

Mai | Juni 2022

94. Jahrgang | Nr. 3

Sektion St.Gallen
Schweizer Alpen-Club SAC
Club Alpin Suisse
Club Alpino Svizzero
Club Alpin Svizzer



Clubnachrichten Sektion St. Gallen

DEIN SCHÜGA.



Wir nehmen uns Zeit für unser Bier.

Richard Reinart
Chef-Braumeister



Fit für Fels und Berg.

Kletterkurse
Schnupperklettern
Vereins-, Firmenanlässe

Kletterzentrum St.Gallen
www.diekletterhalle.ch
Tel. 071 310 09 09



Die Kletterhalle



Editorial

Inhalt

3	Editorial
4	Aus dem Vorstand
9	Expeditionsteam
10	Programm Mai
24	Programm Juni
43	Voranzeige Juli
44	Tourenberichte
48	Geburtstage Mai/Juni
50	Neueintritte Februar/März
51	Clubleben/Mitteilungen

Impressum

94. Jahrgang, 2022 | Nr. 3
Publikationsorgan der
SAC Sektion St.Gallen
Erscheint 6-mal jährlich

Mitgliederverwaltung und Adressänderungen

SAC Sektion St.Gallen,
Adrian Rufener, Postfach 1809,
9001 St.Gallen, Tel. G 071 228 80 00,
mitglied@sac-stgallen.ch

IBAN CH 460900 0000 9000 0974 4

Inserate

Ruth Signer, Gremmstrasse 18,
9053 Teufen
inserate@sac-stgallen.ch

Redaktion

Michelle Raymann
redaktion@sac-stgallen.ch

Gestaltung, Druck und Versand

Niedermann Druck AG,
9015 St.Gallen

Redaktionsschluss

Nr. 4 – Juli | August 23.5.22

Nr. 5 – September | Oktober 23.7.22

Titelbild

Bergwanderung Federispitz
Foto: Thomas Winkler

Liebe Mitglieder

Der Krieg in der Ukraine macht uns bewusst, dass Freiheit und Demokratie nichts Selbstverständliches sind. Wir hoffen, dass sich der Mut und die Entschlossenheit der Ukrainerinnen und Ukrainer auszahlen wird.

97 Mitglieder haben an der elektronischen Abstimmung teilgenommen, was im Vergleich zum Vorjahr mit fast 300 Teilnehmenden wenig ist. Die Resultate findet Ihr in dieser Ausgabe.

Christian Häberli hat die Funktion «Soziale Medien» übernommen. Herzlich willkommen als Kommissionsmitglied! Gemeinsam mit der Redaktorin der Clubnachrichten und unserer Webmasterin entwickelt er nun ein Kommunikationskonzept. Catia Brunnenmeister, Tourenleiterin Aktive, wird im Rahmen ihrer Masterarbeit ein Marketingkonzept mit Schwerpunkt Digitalisierung für unsere Sektion ausarbeiten. Wir danken auch Catia für die Inputs, die wir von ihr erhalten werden.

Am 2. März haben sich knapp 10 Mitglieder des Hüttenteams und weitere Interessierte zum Thema Clubheim getroffen. Eine Zusammenfassung findet ihr in den Clubnachrichten. Die Bewilligung unserer Dachsanierung mit PV Anlage ist eingetroffen. Die JO hat bei der Aktion der Migros «Support your Sport» das Sommerlager als Projekt eingegeben. Ihr könnt mit jedem gespendeten Bon also dazu beitragen, dass sich das Sommerlager so finanzieren lässt. Wir finden es toll, dass sich die JO dafür engagiert.

Die Sektion SAC Thurgau feiert ihr 125-jähriges Jubiläum. Infos zum Programm gibt es auf www.sac-tg.ch. Wir wünschen der Sektion viele tolle Begegnungen.

Für das Präsidium
Ruth Kulcsàr Meienberger

Aus dem Vorstand

HV 2022 Abstimmungsergebnisse (Protokoll)

Die Hauptversammlung vom 10. März 2022 konnte corona-bedingt nicht als Präsenzveranstaltung durchgeführt werden. Um den Vorstand zu entlasten, Wahlen durchzuführen, das Budget abzunehmen sowie den Entscheid über das Traktandum Grialetsch zu erhalten, wurde gestützt auf die Covid-19-Verordnung 3 Art. 27 eine elektronische Abstimmung durchgeführt. Diese fand zwischen dem 19. Februar und 11. März 2022 statt. Die nötigen Informationen wurden in den CN 2/2022 März/April publiziert.

Es haben 97 Mitglieder teilgenommen. Nicht alle Fragen wurden von allen Teilnehmenden beantwortet.

Fragen	Anzahl Antworten	
	Ja	Nein
Willst Du das Protokoll der HV vom 11. März 2021 («Resultate Wahl und Abstimmung HV 2021 inkl. zweiter Abstimmungsgang mit Stichentscheid») genehmigen?	84	5
Willst Du die Jahresberichte (Präsident, Hütten, Touren) 2021 genehmigen?	85	6
Willst Du die Jahresrechnung 2021 genehmigen?	85	4
Willst Du dem Vorstand für das Vereinsjahr 2021 Entlastung (=Zustimmung zu der Art und Weise, wie der Vorstand seine Aufgaben ausgeführt hat) erteilen?	75	12
Willst Du das Sektionsbudget 2022 (vgl. Spalte der Erfolgsrechnung) genehmigen?	82	8
Willst du die (unveränderten) Jahresbeiträge 2023 der Sektion genehmigen?	86	4
Willst du den Erledigungsvorschlag Grialetschhütte gemäss Beschluss des Vorstandes vom 26. Oktober 2021 annehmen?	69	19
Willst du die Änderungen unserer Statuten genehmigen?	79	9

14. März 2022

Adrian Rufener, Mitgliederverwaltung



Eine Ära geht zu Ende

Walter Hollenstein und Armin sind nicht mehr im Amt als Clubheimchef und -stellvertreter. Damit endet nicht nur ein Amt, sondern eine ganze Ära im Clubheim, die wir alle über Generationen miterlebt haben. Dass Walters Lebenswerk auf unschöne Art geendet hat, tut uns leid. Wir haben uns zusammengesetzt und ein wenig zurückgeschaut und Erinnerungen ausgetauscht, die wir hier gerne mit allen teilen. Die Erinnerungen sind bruchstückhaft und erheben keinesfalls den Anspruch auf eine vollständige Darstellung des geleisteten Einsatzes.

Walter war sehr viele Jahre lang Hüttenwart, sogar schon bevor Ernst Brülisauer als Clubheimchef amtierte. Schliesslich wurde Walter Clubheimchef. In diesem Amt unterstützte ihn zuerst Matthias Hugentobler als Stellvertreter und dann sein Sohn Armin. Somit wurde das Clubheim sozusagen zu einem Hollenstein-Familieninhalt, denn auch die Tochter Erika unterstützte die beiden tatkräftig.

Schon zum Znüni gabs «fette Brötli»

Unvergessen sind sicher die vielen Holz- und Putztage, an welchen die drei Hollensteins mit nicht zu unterschätzender Vorbereitung dafür sorgten, dass alle anstehenden Arbeiten an diesem Tag erledigt werden konnten. Dabei war eine konservative Rollenteilung selbstverständlich, die Damen arbeiteten mehrheitlich im Haus, schüttelten Decken aus, bezogen Matratzen neu, wischten und putzten, ölten Holzböden und kümmernten sich um Sauberkeit in Küche und Waschraum. Derweil schleppten die

Männer mit den Räfs Holzrugel von den zuvor von Walter und Armin umgelegten Tannen hoch. An der Spaltmaschine mit der fürchterlichen Spirale, die alles reinzieht, stand Walter, denn er wusste, wen er an diese Maschine lassen durfte und wen nicht. Das Bild von Walter mit FFP2 Maske am Holzscheiten bleibt unvergessen. Dabei trat er nie als Kommandant auf, aber alles lief wie am Schnürchen. Die Scheiter wurden fein säuberlich in den Holzschopf eingereicht. Bei allen Arbeiten waren die Hollensteins vorne dabei, Walter und Armin beim Holz, und Erika sorgte für das Essen der Helferinnen und Helfer. Da wurden Tische und Stühle draussen aufgestellt und es gab schon zum Znüni fette Brötli mit viel Fleischkäse und leckeren Saucen. Zum Zmittag dann Salat, üppiges Essen mit Dessert, und weiter ging die Arbeit bis zum Abendessen. Wenn die Helferinnen und Helfer fertig waren, erledigte die Familie Hollenstein noch lange die letzten Aufräumarbeiten.

Alles wurde repariert

Denn was immer Walter auch macht, er macht es gründlich und richtig. Das Seriöse, das Perfekte, das Handwerkerliche ist sein Ding. Er ist der Urhandwerker. Sein grosser Einsatz ist unumstritten. Seine stets praktischen Lösungen sind zweckdienlich, über den Stil und das Material waren sich nicht immer alle einig, aber niemand hat an seinem Handwerk gezweifelt.

Alles wurde handwerklich geschickt repariert. Mit Pragmatismus, ohne lange zu studieren, werkte er, was ihm wichtig erschien. Der Unterhalt war gewährleistet. Das Clubheim war stets sauber/

aufgeräumt, kein Schnickschnack war da, alles war im Schuss. Einzig das Deglieren ging nicht so einfach von der Hand. Da werden ein paar Sachen in den Bart gemurmelt: «So und so muesch denn da mache.» Aber gemacht hat er es dann doch selbst. Hauptsache, die Sache ist einfach und sauber.

Manchmal waren seine Lösungen praktisch bis zum Gehtnichtmehr. So wie die Platten vor dem Clubheimeingang: Kann man gut wischen. Sein Leitspruch war «denn hesch Rue», damit drückte er seine Zufriedenheit aus, wenn er eine total patente Lösung realisiert hatte.

Bei den Umbauten hat Walter immer sehr viel Zeit und Einsatz geleistet. Er hat mit viel Präsenz die Handwerker begleitet. So hatte er die erste Solaranlage (Inselanlage) fachmännisch installiert und betrieben.

Drei Ausrufezeichen mussten sein

Viele Jahre begleitet haben uns auch Walters Formulierkünste unter Laminierfolie mit drei Ausrufezeichen: Der Abzug ist zu öffnen. Die Damensäckli sind im Kehricht zu entsorgen. Nur grosse Holzklötze sind im Ofen zu verbrennen!!!

Armin und Erika haben Walter lange bei allen Arbeiten im Clubheim unterstützt. Meist waren sie als Team unterwegs. Armin hat auch die moderneren Aufgaben wie z.B. das Reservationssystem oder den E-Mail-Verkehr übernommen.

Neben all der Arbeit zeigte sich Walter manchmal gesprächig und leutselig. Er erzählte von vergangenen Touren und interessierte sich für

unsere Unternehmungen. Bei dem, was er kannte und geklettert war, auch wenn es Jahrzehnte her war, wusste er noch jeden Haken und jede Schlinge. Die Abseilstelle der grossen Hölle, wie auch viele Routen am Südplättli sind von ihm saniert worden, ebenso die Technoroute der westlichen Dreifaltigkeit. Seine Abseilstellen waren für uns sprichwörtlich: Da konnte man einen Elefanten dranhängen!

Wir wünschen uns, dass wir Walter, Armin und Erika weiterhin in unserem schönen Clubheim antreffen, für welches sie so viel getan haben. Wir freuen uns darauf!

Wiborada Beck, Matthias Hugentobler, Urs Graf, Claudia Koster und Andi Küng

*Der Vorstand anerkennt Walter und Armin Hollensteins langjährige Arbeit als Clubheim-Hüttenchefs mit grossem Respekt und bedankt sich bei beiden für den langjährigen Einsatz. Wir bedauern, dass keine einvernehmliche Lösung betreffend zukünftiger Betreuung gefunden werden konnte. Wir verweisen dazu auf die Ausführungen in den Clubnachrichten Nr. 1 / 22. Wir heissen die Familie Hollenstein im Clubheim weiterhin herzlich willkommen.»
Der Vorstand SAC St. Gallen*

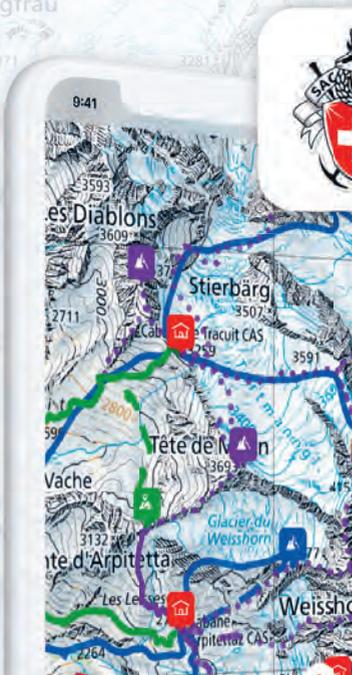
Schweizer Alpen-Club SAC
Club Alpin Suisse
Club Alpino Svizzero
Club Alpin Svizzer



SAC-CAS APP

Finde deine perfekte Tour

Mit der SAC-CAS App lassen sich ganz einfach neue Gipfel- und Hüttenziele finden und Bergtouren planen.



