

Club- nachrichten

03 | 25

Highlight

8 *Aktuelle Tourenberichte*

6 Ab nächstem Jahr neu: geänderte Tourenstruktur

22 Im Fokus: JO-Herbstlager in Korsika

52 Für alle: Einladung Neu- und Mitgliederanlass

Sektion St. Gallen

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



Liebe Clubmitglieder

Elsbeth Betschon, für das Präsidium

Der Sommer ist da – und mit ihm die Hochsaison für Bergsport, Gemeinschaft und Naturerlebnisse. Unsere Tourenleitenden sind wieder mit unermüdlichem Einsatz unterwegs, Hütten werden geöffnet und unsere Gemeinschaft lebt auf – in der Höhe, in Bewegung und im Austausch. Genau das macht unseren SAC St.Gallen aus: Leidenschaft für die Berge, gepaart mit Engagement und Verantwortung.

rungen im Haupthaus nötig, damit wir weiterhin umweltfreundlich unterwegs sein können. Wir bauen auch für die nächste Generation von Berggängern und Berggängerinnen, die in der Umgebung der Hütte ideale Lernbedingungen vorfinden, mit dem Gletscherlehrpfad, Klettergarten und einfachen bis schweren Hochtouren. Jede Spende – gross oder klein – bringt uns dem Ziel näher. Weitere Informationen zum Projekt findet ihr auf der Homepage und in dieser Ausgabe.

In dieser Ausgabe der Clubnachrichten möchten wir nicht nur auf vergangene Erlebnisse zurückblicken und zukünftige Tourenpläne vorstellen. Wir möchten auch auf ein Herzensprojekt hinweisen, das uns alle betrifft und eure Unterstützung braucht: **Der Umbau der Winterhütte Silvretta.**

Im Clubheim fand mit riesigem Erfolg der Putz- und Holztag statt.

Der neue Präsident Zentralvorstand heisst Marco Dirren. De Ansprüche an ihn sind hoch, gilt es doch, neue Statuten und die Strategie 2030 auf den Weg zu bringen.

Die Winterhütte Silvretta ist mehr als nur ein Schutzraum. Sie ist Ausgangspunkt für wunderschöne Touren im Silvrettagebiet. Der Zustand der Infrastruktur ist desolat und nicht mehr zeitgemäss. Ebenso sind energetische Verbesse-

Danke für euren Einsatz, eure Verbundenheit und eure Freude an den Bergen. Auf einen erlebnisreichen Sommer – und viele schöne Stunden draussen!

Inhalt

3	Editorial	36	Programm Dezember
4	Aus dem Vorstand	43	Vorschau Tourenwochen 2026
8	SAC Unterwegs	46	SAC Unterwegs
10	Wissenswertes zur Natur	50	Geburtstage Sept/Okt/Nov
14	Programm September	51	Neueintritte Mai/Juni/Juli
25	Programm Oktober	52	Clubleben/Mitteilungen
30	Programm November	43	Unsere Hütten

Mit uns digital und sicher unterwegs!

Jetzt schnell und einfach über den QR-Code registrieren und als SAC-Mitglied von bis zu **35 % Rabatt** profitieren.

Deine Vorteile

Preise: Als angemeldeter Benutzer siehst du jederzeit deine Nettopreise.

Jetzt registrieren und profitieren!



Kontoübersicht myShop: Behalte Bestellungen, Rechnungen und Lieferungen im Blick.

Profitiere auch beim Vorweisen deines Ausweises in unserem Verkaufsgeschäft.

Bestell-App: Bestelle jederzeit mit der Fehr Braunwalder App.

Produktvergleich: Vergleiche Produkte nach Funktionen, technischen Daten und Preisen, um die beste Entscheidung zu treffen.



Befestigungstechnik

Werkzeuge und Maschinen

PSAgA

Farben

fehrbraunwalder.ch

Fehr Braunwalder AG | Zürcherstrasse 501 | 9015 St. Gallen
Tel. 071 282 47 77 | info@fehrbraunwalder.ch



AUS DEM VORSTAND

Umbauprojekt Silvretta Winterhütte Sommer 2026 – Wir zählen auf eure Unterstützung!

Anfang Juni haben wir beim Zentralverband ein Gesuch für einen finanziellen Unterstützungsbeitrag eingereicht. Über den Antrag wird im Rahmen der Präsidentenkonferenz im November 2025 entschieden.

Unser Hüttenobmann Meinrad Müller arbeitet derzeit gemeinsam mit der Architektin Sabine Schaub intensiv an der Detailplanung für den Umbau im Sommer 2026. Die Auswahl geeigneter Handwerksbetriebe hat stattgefunden. Eine gemeinsame Begehung vor Ort ist im August vorgesehen.

Zusätzlich wird derzeit geprüft, ob weitere Arbeiten in das Projekt integriert werden können – insbesondere die Sanierung der Wasserversorgung. Die bestehende Wasserfassung ist in die Jahre

gekommen und könnte mittelfristig zu Problemen führen. Wir klären daher, ob sich diese Massnahme sinnvoll mit dem geplanten Umbau kombinieren lässt. Die Mehrkosten dafür belaufen sich auf ca. CHF 50'000. Des Weiteren muss auch abgewogen werden, ob die ebenfalls in die Jahre gekommenen Batterieakkus doch erneuert werden sollen, entgegen der ersten Experteneinschätzung für das Umbauprojekt.

Parallel dazu läuft die Mittelbeschaffung auf Hochtouren: Rund 33 Stiftungen, Firmen und öffentliche Stellen wurden angefragt, 20 Gesuche konnten bereits eingereicht werden. Daraus resultierte bisher eine zugesagte Unterstützung von CHF 110'500. Auch Privatpersonen und Unternehmen haben bereits namhafte Beiträge zugesprochen. Für die Realisie-

rung dieses umfangreichen Projekts sind wir jedoch weiterhin auf eure Hilfe angewiesen – sei es in Form einer Geldspende

oder durch tatkräftige Unterstützung vor Ort (Fronarbeit).

Freie Spende

CHF	50	Postkartengruss der Jugendorganisation (JO)
CHF	100	Kaffee und Kuchen für 2 Personen auf der Silvrettahütte
CHF	150	Süsser Silvretta-Traum für 2 Personen auf der Silvrettahütte
CHF	250	Bündnerplättli für 2 Personen auf der Silvrettahütte
CHF	500	Gletscher-Apéro für 2 Personen auf der Silvrettahütte
CHF	1'000	Übernachtung inkl. Apéro und Frühstück für 2 Personen in der Silvrettahütte
CHF	7'500	Silvretta-(Geburtstags-) Feier für max. 12 Personen mit Übernachtung in der umgebauten Winterhütte, Apéro, Abendessen und Frühstück

Spezialspende

Die Spender erhalten eine Einladung für das Einweihungsfest

CHF	2'500	Treppentritt: Trittbezeichnung mit Sponsoringtäfeli
CHF	5'000	Schlafplatz: Nummer des Schlafplatzes mit Sponsoringtäfeli
CHF	15'000	Fenster: Fenster mit Sponsoringtäfeli
CHF	25'000	Schlafzimmer: Flurname mit Sponsoringtäfeli

Weitere Möglichkeiten nach Absprache

Spendenkonto

Schweizer Alpen-Club SAC, Sektion SG, Postfach 1809, 9001 St. Gallen
IBAN CH14 8080 8001 7321 0101 3, Raiffeisen St.Gallen
Zahlungsvermerk «Silvretta Winterhütte»



Spenden/Sponsoring

Betrag

Private Spender/-innen, Unternehmen

CHF 7'607

Ferrari F.	Hochuli Erich
Furgler Philipp	Huber Nicole
Gattinger Heidrun	Knöpfel Peter u. Rosmarie
Gerschwyler HJ	Signer Ruth
Götti Rene u. Rosita	Steinhauser Marianne
Gruber Urs	Bau Haas AG

Spende von Stiftungen

CHF 100'500

Straubenzeller Fonds
Emil Nüesch Stiftung
Metrohm Stiftung
TISCA Tischhauser Stiftung
Steinegg Stiftung

Gemeinde Klosters

CHF 10'000

Sach- und Arbeitsleistungen

CHF 5'500

Total

CHF 123'607

Spendenziel gemäss Finanzierungskonzept

CHF 220'000

AUS DEM VORSTAND

Neue Tourenstruktur ab Tourenprogramm 2026

Die Einführung der neuen Tourenverwaltung des Zentralverbandes ist auf das Touren-Programm 2027 verschoben worden. Das heisst, dass für das Jahr 2026 kein zusätzlicher Sektionsbeitrag pro Tourentag eingezogen wird. Damit wir aber trotzdem mit der neuen Tourenstruktur arbeiten können, passen wir die bestehende Tourendatenbank (TDB) wie folgt an:

- In der Tourengruppe werden die Buttons «Senioren» und «Aktive» fürs Programm 2026 nicht mehr verwendet. Stattdessen gibt es nur noch die Anforderungsgruppen A für hohe, B für mittlere und C für geringe Anforderun-

gen. Welche Bergsportdisziplinen welcher Anspruchsgruppe zugeordnet sind, kann der Tabelle entnommen werden.

- Im Gegensatz zur bisherigen Handhabung bilden A, B und C also nicht mehr die konditionellen Anforderungen ab. Diese werden durch Hm/h und Dauer der Tour/des Aufstiegs definiert, welche in der TDB eingetragen sind.
- Jeder Bergsportart ist eine Tourenbetreuerin/ein Tourenbetreuer zugeteilt, welche/r für die Touren zuständig und erste Ansprechperson der Tourenleitenden ist. Die konkreten Aufgaben sind in einem Rollenpapier festgehalten. Das Organigramm wurde entsprechend angepasst.

Tourengruppe

FaBe
 KiBe
 Jugend
 ~~Aktive~~
 ~~Senioren~~
 Sektion
 A
 B
 C

Die Anforderungsgruppen A, B und C werden unter «Tourengruppe» aufgeführt. Mit Filtern und Sortierung können die Touren gut erkennbar dargestellt werden. Die neue Struktur ist in der TDB bereits vorbereitet – alle Touren ab 2026 werden in der neuen Tourenstruktur dargestellt.

