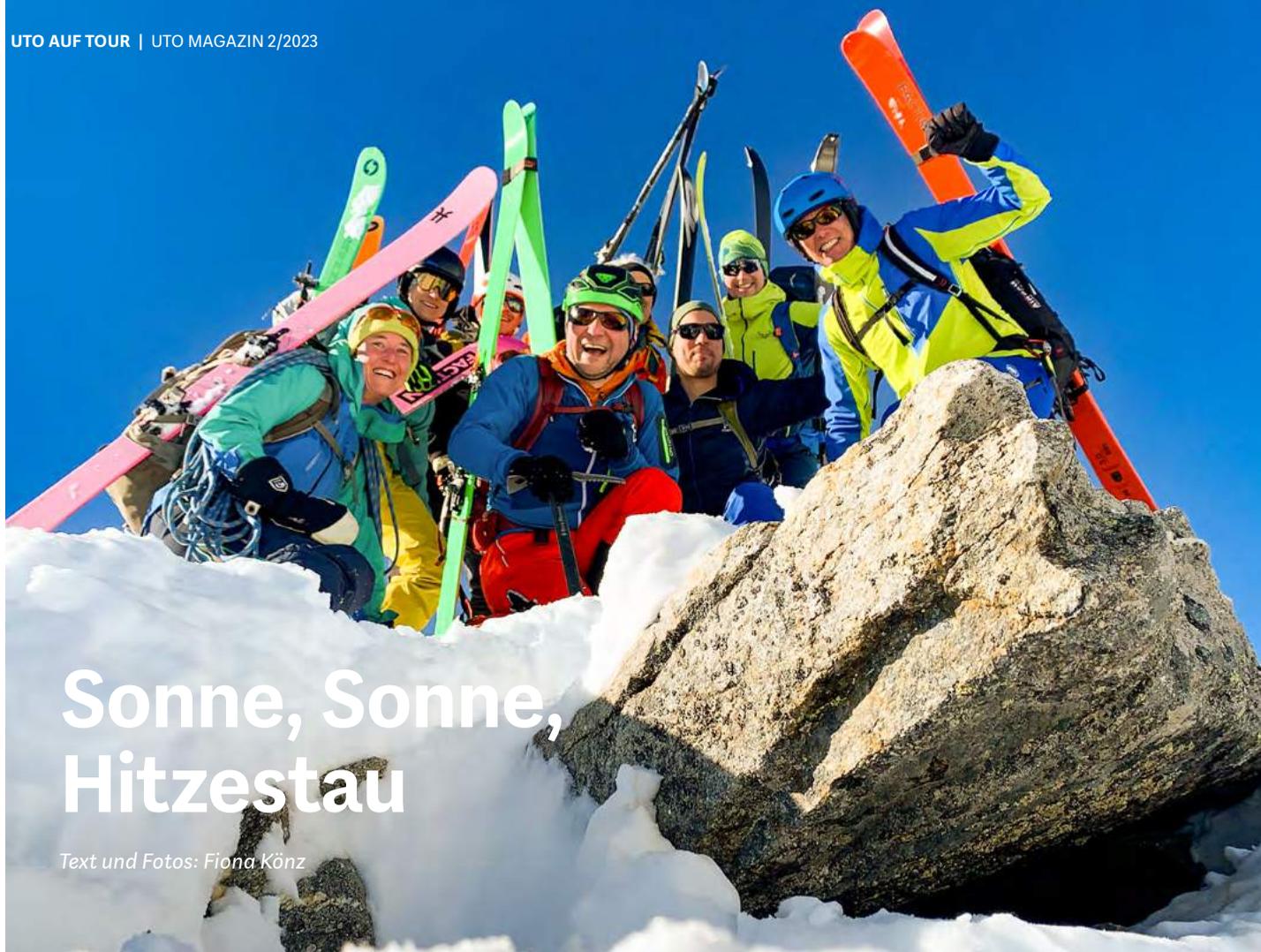
Eine Kirche unter Tag

Auch diese liessen wir auf unserer Tour nicht unbesucht. Von aussen betrachtet könnte es auch eine Militäranlage oder ein Kraftwerk sein, wenn nicht die vier Glocken über dem Eingangsbereich klar sakrale Signale aussenden würden.

Die tolle Tour beschlossen wir mit einer Stärkung im Restaurant Rilke, bevor wir die Rückreise mit dem Intercity vom sonnigen Wallis ins garstige Zürich antraten.

sUbiTO-Touren

sUbiTO-Touren sind Touren, die von den Tourenleiterinnen und Tourenleitern aufgrund der Wetterlage relativ spontan ausgeschrieben werden. Das können Skitouren, Hochtouren oder auch Wanderungen sein. Wer spontan ist, kann sich über die Website für den subito-Newsletter (unter Aktivitäten/Touren und Kurse) anmelden.



Sonne, Sonne, Hitzestau

Text und Fotos: Fiona Könz

Wer glaubt, im Februar sei es eiskalt und dunkel, hat sich zumindest in diesem Jahr getäuscht. Bei frühlingshaften Bedingungen genoss die Skitouren-Gruppe um SAC-Tourenleiter Michi Rausch ein herrliches Wochenende im Gotthardmassiv. Ein Bericht von Fiona Könz.

Begonnen hat die Tour am Freitag, 10. Februar 2023, bei Kaffee und Gipfeli im Restaurant Calmot am Oberalppass. Wunderbar vorbereitet hat uns Tourenleiter Michi Rausch in die genauen Wochenendpläne eingeweiht.

Wettertechnisch stand uns nichts im Weg und wir konnten den ersten Tag nach Plan in Angriff nehmen. Hoch zum Pazolastock, da die Aussicht geniessen und über die Nurschals Grondas die noch wenig befahrenen Hänge hinunter-sausen. Ein erneuter kurzer Aufstieg führte uns zur Maighelshütte. Wer noch genügend Energie hatte, konnte sich am Hügel hinter der Hütte, dem Piz Cavradi, auspowern. So hatten dann auch alle Appetit für die feine Lasagne, beglei-

tet von tollen Gesprächen und Besprechungen, wie der nächste Tag aussehen wird.

Am Samstag kurz vor acht ging es dann in Richtung Piz Ravetsch. Nach einer kurzen Abfahrt bestritten wir den Aufstieg bis zum Maighelsgletscher ohne grosse Pausen, da das schattige Val Maighels eher zur Bewegung motiviert. Beim Skidepot wurde dafür bei Sonnenschein in Ruhe etwas getrunken und umgerüstet. Mit Steigeisen und Pickel ging es bei wunderbarer Kletterei über das Blockge-lände hoch zum Piz Ravetsch. An den zwei an-spruchsvolleren Passagen stand Michi unter-stützend mit Seil zur Seite. Zum «Zmittag» gab es dann noch einen gepfefferten Ausflug auf den Piz Borel, bei dem die einen belegte Brötli und die anderen spartanisches Trockenfutter genossen. Wieder fanden wir wenig befahrene, breite Hänge mit schönem Schnee vor. Die letzten hundert Meter hoch zur Hütte wurden mit einem Apéro-Plättli auf der Sonnterr-asse belohnt – oder mit erneutem Auspowern am Piz Cavradi.



Bilder (v.l.n.r.)

1. Gipfelfoto auf dem Badus
2. Aufstieg zum Piz Ravetsch kurz nach dem Skidepot
3. Aufstieg zur Martschallücke

Am drauffolgenden Tag ging es weiter Richtung Badus. Bereits beim ersten Aufstieg bis zum südlichen Skidepot wurde es ziemlich warm in der Sonne. Doch weder die Hitze, ein runterkullernder Helm, eine verklemmte Bindung noch schmerzende Fersen konnten uns aufhalten. Mit gebuckelten Skiern stapften und erkletterten wir den Gipfel des Badus, um diesen zu überqueren und zum nördlichen Skidepot zu gelangen. Von dort glitten wir mit schönen Skischwüngen hinunter zum Lai da Tuma. Wer sich über die Hitze beim ersten Aufstieg beschwert hatte, musste beim erneuten

Aufstieg zur Martschallücke richtig auf die Zähne beißen. Gebrutzelt kamen wir oben an, und entschieden uns, direkt nach Andermatt hinunterzufahren und den Rossbodenstock für einen Winter mit mehr Schnee und weniger Hitze aufzusparen.

Nach drei intensiven gemeinsamen Tagen mit einer grossartigen Gruppe, vielen lachenden Gesichtern und wenig Schlaf (Schnarchkonzert im Schlafsaal) vergingen die drei Stunden Zugfahrt zurück nach Zürich wie im Flug und alle waren müde und zufrieden.