Jetzt downloaden
sac-cas.ch/app

Wir setzen Zeichen! Neumitgliederanlass

Sektion St. Gallen

Schweizer Alpen-Club SAC

Club Alpini Suisse

Club Alpino Svizzero

Club Alpin Svrizzer



Sektion St. Gallen
Schweizer Alpen-Club SAC
Club Alpini Suisse
Club Alpino Svizzero
Club Alpin Svrizzer



Mittwoch, 8. Juni 2022

Botanischer Garten St. Gallen

VBSG Bus Nr. 1 «Stephanshorn»

Haltestelle «Naturmuseum»

Mittwoch, 8. Juni 2022

Neumitgliederanlass Botanischer Garten St. Gallen

VBSG Bus Nr. 1 «Stephanshorn» bis Haltestelle «Naturmuseum»

Wir laden alle unsere Neumitglieder ein, unser Angebot besser kennenzulernen und Möglichkeiten zu schaffen, persönliche Kontakte zu knüpfen. Wir hoffen, dass es so leichter fällt, die bergsteigerischen Kompetenzen einzuordnen und sich für die „richtigen“ Touren anzumelden.

Informationen

- 18:30 Uhr: Eintreffen der Neumitglieder und Begrüssung durch Präsidium/Organisationsteam
- 18:45 Uhr: Vorstellen unserer Silvretthütte und des Clubheims durch unsere Hüttenobmänner
- 19:00 Uhr: Vorstellen unserer Website und unserer Tourendatenbank durch unsere Webmasterin
- 19:15 Uhr: Vorstellen einiger Highlights unseres Tourenprogramms durch unsere Tourenchefs und durch Verantwortliche des Weiterbildungsangebotes
- 19:45 Uhr: Kurze Info zum Expeditionsteam durch Annik Länzlinger

Persönliche Begegnungen

- 20:00 Uhr: Imbiss

Wir freuen und auf zahlreiches Erscheinen.
Ruth Kulcsár Meienberger, Präsidentin SAC St. Gallen

Programm: Siehe SAC-Tourenprogramm Sektion St. Gallen www.sac-stgallen.ch

Anmeldung: **Zwingend notwendig** über das Tourenportal <https://programm.sac-stgallen.ch>

oder direkt bei **Ruth Kulcsár Meienberger**, praesident@sac-stgallen.ch

Teilnahme gemäss der dann gültigen Covid-19-Regelungen.

Sektion St. Gallen
Schweizer Alpen-Club SAC
Club Alpini Suisse
Club Alpino Svizzero
Club Alpin Svrizzer



Expeditionsteam



Crowdfunding für das Expeditionsteam

Vor 2 Jahren startete mein grosses Projekt Expeditionsteam mit einer gigantischen Hürde, dem Einstiegstest, und wer hätte das gedacht, ich habe tatsächlich einen Platz im Team bekommen. Für mich ging an diesem Tag ein riesiger Traum in Erfüllung. Darauf folgten zwei Jahre in denen ich viel Herzblut, Schweiss und Tränen in unser Projekt gesteckt habe. Es wurde geklettert, diskutiert, geplant und wieder geklettert. Wir konnten von vielen versierten, erfahrenen Alpinisten lernen und ihnen viele kleine Tricks abschauen. Jetzt geht es in die letzte Runde, die Expedition ist zum Greifen nah.

Wir wollen nach Grönland. Die grossen, steilen Spitzen und Wände, die auf Meereshöhe aus dem Gletschereis ragen, ziehen uns an. Wir haben ein Crowdfunding Projekt gestartet. Dort könnt ihr gerne etwas spenden und mich und das Team unterstützen. Ihr findet dort auch weitere Informationen zum Projekt und ein unterhaltsames Video. Ich freue mich darauf, mich mit zwei Vorträgen am Neumitgliederanlass und nach der Expedition bei allen der Sektion bedanken zu dürfen und ein wenig Expeditionsfeeling weiterzugeben. Datum und Ort des Vortrags nach der Expedition wird noch bekannt gegeben.



Foto 1: Piz Cambrena; Eis und Mixed Modul 2021
Foto 2: Bivouac de l'Envers des Dorées, 2022
Fotograf: Hugo Vincent



Programm Mai

Exkursion

Sonntag, 1. Mai

F|K|J|A|S

Warum braucht es Wildruhezonen?

Exkursion mit Fokus auf Wildtiere und deren Ansprüche

Leitung

Adrian Hochreutener

Anforderung

B-C/mittel/Die reine Wanderzeit beträgt knapp 5 Stunden
↑600 Hm, ↓1000 Hm

Anmeldeschluss

Mittwoch, 27. April

Auskunft

adrian_hochreuteer@hotmail.com

Details

Der Winter ist für Wildtiere eine harte Zeit. Wildruhezonen schützen sie während dieser Zeit vor menschlichen Störungen. Auf dieser Exkursion lernen wir die Wildruhezone rund um den Kronberg und ihre Bewohner kennen.

Abwechslungsreiche Wanderung mit informativen Stationen von Schwägälp über Chamhalden und Petersalp nach Urnäsch.

Auf dieser Exkursion werden die einleitenden und weitere Themen beleuchtet. Wir werden uns mit heimischen Arten wie Birkhühnern und Rothirschen beschäftigen, verschiedene Ansätze des Naturschutzes diskutieren und die vorherrschenden Lebensräume untersuchen.

(Hinweis: neue Route gegenüber den Exkursionen in den letzten Jahren)

Wandern

Montag, 2. Mai

F|K|J|A|S

Von Versam - Safien nach Ilanz

Vom Schweizer Canyon zur ersten Stadt am Rhein

Leitung

Veronika Meyer

Anforderung

T1/leicht

Anmeldeschluss

Samstag, 30. April

Auskunft

VRMeyer@bluewin.ch oder 071 222 16 81

Details

Von der Station Versam - Safien dem Fluss entlang nach Ilanz, 3½ h,
↑200 Hm ↓140 Hm
St. Gallen ab 8.25 Richtung Chur, voraussichtlich Gleis 2

Wandern

Dienstag, 3. Mai

F|K|J|A|S

Uetliberg - Türlerseersee

Aussichtsreiche Wanderung auf dem Albisgrat

Leitung

Ida Holenstein

Anforderung

T1/mittel/5½h/ ↑700 Hm ↓530 Hm

Anmeldeschluss

Sonntag, 1. Mai

Auskunft

Info-Mail am Vortag, 077 472 60 20



Details Ab ZH HB mit dem Tram zum Triemli an 8.20 Uhr. Auf dem Zürcher Panoramaweg steigen wir auf den Uetliberg und folgen dem Grat mit Sicht über den Zürichsee und nach Süden und Westen bis Buchenegg. Dann wandern wir hinunter zum Türlerseersee und weiter bis nach Türlen. SG HB ab 6.58

Kurs Dienstag, 3. Mai FIK|JIA|S

Knotenkurs

Knoten sind geboten!

Leitung Michael Obendrauf
Anforderung C/leicht
Anmeldeschluss Montag, 2. Mai
Details Erlernen oder Repetieren der Knoten, welche für Hochtouren und Klettern beherrscht werden müssen: Führer, Achter, Mastwurf, HMS, Prusik, (Doppelter) Spierenstich, evtl. Doppelter Bulin und weitere Knoten mit Spezialanwendungen.

Bergwandern Mittwoch, 4. Mai FIK|JIA|S

Tubelochschlucht

Abwechslungsreiche Frühlingswanderung im Jura

Leitung Walter Jaggi
Anforderung T2/mittel/6 Std/ ↑700 Hm ↓900 Hm
Anmeldeschluss Dienstag, 3. Mai
Auskunft 071 385 60 42 oder walter.sac@gmx.ch
Details Fahrt via Biel nach Corgémont. Aufstieg über Weiden und durch kleine Wälder auf den aussichtsreichen Nordostrücken des Chasseral. Wenn das Timing der Jahreszeiten stimmt und sich der Winter nicht zu früh verabschiedet, blühen die Narzissen in riesiger Zahl. Um Kräfte zu schonen, lassen wir den Gipfel rechts liegen. Wir folgen der Krete bis hinunter nach Frinvillier, wo wir uns im Restaurant stärken. Anschliessend wandern wir durch die eindrückliche Tubelochschlucht. Ab dem Stadtrand von Biel geht es mit Bus und Bahn heimwärts.

Wandern

Mittwoch, 4. Mai

F|K|J|A|S

Mittwochwanderung ins frühlingshafte Vorderland

Aussichten vom Feinsten!

Leitung	Marianne Seeger
Anforderung	T1/leicht/2 h/↑150 Hm, ↓280 Hm
Anmeldeschluss	Montag, 2. Mai
Auskunft	Infomail am Vortag
Details	Von Heiden nach Grub SG über die Hängebrücke und sehr gemütlich hinauf zum Fünfländerblick und zum Mittagessen im Rossbüchel. Nachmittags langsamer Abstieg zur Landegg und nach Wienacht-Tobel. Heimfahrt. St.Gallen ab 10.27 mit Bus Kante D



Alle Infos und Anmeldung: <https://programm.sac-stgallen.ch/>



Bergwandern

Donnerstag, 5. Mai

FIK|J|A|S

Planggenstock

Schöner Aussichtsberg über der Linthebene

Leitung	Dorothea Boesch - Pankow
Anforderung	T3/mittel/4 - 5 h Wanderzeit/ ↑↓790 Hm
Anmeldeschluss	Dienstag, 3. Mai
Details	Von Niederurnen/Ochsenplatz mit der Seilbahn nach Morgenholz. Wanderung zum Hirzli und über den Grat (eine Stelle mit Seilsicherung) zum Planggenstock. Über obere Planggen zurück nach Morgenholz. Mit Seilbahn oder zu Fuss zum Ochsenplatz.»

Wandern

Freitag, 6. Mai

FIK|J|A|S

TL - Tour Senioren

Gemütliche Genussstour in der Heimat des Tourenchefs

Leitung	Thomas Winkler
Anforderung	T1/leicht/2½ h und 1½ h/↔20 Hm und↔50 Hm
Anmeldeschluss	Sonntag, 1. Mai
Auskunft	Infoblatt folgt
Details	Bahnfahrt nach Romanshorn. Mit dem Schiff nach Altnau. Gemütliche Wanderung auf dem Seeuferweg nach Uttwil (7.7km,↔20Hm, ca. 2.5 h). Mittagessen in einem Restaurant direkt am See. Nachmittag durch die Obstkulturen vorbei am Uttwiler Weiher kurz durch den Wald nach Romanshorn (5km,↔50 Hm, ca. 1.5 h). Heimfahrt mit der Bahn nach St. Gallen. Eine Anreise direkt zum Mittagessen nach Uttwil mit den ÖV ist problemlos möglich.

Kurs Klettern

Samstag, 7. Mai - Sonntag, 8. Mai

FIK|J|A|S

Mehrseillängenklettern für Einsteiger

Lange Wände, sichere Technik - wir lernen das Handwerk dazu!

Leitung	Marcel Halbeisen
Anforderung	4a/mittel
Anmeldeschluss	Samstag, 30. April
Auskunft	Per E-Mail
Details	Wir üben und klettern im Alpstein, übernachten im Clubheim Fählensee. Weitere Details werden nach der Anmeldung bekannt gegeben. Ausrüstung: Klettergurt, Helm, 5 Express, 2 Bandschlingen, 4 Schraub-

karabiner, Sicherungsgerät, Abseilgerät (kann auch das Sicherungsgerät sein) inkl. Prusik-Schlinge, Kletterfinken, Seile nach Absprache. Bei fehlendem Material bitte erst anfragen, einiges kann ausgeliehen werden.

Sonstiges

Montag, 9. Mai

F|K|J|A|S

Jassen

Leitung
Details

Markus Sollberger, Tel. 071 310 16 42
Treffpunkt 14.00 Uhr, Café Stephanshorn
Bus 1 Stephanshorn bis Neudorf oder
Bus 2 Guggeien bis Lindenstrasse

Bergwandern

Dienstag, 10. Mai

F|K|J|A|S

Amdener Höhenweg

Sonnenterrasse über dem Walensee

Leitung
Anforderung
Anmeldeschluss
Auskunft
Details

Margrit Rüegegger
T2/mittel/ca.3 h/ ca.9 Km/↑ca.320 Hm ↓ca.340 Hm
Montag, 9. Mai
Mo 8-9 Uhr/079 436 18 36
Mit Bahn und Bus nach Amden. Mit der Sesselbahn nach Niederschlag
Walau.Wanderung über Strichboden-Hinteri Höchi- Alp Furgglen-Hittlisboden-Altshen- nach Arvenbühl. Zurück mit dem Bus nach Ziegelbrücke.