★	22.01.2026	Skitour nach Ansage	B
	Do.	🕒 18.01.2026 👤 Tekla Hahin # S/B/WS	
★	24.01.2026	Konditionsskitour	A Jugend
	Sa.	🕒 21.01.2026 👤 Reto Kugler # SP/A/ZS	
🕒	26.01.2026	Wintersportwoche Hittisau	C Tourenwoche
	Mo.-Sa.	🕒 15.01.2026 👤 Walter Geering # S, SS/B/WS	
★	31.01.2026	Mattjisch Horn 2460 m Skitour	B
	Sa.	🕒 30.01.2026 👤 Roman Stupan # S/B/WS	
★	07.02.2026	Ebenalp Trophy	A Jugend
	Sa.	🕒 04.02.2026 👤 Reto Kugler # S, SP/B/WS	
★	07.02.2026	Rassige Skitour in der Region	A
	Sa.	🕒 31.01.2026 👤 Felix Betschon # S, SSH/B/ZS	
🕒	08.02.2026	Skitourenwoche Gries im Sellrain	B Mit BF Tourenwoche
	So.-Sa.	🕒 30.09.2025 👤 Dorothea Boesch-Pankow # S/B/WS+	

- Der Button «Sektion» wird für Anlässe wie HV, Mitgliederversammlung, Clubheim-Treff verwendet.
- Von der Änderung der Tourenstruktur nicht betroffen ist der gesamte Bereich Jugend (mit FaBe und KiBe).

Touren- chef	Touren- betreuung	Touren- chef	Touren- betreuung	Touren- chef	Touren- betreuung	Touren- chef	Touren- betreuung	Touren- chef	Touren- betreuung	Touren- chef	Touren- betreuung	Touren- chef	Touren- betreuung				
Markus Baumann	Michiel Harte	Michiel Harte	Reto Kugler	Reto Kugler	Reto Kugler	Ruth Signer	Jan Fehse	Thomas Winkler	Roman Stupan	Roman Stupan	Thomas Winkler	Martin Müller	Silvia Enzler				
Gruppe A Hohe Anforderungen	Ski-(hoch-), Speed- und Snowboard- Touren ab ZS-	Schneeschuh/- hochtouren ab WT3	Alpin T5 und T4	Hochtouren Sommer ab ZS-	Klettern ab 5a	MTB/Velo	Events	Ausbildung	Gruppe B Mittlere Anforderungen	Skitouren bis und mit WS+	Schneeschuhtou- ren bis WT2	Bergwandern T2+T3	Hochtouren Sommer bis WS+	Klettern bis 4c	MTB/Velo	Events	Ausbildung
Berechnung Basis 2023	27	20	45	3	19	0		Berechnung Basis 2023	51	15	57	14	11	0			
Ans Duchesne	Gruppe C Geringe Anforderungen	T1 MiWa	Ans Duchesne	Ans Duchesne	Velo	Events	Ausbildung	Ans Duchesne	2								

SAC UNTERWEGS

Bildbericht Gletschhorn und Strahlengrätli

Schöne Gratkletterei im griffigen Urner Granit, unter diesem Motto stand die 3-tägige Tour vom 11. bis 13. Juli im Furkagebiet – mit Basis Albert Heim-Hütte. Angekommen bei der SAC-Hütte am späteren Freitagnachmittag gab es einen kurzen Refresher in Seiltechnik.

Am Samstag starteten wir – noch im Schein der Stirnlampen – um fünf Uhr morgens. Es ging zum Tiefengletscher, dann über Firn und Fels zum Einstieg des

Südgrates. Nach zehn abwechslungsreichen und luftigen Seillängen erreichten wir den Gipfel des Gletschhorns auf 3304 m.

Trotz unsicherer Wetterprognose wagten wir uns am Sonntag ans Strahlengrätli und konnten bei trockenen Verhältnissen die Hälfte des Grates überklettern. Zurück bei der Hütte gab es noch Kaffee und Kuchen, bevor wir die Heimreise antraten.

Text: Markus Baumann



Auf dem Hüttenzustieg. Bild: Alexandra Baumann



Rassiger Abstieg über Schneefelder. Bild: Markus Baumann



Die Kletterei beginnt. Bild: Markus Baumann



Luftige Kletterei am Südgrat. Bild: Markus Baumann



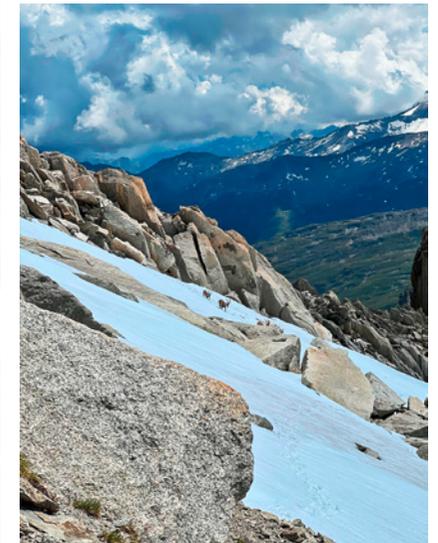
Tiefengletscher. Bild: Jan Fehse



Gipfelfoto mit Jan, Alexandra, Valérie, Markus, Monika und Ashwin (v.l.n.r.). Bild: Ashwin Teesink



Übergang vom Firn zum Felsgrat. Bild: Alexandra Baumann



Steinböcke queren unseren Abstieg. Bild: Alexandra Baumann



Blick vom Gletschhorn zum Göschenalpsee. Bild: Ashwin Teesink

WISSENSWERTES ZUR NATUR

Grosse Unterstützung der Mitglieder für das ökologische Engagement der SAC-Sektionen

Wie kann der Bergsport nachhaltiger gestaltet werden? Wie können die SAC-Sektionen einen Beitrag dazu leisten und wie sind die Mitglieder der Sektionen gegenüber solchen Themen eingestellt? Eine Befragung des Instituts für Sport-



wissenschaft der Universität Bern zeigt, dass insbesondere die Bereitschaft zur Bildung von Fahrgemeinschaften, zu einer Anreise mit den öffentlichen Verkehrsmitteln und zur vegetarischen Ernährung auf Hütten und Touren hoch ist. Weiter erwarten die meisten Teilnehmenden der Befragung von ihren Sektionen Empfehlungen zu umweltfreundlichem Verhalten.

Über ein Viertel der Schweizer Bevölkerung ist aktives Mitglied in einem Sportverein. Soll also eine ökologische Entwicklung im und durch den Sport vorangetrieben werden, könnte der organisierte Sport (u.a. Sportvereine, -verbände) viele sporttreibende Personen erreichen. Bei der Umsetzung von Massnahmen sind solche Organisationen aber häufig von der Bereitschaft ihrer Mitglieder abhängig. Deshalb wurde in einer Studie untersucht, wie die Mitglieder der SAC-Sektionen gegenüber ökologischen Themen eingestellt sind und bereit sind, sich entsprechend zu verhalten.

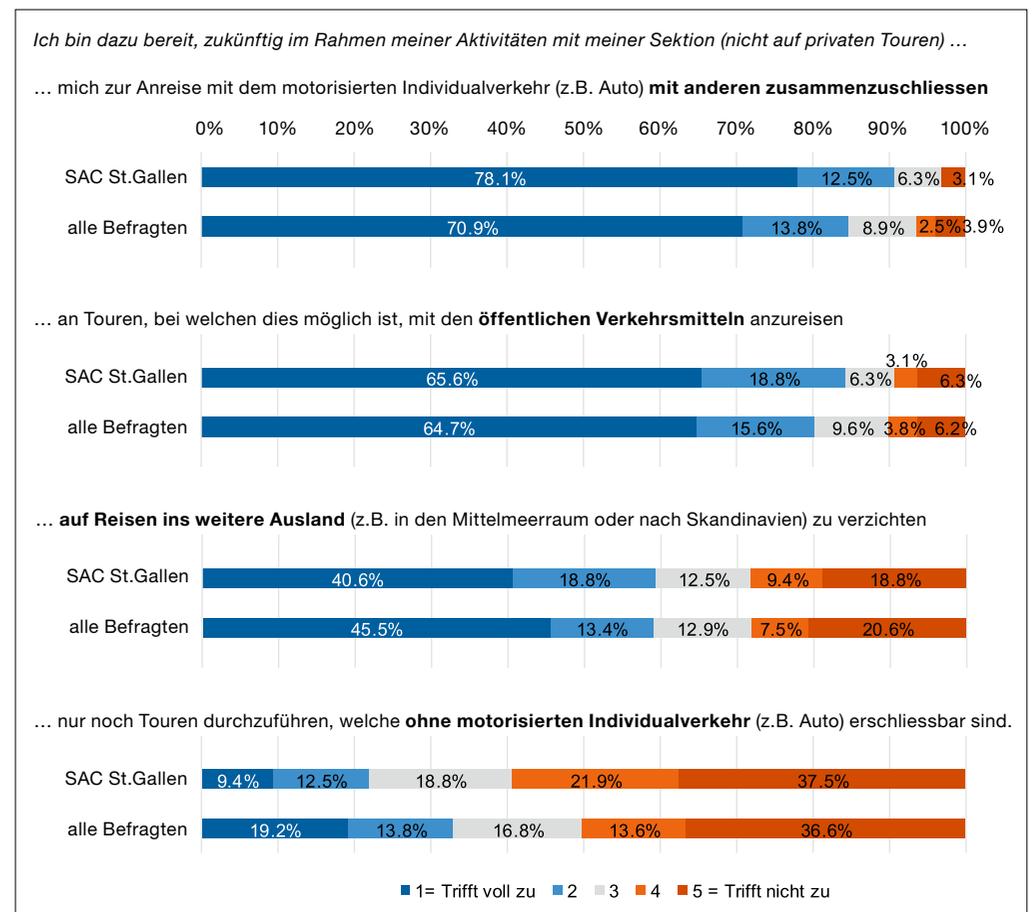
Die Studie wurde von Sarah Piller vom Institut für Sportwissenschaft der Universität Bern mit Unterstützung des SAC-

Bergdole im Alpstein. Bild: Adriaan Spierings

Zentralverbandes durchgeführt. Im Frühling und Sommer 2024 wurden knapp 2'000 Mitglieder (entspricht 3.8 % aller Mitglieder der befragten Sektionen/entspricht 1.1 % aller SAC-Mitglieder) von 18 SAC-Sektionen mittels einer Online-Umfrage befragt. Auch aus unserer Sektion haben wenige Personen an der Befragung teilgenommen (32 Personen = 1.2 %, davon sind 84.4 %, resp. 26 Personen auf Touren aktiv). Da die Stichprobe für unsere Sektion klein ist und es möglich ist, dass eher umwelt-affine Mitglieder an der Befragung teilgenommen haben, sind diese Ergebnisse nicht repräsentativ – sie

geben aber spannende Hinweise, welche Diskussionen anstossen können.