Hot und top!

Text: Jannis Laufer

Nach dem schneearmen Winterstart war endlich Schneefall angekündigt – das führte nicht nur zu sehr viel Schnee, sondern auch zu einer rollenden Planung bei den beiden SAC-Tourenleitern Jonas von Wartburg und Simon Fässler: Aus der anspruchsvollen Madrisa-Rundtour wurde euphorischer Powder-Rausch. Ein Bericht von Jannis Laufer.

Bereits auf der Anfahrt mit dem Zug wurde uns bereits klar, dass die Neuschneemengen im Prättigau nicht nur grossartige Tourentage versprochen, sondern ebenfalls eine angespannte Lawinensituation mit sich brachten. Unsere Tourenleiter Jonas und Simon hatten das Konzept der rollenden Planung aber selbstverständlich perfektioniert und sofort Alternativen zur Madrisa-Rundtour parat. So suchten wir uns ein weniger exponiertes Ziel und fanden dieses in der Hasenflüeli oberhalb von Ascharina.

Pulver ohne Ende

Den wunderschönen Aufstieg brachen wir unterhalb des Gipfels jedoch kurzerhand ab, um der angestauten Vorfreude auf perfekten Pulverschnee freien Lauf zu lassen. Mit breiten Powder-Smile nahmen wir den Gipfelhang dann ein zweites Mal unter die Felle und nahmen in leichter Kraxelei dieses Mal den etwas ausgesetzten Gipfel ebenfalls mit – ganz in SAC-Manier. Mit zwei weiteren Pulverabfahrten, bei denen uns die Tourenleiter lehrbuchmässig die Sturztechnik demonstrierten, ging es weiter Richtung Partunstafel zum Berghaus Sulzfluh.

Der wartenden Hot Tub und das ausgerufene Motto «Pro 1000 Höhenmeter gibt es ein Bier» motivierten viele, die letzten Meter auf der Fahrstrasse aufzusteigen, um sich auch das zweite Getränk zu sichern. Den Abend liessen wir dann anschliessend dampfend im Hot Tub



Bilder (v.l.n.r.)

1. Der Pulverschnee in den Westhängen motiviert zu zusätzlichen Abfahrten und Höhenmetern.
2. Verschnaufpause auf dem Gipfel der Hasenflüeli
3. Im wunderschönen Aufstieg zur Hasenflüeli



mit Blick auf den Sonnenuntergang und mit sehr feinem Essen ausklingen.

Zusammenpacken oder eingesperrt

Da sich die Lawinensituation von Freitag auf Samstag nochmals zuspitzte, wurde unser Morgenessen jäh von der Wirtin unterbrochen. Es hiess in 20 Minuten nach St. Antönien abzufahren, um der Sperrung der Fahrstrasse zu entgehen oder erst einmal im Gasthaus festzusetzen. Wir konnten in Rekordzeit unsere Rucksäcke packen und die Ski parat machen, sodass wir uns bald in St. Antönien Platz wiederfanden. Für den heutigen Tag versprach das Chlei Chrü eine lohnende und lawinensichere Alternative zur Sulzfluh.

Höhenmeter sammeln

Zu unserem Glück brach nach einer Stunde Schneefall die Sonne durch die Wolken und

liess den Blick auf die Umliegende Landschaft zu. Da der heutige Fokus nicht auf alpinistischen Meisterleistungen lag, konnten wir unsere Leidenschaft zum Höhenmetersammeln und Tiefschneefahren nochmals voll ausleben. Nachdem wir unseren Alternativgipfel insgesamt dreimal bezwingen konnten, führte uns eine wunderschöne Abfahrt Richtung Pany und von dort via Küblis zurück nach Zürich. Das Gebiet rund um St. Antönien stand seinem Ruf als Top-Tourengebiet mal wieder nichts nach und eine Tour voller Überraschungen, sehr viel Pulverschnee, noch mehr Aufstiegsmetern und super Kameraden hinterlässt bei uns allen viel Vorfreude auf das nächste Mal.

Interview: Tourenleiter Ingolf Dietrich

Text: Arndt Mielisch



Ingolf Dietrich am Götterquergang unterhalb der Spinne in der Eiger-Nordwand. Foto: Samuel Speck

Ingolf Dietrich ist ein Kenner des Berner Oberlands. Dabei ist der gebürtige Thüringer erst mit Ende 30 so richtig in die Berge gekommen. Seit 2004 ist er Wintertourenleiter für die Sektion Uto, seit 2006 leitet er auch Sommertouren. Fast 100 Uto-Hoch-, Kletter- und Skitouren hat er schon angeboten.

Wie bist du zum Bergsport gekommen?

In meiner Kindheit war ich viel mit dem Vater und den Brüdern wandern. Und die grossen Berge haben mich damals schon fasziniert, obwohl ich sie nur aus Büchern und Filmen kannte. Allerdings habe ich in den schönen Mittelgebirgen meiner damaligen Heimat, nämlich dem Erzgebirge und dem Thüringer Wald, als Jugendlicher Skilanglauf gelernt und nahm im Biathlon sogar an nationalen Meisterschaften teil.

Aus Thüringen in die Schweiz, wie ging das?

Ein Job bei einer amerikanischen Firma ermöglichte mir 1998 den Umzug in die Schweiz. Davor arbeitete ich einige Jahre in Stuttgart. Von dort aus fuhr ich mit meinen Freunden in den Urlaub nach Südtirol, wo ich mit dem Klettern begann und die ersten Versuche im alpinen Pistenskifahren unternahm. Im Jahr 2000 trat ich der Sektion Uto bei, wo ich wunderbare «Gspändli» kennenlernte, mit denen ich vor allem beim Klettern, bei Hoch- und Skitouren unterwegs war und immer noch bin.

Vier Jahre später warst du bereits Tourenleiter Winter ...

Ja, denn ich wollte nicht nur geführt auf Tour gehen, sondern meine Freude auch teilen und weitergeben können. Das Gleiche gilt für das Klettern und Bergsteigen, weshalb ich anschliessend gleich noch die Ausbildung zum Sommertourenleiter gemacht habe.

Du wohnst seit vielen Jahren im Berner Oberland. Was zog dich hierher?

Zum einen meine Partnerin, die in Bern arbeitete, und zum anderen mein beruflicher Entscheid, mich selbstständig zu machen, was mir eine relativ freie Wahl des Wohnortes ermöglichte. Nach Thun zog es uns aber auch des Sees wegen. Von unserem Balkon sahen wir 180° Alpenpanorama und sagten uns, dass wir eines Tages auf all diesen Gipfeln stehen möchten.

Und trotzdem ist Uto immer noch deine bevorzugte Sektion?

Ja, absolut! Die Vielfalt und Offenheit, die in der Sektion Uto gelebt

wird, begeistern mich. Sie ermöglicht mir den kameradschaftlichen Austausch mit anderen Tourenleitern und integriert ganz verschiedene Menschen. Damit leistet sie einen wichtigen sozialen Beitrag in der modernen Multikulti-Gesellschaft.

Eine akkurate Tourenplanung ist dir sehr wichtig. Warum?

Ja, gerade bei prekären Schneeverhältnissen wie in diesem Winter muss man sich stets fragen: Kann ich die Tour wirklich machen? Und wenn ich mir nicht sicher bin, fahre ich die Tour sicherheitshalber vorher ab.

Im Winter wie im Sommer können sich die Bedingungen in den Bergen schnell ändern. Eine gute Vorbereitung hilft mir, mit Überraschungen besser umzugehen. Das gibt mir Selbstvertrauen, das auch auf die Teilnehmer/innen ausstrahlt, so dass sie sich auf meinen Touren wohl fühlen. Das ist wohl auch ein Grund, weshalb bei all meinen Sektionstouren noch nie jemand zu Schaden gekommen ist.



Ingolf Dietrich

SAC-Mitglied: seit 2000

Beruf: Patentingenieur

Hobbys: Alpinismus, Einrad- und Velofahren allgemein, Schwimmen, Lesen, Kultur, Reisen

Schneehüenderstock



Gipelfoto vom Schneehüenderstock

Text und Foto: David Doneda

Unterwegs in einer faszinierenden Landschaft rund um den Krönten. Es ist eine versteckte Gegend, die man nicht erahnt, wenn man durch das Reusstal fährt. Sei es der Kontrast zwischen der weiten Fläche des Gletschers Glatt Firn, die bizarren Formationen von Glattstock und Spannort oder die kilometerlangen Abbrüche des Schlossbergs. Wer schon jetzt Vorfreude auf sommerliche Hochtouren hat, sollte sich diesen Tourentipp genauer ansehen.