SCHIESS
GERÜSTBAU

KOMPETENT
ZUVERLÄSSIG | SICHER

9053 Teufen | Tel. 071 333 21 22
www.schiessgerüstbau.ch



FIKJI|A|S

Skitour

Dienstag, 10. Mai

Skitour ab Flüelapass*Radüner Rothorn oder Isentällispitz*

Leitung	Walter Geering
Anforderung	WS+/mittel
Anmeldeschluss	Donnerstag, 5. Mai
Auskunft	Walter Geering, 081 771 28 66 auf Tour 078 610 03 74
Details	Je nach Öffnung der Flüelapassstrasse, Rädüner Rothorn, ↑700 Hm, 3 h, ↔4-5 h oder Isentällispitz, ↑1050 Hm, 3 -4 h, ↔5-6 h

Bergwandern

Donnerstag, 12. Mai

FIKJI|A|S

Schluchtensteig vor der Haustüre*Sitter-, Urnäsch- und Rotbachtobel*

Leitung	Christian Bühler
Anforderung	T2/anspruchsvoll/Wanderzeit ca. 6 h/ 940 Hm
Anmeldeschluss	Dienstag, 10. Mai
Auskunft	Christian Bühler, chribue@bluewin.ch
Details	Start und Ziel Niederteufen Durch Wald und Wiese zum Kloster Wonnenstein, tief hinunter zum Zusammenfluss von Rotbach und Sitter. Weiter über Stein zum Syphon des Gübsenseezuflusses im Hundwiltobel über die Urnäsch nach Hundwil. Via Höggwald nach Stein/Haslen und hinunter zum Rotbach. Der letzte Aufstieg führt uns nochmals am Kloster Wonnenstein vorbei zum Bahnhof Niederteufen.

Bergwandern

Freitag, 13. Mai

FIKJI|A|S

Amerlügen*Durch das wilde Saminatal bis ins Zentrum von Feldkirch*

Leitung	Christian Trionfini
Anforderung	T3/anspruchsvoll/Wanderung 6 bis 7 Stunden/ ↓800 Hm mit Gegenanstiegen
Anmeldeschluss	Mittwoch, 11. Mai

Alpinwandern

Samstag, 14. Mai

F|K|J|A|S

Federispitz

Hoch hinaus über der Linthebene

Leitung Alois Bürgi
Anforderung T4/mittel/7 h / ↑↓1500 Hm
Anmeldeschluss Freitag, 13. Mai
Auskunft 079 470 32 48
Details

Ab Ziegelbrücke auf Wanderwegen zur Oberrätentalp. Weglos und auf Wegspuren über den Grat auf den Vorder Federispitz. Auf Wanderwegen zum Gipfel und zurück nach Ziegelbrücke.

Klettern

Sonntag, 15. Mai

F|K|J|A|S

Klettern am Schafberg

Geh mal auf Reibung!

Leitung David Stäger/Sira Rivas
Anforderung 5c+/mittel
Anmeldeschluss Donnerstag, 12. Mai
Auskunft David Stäger, 079 832 64 40
Details

Nein, am Schafberg hat es nicht nur schöne Reibungsplatten, sondern auch grosse Verschneidungen, Risse, Löcher, Grasbüschel und alles, was das Kletterherz sonst noch begehrt. Zur Auswahl hat es ganz viele Mehrseillängentouren aller Schwierigkeiten und verschieden gut abgesichert. Scheint dann auch noch die Sonne, so steht einem frühsommerlichen Klettertag im Alpstein nichts mehr im Weg.

Klettern

Sonntag, 15. Mai

F|K|J|A|S

Via del Veterano

Leitung Etter Hans/Rolf Steiger
Anforderung 5a/mittel/4 -5 h Kletterei
Anmeldeschluss Freitag, 13. Mai
Auskunft
Details

Am Samstag 14.05.22 letzte Details per E-Mail oder Telefon
Fahrt mit PW ins Tessin nach Freggio bei Faido. Kurzer Marsch zum Einstieg. Lange Plaisirkletterei am sonnigen Südalpenfels. Je nach Fitness erklimmen wir alle 25 Seillängen, es kann aber auch schon nach 15 Längen zum Durstlöschen abgestiegen werden. Gesamtbewertung der Tour Schwierigkeit 4a mit einzelnen Kletterstellen 5a (5c+), mehrheitlich 3-4. Rückkehr nach St. Gallen am frühen Abend.



FIK|J|A|S

Velo-/Biketour Dienstag, 17. Mai**Biketour Frauenfeld - Thurspitz***Gemütliche Velotour inmitten einzigartiger Thuraunen*

Leitung	Hans Zogg
Anforderung	S0/leicht ↑430 Hm ↓430 Hm (ca. 65 Km)
Anmeldeschluss	Sonntag, 15. Mai
Auskunft	E-Mail am Vortag/079 667 94 60
Details	Bahnhof Frauenfeld - entlang der Murg und Thur bis zur Einmündung in den Rhein - Ellikon am Rhein - Alten - Oerlingen - Husermersee - Langenmoos - Ossingen - Oberneunforn - Wilen bei Neunforn - Sonnenberg - Iselisberg - Kartause Ittingen - Warth - Bahnhof Frauenfeld

Wandern Mittwoch, 18. Mai

FIK|J|A|S

Mittwochwanderung Hohentannen*Ein Iris - Schaugarten liegt an unserem Weg*

Leitung	Ida Holenstein
Anforderung	T1/leicht/2½ - 3 h / ↑ ↓200 Hm
Anmeldeschluss	Montag, 16. Mai
Auskunft	Info - Mail am Vortag, 071 311 33 63, 0770472 60 20
Details	Von Kradolf wandern wir zum Schloss Oettlishausen, wo wir den öffentlichen Schaugarten besichtigen können. Weiter geht es via Hohentannen hinunter nach Halden und der Thur entlang zurück nach Schönenberg - Kradolf. SG HB ab 8.10, Kradolf an 8.44

Klettern Samstag, 21. Mai - Sonntag, 22. Mai

FIK|J|A|S

Mehrseillängentour Ostschweiz*Einfache Mehrseillängen - Anwendungstour*

Leitung	Sira Rivas
Anforderung	4c/mittel
Anmeldeschluss	Samstag, 14. Mai
Auskunft	Sira Rivas, s.rivas@bluwin.ch
Details	<p>Hast du gerade einen Mehrseillängen - Kurs besucht und möchtest das Gelernte nun anwenden? Fühlst du dich noch unsicher und möchtest sichergehen, dass du alles richtig machst? Dann ist diese Anwendungstour die richtige für dich.</p> <p>Je nach Wetter werden wir entweder am Samstag oder Sonntag unterwegs sein (Entscheidung spätestens am Donnerstag 19. Mai)</p> <p>Bei Fragen könnt ihr mich gerne anrufen. Bis bald, Sira</p>



Mitglieder
der SAC-Sektion
St. Gallen
sparen bis zu
CHF 500.-

Ihre Muskulatur: Das Fundament für Gesundheit und Freude am Berg

Vereinbaren Sie Ihren kostenlosen Termin
telefonisch in St. Gallen unter (071) 244 66 44
oder Kreuzlingen unter (071) 672 44 94.
[kieser-training.ch](https://www.kieser-training.ch)

KIESER
TRAINING

JA ZU EINEM STARKEN KÖRPER

Alle Infos und Anmeldung: <https://programm.sac-stgallen.ch/>



FIK|J|A|S

Kurs Klettern Samstag, 21. Mai - Sonntag, 22. Mai

Mehrseillängenklettern für Einsteiger

Lange Wände, sichere Technik - wir lernen das Handwerk dazu!

Leitung	Marcel Halbeisen/Kim Sostizzo
Anforderung	4a/mittel
Anmeldeschluss	Samstag, 14. Mai
Auskunft	Per E-Mail
Details	Wir üben und klettern im Alpstein, übernachten im Clubheim Fählensee. Weitere Details werden nach der Anmeldung bekannt gegeben. Ausrüstung: Klettergurt, Helm, 5 Express, 2 Bandschlingen, 4 Schraubkarabiner, Sicherungsgerät, Abseilgerät (kann auch das Sicherungsgerät sein) inkl. Prusik-Schlinge, Kletterfinken, Seile nach Absprache. Bei fehlendem Material bitte erst anfragen, einiges kann ausgeliehen werden.

Bergwandern Samstag, 21. Mai

FIK|J|A|S

Über zwei Spitzen - durch zwei Löcher

Abwechslungsreiches Auf und Ab zwischen Urnäsch und Weissbad

Leitung	Ernst Walser
Anforderung	T3/anspruchsvoll/7 h/↑1500 Hm ↓1500 Hm
Anmeldeschluss	Montag, 16. Mai
Auskunft	079 297 16 37
Details	Fahrt mit ÖV nach Urnäsch (Postautohaltestelle Dürrenbach). Aufstieg aufs Spitzli. Weiter dem Grat entlang bis unterhalb des Kronbergs. Jetzt steil abwärts zum Chollöchli und durch die Schlucht hinauf zum Augstberg. Weiter über die Wartegg und Pfarrersnord zur Wasserschaffen. Schlussbouquet über das Hochmoor, Neuenalp auf den Klosterspitz. Abstieg nach Weissbad. Rückfahrt mit ÖV via Appenzell - Gais nach St. Gallen.



Spezialgeschäft für Tee

Wir führen über 200 Sorten Tee
Schwarztee, Grüntee, Rooibos,
Früchtetee, Kräutertee

und Kaffee

Sortenrein oder Blends, helle
bis dunkle Röstungen



Multergasse 6 | 9004 St. Gallen
T 071 223 10 35 | baumgartnerkaffee.ch

Klettern

Sonntag, 22. Mai

F|K|J|A|S

KiBe Klettertag

Leitung	Remo Mock/Alexander Edelmann
Anforderung	3c-6a/leicht
Anmeldeschluss	Samstag, 21. Mai
Auskunft	kibe@sac-stgallen.ch 079 848 37 15
Details	Wenn es das Wetter zulässt werden wir Mehrseillängen klettern gehen. Der Klettertag ist für Profis wie auch für Anfänger geeignet. Der Ort wird nach der Anmeldung bekannt gegeben.

Bergwandern

Samstag, 23. Mai - Sonntag, 24. Mai

F|K|J|A|S

«Bosco Sacro»

Überschreitung Mt. Gridone - Durchquerung Goldregenwald

Leitung	Othmar Urscheler
Anforderung	T3/mittel/↑5 h, ↓4 h/↑1540 Hm, ↓400 Hm // ↓1600 Hm
Anmeldeschluss	Dienstag, 17. Mai
Auskunft	Infoblatt vor Tour
Details	Tag 1: Bergbahn Verdasio-Rasa, ein kleines Dorf, welches vor ca. 50 Jahren «neuentdeckt» wurde. Weiter nach Bordei und von dort durch das gleichnamige Tal hoch zur Bocchetta di Valle zum Pizzo Gridone. Nach ca. einer Stunde Abstieg erreichen wir das zweite Tagesziel, das Rifugio Al Legn. In einmaliger Lage und Aussicht kochen und geniessen wir unser Nachtessen. Tag 2: Auf unserem langen Abstieg nach Brissago lassen wir den Bosco Sacro (Goldregenwald) und die Aussicht über den «langen» Langensee auf uns einwirken.

Wandern

Dienstag, 24. Mai

F|K|J|A|S

Natur und Kultur Kloster Rheinau

Kulturwanderung mit Führung im Kloster Rheinau

Leitung	Ans Duquesne
Anforderung	T1/leicht/Wanderzeit 2 stnd/90↑ Hm ↓130 Hm
Anmeldeschluss	Samstag, 21. Mai
Auskunft	21.05.2021 bis 9.00
Details	Wir wandern von Marthalen nach Rheinau. Das Kloster Rheinau liegt auf einer Flussinsel, die von einer Schlaufe des Hochrheins umflossen wird. Ein Bregenzerwälder Baumeister hat auch hier seine Spuren hinterlassen... Abfahrt: 7.58 Gleis 2



FIK|J|A|S

Kurs Dienstag, 24. Mai**Knotenkurs***Knoten sind geboten!*

Leitung Michael Obendrauf
Anforderung C/leicht
Anmeldeschluss Montag, 23. Mai
Details

Erlernen oder Repetieren der Knoten, welche für Hochtouren und Klettern beherrscht werden müssen: Führer, Achter, Mastwurf, HMS, Prusik, (Doppelter) Spierenstich, evtl. Doppelter Bulin und weitere Knoten mit Spezialanwendungen.