Eine wichtige Erkenntnis ist, dass eine grosse Mehrheit der Befragten dazu bereit ist, sich für die Anreise mit dem Auto zusammenzuschliessen, respektive dafür die öffentlichen Verkehrsmittel zu nehmen – dies ist bei uns in der Sektion St. Gallen Standard. Auf der anderen Seite sind die Teilnehmenden der Befragung aber eher nicht dazu bereit, auf Touren, welche nur mit dem Auto durchführbar sind, zu verzichten.

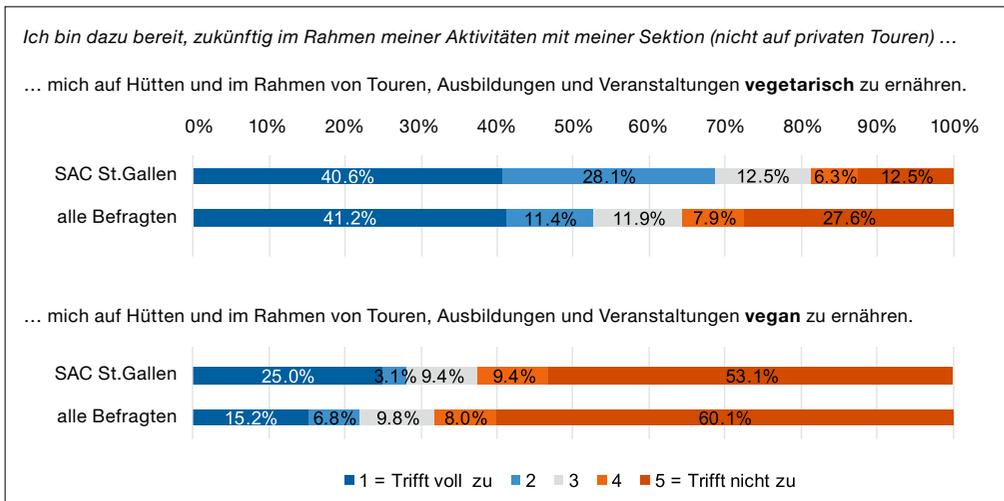




Im Sustengebiet. Bild: DimitriENZler

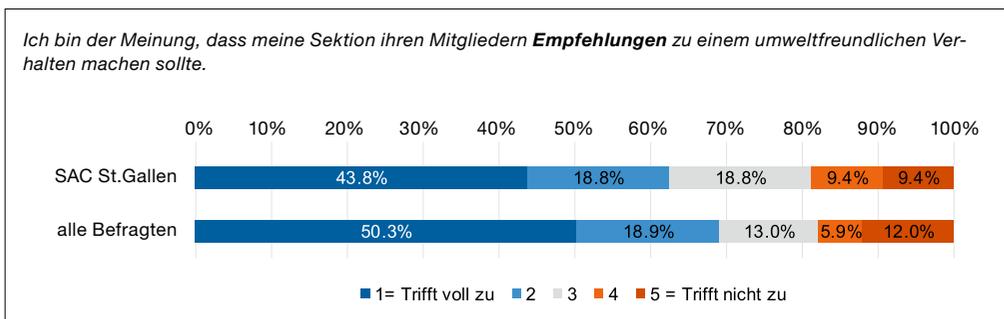
Auch betreffend Ernährung zeigte die Umfrage, dass etwa die Hälfte aller Teilnehmenden bereit ist, auf Touren, die sie mit der Sektion unternehmen (nicht auf privaten Touren), in der Hütte vegetar-

risch zu essen. (In der Sektion St.Gallen entspricht dies 21 Befragten (= 0.78 % der Sektion.) Gegenüber der veganen Ernährung sind hingegen viele skeptisch.



Die Befragung zeigt zudem, dass etwa zwei Drittel aller Teilnehmenden von ihren Sektionen Empfehlungen erwarten,

wie sie sich umweltfreundlich verhalten können. In der Sektion St.Gallen sagten dies 19 Personen.



Solche Empfehlungen hat unsere Sektion ausgearbeitet – sie sind auf unserer Website verfügbar.

Alles in allem sind die SAC-Mitglieder also vor allem bei der Anreise bereit, sich ökologisch zu verhalten. Auch bei der Ernährung gibt es eine gewisse Bereitschaft, sein eigenes Verhalten anzupassen. Die Ergebnisse zeigen, in welchen Richtungen die Sektionen sich verstärkt engagieren können und welche Empfehlungen von den Mitgliedern gewünscht werden.

Verhaltensänderungen, auch kleine, können einen grossen Einfluss auf die Umwelt haben. Wer z. B. von St. Gallen nach Wildhaus reist, verursacht mit dem Auto (3.5 Personen) rund 4.7 kg CO₂ pro Person, mit dem ÖV nur etwa 2.8 kg. Noch klimafreundlicher wird die Tour, wenn man sich vegetarisch ernährt – pro Tag können dadurch zusätzlich 2 bis 3 kg CO₂ eingespart werden. Insgesamt sind dies Einsparungen von einem halben Tag «Alltags-CO₂-Ausstoss» einer durchschnittlichen Person in der Schweiz.

Kleine Schritte zu einem grösseren Ganzen

Wir alle können unser Verhalten durch einfache Massnahmen umweltfreundlicher gestalten, jeder noch so kleine Schritt ist ein Beitrag zu einem grösseren Ganzen:

- Weiterhin auf die Anreise mit dem geteilten Auto oder noch besser mit den ÖV setzen.
- Ernährung auf Tour: im Mitgliederprofil kann unkompliziert die Präferenz «vegetarisch» gewählt werden.
- Falls die Papierversion der Clubnachrichten nicht gewünscht wird, kann sie einfach im SAC Portal via Mitgliederprofil abbestellt werden.
- Wer sich weiter mit dieser Thematik beschäftigen möchte: im Merkblatt Umwelt sind weiterführende Tipps aufgeführt.
- Und wer sich direkt in den Bergen engagieren möchte: die Silvretta-Hütte (Label Swisstable) hat eine «Hütteträgere» ins Leben gerufen, bei der man von der Alp Sardasca Holz in die Hütte trägt. Helfende Hände (und Beine) sind dort immer willkommen. Im Jahr 2024 konnte so eine Heli-Rotation eingespart werden.

Text: Adrian Hochreutener, Umweltbeauftragter

Befragung und Grafiken: Sarah Piller, Wissenschaftliche Mitarbeiterin, Abteilung für Sportsoziologie und -management, Institut für Sportwissenschaft, Universität Bern

PROGRAMM SEPTEMBER

Hinweis

In den vorliegenden Clubnachrichten werden ausnahmsweise die Touren für vier Monate abgebildet: September, Oktober, November und zusätzlich Dezember 2025.

Mit der Umstellung wird sichergestellt, dass beim Erscheinen der gedruckten Version gewisse Touren nicht bereits ausgebucht sind (Bsp.: Versanddatum ca. 20. August beinhaltet bisher Touren ab September; Anmeldungen für September-Touren sind normalerweise aber bereits ab 1. August geöffnet).

Die nächste Ausgabe der Clubnachrichten beinhaltet dann wieder drei Monate (Januar, Februar, März 2026).



Kletterwoche Korsika Mai 2025. Bild: Peter Pesch

Bergwandern

F|K|J|A|S

Dienstag, 2. September bis
Donnerstag, 4. September

SONNENUNTER- GANG ALP SIGEL

*Durch den Zahme Gocht zur tollen
Aussicht!*

Leitung

Martin Müller

Anforderung

T3 / leicht / ↑2 h ↓1¼ h / ↑↓760
Hm

Anmeldeschluss

Samstag, 30. August

Alpinwandern

F|K|J|A|S

Mittwoch, 3. September bis
Freitag, 5. September

UNTER DEN SALBITTÜRME

*Spektakuläre Alpentour in der
Urschweiz*

Leitung

Christian Bühler

Anforderung

T4 / anspruchsvoll / 3 h / 4½ h / 4½
h / ↑1200 Hm ↓800 Hm / ↑850
Hm ↓1160 Hm

Anmeldeschluss

Donnerstag, 31. Juli

Details

Der gemütliche Hüttenanstieg führt über die Grubenseeli (zum Bade? T3). Kaum sind wir richtig aufgebrochen, lockt gleich der Gang über die spektakuläre Hängebrücke unter den Salbittürmen und weiter die klettersteiggesichterten Leitern auf dem Weg vorbei am Salbitschijenbiwak hinauf zum Horenfelliboden, wo uns weit unten schon die Voralphütte winkt

(2.Tag/T4). Der Schlusstag führt über den Horenfellistock zur Bergseehütte (T4). Unten glitzert bereits der Göschernalpsee, dessen wunderbare Hochmoorlandschaft weitherum seinesgleichen sucht (T3).

Wandern

F|K|J|A|S

Mittwoch, 3. September

HERBST- WANDERUNG MIT KULTUR

*Wanderung mit Städtli-Führung
in Wil*

Leitung

Ans Duquesne

Anforderung

T1 / leicht / ↑107 Hm ↓82 Hm

Anmeldeschluss

Dienstag, 2. September

Auskunft

Montag, 1. Sept. 08.00 bis
09.00 (ist auch Anmelde-
schluss)

Details

Distanz 5 km, ca. 1½ h, Städtli-Führung um 14.00 Uhr. Auch Nicht-Wanderer sind herzlich willkommen; bitte bei Anmeldung bekanntgeben.

Fahrplan: St. Gallen Hauptbahnhof Abfahrt 10.17 S1 Richtung Wil, Gleis 2, Sirnach an 10.51. Billett lösen: Wohnort – Sirnach. Retour: Wil – Wohnort. Wanderung: Sirnach – Wil.