Tourenbeschreibung

Dort, wo die Intercity-Züge Richtung Süden in den Berg donnern, zweigt rechts das Erstfeldertal ab. Dieses wildromantische Tal ist eine Naturoase, die sich durch wunderschöne Hochmoore und eine für den Alpenraum einmalige Flora auszeichnet. Wer gut aufpasst, kann sogar fleischfressende Pflanzen wie Sonnentau oder das Alpenfettblatt entdecken. Unsere zweitägige Tour startet in diesem stillen Winkel der Urner Alpen. Vom Eisenbahndorf Erstfeld führt uns eine kleine Seilbahn hoch in die Lüfte und schon nach kurzer Fahrt erreichen wir das Wilerli (1085 m). Bei der Bergstation geht es über einen abwechslungsreichen Weg hinauf zum Aussichtspunkt Horn (Boggli). Eine grossartige Fernsicht belohnt den Aufstieg. Oben angekommen, beginnt unsere Höhenwanderung. Die weiss-blau-weiße Markierung leitet in stetigem Auf und Ab mit nur wenigen Höhenunterschieden

unter den Sunnigen Stöck durch fast einheitliche Geländestrukturen und steil gemähte Wiesen im Sömmerungsgebiet, sogenannte «Wildheuplanggen». Dort wo sich der Weg von der Älplilücke kreuzt, steigen wir auf eine grüne Ebene namens Auf den Gründen ab. Es lohnt sich bereits beim Abstieg, Ausschau nach den Brücken über die Bäche zu halten, denn dort kann auch noch im Spätsommer Lawinenschnee liegen. Ein paar Bäche überquerend, folgen wir dem Hüttenweg. Der Aufstieg durch die steile Felswand hat einen prächtig angelegten Pfad und mündet über die Brücke des Fulenbachs in die geschützte Hochmoorebene vom Fulensee. Hier schlängelt sich der Weg



Überquerung Eisfeld bei «Auf den Gründen»



Rast beim Aufstieg zum Schneehüenderstock unterhalb Graw Stock

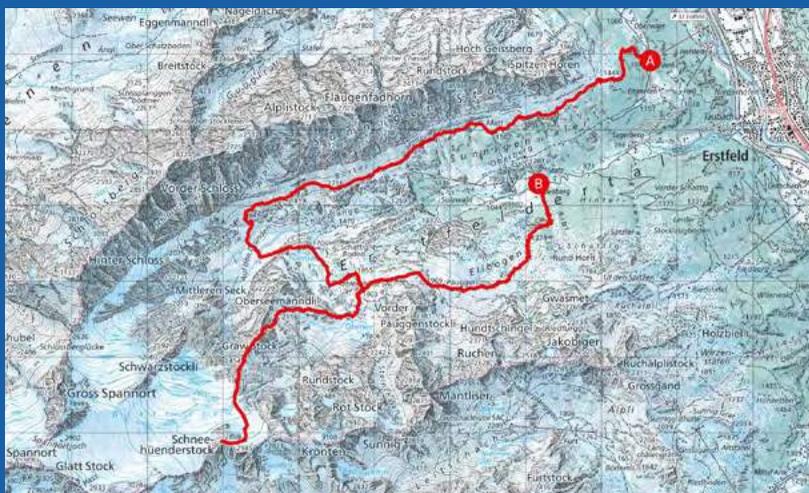
durch herrlichen Legföhrenbestand hinauf und vereint sich mit dem Geisspfad. In wenigen Minuten erreichen wir die Kröntenhütte, wo wir die Nacht verbringen.

Ziel des zweiten Tages ist der Schneehüenderstock (2 859 m), eine unscheinbare Erhebung südwestlich der Kröntenhütte. Frühmorgens führt unser Weg in den Kessel des Obersees und weiter folgen wir südlich dem Oberseemännli-Ausläufer entlang durch die Männlsteifi und auf markierter Route zur Schulter südlich des Graw Stocks (2 454 m). Felsige Stufen weisen den weglosen Zugang via P. 2 570 zum Glatt Firn. Hier heisst es Steigeisen montieren, anseilen und den Pickel zur Hand

nehmen. Den Glatt Firn überschreiten wir gegen Süden leicht ansteigend. Über einfache Stufen steigen wir direkt zum Schneehüenderstock (2 859 m) hoch. Und da ist sie, die Postkartenidylle des Gross Spannorts: kitschig, bizarr und absolut berauschend für die Sinne. Der Abstieg vom Gipfel zur Kröntenhütte erfolgt auf der Aufstiegsroute. Ab der Hütte hinunter via Ellbogen nach Bodenberg (993 m), wo uns das Alpentaxi nach Erstfeld bringt.

Anfahrt/Abreise

Mit der Bahn und Bus nach Erstfeld (Lidenried). Rückreise: von Bodenberg mit Alpentaxi Uri, Reservation unter 079 665 58 81 nach Erstfeld.



Eckdaten

Karte: LK 1191 / 1192 / 1211
 Alpinwanderung (T4) / Hochtour (L)
 Auf-/Abstieg: +1200 Hm / -2 090 Hm
 Dauer: 5 h (Tag 1), 7 h (Tag 2)
 Distanz: 10 km (Tag 1), 13 km (Tag 2)

Quelle Kartenausschnitt:
 Schweizmobil



montanara
BERGERLEBNISSE.CH



Kletterkurse für Einsteiger
28. / 29.05. und 04. / 05.08.

Rheinwaldhorn 60 Plus
19. - 21.06.

Komfort Wanderwoche 60 Plus
Valle di Campo 26. - 29.06.

Dammastock via Ostrippe
30.06. / 01.07.

Clariden - Gross Schärhorn
01. / 02.07. und 26. / 27.08.

Krönten - Zwächten - Bächenstock
07. - 09.07.

Mönch - Jungfrau
11. / 12.07. und 16. / 17.07.

Gross Spannort
14. / 15.07.

Sustenhorn Gletschertrekking
22. / 23.07. und 26. / 27.08.

Monviso
07. - 09.09.

und viele weitere Angebote...



Montanara Bergerlebnisse | 6460 Altdorf
041 878 12 59 | www.montanara.ch



Wegweisend.
Zürcher Wanderwege.

Jetzt die Broschüre «Wanderungen in der Schweiz 2023/24»
kostenlos in einer unserer Filialen holen und Wanderungen
vom einfachen Spaziergang bis zur anspruchsvollen Berg-
tour geniessen. zkb.ch/wanderprogramm
Die nahe Bank.



crick
mit Grillenpulver

Für alle, die es
natürlich mögen.

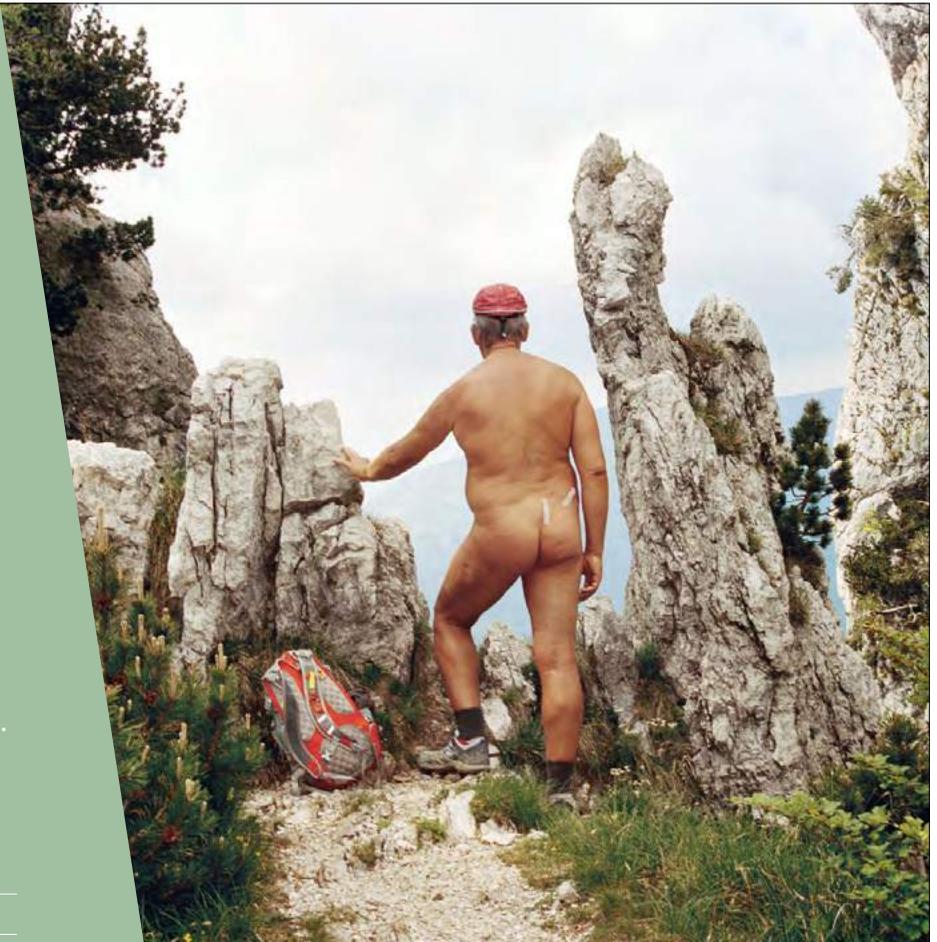


100% gut für dich und deinen Planeten.