Bergwandern Mittwoch, 25. Mai

FIK|J|A|S

Libingen - Tweralpispiz*Anspruchsvoller Gratweg*

Leitung Christian Bühler
Anforderung T3/mittel/51/2 h Wanderzeit/↑1000 Hm/↓1100 Hm
Anmeldeschluss Dienstag, 24. Mai
Details

Nach kurzem Anmarsch auf der Asphaltstrasse fordert der steile Aufstieg zum Schindelberg ganz ordentlich. Die Gratwanderung mit den Buchen im frischen Laub über Habisrütispiz - Chrüzegg bis zum Tweralpispiz gibt weite Blicke weit über den Zürichsee frei, bevor uns der Abstieg bis zur engen Schlucht des Feldbachs kurz vor Wattwil wieder bescheiden werden lässt.

Klettern Donnerstag, 26. Mai - Sonntag, 29. Mai

FIK|J|A|S

Auffahrtslager Sportklettern*Sportklettern in der Fränkischen Schweiz*

Leitung Lorena Niederer/Salomon Brülisauer
Anforderung 5a/leicht
Anmeldeschluss Donnerstag, 19. Mai
Details

Vier Tage pures Sportklettererlebnis in der fränkischen Schweiz, Tessin, Berner Jura oder wo sonst so die Sonne scheint. Die Tage stehen unter dem Motto kurze Zustiege und klettern bis keine Haut mehr übrig ist. Von der Schwierigkeit her sollte für jeden etwas dabei sein. Spass und gemütliches Beisammensein am Abend garantiert.

Skitour

Samstag, 28. Mai

F|K|J|A|S

Pizzo Tambo 3279 m

Skitour zum Saisonabschluss

Leitung	Christian Häberli
Anforderung	ZS/mittel/ ↑ca.4 h / ↑1300 Hm
Anmeldeschluss	Samstag, 21. Mai
Auskunft	Per E-Mail
Details	Mit dem PW sehr früh morgens auf den Splügenpass bis zum Berghaus. Von dort auf der Normalroute Richtung Gipfel. Zwischen Lattenhorn und P. Tamborello überqueren wir die Landesgrenze nach Italien und steigen weiter auf bis auf eine Höhe von ca. 3100 m. Ab dort steiler Fussaufstieg mit den Steigeisen.

Wandern

Dienstag, 31. Mai

F|K|J|A|S

Züri Oberland - Höhenweg: 1. Etappe

Abwechslungsreich unterwegs, entlang und oberhalb der Töss

Leitung	Erika Girardet Rittmeyer
Anforderung	T1/mittel/5 ½ h (20 km)/ ↑700 Hm ↓450 Hm
Anmeldeschluss	Sonntag, 29. Mai
Auskunft	Info-Mail am Vortag; telefonisch: Sonntag, 29. Mai 2022, ab 18 Uhr (071 877 18 64). Telefon auf Tour: 079 845 01 10
Details	Wanderung von Winterthur - Eschenberg (Aussichtsturm) - Sennhof - Kollbrunn - Oberschlatt; bei genügend Zeit: Abstecher zum historischen Hotel Gyrenbad, St. Gallen ab 8.07



Lassen Sie uns
brillanter drucken

Die neue digitale Offsetdruckmaschine im A2+ Format, in der Schweiz einzigartig, bietet unseren Kunden exklusive und vielseitige Vorteile für viele Ihrer Drucksachen. Sie ist ebenfalls für geprägte Naturpapiere ideal. **Farbkraft zieht die Aufmerksamkeit unserer Augen auf sich – auch Sie haben es gelesen.**

Programm Juni

Wandern

Mittwoch, 1. Juni

F|K|J|A|S

Mittwochwanderung: Espel

Wir wandern von Gossau über Burgau nach Flawil

Leitung

Ans Duquesne

Anforderung

T1/leicht/2 h Wanderzeit, zusätzlich Aufenthalt im Naturgebiet/↑147 Hm
↓174 Hm

Anmeldeschluss

Montag, 30. Mai

Auskunft

30.05.2022 bis 9.00, 078 626 62 98

Details

Die ehemalige Kiesgrube Espel wurde in 2020/2021 neu gestaltet. Um das Naturgebiet zu erhalten, wurden neue Amphibienlaichgewässer geschaffen und die Grube insgesamt offener gestaltet.

Abfahrt: 9.17 Gleis 1, Gossau an 9.26



PP Autotreff

**Unsere Inhaber.
Ihre Gastgeber.**

www.ppautotreff.ch

Ihr offizieller Partner in Wittenbach SG.



Alle Infos und Anmeldung: <https://programm.sac-stgallen.ch/>



FIK|JIA|S

Wandern

Donnerstag, 2. Juni

Roggenflue 994 m*Grate und Kreten im Solothurner Jura*

Leitung	Veronika Meyer
Anforderung	T2/mittel↑↓500 Hm
Anmeldeschluss	Dienstag, 31. Mai
Auskunft	VRMeyer@bluewin.ch, 071 222 16 81
Details	Balsthal - Talbrücke - Roggenflue - Roggenschnarz - Alp - Oensingen, ca. 4 h. Mit Sektion SAC Bern, Leiterin Margreth Schläppi

Klettern

Samstag, 4. Juni - Montag, 6. Juni

FIK|JIA|S

KiBe Pfingstlager*Ab ins Tessin*

Leitung	Remo Mock/Alexander Edelmann, Matthias Krienbühl
Anforderung	3c-6a/leicht
Anmeldeschluss	Freitag, 3. Juni
Auskunft	kibe@sac-stgallen.ch 079 848 37 15
Details	Es ist schon wieder Pfingsten und wir gehen wieder wie letztes Jahr ins Tessin. Wir starten am Samstagmorgen mit PW`s ins Tessin auf einen Campingplatz. Dort werden wir zuerst unsere Zelte aufstellen und danach den Fels erkunden. Für das Morgenessen und Abendessen ist gesorgt. Am Pfnfstmontag reisen wir im Nachmittag wieder ab, dass wir nicht zu spät nach Hause kommen. Weitere Infos kommen nach der Anmeldung. Bitte gebt mir schon bei der Anmeldung Bescheid, wer ein Zelt hat und wie gross es ist.

seit 1955



Ihr Spezialist für die komplette Gebäudehülle,
Schindelfassaden, Bauspenglerei und Blitzschutz

Fitzi Bedachungen und Bauspenglerei AG

Webergasse 3 · 9056 Gais

Tel. 071 793 31 91

info@fitzigais.ch

www.fitzigais.ch

Kurs Klettern

Samstag, 4. Juni - Montag, 6. Juni

F|K|J|A|S

Clubheim Fählensee

Bergerlebnisse rund ums Clubheim

Leitung
Anforderung
Anmeldeschluss
Auskunft
Details

Christof Friemel/Jürg Graf, Kim Sostizzo

3a-5c/leicht

Montag, 30. Mai

Per Mail oder Telefon

Abseilen, Knotenkunde, Klettern am Stiefel, Kreuzberge oder Widderalpstöck, Höhlenbegehung und vieles mehr sind die vielseitigen Möglichkeiten rund ums Clubheim. Das detaillierte Programm passen wir den Teilnehmern und dem Wetter an.

Skihochtour

Samstag, 4. Juni - Montag, 6. Juni

F|K|J|A|S

Brunegghorn 3833 m im Turtmanntal

Skihochtouren von der Turtmannhütte aus

Leitung
Anforderung
Anmeldeschluss
Details

Armin Gambon

ZS/mittel

Samstag, 21. Mai

Zusammen mit der Sektion Bern

Sa: Vorder Sänntum (oder von der Schneegrenze an)- Brunegg Bach-Turtmannhütte 2519 m (↑2 h).

So: Barrhorn 3610 m (↑4.5 h).

Mo: Brunegghorn (↑5 h). Mögliche Ausweichziele: Barrhörner, Jungtaljoch 3220 m, Wasuhorn 3343 m, Schöllhorn 3034 m. Anmeldung über die Webseite des SAC Bern, da die Tour zusammen geführt wird. Zusätzlicher

Tourenleiter: Stefan Keller

Wandern

Dienstag, 7. Juni

F|K|J|A|S

Kanderklus und Gasterengsicht

Das steinerne Gesicht wacht gütig über das Tal

Leitung
Anforderung
Anmeldeschluss
Auskunft
Details

Lotti Liggerstorfer Bühlmann

T1/mittel

Freitag, 3. Juni

Tel. 079 332 59 04, E-Mail 2 Tage vor der Tour

Vom Bahnhof Kandersteg, in der Ebene der Kander entlang, steigen wir dann langsam durch die wilde Klus hoch zum Waldhaus und durch die Auenlandschaft des Gasteretals nach Selden. Das «Gasterengsicht» ist bei Hinder de Weide. Wanderzeit ca. 4½ h, 12 km, ↑500 Hm, ↓130 Hm,



Verpflegung im Gasthaus und aus dem Rucksack. St. Gallen ab 6.07, Kandersteg an 9.40 (TL steigt in Thun zu). Rückfahrt mit Bus von Selden, ab 17.18 nach Kandersteg Bahnhof (Fr. 13.—), St. Gallen an 21.52

Bergwandern

Mittwoch, 8. Juni

F|K|J|A|S

Alvier

Überschreitung Nord-Süd

Leitung	Christian Trionfini
Anforderung	T3/mittel ↑1200 Hm ↓600 Hm
Anmeldeschluss	Freitag, 3. Juni
Details	Mit Kleinbus vom Bahnhof Buchs zum Sevelerberg. Aufstieg zum Alvier mit Mittagstrast. Durch das Kemmi runter auf Palfries und mit der Seilbahn nach Mels Ragnatsch.

Sonstiges

Mittwoch, 8. Juni

F|K|J|A|S

Neumitglieder - Anlass

Information über Hütten und Tourenwesen unserer Sektion

Leitung	Ruth Kulcsàr Meienberger
Anforderung	C/leicht
Anmeldeschluss	Dienstag, 7. Juni
Details	Neumitglieder lernen unser Angebot kennen und können persönliche Kontakte knüpfen. Informationsteil: 18.30 Uhr Eintreffen der Neumitglieder und Begrüssung 18.45 Uhr Vorstellen der Silvretta und des Clubheims durch Ernst 19.00 Uhr Vorstellen unserer Website und unserer Tourendatenbank durch Angelika 19.15 Uhr Vorstellen einiger Highlights unseres Tourenprogramms (inkl. FaBe, KiBe) und unseres Weiterbildungskonzeptes durch Salomon, Thomas und Reto und Dominik Optional: 19.45 Uhr Kurze Info zum Expeditionsteam durch Annik Länzlinger Ab 20.00 Uhr Apéro können in einem lockeren Rahmen Fragen gestellt werden.

Bergwandern

Freitag, 10. Juni - Sonntag, 12. Juni

F|K|J|A|S

Generoso

Gipfeltouren über dem Valle Muggio

Leitung

Thomas Winkler

Anforderung

T3/mittel/7 h/↑1200 Hm ↓1350 Hm

Anmeldeschluss

Sonntag, 22. Mai

Auskunft

Infoblatt folgt

Details

Freitag, 10.06.2022: Anreise nach Mendrisio (328 m). Aufstieg über So-
mazzo, Dosso dell'Ora und Cascina d'Amirone (1160 m) nach Scudellate
(907 m). Übernachtung im Mehrbettzimmer.

Samstag, 11.06.2022: Kurze Fahrt nach Cabbio (644 m). Aufstieg auf den
Grenzgipfel Sasso Gordona (1410 m). Abstieg über den Grenzgrat nach
Scudellate.

Sonntag, 12.06.2022: Überschreitung des Monte Generoso (1701 m) mit
Abstieg über I Pianch nach Rovio (498 m). Heimfahrt.

Alpinwandern

Samstag, 11. Juni

F|K|J|A|S

Magerrain

Gratwanderung via Erdisgulmen (Felsspalte)

Leitung

Anita Obendrauf

Anforderung

T4/mittel↑ca. 800 Hm, ↓ca. 1200 Hm

Anmeldeschluss

Mittwoch, 8. Juni

Auskunft

Via E-Mail

Details

Fahrt mit dem Zug via Uznach nach Unterterzen und mit der Bergbahn zum
Maschgenkamm. Wanderung vom Maschgenkamm auf dem Grat zum Leist
und Erdisgulmen. Durch die enge Erdisgulmenspalte und weiter auf den
Gipfel des Magerrain 2523 m (ca. 4 h). Nach der Mittagspause geht's steil
hinab zur Alp Mornen (ca. 3½ h). Von dort bringt uns der Taxibus das Murg-
tal hinunter zum Bahnhof Murg. Rückfahrt mit dem Zug nach St. Gallen.