Rückreise: Nach der Städtli-Führung. Mittagessen im Restaurant

Wandern

F|K|J|A|S

Donnerstag, 4. September

SCHAUENBERG

*Aussichtspunkt und Picknickplatz
mit Burgruine*

Leitung

Erika Girardet Rittmeyer

Anforderung

T1 / mittel / Total 4 h (12 km) (gemütliches Wandertempo); ↑1¼ h ↓2¼ h (ungefähres Verhältnis) / ↑350 Hm ↓550 Hm

Anmeldeschluss

Dienstag, 2. September

Auskunft

Dienstag, 2. Sept., 18.00 bis
20.00 unter 071 877 18 64

Details

Wanderung von Oberschlatt (ZH) zum ehemaligen Kurhaus Girenbad, von dort Aufstieg zum Schauenberg (Mittagspause) und dann Abstieg zur Guwilimüli und durchs Farenbachtobel nach Elgg St. Gallen ab 8.28, Oberschlatt (ZH) an 9.46 (über Winterthur) Infomail am Vortag, Tel. auf Tour: 079 845 01 10

Touren Online:
programm.sac-stgallen.ch



Alpinwandern

F|K|J|A|S

Freitag, 5. September bis
Sonntag, 7. September

CALANDA – RINGEL TREK

Eindrückliche Tour im Grenz-
gebiet der Kantone SG und GR

Leitung

Susan Brunschwiler

Anforderung

T4 / mittel

Anmeldeschluss

Samstag, 30. August

Kurs Klettern

F|K|J|A|S

Samstag, 6. September

CLEAN CLIMBING KURS

Mehrseillänge am Stieren-
wändli

Leitung

Annik Länzlinger

Anforderung

5a / leicht

Anmeldeschluss

Sonntag, 31. August

Kurs Klettern

F|K|J|A|S

Sonntag, 7. September

KLETTERGARTEN

Für Anfänger und kleine
Kletterprofis geeignet

Leitung

Karin Nabulon

Anforderung

3a – 5c / leicht

Anmeldeschluss

Donnerstag, 4. September

Alpinwandern

F|K|J|A|S

Sonntag, 7. September bis
Montag, 8. September

GULDERSTOCK – WISSMEILEN – MAGERRAIN

Gratwanderung zwischen Sernftal
und Walensee

Leitung

Alois Bürgi

Anforderung

T4 / mittel / 7 h / ↑1600 Hm

↓1000 Hm

Anmeldeschluss

Mittwoch, 3. September



Kurse

Sonstiges

F|K|J|A|S

Montag, 8. September

JASSEN

Leitung

Markus Sollberger

Details

Treffpunkt 14 h

Café Stephanshorn

St.Gallen-Neudorf

Wandern

F|K|J|A|S

Dienstag, 9. September

STÖCKLICHRÜZ

Aussicht über den Zürichsee
und in die Innerschweiz

Leitung

Ida Holenstein

Anforderung

T1 / leicht / 4½ h / ↑900 Hm

↓430 Hm

Anmeldeschluss

Sonntag, 7. September

Auskunft

Info-Mail am Vortag,

077 472 60 20

Details

Ab Lachen wandern wir
gemütlich aufwärts zum Stö-
cklichrüz (Mittagshalt). Via Alp
Gueteregg (Kaffeehalt) geht
es über Weiden nach Wilerzell
am Sihlsee. Rückfahrt über
Einsiedeln.

Bergwandern

F|K|J|A|S

Mittwoch, 10. September

CIMA DI MEDEGLIA

Aussichtsreicher und leicht er-
reichbarer Gipfel im Süden

Leitung

Theres Jaggi

Anforderung

T2 / mittel / reine Wanderzeit ca. 5

½ h / ↑1045 Hm ↓600 Hm

Anmeldeschluss

Montag, 8. September

Auskunft

theres.sac@gmx.ch,

071 385 60 42

Details

Wir wandern von Cadenazzo nach
Robasacco und über verschiede-
ne Alpen. Der Aufstieg liegt meist
im Schatten, doch zwischendurch
geniessen wir immer wieder schö-
ne Tiefblicke. Der Abstieg erfolgt
über Motto Rotondo nach Mede-
glia. Mit dem Postauto Rückfahrt
nach Rivera-Bironico und mit der
Bahn zurück in die Ostschweiz.

Bergwandern

F|K|J|A|S

Donnerstag, 11. September

ALTER SCHIN

Von Scharans nach Vaz/Ober-
vaz auf uraltem Verkehrsweg

Leitung

Veronika Meyer

Anforderung

T2 / mittel / ca. 4 h / ↑650 Hm

50 Hm

Anmeldeschluss

Dienstag, 9. September

Auskunft

vrmeier@bluewin.ch

Details

Breiter Weg hoch über der
Schin- oder Albulaschlucht,
tiefe Tiefblicke garantiert!
Taschenlampe empfehlenswert
wegen Tunnel.

Alpinwandern

F|K|J|A|S

Samstag, 13. September bis
Sonntag, 14. September

WILDGRAT IM PITZTAL

Alpine Gratwanderung am Ein-
gang zum Pitztal

Leitung

Michiel Harte

Anforderung

T5 / anspruchsvoll / ca. 8 h /

ca. 1400 Hm

Anmeldeschluss

Montag, 1. September

Klettern

F|K|J|A|S

Samstag, 13. September bis
Sonntag, 14. September

KLETTERN AM FERGENKEGEL

Alpine Klettertour in stillem Ecken
der Silvretta

Leitung

Adriaan Spierings

Anforderung

4b / mittel

Anmeldeschluss

Samstag, 6. September

Bergwandern

F|K|J|A|S

Samstag, 13. September

NAAFKOPF

Grenzpunkt zwischen Österreich,
Liechtenstein, Schweiz

Leitung

Anita Sutter

Anforderung

T3 / anspruchsvoll / 5 ¾ h /

↑1020 Hm ↓1390 Hm

Anmeldeschluss

Donnerstag, 11. September

**Hier beginnt
Dein Aufstieg!**

QualiCert
WIR SIND
ZERTIFIZIERT

Bild: unsplash

Mit breitem Kursangebot für Privatpersonen, Gruppen, Schulen, Vereine und Unternehmen.

Wir freuen uns auf Dich.

Klettern. Bouldern. Fitness.

kletterzentrum
kletterzentrum-sg.ch

SLOW BREWING
ZERTIFIZIERTE
SPITZENQUALITÄT

Matthias
Bierkavalier

**UNSER
SCHÜGA.**

Wir nehmen uns Zeit für unser Bier.

Klettern

F|K|J|A|S

Samstag, 13. September bis
Sonntag, 14. September

ALPSTEIN- KLETTERN

Leitung

Michael Lutz

Anforderung

5a–6c/mittel

Anmeldeschluss

Sonntag, 7. September

Exkursion

F|K|J|A|S

Samstag, 13. September bis
Sonntag, 14. September

GLETSCHER- EXKURSION MORTERATSCH

Informative Wanderung auf dem
imposanten Gletscher

Leitung

Adrian Hochreutener

Anforderung

B/mittel/1. Tag: 3 h 2. Tag: 6–7
h/1. Tag: ↑↓100 Hm 2. Tag:
wenig ↑Hm ↓1000 Hm

Anmeldeschluss

Montag, 1. September

Klettern

F|K|J|A|S

Sonntag, 14. September

ALTMANN VIA OSTGRAT

Einfache Mehrseillängen-
Kletterei

Leitung

Andreas Holenstein

Anforderung

3b/leicht

Anmeldeschluss

Montag, 1. September

Wandern

F|K|J|A|S

Dienstag, 16. September

GROSSEE (FLUMSER- BERGE)

Mit Blick auf den Sichel-
chamm, Geologie visualisiert

Leitung

Karl Koster

Anforderung

T1/leicht/3 h/↑200 Hm
↓200 Hm

Anmeldeschluss

Sonntag, 14. September

Auskunft

071 277 48 33, 079 723 89 78

Details

Fahrt über Uznach nach Unter-
terzen, mit der Luftseilbahn auf
die Tannenbodenalp (gehört
zum Tarifverbund Ostwind).
Wanderung zum Grosseer und
zurück über Chrüz. Rückfahrt
über Uznach oder Sargans.

Bergwandern

F|K|J|A|S

Donnerstag, 18. September

MURGSEE

Rundwanderung

Leitung

Walter Geering

Anforderung

T3/mittel/5–6 h

Anmeldeschluss

Sonntag, 14. September

Auskunft

Walter Geering, 081 771 28 66 auf
Tour 078 610 03 74

Details

Mornenbödli – Gsponbachfall –
Mürtschenalp – Murgseefurgglen
– Murgsee – Mornenbödli

Bergwandern

F|K|J|A|S

Mittwoch, 17. September bis
Donnerstag, 18. September

SPEKTAKULÄRE WALLISER WASSERWEGE

Ersatztour für Lötschental

Leitung

Christian Bühler

Anforderung

T3/anspruchsvoll/je 5 h/
↑500 Hm bis ↓830 Hm

Anmeldeschluss

Donnerstag, 31. Juli

Auskunft

chribue@bluewin.ch,
076 566 06 55

Details

Suonentour als Ersatz der
Lötschenpass-Lötschental-Tour
(gesperrtes Bergsturzwegnetz).
1. Tag: Von Ausserberg hinein ins

wilde Baltschiedertal entlang «Niewärch-Suone» und hinaus der «Gorperi-Suone» entlang nach Eggerberg (ÜN Visp). 2.Tag: Finnen – Mund – Wysesasuone – Oberschtaasuone – Birgisch (Gredetschtal).

Bergwandern F|K|J|A|S

Freitag, 19. September

SCHILT

Von der Fronalp nach Äugsten

Leitung

Robert Gschwend

Anforderung

T3 / mittel / Distanz 12.5
Km / ↑1100 Hm ↓1060 Hm

Anmeldeschluss

Donnerstag, 18. September

Details

Mit Bahn und Bus nach Mollis und zur Fronalp. Abfahrt SG 07.05, Ankunft Naturfreundehaus Fronalp 08.45. Wanderung zum Schilt und via Rotärd zum Schwarzstöckli. Abstieg zur Äugstenhütte und mit der Bahn ins Tal. Rückfahrt mit der Bahn ab Enneda 17.39, Ankunft in SG 18.55

Alpinwandern F|K|J|A|S

Samstag, 20. September

KONDITIONSTOUR MITTAGSHOREN

Ausgesetzte Konditionstour direktissima dem Grat nach

Leitung

Catia Brunnenmeister

Anforderung

T4 / anspruchsvoll / ↑4h, ↓1½
h / ↑1500 Hm ↓1000 Hm

Anmeldeschluss

Dienstag, 16. September

Höhlemtour F|K|J|A|S

Sonntag, 21. September

HÖHLENTOUR

Nicht nur auf dem Berg ist es schön, sondern auch IM Berg

Leitung

Christof Friemel

Anforderung

B / mittel

Anmeldeschluss

Mittwoch, 17. September

Bergwandern F|K|J|A|S

Dienstag, 23. September bis
Donnerstag, 25. September

GELB UND TIEFBLAU

Nah der Pyramide des Piz Linard – Lärchen und Seen

Leitung

Barbara Hunziker

Anforderung

T3 / mittel / ca. 5 h, 7 h und 2
h / ↑1100 Hm ↓900 Hm

Anmeldeschluss

Freitag, 15. August

Auskunft

barbara.sac@gmx.ch

Details

Flüela Wägerhus 2206 m – Jörifluelafurgge 2722 m – Jöriseen 2489 m – Vereina Berghaus 1943 m – Süsertal – Pass d'Ivraina – Val Sagliains 2352 m – Fuorcla da Glims 2802 m – Linardhüttli 2327 m (uuuhübsch und winzig) – Lavin 1433 m. SG 7.25h
1. Tag ↑600 Hm ↓800 Hm,
2. Tag ↑1100 Hm ↓800 Hm,
3. Tag ↓900 Hm

Klettern F|K|J|A|S

Dienstag, 23. September bis
Mittwoch, 24. September

KLETTERN IM JURA

Klettern am Jurafels

Leitung

Claudia Thoma

Anforderung

4c / mittel

Anmeldeschluss

Samstag, 13. September

Auskunft

cl.thoma@gmx.ch, Infomail vor der Tour

Details

Dienstag Klettern Oberdörfli Chlus an Platten und oder auf Bukopf ab 4c / Mittwoch Brüggli- rat mit toller Aussicht ab Selzach

Bergwandern F|K|J|A|S

Dienstag, 23. September

DÜRRBODEN

Wanderung im Dischmatal

Leitung

Margrit Rügsegger

Anforderung

T2 / mittel / ca. 3½ h / ca. ↑450
Hm Aufs und Abs

Anmeldeschluss

Montag, 22. September

Auskunft

Mo. 8–9 Uhr 079 436 18 36

Details

Ab Davos Duchli Sage wandern wir über Teufi, Chintsch Hus – Wiesenalp zum Dürrboden.