Snack mit Grillenpulver

- reich an Proteinen
- planetenfreundlich
- handmade by Züriwerk

Hol dir deine Grillenpower auf crick.ch



Vegi- Power am Berg

Text: Stefan Hatt



Der weltweite Fleischkonsum steigt und steigt. Folgen davon: Land- und Wasserverbrauch, mangelhaftes Tierwohl und die klimaschädlichen Gase, die bei der Tierhaltung entstehen. Der globale Nutztiersektor belastet das Klima stärker als der gesamte weltweite Verkehr. Was wir essen, hinterlässt also Spuren.

Der SAC Uto möchte darum einen Beitrag zur Klimaneutralität und mehr Gesundheit leisten. Daher soll zukünftig auf Mehrtagestouren die vegetarische Variante als Standard ausgeschrieben und somit gestärkt werden. Das «Vegi Touren»-Konzept wurde in der Sektion 2022 entwickelt und soll nun als Pilotprojekt in diesem Jahr schrittweise allen nähergebracht werden.

Klimaschutz auf dem Teller?

Die Ernährung stellt in der Schweiz, nach den Bereichen Wohnen und Mobilität, den drittgrössten Verursacher von CO₂-Emissionen dar. Dies hängt hauptsächlich mit dem Konsum von tierischen Produkten zu-

sammen. Gewohnheiten sollte man immer wieder hinterfragen und neue Wege prüfen. Gerade die jüngeren SAC-Uto-Mitglieder sind da Trendsetter: Mehr als die Hälfte von ihnen geben an, weitgehend oder sogar ganz auf Fleisch beim Bergsport zu verzichten. Der SAC Uto möchte das aufnehmen, denn Auszeiten und Aktivitäten in den Bergen bedeuten ja auch Abwechslung vom Alltag. Weshalb also nicht einmal bewusst auf Fleischkonsum verzichten? Und Spaghetti bolognese einmal in der vegetarischen Version versuchen?

Hütten – neue Trends

Nachhaltigkeit ist in aller Munde – gerade über der Waldgrenze. Bis 2030 soll gemäss SAC Schweiz die Mehrheit der Hütten klimaneutral sein. Für die Gäste heisst das sparsamer Umgang mit Energie, Wasser und auch ein Hinterfragen ihrer Konsumansprüche. Denn alles muss ja erst einmal per Helikopter eingeflogen werden. Die Gäste beeinflussen durch ihr Konsumverhalten das Angebot an Speisen und Getränken. Und wenn sie offen für Neues sind,

motiviert das die Hütten, spannende Spezialitäten und Ungewohntes auszuprobieren. Die Nachfrage bestimmt bekanntlich das Angebot.

Pizzoccheri oder Bratwurst

Vegetarische Menüs werden bald an der Tagesordnung sein – mit einem «Fleisch Supplement» als Beilage. Und Selbstgemachtes kommt vor Fertigprodukten. Seit langem gibt es sogar Hütten, die sich einen Namen mit Spezialitäten gemacht haben, die – nicht ganz überraschend – vegetarischer Natur sind: schon von der Brisenhaus Rösti, dem Damma Curry oder der Soupe aux Carottes rouges der Tracuithütte gehört? Auch bei den Preisen wird ein Umdenken stattfinden. Wer Fleisch als Beilage möchte, bezahlt einen Aufpreis.

Sirup oder Cola – Enzianschnaps oder Mittellandbier

Auch bei den Getränken gibt es Spannendes zu erleben. Tee und Sirup sind nicht nur günstiger als die eingeflogenen Fertiggetränke. Lokale Teemischungen laufen zunehmend dem langweiligen industriellen Beu-



Bilder (v.l.n.r.)

1. Ein Vegi-Menü kann genauso nahrhaft sein.
2. Die SAC-Hütten sind meistens so abgelegen, dass man alles mit dem Helikopter transportieren muss. Foto: Boris Baldinger

teltee den Rang ab. Selbstgemachte Sirups in allen Geschmacks- und Erlebnisrichtungen gibt es zum Ausprobieren – statt Cola und Industrie-Süssgetränke aus dem Flachland. Eine Flasche Bier, Cola oder Mineralwasser kostet auch auf einer Hütte nicht viel mehr als in der Stadt. Ein kleiner «Helizuschlag» könnte die Gäste sensibilisieren und der Finanzierung einer verbesserten Wasserversorgung für die Hütte dienen sowie auch lokale Hersteller zu neuen Genussexperimenten veranlassen.

Sportliche Belastung und vegetarische Ernährung

Wie reagiert der Körper auf sportliche Belastung, wenn es «nur» pflanzliche Kalorien gibt? Christoph Schindler begann beim SAC Uto vor drei Jahren vegetarische Menüs als neuen Standard der Hüttenverpflegung anzubieten. Er schreibt seit 2014

Touren aus und leitet seit diesem Jahr den Tourenbereich Hochtouren beim SAC Uto: «Auf einer Hochtour bin ich als Tourenleiter für Auswahl des Ziels, Anfahrt, Auswahl von Teilnehmenden und Material verantwortlich. Wieso also nicht auch für den CO₂-Abdruck und die Nachhaltigkeit? Dies schliesst für mich die Verpflegung in den Hütten ein», meint er.

«Vegi-Default»

Christoph bezeichnet dieses Angebot als Vegi-Default. «Als Standard gebe ich für jede Tour mit Übernachtung vegetarische Verpflegung an. Wer Fleisch möchte, kann dies angeben – so wie es früher bei den Vegi-Menüs war, nur anders herum», führt er weiter aus. «Durch diese Strategie wünsche ich mir, dass die Teilnehmenden vermehrt ein Vegi-Menü konsumieren, ohne zu einer Entscheidung gezwungen zu werden. Mir ist sehr

wichtig, dass keine Diskriminierung von Fleischkonsumenten stattfindet. Das vegetarische Menü soll als das neue Normal kommuniziert werden, das Fleischmenü als die Ausnahme.» Die Tendenz ist deutlich: Haben sich bei der Einführung des Konzepts 2020 erst 43 % der Teilnehmerinnen und Teilnehmer an Christophs Touren für ein vegetarisches Menü entschieden, so waren es im Jahr 2022 sogar alle.

Möglichen Leistungsabfall müsse man sicher beobachten, sagt Christoph, bisher habe er nichts feststellen können. Im Gegenteil: Erfolgreiche Sportlerinnen und Sportler setzen auf pflanzliche Ernährung für ihre Höchstleistungen. Wer hätte gedacht, dass die sportlichen Erfolge von Tia Blanco (Surfen), Serena Williams (Tennis), Alex Morgan (Fußballerin), Hanna Teter (Snowboard) auf Vegi-Power basieren? Und wer es immer noch nicht so recht glaubt: Wer kennt nicht Mike Tyson – sogar Boxweltmeister kann man mit einer vegetarischen Ernährung werden ...

So läuft die konkrete Tourenbuchung ab

Bei der Anmeldung wird neu bei allen Mehrtagestouren und Kursen die vegetarische Verpflegung standardmässig markiert sein. Damit wird man bei allen vorgesehenen Übernachtungen vegetarisch verpflegt werden. Wer Fleisch wünscht, gibt dies direkt im Kommentar an. Der Tourenleiter und die Hüttencrew können somit gut planen. Sobald das «Pro-Vegi-Team» der Umweltkommission der Sektion Uto Erfahrungen mit diesem Pilotprojekt gesammelt hat und es erfolgreich ist, wird Vegi als «Neues Normal» in der neuen Version der Tourenanmeldung vorhanden sein.