Kurs Hochtouren

Samstag, 11. Juni - Sonntag, 12. Juni

F|K|J|A|S

Fels & Eis 2

Hochtourenkurs für Fortgeschrittene

Leitung

Dominik Gschwend

Anforderung

ZS-/mittel

Anmeldeschluss

Freitag, 10. Juni

Auskunft

Teilnehmer erhalten ein Infomail

Details

Aufbauend auf dem Fels + Eis 1 Kurs (ehemals Hochtourenkurs) und



ersten praktischen Erfahrungen auf Touren , zielt dieser Kurs darauf, das zum Führen einer Seilschaft nötige Wissen praktisch zu vermitteln. Anreise über Klosters und mit Alpentaxi nach Sardasca.

Bergwandern

Sonntag, 12. Juni

FKI|JIA|S

Sonntagswanderung

Sonntagsvergnügen für Senioren

Leitung	Marianne Seeger
Anforderung	T2/mittel
Anmeldeschluss	Samstag, 11. Juni
Details	Am 8.6. wird die Wanderung wie eine Spontantour ausgeschrieben. Je nach Wetter und Bedingungen eher in den Bergen oder eher näher oder weiter weg. Tel. Anmeldung unter 071 793 16 76 für Senioren ohne Internet



montanara
BERGERLEBNISSE.CH

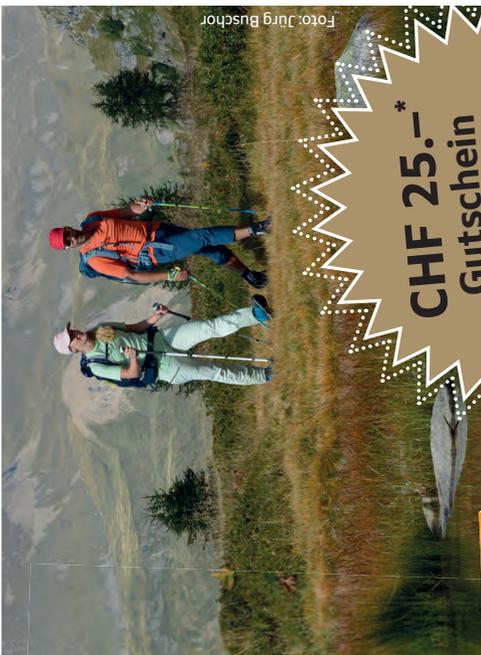
Vrenelisgärtli	17./18.06. und 30.09./01.10.22
Kletterkurse für Einsteiger	24./25.06. und 26./27.08.22
Ausbildung Firn und Eis	09./10.07. und 06./07.08.22
Wissigstock - Urirotstock 60 Plus	04.-06.07.22
Bächenstock	15./16.07.22
Dufourspitze	08.-10.07.22
Clariden - Maderanertal 60 Plus	11.-13.07.22
Walcherhorn Gletschertrekking	24.07. und 03.09.22
Wildstrubel 60 Plus	25.-27.07.22
Clariden - Tödi Westwand - Gemsfären	05.-07.08.22
Sustenhorn O-Grat	12./13.08.22
Gipfelziele hoch über der Greina	18.-20.08.22
Basodino SSW-Grat	23./24.09.22

QR-Code



Weitere lohnende Angebote findest du
unter **www.montanara.ch**

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



**Wandern
Trekking
Trailrunning
Hochtouren**

Outdoorschuhe für die ganze Familie
Für alle Höhen und alle Tiefen, für Stock und Stein,
für Wind und Wetter, für Sonntagsausflüge
und Hochtourenwanderungen mit Steigeisen.

CHF 25.-*
**Gutschein
für Reinigung
und Pflege**

*Beim Kauf eines Erwachsenen-
Wanderschuhs. 1. Jahr gültig

DOLOMITE
1851

EXOCOR
simply more...

MEINDL
Shoes For Ashters

fixefingers®



Schneider



1832

Schuhe

Goliathgasse 5 | St. Gallen | 071 222 66 05 | schneiderschuhe.ch



FIKJIAS

Exkursion

Sonntag, 12. Juni

Blumen und Gräser in den Bergen*Exkursion bei Amden mit Fokus auf die heimische Pflanzenwelt*

Leitung

Adrian Hochreutener

Anforderung

C/leicht/Die reine Wanderzeit beträgt gut. 4 h / ↑↓ca. 700 Hm

Anmeldeschluss

Mittwoch, 8. Juni

Auskunft

adrian_hochreutener@hotmail.com

Details

Die Berge bieten auf kleinem Raum eine Vielzahl an unterschiedlichen Habitaten. Davon profitieren diverse Pflanzen. Was bestimmt die Verbreitung der Pflanzen? Welche speziellen, welche «Allerweltsarten» kommen rund um Amden vor und wie können diese erkannt werden?

Auf dieser Exkursion werden die einleitenden und weitere Themen beleuchtet. Wir werden die heimische Flora näher kennen lernen, Pflanzen ansprechen, Verbreitungsmuster diskutieren und die vorherrschenden Lebensräume untersuchen.

Leichte aber dennoch wunderschöne und abwechslungsreiche Wanderung mit informativen Stationen oberhalb Amden.

Die Tour wird zusammen Jonathan Pachlatko, einem erfahrenen Pflanzenkennner, angeboten.

Bergwandern

Sonntag, 12. Juni

FIKJIAS

Rappastein FL*Auf dem Grat zwischen Fürstentum und Rheintal unterwegs*

Leitung

Pia Zellweger

Anforderung

T3/mittel/↑ 3½h ↓ 3 h / ↑1150 Hm ↓1150 Hm

Anmeldeschluss

Donnerstag, 9. Juni

Auskunft

Infoblatt 2 Tage vor Tour

Details

Die aussichtsreiche Rundtour beginnt in Malbun-Steg, führt durch Wald und über blumenreiche Wiesen meist dem Kamm nach hinauf und auch mal wieder runter über die Kolme zum Goldlochspitz 2071 m. Der Weg wird die letzten 20 Minuten vom Sattel bis zum Rappastein 2222 m etwas steiler, ist jedoch gut machbar. Wir geniessen eine wunderbare Rundschau zum Alpenstein und Bodensee, zu den Bündner- und Glarneralpen. Wir steigen wieder ab bis zum Sattel, über die Alp Gapfahl- bei genügend Zeit mit einem Zwischenhalt - zur Alp Valüna und weiter zur Haltestelle Steg Hotel.

Alpinwandern

Montag, 13. Juni

F|K|J|A|S

Alp Sigl - Marwees*Entlang der mittleren Alpsteinkette*

Leitung	Alois Bürgi
Anforderung	T4/mittel/7 h / ↑1000 Hm ↓1300 Hm
Anmeldeschluss	Sonntag, 12. Juni
Auskunft	079 470 32 48
Details	Route: Alp Sigl (Bahn) - Alpsigl First - Alp Mans - Marwees - Meglisalp - Wasserauen

Sonstiges

Montag, 13. Juni

F|K|J|A|S

Jassen

Leitung	Markus Sollberger, Tel. 071 310 16 42
Details	Treffpunkt 14.00 Uhr Café Stephanshorn Bus 1 Stephanshorn bis Neudorf oder Bus 2 Guggeien bis Lindenstrasse

Alpinwandern

Dienstag, 14. Juni - Donnerstag, 16. Juni

F|K|J|A|S

Abendherausforderung Ochsenkopf*Dürfen's nach der Arbeit mal ein paar Höhenmeter mehr sein?*

Leitung	Martin Müller
Anforderung	T4/mittel/ ↑2½ h ↓1½ h / ↑↓800 Hm
Anmeldeschluss	Sonntag, 12. Juni
Auskunft	Infoblatt sobald klar ist, welcher Abend es sein wird
Details	Möglichst gemeinsame Anfahrt nach Malbun (FL). Die Hälfte der Höhenmeter (bis Sareis) gehts gemächlich aufwärts. Die zweite Hälfte auf den Gamsgrat und den Ochsenkopf geht sehr steil und z. T. mit Unterstützung der Hände aufwärts. Falls alle wollen, könnten wir oben ein Fondue machen ;-) Wir geniessen den schönen Sonnenuntergang. Danach geht's steil zum Sassföckle hinunter und auf der Forststrasse zurück nach Malbun. Am Sonntag (oder Montag) wird entschieden, an welchem Abend (Di, Mi oder Do) die Tour stattfindet.



FIKJIAS

Bergwandern Dienstag, 14. Juni

Urnäscher Spitzli

Bergfrühlingstour mit viel Aussicht

Leitung Marianne Seeger
Anforderung T2/mittel/4-5 h/ ↑1050 Hm, ↓150 Hm
Anmeldeschluss Sonntag, 12. Juni
Auskunft 071 793 16 76 Info-Mail am Vortag
Details Von Urnäsch über Strüssler-Blattendürren-Grossdürren zum Spitzli. Aussichtsreich zur Petersalp-Nusshalden-Dorwees und zum Kronberg. Knieschonende Talfahrt nach Jakobsbad.

Bergwandern Mittwoch, 15. Juni

FIKJIAS

Solothurner Jura

Den ganzen Alpenbogen vor sich ab der vordersten Jurakante

Leitung Barbara Hunziker
Anforderung T3/anspruchsvoll/6 h/ ↑1200 Hm, ↓400 Hm
Anmeldeschluss Freitag, 3. Juni
Auskunft barbara.sac@gmx.ch
Details Bettlach-Wandflue-Stallflue 1409 m-Hasenmatt 1445 m-Weissenstein. SG 6.58 h

Wandern Mittwoch, 15. Juni

FIKJIAS

Mittwochwanderung Falera

Verweilen am Ort der megalithischen Kultstätte

Leitung Lisbeth Vogel
Anforderung T1/leicht↑↓Ca. 200 Hm
Anmeldeschluss Dienstag, 14. Juni
Auskunft Lisbeth Vogel 079 662 85 11
Details Nach Einkehr wandern wir gemächlich nach Falera. Jene die nicht gehen wollen, können den Shuttle Bus nach Falera benützen. Mittagessen bei der Feuerstelle St.Remigius. Ab SG 8.25, Chur ab 9.58. Treffpunkt: Im Zug, erster 2. Klasswagen.

Bergwandern

Donnerstag, 16. Juni

F|K|J|A|S

Stockhorn i.S.

Brave Hm als Vorbereitung für Hochtouren

Leitung	Barbara Hunziker
Anforderung	T3/mittel/7/↑1500 Hm, ↓1500 Hm
Anmeldeschluss	Donnerstag, 2. Juni
Auskunft	barbara.sac@gmx.ch
Details	Erlenbach i.S. 720 m - Hinterstockeseeli - Oberbärgli - Stockhorn 2190 m - Abstieg via Strüssligrat - Oberstockensee - Chrindi 1635 m - fakultativ Gondelbahn nach Erlenbach - Erlenbach 720 m. SG 6.28 h

Sonstiges

Freitag, 17. Juni - Samstag, 18. Juni

F|K|J|A|S

Holz- und Putztag Clubheim Fählensee

Leitung	Ernst Walser
Anmeldeschluss	Mittwoch, 8. Juni

Hochtour

Samstag, 18. Juni - Sonntag, 19. Juni

F|K|J|A|S

Rheinwaldhorn

Aussicht wie vom Monte Rosa

Leitung	Etter Hans/Rolf Steiger
Anforderung	WS/mittelSa 260 Hm, So 1310 Hm
Anmeldeschluss	Mittwoch, 15. Juni
Auskunft	Per E-Mail
Details	Samstag: Fahrt mit PW nach Zervreila im Valsertal. Wanderung oder je nach Schneelage Fahrt mit dem Bike zur Läntahütte 2090 m.ü.M in ca. 2.5 h. Übernachtung mit Halbpension, bitte spezielle Verpflegungswün- sche bei Anmeldung angeben. Sonntag: Besteigung Rheinwaldhorn 3'402 m.ü.M über den Läntagletscher oder je nach Verhältnissen via Läntalücke und Nordgrat in ca. 5 h. Abstieg auf Aufstiegsroute zurück zur Läntahütte. Rückkehr in St. Gallen ca. 18 Uhr.



FIKJIAS

Bergwandern

Samstag, 18. Juni

Buochserhorn

Einzigtartige Rundschau in die Berge und ins Mittelland

Leitung	Anita Sutter
Anforderung	T2/mittel/5 ¼ h / ↑1346 Hm, ↓683 Hm
Anmeldeschluss	Sonntag, 12. Juni
Auskunft	anita.sac@gmx.ch
Details	Dallenwil - Niederrickenbach - Bleiki - Buochserhorn - die grossartige Aussicht belohnt die Mühen des Aufstiegs. Runter gehts über Ochsenweid Pt.1552 - Bleiki - Niederrickenbach und mit der Luftseilbahn hinunter ins Tal (Billet CHF 6.30 Halbtax) Niederrickenbach bzw. Maria Rickenbach ist Kraftort und Wahlfahrtort!