Wandern F|K|J|A|S

Donnerstag, 25. September

VOR DEN TOREN DER FREIBERGE

Les Reusilles, Torfmoor la Chaux, Tramelan

Leitung

Lotti Liggerstorfer Bühlmann

Anforderung

T1 / leicht

Anmeldeschluss

Mittwoch, 24. September

Auskunft

079 332 59 04

Details

Wir wandern gemütlich, 10,5 km, 4 h, ↑180 Hm ↓300 Hm. Verpflegung aus dem Rucksack, Ausrüstung für Wanderung. St. Gallen ab 6.58, Biel – Tavannes – Les Reusilles an 10.09. Treffpunkt mit TL im Zug, Biel ab 9.20. Rückfahrt ab Tramelan, St. Gallen an 20.02

Alpinwandern F|K|J|A|S

Freitag, 26. September bis
Sonntag, 28. September

ZENTRAL- SCHWEIZER GRAT- WANDERUNGEN

Hoch über dem Vierwaldstättersee

Leitung

Thomas Winkler

Anforderung

T4 / mittel / bis 6½ h / ↑1310 Hm
↓1560 Hm

Anmeldeschluss

Sonntag, 14. September

Details

Fr: Anreise zur Bannalp. Bannalp (1718m) – Bannalper Schonegg (2249 m) – Chaiserstuel (2400 m) – Oberalper Grat (2235 m) – Singgäuer Schonegg (1913 m) – Gitschenen (1546 m). T4, 5h, ↑750 Hm, ↓930 Hm. Sa: Gitschenen (1546 m) – Schwalmis (2246 m) – Vorder Jochli (2002 m) – Gandispitz (1996 m) – Zingel (1877 m) – Oberbauenstock (2117 m) – Niederbauen (1570 m). T4, 6½h, ↑1310 Hm, ↓1280 Hm. So: Niederbauen (1570 m) – Niederbauen Chulm (1923 m) – Weid (1278m) – Seelisberg (838m) – Rütli (440 m). T4+, 5h, ↑430 Hm, ↓1560 Hm. Heimreise.



gr&lo

Wir bauen auch an steilen Wänden
verlässlich-verantwortlich-partnerschaftlich

Grünenfelder & Lorenz AG Bauingenieure und Planer



Im Aufstieg zum Altmannsattel. Bild: Adriaan Spierings

Alpinwandern

F|K|J|A|S

Samstag, 27. September

BÜELENHORN STULSERGRAT

*Monstein (unser Ziel) braut
Bier – Viva la Grischa!*

Leitung

Barbara Hunziker

Anforderung

T4 / anspruchsvoll / 9 h /
↑1700 Hm ↓1300 Hm

Anmeldeschluss

Mittwoch, 3. September

Klettern

F|K|J|A|S

Samstag, 27. September bis
Sonntag, 5. Oktober

HERBSTLAGER KORSIKA

*Eine Woche zwischen Hänge-
matte, Strand und bestem
Granit*

Leitung

Sira Rivas

Anforderung

5a – 7a / leicht

Anmeldeschluss

Sonntag, 14. September

Sonstiges

F|K|J|A|S

Dienstag, 30. September

TL-ZUSAMMEN- KUNFT JO / AKTIVE / SENIOREN

Leitung

Reto Kugler

Anmeldeschluss

Mittwoch, 24. September

Auskunft

Persönliche Einladung mit
Traktandenliste folgt

Details

Unsere jährliche TL-Zusammenkunft im Centrum St. Margen. Wir besprechen das kommende Jahresprogramm und weitere Themen gemäss Traktandenliste. Ebenfalls geniessen wir das Zusammensein bei einem Nachtessen.

Wandern

F|K|J|A|S

Dienstag, 30. September

VORMITTAGS- SPAZIERGANG

*Nah von St. Gallen – wenig
Reisezeit!*

Leitung

Barbara Hunziker

Anforderung

T1 / leicht / 3 h / ↑300 Hm
↓100 Hm

Anmeldeschluss

Mittwoch, 3. September

Auskunft

barbara.sac@gmx.ch

Details

Bernhardzell – Waldkirch –
Hohfirst – Obergrimm

IM FOKUS

Vorstellung Tourenleiterin Sira Rivas

Deine erste Erinnerung an den SAC?

Eigentlich eine verpasste Chance: Während meiner Zeit an der Kanti Wil, wo ich mit dem Klettern begann, wollte mich Annik Länzlinger in die JO holen. Aber ich traute mich nicht – sie war einfach zu stark. Erst einige Jahre später, während eines Praktikums im Emmental, war ich mit der JO Langnau unterwegs – mein Einstieg in die SAC-Welt. Zurück in der Ostschweiz trat ich dann als Leiterin dem SAC St.Gallen bei.

Welcher Tätigkeit gehst du beruflich nach?

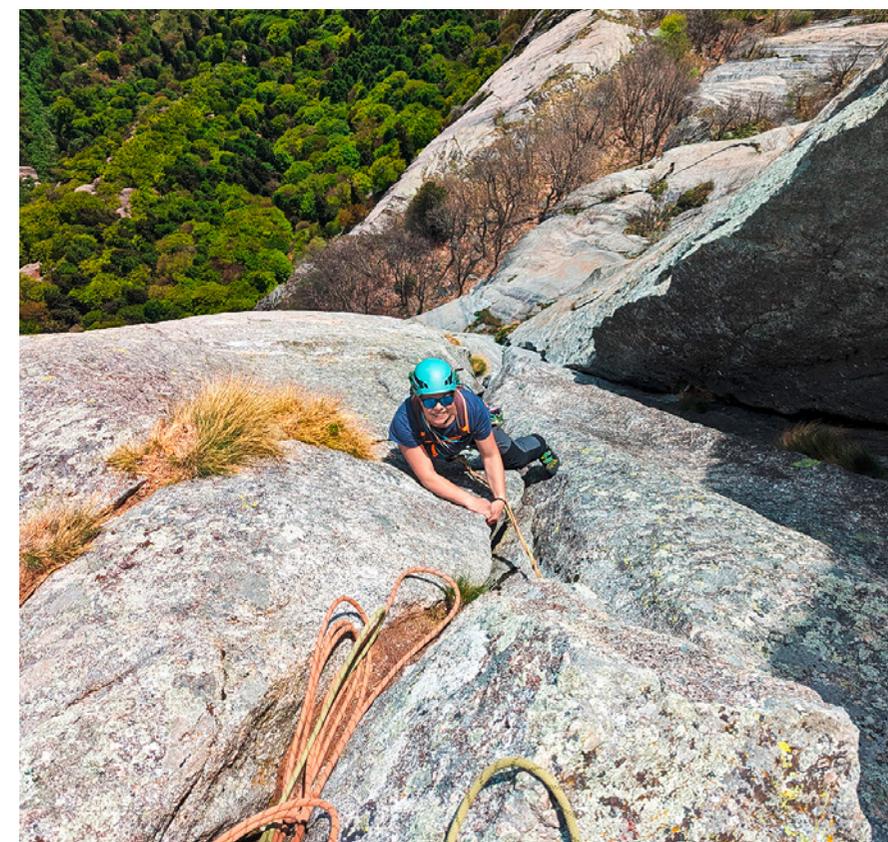
Ich unterrichte eine 3. Klasse in Rorschacherberg.

Was ist immer in deinem Rucksack, was auf einer Tour alle überrascht?

Überraschend ist es wohl kaum – als «Lager-Mami» habe ich immer eine kleine Apotheke, eine zusätzliche Jacke oder Rettungsdecke und natürlich Notfall-Gummibärchen dabei.

Dein speziellstes Bergerlebnis?

Kürzlich kletterten mein Freund und ich auf den Selun und flogen danach mit dem Gleitschirm ins Tal – ein ruhiger Tag an einem unserer Hausberge, der alles vereinte, was wir lieben.





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

seit 1929



Baugeschäft 9011 St.Gallen

Renovationen
Kundenarbeiten
Umbauten
Gipserarbeiten

Telefon 071 222 50 65 • Fax 071 222 99 14
zulian@zulian.ch • www.zulian.ch

Heute Bewegung.

Morgen Sicherheit.

Wie Daria Policante für ein Leben voller Möglichkeiten vorsorgt:
sgkb.ch/meineziele

Meine erste Bank.  St. Galler Kantonalkbank

PROGRAMM OKTOBER

Wandern
F|K|J|A|S

Freitag, 3. Oktober

THURAUEN

Wandern im grössten zusammenhängenden Auengebiet der Schweiz

Leitung

Erika Girardet Rittmeyer

Anforderung

T1 / leicht / 3¼ h (gemütliches Wandertempo) / 11 km / praktisch keine

Anmeldeschluss

ohne

Auskunft

Infomail am Vortag.
Tel.-Auskunft Mittwoch,
1. Okt. 18.00–20.00 unter
071 877 18 64.