Für Kommentare und Meinungen
gerne Email an: umwelt@sac-uto.ch



Salomé Keller: Zum ersten Mal Hüttenwartin

Text und Fotos: Yvonne Schmoker (YS)
und George Eisler (GE)

Die Verhältnisse in den Bergen des Alpenbogens verändern sich dramatisch und in dieser schwierigen Zeit, im Sommer 2022, übernahm die junge Luzernerin Salomé Keller die Domhütte der SAC-Sektion Uto – keine leichte Aufgabe!

Die Erwartungen waren gross, die Verantwortung auch. Aber die 30-Jährige wusste, worauf sie sich einlässt, hat sie doch bereits während acht Jahren die Sommersaisons in der Domhütte verbracht. Der Bergführer und ehemalige langjährige Domhüttenwart Renato Schaller war ihr dabei ein Vorbild in Sachen Hüttenführung und Organisation. Während dieser gemeinsamen Jahre durfte sie auch immer mehr Verantwortung übernehmen, wenn Renato im Tal weilte.

Vor ihrer Premiere als Hüttenwartin in der Domhütte wollte Salomé im Winter 2020 noch eine Wintersaison in der Britanniahütte einschleusen. Doch diese endete nach zehn Tagen abrupt, da alle Hütten wegen der Pandemie geschlossen wurden. «Während dieser kurzen Zeit merkte ich bereits, dass Hütte nicht gleich

Hütte ist! Die Domhütte ist für mich Arbeits- und Kraftort in einem», sinniert sie.

Nachdem sie sich mit ihrem Partner Thomas die Hüttenübernahme reiflich überlegt hatte, unterzeichnete sie im Mai 2021 den Vertrag mit der Sektion Uto. Nebst ihrem Fulltimejob als Business Controller bei der «Andermatt Swiss Alps» bereitete sie sich alsdann eigenständig auf das Schweizerische Wirtepatent vor, das sie im März 2022 erfolgreich abschloss. Nun darf sie mit Segen der Eidgenossenschaft offiziell Gäste empfangen und bewirten.

Wie eine kleine Firma

Durch ihre Ausbildung zur Controllerin war auch das Verständnis für die Buchhaltung der Hütte gewährleistet, ein nicht zu unterschätzender Faktor. Die Anstellung von geeignetem Hüttenpersonal generierte sie aus ihrem langjährigen sozialen Umfeld – mit Erfolg. Einzig die Wartung der technischen Anlagen wie die Wasserturbinierung zur Energieversorgung, Wasserversorgung, Toilettenanlagen und Solaranlage bereiteten ihr Kopfzerbrechen. Aber auch da fand sie Unterstützung.



Bilder (v.l.n.r.)

1. Alles ein bisschen grösser als zu Hause: Salomé Keller wird mit der Küche vertraut gemacht.
2. Rösti braten funktioniert schon mal gut.
3. Liebe zum Detail: Salomé möchte ihren Gästen auch auf 2940 m einen kulinarischen Genuss bieten.



Auf geht's!

Nun war sie also da, die neue Hüttenwartin Salomé, die nichts dem Zufall überlässt und endlich konnte die Saisonplanung beginnen. Salomé setzte Arbeitspläne auf, bestückte einen grossen Teil des Inventars neu, bestellte erste Vorräte bei langjährigen Lieferanten ihres Vorgängers in Zermatt und Visp, füllte riesige Einkaufswagen und plante die ersten Versorgungsflüge. Ende Mai 2022 flog sie zu einem ersten Augenschein nach dem Winter in die Hütte. Der Abstieg war schon damals fast schneefrei. Zwei Wochen später nahm sie voller Elan das Einrichten der Hütte in Angriff. Danach war Salomé mit kurzen Unterbrüchen in ihrer Hütte, bis diese im Juli endlich geöffnet wurde.

Doch nicht alles lief wie geplant: Die Turbine zur Sicherstellung der Energieversorgung funktionierte an ihrem ersten Saisonbeginn nicht. Glücklicherweise produzierten die neuen Solarpanels durch das sonnige Wetter genügend Strom, sodass nur selten das Stromaggregat einspringen musste. Bereits Mitte August stellte sie Wasserknappheit fest. Dann hoffte sie inständig, dass Niederschläge die Situation entschärfen würden, damit sie die Saison bis 11. September 2022 wie vorgesehen durchziehen kann. Sie konnte, zum Glück.

Ein ganz normaler Hüttentag

Im Hüttenalltag zeigte die junge Hüttenwartin in ihrer ersten Saison, dass sie praktisch nichts aus der Ruhe brachte. Von ihrer Gelassenheit profitierte auch ihr Team. War zum Beispiel ein Versorgungsflug geplant, während der Nebel immer weiter emporstieg, blieb Salomé ganz cool. Geduldig stand sie draussen und beantwortete die Fragen der Helibasis nach der Sichtweite.

Alles hat seinen Gang – inklusive feinem Hauptgang

Was passiert, wenn die dringend benötigten Lebensmittel nicht geliefert werden? Die Hütte ist bereits bis auf den letzten Platz besetzt, aber Salomé bleibt gelassen. Der Nebel löst sich auf, der Helikopter setzt mit ihrer Einweisung seine Unterlast punktgenau vor dem Kellereingang ab. Es ist beinahe 17 Uhr, die Essensvorbereitungen laufen bereits und Salomé versorgt mit einer Angestellten ruhig die Vorräte an ihren vorgesehenen Platz. In der Küche funktioniert der Rest des Teams und pünktlich um halb sieben wird die Suppe serviert, danach ein schöner Salatteller, gefolgt von einem herrlich angerichteten Hauptgang. Während das Dessert serviert wird, ist der Abwasch bereits voll im Gang. Speiseresten gibt es kaum, hat Salomé doch ausgeklügelt die Mengen für alle

Feine Rösti,
atemberaubendes
Panorama: Was
braucht man mehr?



Speisen pro Person in einem Ordner festgehalten, woraus dann die genaue Menge pro Mahlzeit errechnet wird. Spätestens zwei Stunden nach Beginn des Services sitzt das Hüttenteam in der aufgeräumten Küche vor ihrem wohlverdienten Abendessen.

Alles hat seinen Platz, alles seinen Gang!

«Selbst wenn ich Arbeiten ausserhalb der Hütte zu leisten habe wie die Kontrolle der Wasserversorgung oder einen meiner seltenen Talgänge einschalte; mein eingespieltes Team erledigt alle anfallenden Arbeiten in der Hütte selbständig», meinte eine zufriedene Hüttenwartin und fährt dankbar fort: «Thomas schenkte mir zum Geburtstag Helfertage in der Domhütte – und er greift mir immer noch hilfreich unter die Arme, obschon mein ganzes Guthaben bereits längst aufgebraucht ist!»

Der Dom macht abhängig

Salomé schätzt es sehr, wenn sie in die Planung von Arbeiten rund um die Hütte einbezogen wird, so wie letztthin, als sie mit einem Bergführer zum Festjoch geflogen wurde, um die Notwendigkeit einer Leiter hinunter zum Hohberggletscher abzuklären, die unterdessen bereits zur Sicherheit der Alpinisten installiert wurde. Dazu meint sie: «Der Dom ist die Existenz der Domhütte und die Domhütte meine Existenz» und fährt fort: «Ein gutes Einvernehmen mit George Eisler, dem Hüttenverwalter, ist unerlässlich. Nur mit guter Kommunikation können Probleme behoben werden, bevor sie in Unstimmigkeiten umschlagen.»

Wehmütige Abreise ins Tal

Der Hüttenommer 2022 neigte sich bereits dem Ende zu. Noch war an den Wochenenden die Hütte voll besetzt, aber an den Wochenta-

gen gingen die Besucherzahlen langsam zurück. Es galt, die Bestellung sorgfältig zu planen, um bei Saisonende möglichst wenig ins Tal fliegen zu müssen. Das Hüttenteam arbeitete mit Salomé auf die Hüttenschliessung hin. Ganz am Ende blieben aber immer noch wichtige Sachen zu erledigen wie Reinigung der Toilettenanlagen und der Küche, Bettwäsche abziehen, sämtliche Leitungen in der Hütte entleeren, den Notraum herrichten und den Materialflug ins Tal organisieren. Zu Hause warteten dann noch diverse Büroarbeiten wie die Buchhaltung und die Abrechnung mit dem SAC. Erst dann konnte Salomé die Übernachtungszahlen und die Erfolgsrechnung studieren, um daraus Rückschlüsse für das nächste Hüttenjahr zu ziehen. Aber all die guten Rückmeldungen der Hüttenbesucher allein genügten schon, um sich auf die nächste Sommersaison 2023 zu freuen.