Hochtour/ Klettern

Samstag, 18. Juni - Sonntag, 19. Juni

FIKJIAS

Vrenelisgärtli

Ideale Einsteigertour auf sagenumwobenen Gipfel

Leitung	Dimitri Enzler/Silvia Enzler
Anforderung	WS/mittel
Anmeldeschluss	Sonntag, 12. Juni
Auskunft	Per Mail
Details	Sa: Anreise zum Klöntalersee. Aufstieg zur Glärnischhütte SAC (1100 Hm, ca. 4.5 h) So: Aufstieg via Glärnischfirn zum Schwandener Grat. Kurzer Abstieg über die mit Ketten gesicherte Kletterstelle auf den Grat und weiter mit Tiefblick zum Klöntalersee auf den Gipfel des Vrenelisgärtli (950 Hm, ca. 4.5 h). Abstieg über die selbe Route zurück zur Glärnischhütte und weiter zum Klöntalersee.



gr&lo

Wir bauen auch an steilen Wänden
verlässlich-verantwortlich-partnerschaftlich

Grünenfelder & Lorenz AG Bauingenieure und Planer

Klettern

Samstag, 18. Juni

FIKJIAIS

Brüggler

Meister Franz oder Highway

Leitung

Stephan Lenz

Anforderung

5b/mittel

Anmeldeschluss

Freitag, 17. Juni

Auskunft

Die Teilnehmenden erhalten Detailinfos per E-Mail

Details

Sehr schöne homogene Touren in bestem Fels. Zustieg vom Parkplatz 1 h.
Je nach Andrang wählen wir die eine oder andere Route. Fussabstieg in
ca. ½ h auf Bergweg zurück zum Einstieg.



**Im Dorf Appenzell, direkt
am Fusse des Alpsteins,
braut die Familie Locher
ein ganz besonderes Bier.**

Mehr Informationen finden Sie unter www.appenzellerbier.ch

Alle Infos und Anmeldung: <https://programm.sac-stgallen.ch/>



FIKIJALS

Klettern

Sonntag, 19. Juni

Klettern nach Holz- und Putztag*Holzen, Putzen, Klettern*

Leitung	Alexander Edelmann/Tobias Forrer
Anforderung	4c-6b/leicht
Anmeldeschluss	Mittwoch, 15. Juni
Auskunft	Alex Edelmann
Details	Nachdem wir am Samstag geholfen haben das Clubheim auf Vordermann zu bringen, geht's am Sonntag auf zum Klettern rund um den Fählensee. Bitte bei der Anmeldung angeben ob man am Freitagabend oder Samstagmorgen ins Clubheim hochgehen möchte.

Bergwandern

Dienstag, 21. Juni

FIKIJALS

Seblengrat Braunwald*Zwei Grate zum Bergwandern*

Leitung	Karl Koster
Anforderung	T2/leicht/3½ h/ ↑350 Hm, ↓350 Hm
Anmeldeschluss	Montag, 20. Juni
Auskunft	071 277 48 33, 079 723 89 78
Details	Fahrt mit der S4, St. Gallen ab 8.27, nach Uznach-Linthal-Braunwald und mit der Gondelbahn nach Grotzenbüel. Aufstieg über Chnüggrat und Seblengrat zum Kleinen Gumen; zurück über Ober Stafel nach Grotzenbüel.

seit
1929**Zulian+Co. ag**Renovationen
Kundenarbeiten
Umbauten
Gipserarbeiten**Baugeschäft 9011 St.Gallen**Telefon 071 222 50 65 • Fax 071 222 99 14
zulian@zulian.ch • www.zulian.ch

Bergwandern

Dienstag, 21. Juni

F|K|J|A|S

Mattstogg, Wiederaufnahme*Rundtour ab Amden*

Leitung

Dorothea Boesch - Pankow

Anforderung

T3/mittel/5 - 6 h Wanderzeit/ ↑1140 Hm ↓1140 Hm

Anmeldeschluss

Sonntag, 19. Juni

Details

Von Amden zu Fuss zur Bergstation Niederschlag, über Walau steiler hinauf und durch Lawinenverbauungen und Felsen zum Gipfel. Schöner Abstieg einem Felsband entlang nach Oberfurggele, dann über Unterfurggele, Durschlegi zurück nach Amden.

Alpinwandern

Mittwoch, 22. Juni

F|K|J|A|S

Tour zur Sommersonnwende*Rheintaler Alpstein: Glogger*

Leitung

Michiel Harte

Anforderung

T4/mittel/Ca 4.5 h/1000 Hm

Anmeldeschluss

Samstag, 18. Juni

Auskunft

Per E-Mail

Details

Mit PW ca. 17 Uhr ab SG. Fahrt zum Parkplatz in der Schwendi (827). Durch den Rorwald hinauf zum Glöb und Eidene. Dann zur Alp Wis und zur SW Schulter der Glogger 1684 m. Dem Grat entlang zur NW Schulter 1682 m. ca. 3 h.

Kurzer steiler und waldiger Abstieg hinüber zur Stelli und auf der Rippe hinunter zur Langenegg. Quergang zum Berggasthaus. Beim Einnachten sollten wir diesen Verpflegungsort erreicht haben. Der weitere Abstieg zum Parkplatz dauert etwas weniger wie eine Stunde.

Bergwandern

Donnerstag, 23. Juni

F|K|J|A|S

Alp Sigel via Zahme Gocht*Schöne Wanderung im Alpstein*

Leitung

Johannes Gauglhofer

Anforderung

T3/mittel/4,5 h reine Wanderzeit/ ↑915 Hm, ↓880 Hm

Anmeldeschluss

Mittwoch, 22. Juni

Auskunft

Am Vortag via E-Mail

Details

Von Schwende, Schaienegg, Zahme Gocht, Alp Sigel, Obere Mans, Hüttentobel nach Wasserauen.

Mein Handy: 079 830 52 40



FIK|JIA|S

Wandern

Donnerstag, 23. Juni-Sonntag, 26. Juni

Genusstage für Mittwochwanderer

Das Unterengadin für Geniesser und Blumenfreunde

Leitung

Marianne Seeger

Anforderung

T1/leicht

Anmeldeschluss

Donnerstag, 31. März

Details

Unterkunft: Hotel Altana, Scuol

Preise: Fr. 131.– im Doppel- und Fr. 171.– im Einzerrzimmer pro Person inkl. HP, täglicher Lunch, Marschtee, Kurtaxe, Benutzung ö.V. und Seilbahnen.

Einzerrzimmer sind Doppelzimmer zur Einzelbenutzung (keine Besenkammern!)

Maximale Tourenlänge: 2,5 bis 3 h in sehr gemütlichem Tempo

Anmeldung: Ab 1.Dez. bis spätestens 31. März 2022»



Immer an Ihrer Seite.

Orthopädie und Traumatologie am Kantonsspital St.Gallen.
Fachkompetent und persönlich. Lassen Sie sich beraten.

www.kssg.ch/orthopaedie-traumatologie



Kantonsspital
St.Gallen

Alpinwandern

Freitag, 24. Juni

F|K|J|A|S

Bockmattlistock

Zwischen steilen Flanken und Weideflächen

Leitung
Anforderung
Anmeldeschluss
Details

Ruth Kulcsár Meienberger
T4/anspruchsvoll/9 h/↑↓1900 Hm
Donnerstag, 23. Juni

Wir bewegen uns zwischen Voralpen und kantigen Graten, zwischen steilen Flanken und Weideflächen. Von Morgenholz über Wänifurggel unter dem Brüggl bis zur Scheidegg. Über die Alp Trepsen, Schwarzenegg zum Bockmattlipass. Nur zwischen Bockmattlipass und Bockmattlistock T4. Weiter über den Grat bis Tierberg und ab Punkt 1869 und nach Ahornen absteigen, Geeren bis zum Obersee. Zum Abschluss ein erfrischendes Bad.

Hochtour

Samstag, 25. Juni - Sonntag, 26. Juni

F|K|J|A|S

Rimpfischhorn Überschreitung

Anspruchsvolle Hochtour

Leitung
Anforderung
Anmeldeschluss
Details

Rolf Steiger/Hans Etter
ZS/anspruchsvoll
Sonntag, 12. Juni

Sa: Anfahrt mit ÖV nach Saas Fee und zur Britanniahütte (HP)
So: Aufstieg zum Rimpfischhorn über die Normalroute (WS) zum Gipfel und bei guten Verhältnissen Abstieg über den N-Grat zum Allalinpass (ZS).
Rückkehr nach St. Gallen

Hochtour

Samstag, 25. Juni - Sonntag, 26. Juni

F|K|J|A|S

Hochtour Krönten

Leichte Hochtour in der Zentralschweiz

Leitung
Anforderung
Anmeldeschluss
Auskunft
Details

David Stäger/Armin Stöcklin
WS+/leicht1200 Hm/Tag
Sonntag, 19. Juni
David Stäger, 079 832 64 40

Zuhinterst im Erstfeldertal, umgeben von Gletschern und Graten, liegt die Kröntenhütte (1903 m.ü.M). Der Namensgeber der Hütte und unser Ziel, der Krönten (3108 m.ü.M) kann über verschiedenen Routen erreicht werden: Der Normalweg ist eine leichte Gletschertour über 1'200 Höhenmeter und hält am Schluss eine knackige Kletterei auf den Gipfelturm bereit. Am Ostgrat ist etwas mehr Einsatz gefragt, denn es warten einige Meter Gratklettern und interessante Firnpassagen auf uns. Die Tour eignet



sich für alle, die den Einstieg ins Hochtouren suchen, ihr eingerostetes Hochtouren-Wissen wieder auffrischen möchten oder einfach eine alpine Tour im schönen Urnerland geniessen möchten!

Hochtour

Samstag, 25. Juni - Sonntag, 26. Juni

F|K|J|A|S

Zuckerhütl 3507 m und Wilder Freiger 3418 m

Lange hochalpine Grattour

Leitung	Michiel Harte
Anforderung	WS+/anspruchsvoll/Sa: 6 h, So: ca 9 h
Anmeldeschluss	Mittwoch, 1. Juni
Auskunft	Per E-Mail
Details	Tour für ausdauernde und trittsichere Geher im hochalpinen Gelände. Sa: Mit Muttersbergbahn hinauf zum «Top of Tyrol» 3150 m. Via Fernaujoch zum Pfaffenjoch. Auf dem spaltenarmen Gletscher zum Pfaffensattel und auf brüchigem Grat zum Zuckerhütl Ostgipfel (T5, II). Gleicher Weg hinunter und Überschreitung des «Wilder Pfaff» Abstieg über Ostgrat (T5/II) zum Gletscher und zur Müllerhütte (3145 m) So: Überschreitung Wilder Freiger (Lübecker Weg, T5/II) und Signalgipfel. Langer Abstieg (1800 Hm) via Sulzenauhütte zurück zum Parkplatz.

Kurs

Samstag, 25. Juni - Sonntag, 26. Juni

F|K|J|A|S

Fels & Eis 1

Leitung	Bruno Eberle
Anforderung	C/leicht
Anmeldeschluss	Donnerstag, 16. Juni
Details	Lernziele: Ausrüstung kennen und verstehen, sicherer Umgang, Wissen was die Gräte können. Wir treffen uns am Samstagmorgen um 5.30 Uhr und brechen, mit dem PW auf richtig Furkapass mit Ziel Rhonegletscher. Ab 9.00 Uhr sollten wir den Rhonegletscher erreichen und mit dem Kurs beginnen. Nachmittags gegen den frühen Abend, um 16.00 Uhr, nehmen wir den Weg zur Hütte unter die Füsse. Sonntagmorgen nach dem Frühstück setzen wir den Kurs fort, gegen 13.00 Uhr verlassen wir das felsige Gebiet damit wir um 14.00 Uhr in Richtung St. Gallen aufbrechen können.

Sonstiges

Sonntag, 26. Juni

F|K|J|A|S

Bachwanderung

Plantschen, Bouldern, Wandern, Baden, Natur entdecken

Leitung	Jürg Graf/Christof Friemel
Anforderung	T2/leicht/1 Tag/400
Anmeldeschluss	Mittwoch, 22. Juni
Auskunft	Jürg Graf 079 773 26 08
Details	All das und noch viel mehr werden wir auf unserer Bachwanderung in der Nähe von St.Gallen erleben. Es wird mit Sicherheit ganz viel NassSpass. Lasst euch überraschen. Bei unsicherer Wetterlage werden wir ein Ersatzprogramm durchführen.