Details

Wanderung von Flaach nach Ellikon am Rhein und zurück, Hinweg auf dem rechten Rheinufer und Rückweg auf dem linken. Den Rhein überqueren wir bei Ellikon mit der Fähre. Auf Wunsch kann die Wanderung abgekürzt werden: von Ellikon aus mit dem Postauto Richtung Winterthur. Sollte die Fährverbindung nicht möglich sein (zum Beispiel bei ungenügendem Wasserstand), wird die Route geändert: Wanderung von Flaach nach Andelfingen, ohne Abstecher nach Ellikon
Telefon auf Tour: 079 845 01 10

Alpinwandern
F|K|J|A|S

Samstag, 4. Oktober bis
Sonntag, 5. Oktober

VAL CALNÈGIA

Unsere Hilfe zum finanziellen Ausfall (Unwetter 2024)

Leitung

Barbara Hunziker

Anforderung

T4 / anspruchsvoll / 4 h,
8 h / ↑400 Hm ↓1700 Hm

Anmeldeschluss

Mittwoch, 3. September

Exkursion

F|K|J|A|S

Samstag, 4. Oktober

HIRSCHBRUNFT IM ST. GALLER OBERLAND

Informationen und Erlebnisse rund um Rothirsche

Leitung

Adrian Hochreutener

Anforderung

C / leicht / Wanderzeit insg. nicht mehr als 4 h / ca. ↑↓ 500 Hm

Anmeldeschluss

Dienstag, 30. September

Bergwandern
F|K|J|A|S

Samstag, 4. Oktober bis
Sonntag, 5. Oktober

VOM WEISSTANNENTAL INS PIZOLGEBIET

Fortsetzung der Exkursion von Adrian vom Samstag

Leitung

Armin Gambon

Anforderung

T3 / mittel

Anmeldeschluss

Sonntag, 14. September

Alpinwandern
F|K|J|A|S

Dienstag, 7. Oktober

STAUBERNKÄNZELI

Markanter Zacken im Stauberengrat

Leitung

Walter Jaggi

Anforderung

T4 / mittel / ↑↓ 1100 Hm

Anmeldeschluss

Montag, 6. Oktober

Details

Die Besteigung des Stauberenkänzeli wäre ganz einfach, wenn nicht ein kurzes Wändchen kräftige Oberarme erfordern würde. Der Tourenleiter wird diese Stelle aber entschärfen mit viel Seilzug von oben, womit die Schwierigkeit der Tour sehr stark reduziert wird.

Kurs Alpinwandern

F|K|J|A|S

Mittwoch, 8. Oktober

TOUREN- PLANUNG ALPIN- WANDERN

Fallbeispiel: Tourenplanung
Piz Curver und Piz Toissa

Leitung

Michiel Harte

Anforderung

T4/leicht/2 h

Anmeldeschluss

Freitag, 3. Oktober

Kurs Alpinwandern

F|K|J|A|S

Samstag, 11. Oktober bis
Sonntag, 12. Oktober

PIZ CURVER UND PIZ TOISSA

Anwendertour zum Touren-
planungsabend Alpinwandern

Leitung

Michiel Harte

Anforderung

T5/mittel/ca. 8 h/1200 Hm

Anmeldeschluss

Samstag, 4. Oktober

Alpinwandern

F|K|J|A|S

Sonntag, 12. Oktober

SCHÄREN

Walenseeblick von einem ein-
samem Gipfel

Leitung

Anita Obendrauf

Anforderung

T4/mittel/↑3h ↓2h/
↑↓650 Hm

Anmeldeschluss

Donnerstag, 9. Oktober

Sonstiges

F|K|J|A|S

Montag, 13. Oktober

JASSEN

Leitung

Markus Sollberger

Details

Treffpunkt 14 h
Café Stephanshorn
St.Gallen-Neudorf

Klettern / Alpinwandern

F|K|J|A|S

Mittwoch, 15. Oktober

KLEINER MYTHEN

Hübsche Kletterei auf einen
markanten Gipfel

Leitung

Walter Jaggi

Anforderung

T5, 2a/mittel/↑↓800 Hm

Anmeldeschluss

Dienstag, 14. Oktober

Auskunft

071 385 60 42 oder
jaggi.gossau@gmx.ch

Details

Fahrt via Biberbrugg, Einsie-
deln nach Brunni.
Wanderung via Zwüschetmyt-
hen auf den Vorgipfel und in
hübscher, einfacher Kletterei
auf den Gipfel des kleinen My-
then. Falls wir anschliessend
noch nicht müde sind, bestei-
gen wir auf dem Wanderweg
noch den Gross Mythen.

Wandern

F|K|J|A|S

Mittwoch, 15. Oktober

MITTWOCH- WANDERUNG: STEINERBURG

... und durchs Steinachtobel auf
Gallus' Spuren

Leitung

Erika Girardet Rittmeyer

Anforderung

T1/leicht/2 h (gemütliches Wan-
dertempo)/↑200 Hm ↓150 Hm
(beide Varianten)

Anmeldeschluss

Montag, 13. Oktober

Auskunft

Infomail am Vortag. Tel.-Auskunft
Montag, 13. Okt. 18.00–20.00
unter 071 877 18 64

Details

Wanderung von Berg SG (Postau-
tohaltestelle Seeblick) zur Steiner-
burg. Von dort, je nach Weg- und
Witterungsverhältnissen und
den Teilnehmenden angepasst,
entweder über den Gallussteg
(steiler Auf- und Abstieg) oder
über den Nonnensteg (bequemere
Wegführung) nach Mörschwil zum
Mittagessen.

Fahrplan: St. Gallen HB ab 9.19,
Berg SG, Seeblick an 9.38, mit
Umsteigen in Wittenbach. Mobile
(nur auf Tour): 079 845 01 10

Wandern

F|K|J|A|S

Donnerstag, 16. Oktober

WOHLENSEE

Der Stausee der Aare ist zur
Stromerzeugung

Leitung

Lotti Liggenstorfer Bühlmann

Anforderung

T1/leicht

Anmeldeschluss

Mittwoch, 15. Oktober

Auskunft

079 332 59 04

Details

Wir wandern gemütlich
dem Norduferweg entlang
im leichten Auf und Ab von
Fuchsenried nach Hinterkap-
pelen, 10.5 km, 4 h, ↑240 Hm
↓190 Hm. Verpflegung aus
dem Rucksack, Ausrüstung für
Wanderung.
St. Gallen ab 7.29, Bern – Bern
(Richtung Murten) Brünnen
Westside – Mühleberg, Fuchs-
enried an 9.58. Treffpunkt mit
TL im Zug Richtung Murten,
Bern ab 9.34. Rückfahrt ab
Hinterkappelen Bernstrasse –
Bern, St. Gallen an 20.02.

Wandern

F|K|J|A|S

Freitag, 17. Oktober

RÄTSCHENHORN (GEÄNDERTES DATUM)

Herbstwanderung im Madrisa-
gebiet

Leitung

Walter Jaggi

Anforderung

T3/mittel/6 h/↑↓1100 Hm

Anmeldeschluss

Donnerstag, 16. Oktober

Auskunft

071 385 60 42 oder
jaggi.gossau@gmx.ch

Details

Da die Bergbahn drei Tage vor der
geplanten Tour den Betrieb ein-
stellt, findet die Tour etwas früher
statt als ursprünglich geplant:
Fahrt nach Klosters Dorf und mit
der Gondelbahn nach Madrisa.
Wanderung über den aussichtsrei-
chen Gratrücken von Geisshorn,
Bockhorn und Saaser Calanda auf
das Rättschenhorn. Der Abstieg
erfolgt über die Alp Obersäss
nach Madrisa.

Touren Online:
programm.sac-stgallen.ch



Ein kräftiger Rücken. Das ist Kiesern.

DAS ORIGINAL.
KRAFTTRAINING,
SEIT 1967.

Mit gesundheitsorientiertem Krafttraining beugen Sie Rückenschmerzen vor oder bekämpfen sie aktiv. **2x 30 Minuten** pro Woche genügen.

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

Kieser St. Gallen
Rorschacherstrasse 1
Telefon +41 71 244 66 44
Immer ein Stück stärker.

KIESER

Bergwandern

F|K|J|A|S

Samstag, 18. Oktober

KAMOR VOM RHEINTAL

Von Lienz bis Brülisau

Leitung

Susan Brunschwiler

Anforderung

T3/mittel/5¼ h/ ↑1320 Hm
↓850 Hm

Anmeldeschluss

Donnerstag, 16. Oktober

Bergwandern

F|K|J|A|S

Dienstag, 21. Oktober

GAMSALP

Geo-Weg auf der Gamsalp

Leitung

Margrit Rügsegger

Anforderung

T2/mittel/ca. 3 h/ ↑↓250 Hm

Anmeldeschluss

Montag, 20. Oktober

Auskunft

Mo 8–9 Uhr 079 436 18 36

Details

Ab Bergstation der Gamsalpbahn wandern wir auf dem Geoweg mit Erklärungstafeln um den Gamserugg zurück zur Bergstation.

Wandern

F|K|J|A|S

Donnerstag, 23. Oktober

STERN-WANDERUNG

Wir treffen uns zum Mittagessen auf dem St. Anton

Leitung

Erika Girardet Rittmeyer

Anforderung

T1–T2/mittel/Tour 1: 2¼ h,
Tour 2: 3½ h, Tour 3: 1 h/Tour
1 ↑350 Hm ↓150 Hm, Tour 2
↑650 Hm ↓450 Hm, Tour 3
↑200 Hm

Anmeldeschluss

Sonntag, 19. Oktober

Auskunft

Und tel. Anmeldungen (wenn kein Internet vorhanden) sowie von direkt Anreisenden: bis Sonntag, 19. Oktober, 20 Uhr an Erika Girardet Rittmeyer, 071 877 18 64

Details

Bitte bei der Anmeldung die ausgewählte Tour angeben, es finden drei verschiedene Touren statt!
Tour 1 mit Erika Girardet Rittmeyer: St. Gallen ab 8.26 mit AB S21 Richtung Trogen bis Trogen, von dort mit Postauto 121 Richtung Heiden bis Wald AR, Unterdorf, Ankunft 9.07. Wanderung via Birli-Büel-Cheggelplätzli-Zelg (gemütliches Tempo).
Tour 2 mit Ida Holenstein: St. Gallen ab 7.20 mit AB S21 Richtung Appenzell bis Gais, Ankunft 7.46. Aufstieg über Sommersberg-Schwäbrig-Landmark

Tour 3 mit Ans Duquesne: St. Gallen ab 9.42 mit Postauto 121 Richtung Heiden via Rehetobel bis Kaien, Ankunft 10.13. Gemütlicher Aufstieg über Langeneggtanne.
Rückweg (alle Teilnehmenden): nach Ansage, individuell oder mit Postauto.