Die Hütte ist vom 29. Juni bis 10. September 2023 bewartet. Für Übernachtungen ist eine Reservation obligatorisch.

Heimliche Helden des Uto-Alltags:

Megaprojekt mit etwas Harakiri

Text: Regula Wegmann

Cédric Baumgartner war ehrenamtlicher Projektleiter der neuen Website der Sektion Uto. Vor gut einem Jahr ging sie online. Ohne die damalige Auszeit von der Arbeitswelt hätte er das Projekt wohl nicht stemmen können, sagt er heute.

Der 36-jährige Zürcher ist eigentlich immer gut drauf und sehr engagiert. Doch im Moment könnte es ihm besser gehen. Er hat sich auf der steilsten Piste Österreichs, der Harakiri-Piste in Mayrhofen, das Knie geprellt und wollte eigentlich zum Interview in der Davoser Bergwelt unterwegs sein. Jetzt muss er sich in seiner Dachwohnung in Wipkingen schonen – immerhin hat er jetzt Zeit für das Interview.

Noch schneller wurde er zum Projektleiter der neuen Website

Im Frühjahr 2021 wurden Cédric und seine Freundin Julia Mitglieder der Sektion Uto. Er stand kurz vor einem Sabbatical und plante mit seiner Liebsten eine Alpenüberquerung von Oberstdorf nach Meran. Die beiden wollten dafür gewappnet sein und nutzten das Angebot des Uto-Fitnesstrainings. «Eine super Sache, man wird richtig fit. Zudem wollten wir wieder vermehrt in den SAC-Hütten übernachten», sagt Cédric heute. Ebenfalls war er interessiert, aktiv in der Sektion mitzuarbeiten. Schnell war er mit dem Uto-Präsidenten Erik Weitering in Kontakt und noch schneller wurde er zum Projektleiter der neuen Website ernannt.

Talabfahrt inklusive

Seite an Seite mit Torben Stephan, Anna Busch und weiteren entwickelte er mit der externen Webagentur diesen digitalen Kommunikationskanal der Sektion weiter. Hunderte ehrenamtliche Stunden hat er dafür investiert: «Hätte ich während dieser Zeit 100 % gearbeitet, wäre das kaum aufgegangen», meint Cédric und fügt an: «Es war nicht immer einfach. Unser Budget und



Cédric Baumgartner mit seiner Freundin Julia auf der Alpenüberquerung.

unsere Umsetzungszeit waren knapp bemessen und wir mussten einige Kompromisse eingehen. Wenn dann noch viele Einwände in dieser turbulenten Zeit von verschiedenen Seiten auf uns Helfer einprasselten, war unsere Motivation zeitweise ziemlich im Keller.» Aber Cédric gab nicht auf und mit dem Resultat sind er und alle anderen heute sehr zufrieden.

Langsam eingependelt

Während seiner Auszeit vom «Angestellendasein» entwickelte Cédric sein eigenes Unternehmen weiter, das er 2014 mit Freunden gründete. Die freshcom GmbH ist eine Kommunikationsagentur, die auf Videoproduktionen spezialisiert ist. Heute ist der Senior Communication Manager zwar wieder angestellt, doch sein Baby bleibt freshcom, wo er weiterhin strategisch und unterstützend mitwirkt. Auch der Sektion Uto ist er weiterhin treu geblieben und als Leiter des Webteams ist er für die Weiterentwicklung und Aktualisierung der Website verantwortlich. Cédric macht diese Freiwilligenarbeit sehr gerne und ist froh, dass aus der intensiven Projektphase im letzten Jahr ein angenehmes Ehrenamt geworden ist, das er neben seinen anderen Hobbys wie Wandern, Snowboardtouren und DJing machen kann. «Ich finde es super, wie sich der Verein momentan entwickelt. Neue Leute bringen frischen Wind rein», freut sich Cédric, der sich aber noch mehr kleinere Uto-Events wünscht, damit man die Uto-Community auch persönlich kennenlernen kann. Vielleicht einer seiner nächsten Würfe in seiner nächsten Auszeit? «Wohl kaum», lacht Cédric. «Teilnehmen schon, planen und organisieren dürfen gerne auch andere» – recht hat er.

100 Jahre Uto-Seniorinnen und -Senioren: Festschrift

Text: Regina Schallberger

Am 28. November 1922 beschlossen rund 60 ältere Clubmitglieder die Gründung einer Seniorengruppe innerhalb der SAC-Sektion Uto. Fast auf den Tag genau 100 Jahre später – am 26. November 2022 – haben wir das Jubiläum anlässlich des Jahreschlussfestes der Seniorinnen und Senioren in der Aula des Hirschengraben-Schulhauses in den Mittelpunkt gestellt. Damit setzten wir den Schlusspunkt hinter ein Tourenjahr,

das mit verschiedenen Anlässen, wie die Wiederholung des Senioren-Tourenprogramms von 1923 sowie zwei Sterntouren, an die Gründung der Seniorengruppe erinnerte. Eine «Festschrift» soll dazu beitragen, dass die Erinnerungen an das Jubiläumsjahr 2022 nicht zu schnell wieder verblassen. Die Schrift wird im Verlaufe des Frühjahrs erscheinen. Sie wird an die «Gründerväter» und ihre Beweggründe sowie an die Entwick-

lung der Seniorengruppe erinnern sowie an die diversen erlebten Anlässe im Verlaufe des Jubiläumsjahres.

Die Festschrift wird in einer begrenzten Auflage gedruckt. Seniorinnen und Senioren, die in den letzten zwei Jahren an Touren oder Anlässen der Seniorengruppe teilgenommen haben, werden das Heft per Post zugeschickt erhalten. Wer nicht auf diesem Verteiler steht, aber an der Festschrift interessiert ist, kann diese anfordern, und zwar ab Ende April bei Regina Schallberger (044 822 44 56) und Fredy Hänni (044 201 90 60 oder 079 507 05 10). Die Festschrift wird auch auf der Uto-Website als PDF-Datei zur Verfügung stehen.

Termine bis Ende Juni

Regelmässige Treffen

- 1.4.2023** Samstags-Treff
15.4.2023 Ab 10 Uhr gemütliches Beisammensein im
6.5.2023 Restaurant Albisgüetli. Keine Anmeldung
20.5.2023 erforderlich.
3.6.2023
17.6.2023

Touren

12.4.2023 **Mittwochswanderung** Fredy Lengacher

Wanderung nach Verhältnissen
 Anmeldung via Website vom 3.4. bis 9.4. oder telefonisch
 am Montag, 10.4., von 18 bis 19 Uhr (056 624 17 55)

10.5.2023 **Mittwochswanderung** Joachim Lucht

Wanderung nach Verhältnissen
 Anmeldung via Website vom 1.5. bis 8.5. oder telefonisch
 am Montag, 8.5., von 18 bis 19 Uhr (079 277 71 55)

14.6.2023 **Mittwochswanderung** Barbara Brändli

Wanderung nach Verhältnissen
 Anmeldung via Website vom 5.6. bis 12.6. oder telefonisch
 am Montag, 12.6., von 18 bis 19 Uhr (079 311 55 18 oder 044
 363 88 63)

Exkursion

3.5.2023 **Bergwerk Gonzen**

Auf unserer Frühjahrsexkursion besuchen wir das grösste Schaubergwerk der Schweiz im Innern des Gonzen bei Sargans.

Eine Führung vermittelt uns einen Eindruck von der Grösse dieses Bergwerks. Nach einem einführenden Film besteigen wir – mit einem Helm ausgerüstet – den Bergwerkszug für die 2 km lange Fahrt durch den Basisstollen in den «Hauptbahnhof». Ab hier sind wir zu Fuss unterwegs und erhalten auf unserem Rundgang einen Einblick in die Infrastruktur des Bergwerks. Dauer der Führung: 2,5 h. Kosten: 18.– für die Führung und 5.– Unkostenbeitrag Sektion Uto. Alle Angemeldeten erhalten das Detailprogramm zugeschickt. Anmeldung Online vom 1. bis 30. April. Achtung: Wer im Lift unter Platzangst leidet, darf nicht in den Berg einfahren!