Bergwandern

Montag, 27. Juni-Freitag, 1. Juli

F|K|J|A|S

GTA: Vom Nufenen- zum Simplonpass

Wunderbare Frühsommerwanderung mit zauberhafter Flora

Leitung	Christian Bühler
Anforderung	T3/mittelpro Tag ↑1>000-1>200 Hm
Anmeldeschluss	Samstag, 30. April
Auskunft	Christian Bühler, chribue@bluewin.ch
Details	Die Tour führt beidseits der schweizerisch -italienischen Grenze. Die Länge der Tagesetappen erlaubt eine beschauliche Rast mit schöner Aussicht! Trittsicherheit zur Überquerung von Schneefeldern erforderlich! Tagesetappen 5 - 6 h, Schlussetappe ca. 7 h»

Bergwandern

Dienstag, 28. Juni

F|K|J|A|S

Rundwanderung Prodchamm - Maschgenchamm

Alpenfloraweg in den Flumserbergen

Leitung	Margrit Rüegegger
Anforderung	T2/mittel/2½-3 h / ↑200 Hm/↓200 Hm
Anmeldeschluss	Montag, 27. Juni
Auskunft	Mo 8-9 Uhr 0794361836
Details	Wanderung ab Prodchamm zur Maschgenlücke, Aufstieg zum Maschgenchamm weiter bis Zigerfurgglen. Mittagspause. Nachmittag wieder zurück zum Prodchamm.



FIKJIAS

Klettern

Donnerstag, 30. Juni

Fähnligipfel

Schöne Mehrseillängenroute auf den Fähnligipfel

Leitung	Claudia Thoma
Anforderung	4b/mittel
Anmeldeschluss	Donnerstag, 23. Juni
Auskunft	Infomail nach Anmeldeschluss

Voranzeige Juli

Alpinwandern

Montag, 18. Juli - Samstag, 23. Juli

FIKJIAS

Auf Suworow's Spuren

In 6 Etappen von Airolo nach Illanz

Leitung	Othmar Urscheler
Anforderung	T4/anspruchsvoll/↑5h, ↓4h / ↑1700 Hm, max. ↓1300 Hm
Anmeldeschluss	Mittwoch, 1. Juni
Auskunft	Infoblatt vor Tour
Details	1. Airolo - Andermatt 2. Andermatt - Altdorf 3. Altdorf - Muotatal 4. Muotatal - Glarus 5. Glarus - Panix 6. Panix - Illanz

Erleben der ganzen Strecke in einer Woche ist das Ziel. Weniger interessante Strecken teilweise mit ÖV verkürzt.

Tourenberichte

Skitourenwoche Osttirol

**Sonntag, 27. Februar bis
Samstag 5. März 2022**

Sieben Tage Sonne, kaum eine Wolke, wenig Schnee, immer Genussstouren. Die Anreise und die Rückfahrt waren lang, aber wir lernten ein uns unbekanntes Skiparadies kennen.

Bergführer Diddi Niederbrunner und ein Taxifahrer holten uns mit ihren Kleinbussen in Franzensfeste ab. Hubert Niederwolfgruber, der zweite Bergführer, konnte wegen starkem Schneefall in Griesenland nicht abfliegen – paradox: in den Alpen Schneemangel, in Südeuropa zu viel Schnee. Er kam am Montagabend zu uns.

Gleich zu Beginn der Test

Am Montag fuhren wir zum Südportal des Felbertauerntunnels, Verbindung nach Salzburg. Gleich zu Beginn unserer Ferien kämpften wir mit einem schwierigen Aufstieg: Vereister, steiler Fussweg mit Skiern auf den Schultern, es folgte ein ebenso steiler, rutschiger Hang, den wir mit den Skiern an den Füßen erklimmen mussten. Diddi half uns und mit seinem Humor, den wir die ganze Woche zu schätzen wussten, meinte er: «Das war ein Test.» Er hatte recht, wir meisterten den Rest der Woche problemlos. Weiter ging es gemütlich zur Messeling-Scharte, ca. 800 Hm.

Am Dienstag fuhren wir von Kals mit der Sesselbahn nach Rossbichl bis zur Mittelstation, 1770m, und stiegen auf den Brunnerkofel (neben dem «Hohen Tor»). Es war warm, kein kalter Wind wie am Vortag. Wir assen auf dem Gipfel und bewunderten die vielen Berge um uns. Diddi fand nicht nur

die schönsten Touren, sondern auch geeignete Après-Ski-Orte. Kals ist ein bekanntes Skigebiet mit vielen Anlagen und die Restaurants bei den Pisten waren überfüllt und laut. Er fand eine Terrasse im Dorf, wo ein Trompeter extra für uns spielte.

Der dritte Tag begann mit einer längeren Fahrt durchs Defereggental nach Maria Hilf, dann Richtung Staller Sattel. Bei -10° und eisigem Wind starteten wir einem Bach entlang zur Kahorn-Scharte, 2650m, ca. 900 Hm. Zuletzt mussten wir die Skier tragen oder aufbinden und über felsiges Gelände aufsteigen. Zum Gipfel fehlten nur 42 Hm. Der Gipfelhang war vereist und felsig, weshalb wir darauf verzichteten. Die Abfahrt war wie üblich oben Bruchharsch, dann hart, bei schönstem Wetter. Es folgte ein Wald mit wunderbarem Pulver im oberen Teil, vereist weiter unten – aber die gute Laune blieb.

Die zweite Wochenhälfte und Corona

Am Donnerstag fuhren wir zur Passhöhe des Staller Sattels, knapp 2000m, Grenze zu Italien, und stiegen aufs «Grosse Mannndl», 2818m. Der Aufstieg war einfach bis zur Scharte, dann steil mit Spitzkehren, Skidepot und zu Fuss auf den Gipfel mit überwältigender Sicht. Das Stück zurück zu den Skiern schien einigen von uns heikel. Diddi sagte: «Das ist kein Problem, sonst hätte ich euch nicht hoch geführt. Ich schliesse euch alle in meine Arme, falls ihr zu schnell runterkommt.»

Am letzten Tag ging's nochmals Richtung Kals, weiter auf einer gut ausgebauten Maut-Strasse, die nur hinauf zum Luckerhaus, einem Hotel und Restaurant, führte. Wir stiegen auf zum Figerhorn, 2743m, gut 1000 Hm, zuletzt zu Fuss auf einem stei-



len Bergweg. Die Aussicht auf den nahen Grossglockner mit Gletscher, 3798m, Österreichs höchstem Berg, war beeindruckend.

Am Morgen und am Abend waren die beiden Gruppen gemischt, ein harmonisches Miteinander.

Im modernen, erweiterten Hotel Hinteregger, einem Familienbetrieb in vierter Generation, in Matrei, hatten wir schöne Zimmer, gutes Essen und im Skiraum hohe geheizte Garderobekästen mit Skischuh-Haltern.

Leider stürzte am ersten Tag eine Teilnehmerin unglücklich und riss sich das Seitenband eines Knies. Eine Person erkrankte. Beide fuhren nach Hause. Ende Woche husteten viele – und die meisten brachten Corona nach Hause...

Mit Diddi verbrachten wir eine herrliche Woche. Er war aufmerksam, hilfsbereit, ein guter Bergführer. Wir hatten es lustig zusammen.

Wir danken Walter Geering für die perfekte Organisation, alles klappte prima – das war viel Arbeit.

Irene Bandle

Wintersportwoche Hittisau

Eindrücke eines Neuen

Ych ha leider e'n Event morn Zoobe
Drum bin y nit drby bim Abschiedsoobe
Wo sicher glacht wird und gsunge
Und villicht au e Dangesreed gschwunge
Ych tue drum hütt s' Wort an Euch richte
Und über my neu (SAC) Mitgliedschaft brichte
Das duet zwar kein vo Euch interessiere
was my aber wiederum nicht duet geniere

also – ych ha aifach welle go Schneeschuewardere
villicht zämme mit paar nätte Andere
denn han – y die Hittisau Wuche gseh
aber – oh weh – das isch jo SAC
do foht – Alarm – my Kopf a rauche
will vor em innere Aug Bilder ufftauche
Bilder vo furchtlos stargge Athlete
Wo balanciere über schmalu Krete
Wo Häng uffrenne wie jungu Reh
D' Felswänd uff durch Yis und Schnee
Fraue und Männer mit Muskle us Stahl
Wo 20 Stund laufe nie wird zur Qual
Wo durch Sturm und Wätter eile
Denn schnäll 1000 Meter aabeseile



Ych dängg: zu sottige Hüne passisch nit aane
Do blibsch uff dr Streggi mit hängende Fahne
Ych gseh my scho voll Angst und Bang
Stecke bliibe ime steile Hang
Es git kai Füüre und kai Zrugg
Die Andere – frisch und munter – löhn nit lugg
Laufe witer
Ych föhl my schitter

Mit so Bilder – lüt y denn am Walter a
Dä entpuppt sich als voll sympathische Maa
Är sait: kumm aifach verby
Denn merggsch es gly
Ob bynis (bei uns) passisch dry
Und Zoobe git's z'Ässe und Wy



Das isch en Argument
Drum wird y (SAC) Mitglied am Änd
Jetzt doo (in Hittisau), stimmt e Teil vo mine Bilder perfäggt
Ihr sinn e taffi (von tough) Truppe, das fäggt
Und ych muess saage: I am surprised
Ych föhl my uffghoobe, kai Bitz verwaist
Es sinn alli fründlich und nätt
Kain überheblich, kain vor dr Stirne e Brätt
Aifach lässig, interessant und toll
Do bin ych des Lobes voll
Ych stuune über die positiv Stimmig
Es kha no so stürme, kalt sy, grimmig
Yr lääbet uff, Euri Auge lüüchte
Super – mir hänn gar nüt z' befürchte
Glücksgfühl ströme tief ins Härz
Mir sinn duss – vergässe des Weltes Schmäärz

By de Schneeschüeler lauft's ainewäg guet
Dr Bernhard – ruhig – macht ys Muet
Okay – das bruuchte mr aigentlich nit
D' Moral isch hoch – mir halte mit
Mir kämpfe n' ys am Everest zue
Dört loht ys en Orkansturm kai Rue
Dr Niklaus schwäbt in Glücksgefühlen
Während däm mir ys dur dr Nääbel wüehle



Denn het's Indigeni, wo sich nit geniere
Unsere dringende Bedürfnis z' ignoriere
D' Ruth kunnt um dr Egge – tootebleich
Mir isch passiert e fertige Seich
Ych stopp verzelle – d' Ruth kämt in Nöte
Will s' ere ins Gsicht tribt die Schamesröte
(Erklärung: Ruth wurde ziemlich gemassregelt,
als sie auf einer schneebedeckten Wiese
ein dringendes Bedürfnis erledigen wollte)

Ych kumm zum Schluss: es het mir gfalle
Ych dangg für d' Kameradschaft Euch alle
Natürlich au bsunders de Leiter
Ych find: mached so weiter
Das sinn mini Danggeswort gsy
Jetzt isch' s Väsli verby

Hansueli Niederhauser, Hittisau, 3.2.2022

Geburtstage Mai/Juni

97 Jahre

Güntert Elisabeth, 10.05.25
Im Hof 15, 8606 Greifensee

95 Jahre

Steiger Elisabeth, 13.04.27
Aepplistrasse 11, 9008 St. Gallen

93 Jahre

Zahner Waldemar, 03.06.29
Hauptstrasse 10, 8467 Truttikon

92 Jahre

Dermond Armin, 01.05.30
Reutenenstrasse 16, 9042 Speicher
Osterwalder Marco Paul, 07.05.30
Via Baragia 22, 6987 Caslano
Freund Heidi, 07.06.30
Kasernenstrasse 89a, 9100 Herisau
Loepfe Marlis, 15.06.30
Kirchlistrasse 14, 9010 St. Gallen

91 Jahre

Schlegel Alex, 17.05.31
Tutilostrasse 8, 9011 St. Gallen

90 Jahre

Suhner Ernst, 22.06.32
Poststrasse 8, 9428 Walzenhausen

85 Jahre

Schmidt Walter, 03.05.37
Schlosshaldenstrasse 34,
9300 Wittenbach
Deininger Heinz, 21.05.37
Ringelbergstrasse 16, 9000 St. Gallen
Sutter Ernst, 14.06.37
Lehweg 21a, 9030 Abtwil SG
Wieland Friedrich, 28.06.37
Huebstrasse 8, 9300 Wittenbach