Bergwandern

F|K|J|A|S

Freitag, 24. Oktober

WILDMAAD-FURGELI

Von Mettmen nach Elm

Leitung

Robert Gschwend

Anforderung

T3/mittel/Distanz 13 Km/
↑840 Hm ↓970 Hm

Anmeldeschluss

Donnerstag, 23. Oktober

Details

Mit Bahn und Bus nach Mettmen. St. Gallen ab 07.05, Kies an 09.08. Wanderung zum Wildmaadfurgeli und nach Ämpächli. Mit der Bahn ins Tal. Abfahrt Elm 16.59, Ankunft St. Gallen 18.55

PROGRAMM NOVEMBER

Sonstiges F|K|J|A|S

Samstag, 25. Oktober bis
Sonntag, 26. Oktober

CLUBHEIMTREFF

*Berggeschichten und
Gemütlichkeit*

Leitung

Ruth Signer

Anmeldeschluss

Montag, 20. Oktober

Auskunft

Infobatt folgt

Details

Das jährliche Treffen in unserem Clubheim für aktive und ehemalige Vorstands- und Kommissionsmitglieder sowie Tourenleitende: Erlebnisse austauschen, in Erinnerungen schwelgen, neue Pläne schmieden und dabei kulinarische Highlights durch unser Genussteam entdecken.

Bergwandern F|K|J|A|S

Samstag, 25. Oktober

VON WILDHAUS ÜBER DEN ALP- STEIN

*Je nach Verhältnissen von
Wildhaus Richtung Appenzell*

Leitung

Martin Müller

Anforderung

T3 / mittel / ca. 8 h / ca. ↑1500
Hm ca. ↓1600 Hm

Anmeldeschluss

Montag, 20. Oktober

Klettern F|K|J|A|S

Sonntag, 26. Oktober

HERBST- KLETTERN

*Nochmals warme Felsen
suchen bevor es einwintert...*

Leitung

Daniel Schläpfer

Anforderung

5a–6a / mittel

Anmeldeschluss

Freitag, 24. Oktober

Wandern F|K|J|A|S

Sonntag, 26. Oktober

BRÄTELSPASS

Sinnepark Ebnat-Kappel

Leitung

Karin Nabulon

Anforderung

T2 / leicht / ↑↓40 Hm Bhf-Feu-
erstelle kinderwagentauglich,
↑↓60 Hm Rundweg Sinnepark

Anmeldeschluss

Freitag, 24. Oktober

Bergwandern F|K|J|A|S

Samstag, 1. November bis
Sonntag, 2. November

SOLOTHURNER HAUTE ROUTE

*Über die höchsten Gipfel des
Solothurn*

Leitung

Thomas Winkler

Anforderung

T3 / mittel / bis 5 h / ↑760 Hm
↓1200 Hm

Anmeldeschluss

Sonntag, 19. Oktober

Auskunft

Infoblatt folgt

Details

Sa: Anreise nach Unter Gren-
chenberg. Unter Grenchenberg
(1299 m) – Ängloch (1367
m) – Bettlachberg (1129 m)
– Oberes Brüggli (1150 m) –
Stallflue (1409 m) – Hasenmatt
(1445 m) – Hinterweissenstein
(1225 m). T3, 5h, ↑760Hm,
↓840Hm.

So: Hinterweissenstein (1225
m) – Dilitschchopf (1330 m) –
Weissenstein (1260 m) – Röti
(1395 m) – Balmfluechöpfli
(1289 m) – Nesselboden (990
m) – Stigelos (806 m) – Rütten-
nen (554 m) – Verenaschlucht
(494 m) – Solothurn (430 m).
T3, 5h, ↑410Hm, ↓1200Hm.
Heimreise.

Sonstiges F|K|J|A|S

Donnerstag, 6. November

NEU- UND MITGLIEDER- ANLASS

*Für alle neuen und bestehenden
Mitglieder*

Leitung

Ruth Kulcsár Meienberger

Anmeldeschluss

Montag, 3. November

Details

Einführung für alle neuen Mitglie-
der, Vorstellen Tourenprogramm
2026, Kennenlernen, Erfahrungs-
austausch und Apéro. Siehe auch
Einladung auf Seite 52.

Bergwandern F|K|J|A|S

Donnerstag, 6. November

RHEINECK – STEINIGER TISCH

*Zarte Herbstsonne oder Nebel-
schwaden, Bewegung tut gut!*

Leitung

Barbara Hunziker

Anforderung

T2 / mittel / 4 h / ↑550 Hm
↓150 Hm

Anmeldeschluss

Donnerstag, 2. Oktober

Auskunft

barbara.sac@gmx.ch

Details

Rheineck – Weinberge Steiniger
Tisch – Buechberg – Nagelstein –
Wienacht – Grub SG. SG ab 8.57

Sonstiges F|K|J|A|S

Samstag, 8. November

DIAHÖCK

Leitung

David Egli

Anmeldeschluss

Donnerstag, 6. November

Alpinwandern F|K|J|A|S

Samstag, 8. November

MITTAGSPLATTE

*Farbiger Wald über den Bünd-
ner Weinbergen*

Leitung

Barbara Hunziker

Anforderung

T4 / mittel / 6 h / ↑1100 Hm
↓550 Hm

Anmeldeschluss

Mittwoch, 15. Oktober

Kurs Alpinwandern F|K|J|A|S

Samstag, 8. November bis
Sonntag, 9. November

FÜHRUNGS- MODUL FÜR TOUREN- LEITENDE

*Obligatorischer FK für
Tourenleitende*

Leitung

Michiel Harte

Anforderung

T4 / leicht

Anmeldeschluss

Mittwoch, 1. Oktober

Bergwandern F|K|J|A|S

Sonntag, 9. November

BRIENZER- ROTHORN 2348 M

*Gipfelmeer BEO vorn,
Gipfelmeer Zentralschweiz
im Rücken*

Leitung

Barbara Hunziker

Anforderung

T3 / anspruchsvoll / 6 h /
1781 Hm

Anmeldeschluss

Freitag, 3. Oktober

Sonstiges F|K|J|A|S

Montag, 10. November

JASSEN

Leitung

Markus Sollberger

Details

Treffpunkt 14 h

Café Stephanshorn
St.Gallen-Neudorf

Klettern
F|K|J|A|S

Dienstag, 11. November

HALLENKLETTERN AM ABEND

Fitness, Kraft, Beweglichkeit und viel Spass in der Halle

Leitung

Marcel Scherrer

Anforderung

4a-6a-/leicht/3 h

Anmeldeschluss

Montag, 10. November

Auskunft

scherrermarcel@yahoo.com,
079 589 13 53

Details

Begleitetes Klettern in der Halle mit der Absicht, später mit den Teilnehmenden einen selbstlaufenden Chat zu errichten.

Klettern
F|K|J|A|S

Donnerstag, 13. November

HALLENKLETTERN AM NACHMITTAG

Fitness, Kraft, Beweglichkeit und viel Spass in der Halle

Leitung

Marcel Scherrer

Anforderung

4a-5b/leicht/3 h

Anmeldeschluss

Mittwoch, 12. November

Auskunft

scherrermarcel@yahoo.com,
079 589 13 53

Details

Begleitetes Klettern in der Halle mit der Absicht, später mit den Teilnehmenden einen selbstlaufenden Chat zu errichten. Dies ist kein Kurs, sondern nur

für Teilnehmende, die mit ihrem halbautomatischen/selbstblockierenden Sicherungsgerät Routine haben beim Sichern.

Sonstiges
F|K|J|A|S

Freitag, 14. November

VORTRAG VON KARIN STEINBACH

Schauplatz Alpen

Leitung

Ans Duquesne

Anmeldeschluss

Donnerstag, 13. November

Auskunft

078 626 62 98

Details

Dia-Vortrag von Karin Steinbach-Tarnutzer

Sonstiges
F|K|J|A|S

Dienstag, 18. November

JASSEN MIT WANDERUNG UND MITTAG-ESSEN

Alt bekannte Jasstour

Leitung

Walter Geering

Anforderung

T1/leicht/2 h

Anmeldeschluss

Sonntag, 16. November

Auskunft

Walter Geering 081 771 28 66 oder
Ruth Signer 071 333 29 33

Details

Von St. Gallen auf einer leichten, schönen Wanderung nach Mörschwil. Hier werden wir erwartet im Restaurant Fäger zum Mittagessen. Am Nachmittag wird einfacher Hand-Jass gespielt. St. Gallen Stephanshorn ab 9.30

Klettern
F|K|J|A|S

Dienstag, 18. November

HALLENKLETTERN AM ABEND

Fitness, Kraft, Beweglichkeit und viel Spass in der Halle

Leitung

Marcel Scherrer

Anforderung

4a-6a-/leicht/3 h

Anmeldeschluss

Montag, 17. November

Bergwandern
F|K|J|A|S

Dienstag, 18. November bis
Freitag, 21. November

NOVEMBER-TOUREN IM OSSOLA

Letzte Farbenpracht vor Wintereinbruch geniessen

Leitung

Ruth Kulcsár Meienberger

Anforderung

T3/mittel

Anmeldeschluss

Montag, 3. November

Details

Von Varzo steigen wir zum bewarteten Rifugio Pietro Crosta hoch. Am zweiten Tag wandern wir über eine Krete nach Cravegna, ab wo wir zwei Nächte in einem B&B wohnen werden. Danach geniessen wir die letzte Farbenpracht bei der Durchquerung der Alpe Devero und dem Lago di Devero. Auch die Wege durch die Unterwelt Orridi di Uriezzo mit seinen eindrücklichen Passagen und Engstellen sowie üppig vermoostem Felsenwarr wollen wir kennenlernen. Im Durchschnitt 7 h Wanderzeit und 1200 Hm Aufstieg/1700 Hm Abstieg, es gibt aber viele Möglichkeiten, die Tour anzupassen.

Sonstiges
F|K|J|A|S

Donnerstag, 20. November

TRAININGSGRUPPE KLETTERN

Leistungsorientiertes Bouldern als Training über den Winter

Leitung

Michael Obendrauf

Anforderung

A-B/anspruchsvoll

Anmeldeschluss

Mittwoch, 19. November

Klettern
F|K|J|A|S

Donnerstag, 20. November

HALLENKLETTERN AM NACHMITTAG

Fitness, Kraft, Beweglichkeit und viel Spass in der Halle

Leitung

Marcel Scherrer

Anforderung

4a-5b/leicht/3 h

Anmeldeschluss

Mittwoch, 19. November

Die St. Galler Stadtwerke engagieren sich für Sport in Stadt und Region. (Bild: Triathlet Florin Parfuss)

Wer liefert mir Energie und Performance?