Aktuelle Informationen

Details zu den Touren und Veranstaltungen sind auf der Website verfügbar:
sac-uto.ch › [aktivitaeten](#) › [touren und kurse](#)

Vom Berg verschluckt – Abenteuer in der Schrattenhöhle

Text: Regula Wegmann
Fotos: Sebastian Lanz und Martin Trüssel



Bis jetzt hatte ich vor allem Abenteuer auf oder am Berg erlebt. Ich war dementsprechend aufgeregt, als mir der Schweizer Höhlenguru Martin Trüssel bestätigte, dass wir mit ihm auf ein Höhlenabenteuer im Berg kommen dürfen.

Vorabklärungen zu unserer Fitness und möglichen klaustrophobischen Neigungen beantwortete ich unkompliziert mit Daumenhoch-Emoji via Whatsapp. Schliesslich bekomme ich weder auf einem Festival-Toitot noch während eines MRIs Panikattacken. Der Frage, ob wir mit Seil und Klettergstättli umgehen können, stimmte ich ebenfalls zu. Aber ehrlich gesagt, wir hatten keine Ahnung, was uns erwarten würde. Abseilen, klettern, kriechen – wir liessen uns einfach darauf ein, ohne grosse

Vorbereitung – die übernahm unser Guide Martin Trüssel, der bereits seit über 40 Jahren im Karsthöhlengebiet Melchsee-Frutt forscht.

«Sie kommen uns in 6 Stunden suchen»

Trüssel begrüsst uns an der Talstation der Melchsee-Frutt-Gondeln, von wo aus es dann im geländetauglichen Subaru hoch ins Karstgebiet geht. Mit im Gepäck haben wir die Ausrüstung, den Schlüssel für das Tor zum Höhleneingang und ein 4 000 Jahre alter Bärenschädel, der Trüssel auf einer Exkursion gefunden hatte. Das Wetter ist an diesem Tag im August 2022 neblig und trist – der perfekte Tag, um in den Untergrund zu steigen. Mitten auf der Alp, bei einem unscheinbaren Stolleneingang, halten wir an. Wir ziehen unsere

reiss- und wasserfeste Höhlenmontur an, steigen in die Gummistiefel mit Grip und prüfen die Taschenlampen. Ohne Licht ist man nämlich in diesem Höhlensystem am Arsch (der Welt). Apropos, im Stollen befindet sich das Kanalisationsrohr der Melchsee-Frutt. Wir folgen ihm mehrere hundert Meter ins Innere des Berges. Hier können wir noch aufrecht und hintereinander gehen. Es wird zunehmend kühler. Ob mich meine professionellen Höhlen-Gummihandschuhe warm halten? Ob wir da je wieder rauskommen? Die Vorfreude, aber auch Bedenken steigen mit jedem Schritt. Trüssel winkte ab und meint beruhigend: «Meine Frau weiss Bescheid. Wenn wir in sechs Stunden nicht zurück sind, kommen sie uns suchen.» – Beruhigend ...



Bilder (v.l.n.r.)

1. Die Spezies roter Blauköpfler findet sich nur noch in der Schratthöhle.
2. Kopfüber geht's in eine Engstelle. Nichts für Ungeübte.
3. Goodbye Höhlenabenteurer: der Ausgang zurück in den Stollen.

Einmal durch die Lücke gepurzelt ...

Plötzlich hält der 62-Jährige an und sagt: «Jetzt müssen wir da rechts rein.» Ich sehe eine A3-Blatt-grosse Lücke. Zuerst bin ich unsicher, ob ich da überhaupt reinpasse, doch die beiden Bauchumfänge meiner zwei Höhlen-Buddies beruhigen mich. Wenn die beiden da durchkommen, dann wohl auch ich. Trüssel ist ziemlich gross und nicht mehr der Jüngste, doch wie wir gleich feststellen werden, unglaublich wendig und flink. Einmal durch die Lücke gepurzelt, finden wir uns in einem kleinen Raum wieder, wir können stehen und bekommen das letzte Briefing, bevor es los geht. Doch, ich sehe überhaupt keinen weiterführenden Gang. War's das schon? Trüssel lacht und zeigt auf einen kleinen Spalt in einer Ecke. Da lang! Sebastian und ich können es kaum glauben, da sollen wir durch? Das sieht absolut unmöglich aus.

Doch der Chef geht vor, kriecht und verschwindet. Er ruft uns zu, als ich nur noch seine Füsse sehe, wir sollen ihm folgen. Rucksack voran, roben wir auf dem nasskalten Gestein hintereinander Richtung Höhlenabenteurer. Wir müssen uns wie Maden fortbewegen, der Schacht ist zum Kriechen zu klein. «Der Darm» nennt Trüssel diese 20 Meter lange Passage. Mitten im «Darm» geht Sebastians Puls hoch, er muss kurz in Ruhe atmen, um eine Panikattacke abzuwenden. Denn Umkehren liegt nicht drin.

Bedrohlich und doch geborgen

Diese erste Challenge meistern wir mit wenigen Anfangsschwierigkeiten problemlos. Wir erreichen eine weitere Kammer – der «Dom». Hier können wir wieder stehen. Wasser plätschert. Ansonsten hätte es absolut still sein können, wäre da

nicht meine Neugier, die Trüssel mit verschiedenen Fragen rund um die Entdeckung dieses Höhlensystems löchern. Er erzählt, wie er und seine drei Brüder schon als Jugendliche in den Höhlen rumgeklettert sind, vom frühen Tod seiner Mutter und dass «seine» Höhlen ihm Geborgenheit geben. Wie Karsthöhlen entstanden sind und wie es sich anfühlt, wenn man mehrere Wochen ohne Unterbruch in einer Höhle forscht. Bereitwillig und unterhaltsam gibt er Auskunft. Währenddessen schauen wir uns im «Dom» um: Die Stalagmiten und Stalaktiten gehören ebenfalls zu unseren Zuhörern. Surrile Felsformationen und Spalten wirken zwar bedrohlich, doch mit Trüssel an der Seite, fühlen wir uns sicher.

Bekanntschaft mit Felsvorsprung

Es geht weiter ins Innere des Höhlensystems, das noch lange nicht fertig



erforscht ist. Nun traversieren wir an einer Felswand. «Diese geht mehrere Dutzend Meter in die schwarze Tiefe», erzählt uns Trüssel. Wir seilen uns an. Die Gummistiefel sind zwar nicht mit Kletterfinken zu vergleichen, trotzdem haben wir erstaunlich guten Halt beim Klettern. Ich schaue ehrfürchtig in die Tiefe und bin im selben Moment froh, dass ich einen Helm trage. Bamm, ich habe nicht nach oben geschaut und mein Kopf macht prompt Bekanntschaft mit einem Felsvorsprung. Die Dunkelheit und das beschränkte Sichtfeld sind eine neue Erfahrung für mich. Meine Sinne spielen verrückt. Dimensionen verschieben sich. Wir gehen weiter, kriechen, klettern, robben und lachen. Denn nicht immer stellen wir uns wahnsinnig clever an. Nach zwei

Stunden und gefühlten 20 Kilometern heisst es, den «Heimweg» anzutreten. Sebastian und ich würden ihn trotz funktionierender Stirnlampe nicht finden. Denn die Passagen und Durchgänge sind oft kaum erkennbar. Zum Glück macht sich Trüssel nicht allzu oft ein Spässchen daraus, uns «hinters Licht zu führen». Trotzdem, es ist eindrücklich, wie einem die Orientierung abhandenkommt.

Nach dreieinhalb Stunden sind wir wieder draussen, begeistert und gleichzeitig erschöpft. Und wie weit waren wir jetzt in der Schratthöhle drin? Trüssel schmunzelt: «Es waren knapp 500 m.» Nichts für Strava-Typen also, aber ein Erlebnis, das uns immer in Erinnerung bleiben wird.