80 Jahre

Bossart René, 07.05.42

Buchwald 550, 9053 Teufen AR

Steiger Beatrice, 12.05.42

Friedergstrasse 1, 9230 Flawil

Sollberger Veronika, 20.05.42

Dufourpark 4, 9030 Abtwil

Metzger Karl, 25.05.42

Schönenbüel 738, 9053 Teufen AR

Truniger Margrit, 01.06.42

Hüttenwiesstr. 42B, 9016 St. Gallen

Siladji Sigrun, 15.06.42

Riedterstrasse 11e, 8162 Steinmaur

Albrecht-Willi Hansruedi, 17.06.42

Studerswilerstrasse 20a, 9300

Wittenbach

Lanz Walter, 20.06.42

Burgstrasse 37, 9000 St. Gallen

Wanner Hannes, 25.06.42

Wolfensbergstrasse 39, 8400 Winterthur

Lutz Rolf, 30.06.42

Hafnerwaldstrasse 24, 9012 St. Gallen

75 Jahre

Amstutz Heidi, 13.05.47

Wiedenhubstrasse 13, 9305 Berg SG

Hermann Manfred, 17.05.47

Dorfhalde 47, 79761 Waldshut-Tiengen

Jäger Helen, 22.05.47

Rötelistrasse 12, 9000 St. Gallen

Metzler Willi, 30.05.47

Arbonerstrasse 44b,

9315 Neukirch (Egnach)

Bösch Hans-Ulrich, 25.06.47

Schorenstrasse 28, 9000 St. Gallen

70 Jahre

Nagel Wolfgang, 09.05.52

Bergstrasse 32, 9037 Speicherschwendi

Schär Werner, 23.05.52

Lehnenweingarten 15, 8592 Uttwil

Müller Meinrad, 30.05.52

Goldbrunnenweg 4, 9000 St. Gallen

Wehrli Werner, 03.06.52

Ruchenbergstrasse 25, 7000 Chur



Schibler Christian, 09.06.52
Wolfganghof 7k, 9014 St. Gallen

Scherer Thomas, 09.06.52
Steinbockstrasse 21, 9010 St. Gallen

Hugentobler Otto, 09.06.52
Biserhofstrasse 10, 9011 St. Gallen

65 Jahre

Spiess Rita, 03.05.57
Sonneggstrasse 5, 9633 Hemberg

Alther Monika, 03.05.57
Kornfeldstrasse 15 b, 9323 Steinach

Dubacher Susan, 15.05.57
Taastrasse 27, 9113 Degersheim

Bauer Agnes, 25.06.57
Ludwigstrasse 8, 9010 St. Gallen

Rechsteiner Matthias, 27.06.57
Herbrig 27, 9042 Speicher

Herzliche Gratulation

Neueintritte Februar/März

Achermann Katja, 9000 St. Gallen

Ammann Rechsteiner Lukas,

9000 St. Gallen

Brülisauer Rica, 9542 Münchwilen

Brunner Niklaus, 9105 Schönengrund

Büche Aurel, 9042 Speicher

Bucher Benito Ernst, 9011 St. Gallen

Dogan-Wagner Aynur, 9000 St. Gallen

Eberhard Livia, 9032 Engelburg

Fanac Timon, 9323 Steinach

Felicetti Michele, 9008 St. Gallen

Gall Christian Pedro, 9010 St. Gallen

Hainke Friederike, 9010 St. Gallen

Hurtado Gomez Julian David,

9000 St. Gallen

Iandolo Marcello, 9200 Gossau SG

Jenny Sina, 9000 St. Gallen

Kälin Andrea, 9402 Mörschwil

Kälin Benjamin, 9402 Mörschwil

Kälin Julian, 9402 Mörschwil

Kälin Severin, 9402 Mörschwil

Karwot Markus, 9300 Wittenbach

Katona Gabor, 9462 Montlingen

Kossyk Ingo, 9056 Gais

Kundert Hannes, 9012 St. Gallen

Marxer Patrizia, 9000 St. Gallen

Oertig Josef, 9205 Waldkirch

Ottiger Robin, 9000 St. Gallen

Püllmann Kerstin, DE-78464 Konstanz

Reiner Moreno, 9000 St. Gallen

Riss Andrin, 9000 St. Gallen

Schneider Madlen, 9000 St. Gallen

Sklorz Pavel, 9011 St. Gallen

Spierings Janis, 9300 Wittenbach

Stachl Clemens, 9000 St. Gallen

Stäuble Marcel, 8867 Niederurnen

Stingl Michael, 9000 St. Gallen

Täschler Priska, 9000 St. Gallen

Wäckerlin Mathias, 9410 Heiden

Walser Yvonne, 9000 St. Gallen

Weller Marie-Pascale, 9000 St. Gallen

Zangerl Petra, 9000 St. Gallen

Zschäck Nadine, 9000 St. Gallen

Herzlich willkommen





Clubleben / Mitteilungen

Silvrettahütte

Am 11. Juni ist Saisonstart in der Silvrettahütte und natürlich sind auch im Sommer 2022 verschiedenste Aktivitäten geplant. Die News und Aktivitäten werden laufend auf der Homepage aktualisiert. Eine erste Übersicht seht ihr in diesen Clubnachrichten:

- August: Nationalfeiertag mit Grillplausch
- Ende August: Hüttengerichte mit einem Hauch von Gourmet
- Oktober: Wine and Dine
- 02. – 07. Oktober Familienferien
- 09. – 14. Oktober Familienferien



Clubheim Fählensee

Wie in dieser Ausgabe bereits zu lesen war, findet am 17./18. Juni der jährliche Holz- und Putztag im Clubheim Fählensee statt, welcher für alle Mitglieder offen steht. Es wird geputzt und aufgeräumt, aber auch gemeinsam gegessen und die Geselligkeit genossen. Am Sonntag geht's wie gewöhnlich für die KiBe und JO zum Klettern rund um den Fählensee.



Wiedereinsteiger sucht Begleitung (m/w)

Nach langer Abstinenz auf alpinen Touren und Hochtouren, habe ich (m) wieder begonnen mich in alpinem Gelände zu bewegen. Zahlreiche Touren bis T4, sowie ein paar wenige Hochtouren habe ich bereits wieder hinter mir.

Entsprechend meinem Alter (65) geht es nicht mehr so schnell und zackig, dafür aber stetig und sicher bergan. Wer hätte Lust, künftig mit mir einige alpine Wanderungen (bis T5) und/oder leichte Hochtouren, vorzugsweise in GL, SG und GR, pro Jahr in Angriff zu nehmen? Am liebsten bin ich von Montag bis Freitag unterwegs. Als Ausgangsort würde sich auch der Zweitwohnungssitz in GR anbieten.

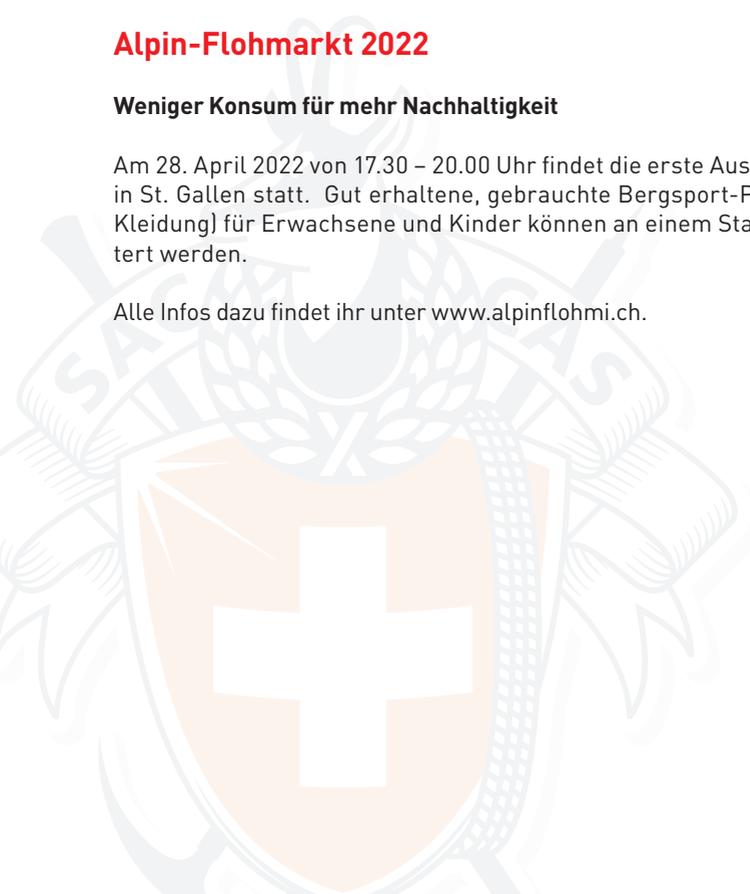
Bei Interesse bitte Nachricht per Mail an tguma@gmx.ch senden.

Alpin-Flohmarkt 2022

Weniger Konsum für mehr Nachhaltigkeit

Am 28. April 2022 von 17.30 – 20.00 Uhr findet die erste Austragung des Alpin-Flohmi in St. Gallen statt. Gut erhaltene, gebrauchte Bergsport-Produkte (Ausrüstung und Kleidung) für Erwachsene und Kinder können an einem Stand angeboten oder ergattert werden.

Alle Infos dazu findet ihr unter www.alpinflohmi.ch.





Neu: Tourendatenbank-Login mit dem SAC-Konto

Wer sich bei den Touren des SAC St. Gallen anmeldet, muss ein Benutzerkonto in der Tourendatenbank erstellen.

Ab dem 1. Mai ist es für Mitglieder möglich, das Benutzerkonto der Tourendatenbank mit dem SAC-Konto des Zentralverbandes zu verbinden. Wer diese Option nutzt, braucht zum Einloggen in die Tourendatenbank dieselben Login-Daten, wie für sein SAC-Konto, das er beim Zentralverband erstellt hat.

Was sind die Vorteile? Du musst dir nur **ein** Passwort merken, egal ob du dich bei unseren Touren anmelden möchtest oder dich auf der Webseite des Zentralverbandes nach Kursen, Hütten oder Tourenportal etc. umsiehst. Änderungen deiner Kontaktdaten gibst du nur noch im Zentralverband ein, sie werden automatisch mit der Tourendatenbank synchronisiert.

Möchtest du diese Option nutzen, dann findest du eine Anleitung auf unserer Homepage www.sac-stgallen.ch in der rechten Spalte in der Rubrik «Auf einen Klick».

Bei Fragen wendest du dich bitte an support.tourenportal@sac-stgallen.ch.

Grialetsch-Hütte SAC | Einweihung | 3. Juli 2022



Schweizer Alpen-Club SAC
Sektion Davos
7270 Davos Platz
info@sac-davos.ch
www.sac-davos.ch

Grialetsch-Hütte SAC
Tanja & Werner Schweizer
Hüttenwarte
grialetsch@sac-davos.ch
www.grialetsch.ch
Tel. +41 81 416 34 36

Einladung zur Einweihungsfeier der gesamterneuertem Grialetsch-Hütte SAC.

Am Sonntag, 3. Juli 2022 sind Mitglieder der SAC Sektion Davos, Freunde der Grialetsch-Hütte SAC, Gäste aus Nah und Fern sowie Interessierte herzlich eingeladen, am Festakt teilzunehmen.

Programm

Individuelle Anreise und Wanderung zur Hütte ab Dürrboden, Flüela-Passstrasse oder 09:15 Besammlung Dürrboden für die geführte Wanderung zur Hütte

- 10.00 und 11.00 **Hüttenführung** mit einem Mitglied der Baukommission
- 11.00 bis 15.00 **Speis und Trank** für alle sowie musikalische Unterhaltung
- Hüttenführung** mit einem Mitglied der Baukommission
- 12.30 **Bergpredigt** mit **Christopher Wellauer**,
Diakon und Sektionsmitglied
- 13.00 **Festansprachen und offizielle Eröffnung**
- 14.30 und 15.30 **Hüttenführung** mit einem Mitglied der Baukommission

Individuelle Heimkehr (letzter Bus nach Davos Dorf ab Dürrboden um 18.30 Uhr)

Die Einweihung soll bei jedem Wetter stattfinden. Kurzfristige Änderungen bleiben jedoch vorbehalten und werden auf www.sac-davos.ch kommuniziert.

Aus organisatorischen Gründen bitten wir um eine **Anmeldung** bis zum **15. Juni 2022**: mitglieder@sac-davos.ch

In der Schweiz verletzen sich jährlich mehr Menschen bei Stolperunfällen als bei Autounfällen.



In der Schweiz erleiden jährlich rund 295000 Menschen einen Stolper- oder Sturzunfall. Oft mit fatalen Folgen. Viele dieser Unfälle liessen sich mit wenig Aufwand vermeiden: Beseitigen Sie Stolperfallen und benutzen Sie auf Treppen den Handlauf. Konzentrieren Sie sich auf den Weg und nicht auf Ihr Handy oder die Zeitung. Weitere Präventionstipps finden Sie auf www.stolpern.ch.

suva



Werde Teil des
Bächli Bergsport
Teams



FÜR PURE FREIHEIT UND SCHNELLE RUNS

Bergerlebnisse beginnen bei uns. Beratung durch begeisterte Bergsportler, faire Preise und erstklassiger Service für deine Ausrüstung. **Wir leben Bergsport.**

Filiale St. Gallen
Breitfeldstrasse 13
9015 St. Gallen
071 314 00 33
baechli-bergsport.ch


B'ÄCHLI
BERGSPORT