Über die Höhlenforschung auf der Melchsee-Frutt

Seit über 40 Jahren wird die Karst- und Höhlenwelt der Melchsee-Frutt von einer kleinen Forschungsgruppe lückenlos dokumentiert. Schon bei der ersten Erkundungstour im Jahr 1976 entdeckten die vier Höhlenforscher, Gebrüder Trüssel, gleich mehrere, bislang unbekannte Höhleneingänge. Seither konnten 121 Höhleneingänge inventarisiert und insgesamt 63 Kilometer Höhlengänge vermessen werden. Über 2 000 Tierskelette von über 50 Tierarten wurden geborgen. Zahlreiche Projekte mit verschiedenen Forschungsdisziplinen konnten initiiert werden. Heute steht fest: Die Melchsee-Frutt beherbergt die bedeutendsten Karstgebiete der Schweiz – eine dreidimensionale Landschaft, die mit ihren Karströhren und unterirdischen Wasserläufen tief unter die Erde reicht. Abgeschlossen ist die Forschung aber noch lange nicht. Die Stiftung Naturerbe Karst und Höhlen Obwalden (NeKO) wird zusammen mit der Höhlenforscher-Gemeinschaft Unterwalden (HGU) auch in Zukunft auf den Spuren der «Unterwelt» bleiben. Weitere Infos: www.neko.ch.

Eisklettern und Wintertraining

Text: Martin Rahn

Die Wintermonate dienen den meisten Sportkletterinnen und -kletterern einer kurzen Regenerationsphase und anschliessend einem gezielten Aufbautraining für eine neue lange Klettersaison.

Petra Klingler brilliert im Eisklettern

Petra Klingler nimmt in den Wintermonaten schon seit vielen Jahren an den Eiskletter-Wettkämpfen teil. Sie liess die ersten beiden Europacups aus und startete Mitte Januar am ersten Weltcup in CheongSong (KOR). Bereits nach der Qualifikation gehörte sie zu den Führenden. Sowohl nach dem Halbfinal wie auch nach dem Final lag sie dann allein an der Spitze. Damit startete Petra gleich mit



Petra Klingler (Bonstetten) zeigte am Weltcup in Saas-Fee eine weitere starke Leistung. Sie erreichte hinter Sina Goetz (SUI) und Marion Thomas (FRA) den tollen dritten Rang
Foto: Kaspar Kellerhals, Verein Ice Climbing Saas-Fee

einem Start-Ziel-Sieg in die Eissaison. Nur eine Woche später wurde sie in Champagny-en-Vanoise (FRA) hinter Woonseon Shin (KOR) Zweite, doch beste Europäerin. Somit konnte sie am Heimweltcup Ende Januar in Saas-Fee als frisch gebackene Europameisterin starten. Im speziell umgebauten Parkhaus von Saas-Fee zeigte Petra eine tolle Qualifikation und führte das Zwischenklassement an. Im Final reichte es dann nicht ganz und Petra wurde Dritte. Der Sieg ging an Sina Götz (Mastrils).

Podest für Daan van Bokhoven zum Saisonstart

Anfang März startete in der Spinnerei in Ibach die Sportklettersaison mit einem Swiss Climbing Cup für die Elite und die Kategorie U18. Bei den Herren U18 konnte sich Daan van Bokhoven als Fünfter für den Final qualifizieren. Im Final konnte er dann noch zulegen und erkämpfte sich zum Saisonauftakt einen Podestplatz. Er wurde Dritter hinter Romain Sabatier (Echandens) und Levin Straubhaar (Uetendorf).

Zürcher Klettermeisterschaften

Auch 2023 finden die Zürcher Klettermeisterschaften (ZKM) statt. Sie stehen allen Kletterbegeisterten offen und starten Mitte Mai mit dem ersten von drei Wettkämpfen in der Kletterhalle Griffig in Uster.

Die nächsten Termine:

- 1.4.2023:** Bulle (SUI): Swiss Climbing Cup und SM, Bouldern [Elite, U18]
- 15.4.2023:** Baden (SUI): Youth Climbing Cup, Bouldern [U16, U14, U12]
- 29.4.2023:** Bern (SUI): Youth Climbing Cup, Speed [U16, U14, U12]
- 29.4.2023:** Bern (SUI): Swiss Climbing Cup, Speed [Elite, U18]
- 6./7.5.2023:** Domat/Ems (SUI): Youth Climbing Cup und SM, Bouldern, [U16, U14, U12]
- 13.5.2023:** Uster (SUI): Zürcher Klettermeisterschaften Lead [U10 bis Elite]
- 30.6. – 2.7.2023:** Villars (SUI): Weltcup Lead und Speed
- 1. – 12.8.2023:** Bern (SUI): Weltmeisterschaften Lead, Bouldern Speed, B&L

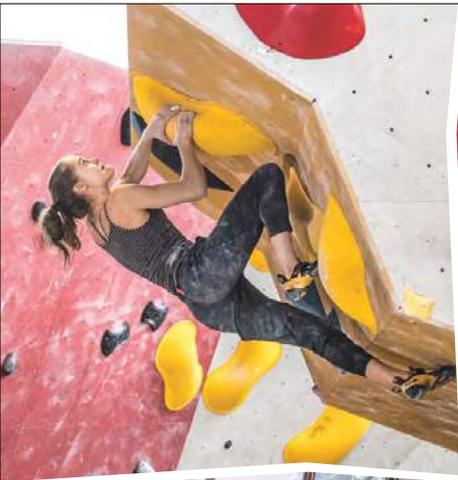
Aktuelle Informationen
regionalzentrum.ch

In drei Schritten zum/zur Tourenleitenden

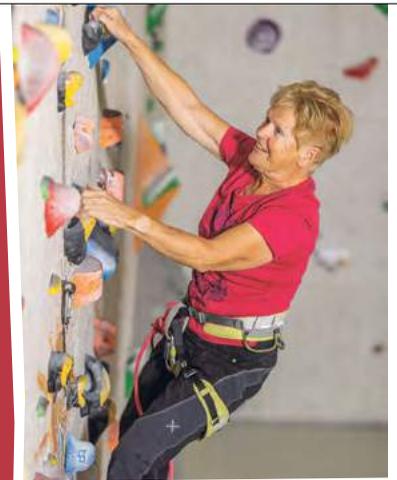
Der SAC Uto benötigt immer neue Tourenleiter:innen, um genügend Touren für die Mitglieder anzubieten. Der SAC Uto begleitet dich bei der Ausbildung zum/zur Tourenleiter:in. Die Ausbildung verläuft in drei Schritten. Weitere Infos: sac-uto.ch › [sektion](#) › [mitmachen](#) › [ausbildung-zur-tourenleitung](#)



Anzeige



Kletter:innen und alle, die es werden möchten, sind so vielfältig wie das Klettern selbst. Jede Route und jedes Boulderproblem fordert uns anders heraus und erfordert unterschiedliche Techniken und Strategien. Gleichzeitig bringt jede:r Kletter:in eigene Stärken und Schwächen mit an die Wand. Ob du gerade mit dem Klettern anfangen oder Neues dazulernen möchtest, ob du deine Leistung optimieren oder einfach Freude an der Bewegung haben möchtest, und egal in welchem Lebensabschnitt du dich befindest: Bei uns findest du den richtigen Kurs für deine Fähigkeiten und Ziele.



KLETTERN LERNEN IN JEDEM ALTER

info@kletterzentrum.com | Tel: +41 44 755 44 33
www.kletterzentrum.com



Die Sektion Uto hat viel zu bieten

Seit der Gründung im Jahre 1863 ist die Sektion Uto zur mitgliederstärksten Sektion des gesamten SAC gewachsen. Wir verfügen über ein grosses Tourenprogramm: Mit über 220 Tourenleitenden bietet die Sektion Uto rund 1 000 Touren, Kurse und Anlässe an. Unser Verein lebt durch unsere gemeinsamen Aktivitäten beziehungsweise eure Teilnahme. Wir freuen uns darauf, mit euch unterwegs zu sein und an unseren geselligen Anlässen mit euch zu feiern.



11 362

SAC Uto-Mitglieder sind per 15. März 2023 registriert.



über 1 000

geplante Touren, Kurse und Anlässe beinhaltet das Jahresprogramm 2023. Im Verlaufe des Jahres kommen weitere zirka 100 sUbiTO-Touren dazu.



10

verschiedene Bergsport-Disziplinen stehen in der Sektion Uto zur Auswahl – für die Jugend, Familien, die Aktiven wie auch für Seniorinnen und Senioren.

Winterschlussverkauf 20. bis 24. April (23.04. geschlossen)

Kompletter Mietmaterialverkauf 40% Rabatt auf das gesamte Sortiment

- Tourenskiset mit Bindung und Fell ab 499.-
- Skitourenschuhe ab 199.-
- Mammut Barryvox ab 199.-

Nur Lagerware, solange der Vorrat reicht

Versand gegen Rechnung möglich

WWW.RUEDIBERGSPORT.CH

Birmensdorferstr. 55 | 8004 Zürich | Tel. +41 (0)44 241 58 52