Wir haben die Antwort.
Freuen Sie sich auf Höchstleistungen in sechs Disziplinen: Strom, Wasser, Wärme, Gas, Telecom-Services und Elektromobilität. Informieren Sie sich jetzt unter www.sgsw.ch.

sgsw
St. Galler Stadtwerke

seit 1955

Fitzi
Bedachungen + Bauspenglerei

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



Ihr Sportgeschäft in Heiden

Ausverkauf im Zelt

**Sommertextil
ab sofort bis 50%**

Skiservice Aktion **20%** bis Ende Oktober

Saisonstart Winter mit grossartigen Angeboten
7. – 12. Okt. 2025 **20 %** auf das gesamte Sortiment



www.carvesport.ch / 071 891 22 11

Bergwandern

F|K|J|A|S

Samstag, 22. November

HOCHALP

Über Hügel und Grate durch die Voralpen

Leitung

Alois Bürgi

Anforderung

T2, WT3 / mittel / 5 h /
↑500 Hm ↓1000 Hm

Anmeldeschluss

Mittwoch, 19. November

Eisklettern

F|K|J|A|S

Samstag, 22. November

DRYTOOLEN

Felsklettern mal anders...

Leitung

David Stäger

Anforderung

Wi3 / leicht

Anmeldeschluss

Sonntag, 16. November

Skitour, Schneeschuhtour

F|K|J|A|S

Montag, 24. November

WIR HALTEN UNS FIT FÜR DEN WINTER

Touren den Verhältnissen an-
gepasst in naher Umgebung

Leitung

Marcel Scherrer

Anforderung

WS+, WT3 / leicht / bis 6
h / ↑800 – 1200 Hm

Anmeldeschluss

Donnerstag, 20. November

Auskunft

scherrermarcel@yahoo.com,
079 589 13 53

Details

Je nach Schneeverhältnissen
passen wir unser Tourenziel
an. Wir wandern oder machen
eine Schneeschuhtour in der
Umgebung. Bei genügend
Schnee kann es auch eine
Skitour sein. Wichtig ist wir
bewegen uns und halten uns
fit für den kommenden Winter.

Klettern

F|K|J|A|S

Dienstag, 25. November

HALLENKLETTERN AM ABEND

Fitness, Kraft, Beweglichkeit und
viel Spass in der Halle

Leitung

Marcel Scherrer

Anforderung

4a–6a- / leicht / 3 h

Anmeldeschluss

Montag, 24. November

Klettern

F|K|J|A|S

Donnerstag, 27. November

HALLEN- KLETTERN AM NACHMITTAG

Fitness, Kraft, Beweglichkeit und
viel Spass in der Halle

Leitung

Marcel Scherrer

Anforderung

4a–5b / leicht / 3 h

Anmeldeschluss

Mittwoch, 26. November

PROGRAMM DEZEMBER

Skitour, Schneeschuhtour F|K|J|A|S

Montag, 1. Dezember

WIR HALTEN UNS FIT FÜR DEN WINTER

Touren den Verhältnissen angepasst in naher Umgebung

Leitung

Marcel Scherrer

Anforderung

WS+, WT3 / leicht / Bis
6 h / ↑ 800 – 1200 Hm

Anmeldeschluss

Mittwoch, 26. November

Auskunft

scherrermarcel@yahoo.com,
079 589 13 53

Details

Je nach Schneeverhältnissen passen wir unser Tourenziel an. Wir wandern oder machen eine Schneeschuhtour in der Umgebung. Bei genügend Schnee kann es auch eine Skitour sein. Wichtig ist wir bewegen uns und halten uns fit für den kommenden Winter.

Schneeschuhtour F|K|J|A|S

Dienstag, 2. Dezember bis
Mittwoch, 3. Dezember

SCHNEESCHUH IM ADVENT

Den 1. Schnee nicht verpassen

Leitung

Barbara Hunziker

Anforderung

WT2 / mittel / 3 h / c a.
↑ ↓ 500 – 700 Hm

Anmeldeschluss

Montag, 3. November

Auskunft

barbara.sac@gmx.ch

Details

Schneeschuh- oder Winterwanderungen im sanften Diemtigtal. 500 bis max. 700 Hm. Möglichkeiten Menniggrund, Fildrich, Zwischenflüh bis Grimmialp. SG 8.07

Kurs Skitour F|K|J|A|S

Dienstag, 2. Dezember

SKITOUREN- PLANUNG UND LAWINENKUNDE FÜR ANFÄNGER

Der ideale Einstieg in die Welt des Skitourengehens

Leitung

Jan Fehse

Anforderung

L / leicht

Anmeldeschluss

Sonntag, 30. November

Details

Abendkurs an der FH OST mit folgendem Programm:
– Skitourenplanung gemäss 3x3
– Cockpit und Anwendung
– Risk Check und Anwendung
– Aufbau des Lawinen-Bulletins
– Fallbeispiel einer Skitourenplanung

Klettern F|K|J|A|S

Dienstag, 2. Dezember

HALLEN- KLETTERN AM ABEND

Fitness, Kraft, Beweglichkeit und viel Spass in der Halle

Leitung

Marcel Scherrer

Anforderung

4a – 6a- / leicht / 3 h

Anmeldeschluss

Montag, 1. Dezember

Sonstiges F|K|J|A|S

Donnerstag, 4. Dezember

CHLAUS ANLASS 2025

Ein gemütlicher Chlaus-Anlass

Leitung

Ans Duquesne

Anforderung

C / leicht

Anmeldeschluss

Donnerstag, 27. November

Details

Fürs dieses Jahr werde ich die Organisation vom Chlausanlass von Ruth Signer übernehmen. Die aktuellen Details werden im Tourenportal publiziert – ich kann Euch aber schon ein wenig über meine Pläne berichten, Änderungen sind möglich: Am Vormittag Brauchtumsmuseum Urnäsch. Sonderausstellung Gret Zellweger – Ase ond Andersch Anschliessend fahren wir zum Mittagessen nach Gontenbad (Gasthaus Bad Gontenbad), wo wir nach dem Essen gemütlich zusammensitzen

können. Gerne möchte ich noch einen jungen Hackbrettspieler engagieren, der eine kurze Musikeinlage von traditionell bis Beatles spielt. Ich hoffe, er kann sich frei machen, denn er geht noch zur Schule. Wie auch immer, ich freue mich auf einem gemütlichen Chlaus-Anlass mit Euch.

Klettern F|K|J|A|S

Donnerstag, 4. Dezember

HALLEN- KLETTERN AM NACHMITTAG

Fitness, Kraft, Beweglichkeit und viel Spass in der Halle

Leitung

Marcel Scherrer

Anforderung

4a – 5b / leicht / 3 h

Anmeldeschluss

Mittwoch, 3. Dezember

Sonstiges F|K|J|A|S

Donnerstag, 4. Dezember

TRAININGSGRUPPE KLETTERN

Leistungsorientiertes Bouldern als Training über den Winter

Leitung

Michael Obendrauf

Anforderung

A – B / anspruchsvoll

Anmeldeschluss

Mittwoch, 3. Dezember

Skitour F|K|J|A|S

Freitag, 5. Dezember

SKITOUREN- SAISONSTART

Wir wählen einen Skigipfel mit guten Bedingungen

Leitung

Bruno Born

Anforderung

WS / mittel / 5 h / ↑ ↓ 1200 Hm

Anmeldeschluss

Donnerstag, 4. Dezember

Auskunft

Die Teilnehmenden erhalten ein Infoblatt

Details

Fahrt mit der Bahn ab St.Gallen zum Ausgangsort. Aufstieg in mässigem Tempo 1000 bis 1200 Hm in 4 bis 4½ h. Rückkehr nach St.Gallen je nach Tourenziel noch offen.

Touren Online:
programm.sac-stgallen.ch





Kletterwoche Korsika. Bild: Peter Pesch



Klettern Sustenlochspitz September 2024. Bild: Dimitri Enzler



Erfrischung nach dem Klettern. Bild: Dimitri Enzler

Exkursion

F|K|J|A|S

Samstag, 6. Dezember bis
Sonntag, 7. Dezember

CHLAUSHÖCK

Hohoho de Samichlaus isch do

Leitung

Kim Sostizzo

Anforderung

C / leicht

Anmeldeschluss

Mittwoch, 3. Dezember

Skitour

F|K|J|A|S

Sonntag, 7. Dezember

SKITOUR ZUM SAISONAUFTAKT IN DER REGION

*Einfache und gemütliche Skitour,
auch für Einsteiger/innen*

Leitung

Christian Häberli

Anforderung

WS / mittel / ca. 3–4 h Auf-
stieg / ↑↓ 800–1000 Hm

Anmeldeschluss

Montag, 1. Dezember

Sonstiges

F|K|J|A|S

Montag, 8. Dezember

JASSEN

Leitung

Markus Sollberger

Details

Treffpunkt 14 h
Café Stephanshorn
St.Gallen-Neudorf

Skitour, Schneeschuhtour

F|K|J|A|S

Montag, 8. Dezember

WIR HALTEN UNS FIT FÜR DEN WINTER

*Touren den Verhältnissen an-
gepasst in naher Umgebung*

Leitung

Marcel Scherrer

Anforderung

WS+, WT3 / leicht / bis 6 h /
↑ 800 – 1200 Hm

Anmeldeschluss

Donnerstag, 4. Dezember

Auskunft

scherrermarcel@yahoo.com,
079 589 13 53

Details

Je nach Schneeverhältnissen
passen wir unser Tourenziel
an. Wir wandern oder machen
eine Schneeschuhtour in der
Umgebung. Bei genügend
Schnee kann es auch eine
Skitour sein. Wichtig ist wir
bewegen uns und halten uns
fit für den kommenden Winter.

Kurs Skitour

F|K|J|A|S

Dienstag, 9. Dezember

REFRESHER SKITOUREN- PLANUNG UND LAWINEN- KUNDE FÜR FORT- GESCHRITTENE

*Die ideale Vorbereitung für die
Skitouren-Saison*

Leitung

Jan Fehse

Anforderung

L / leicht

Anmeldeschluss

Sonntag, 30. November

Details

Abendkurs an der FH OST mit
folgendem Programm:

- Skitourenplanung gemäss
3x3
- Repetition der Neuerungen
ab Saison 22/23
- Cockpit und Anwendung
- Risk Check
- Detaillierteres Bulletin
- Fallbeispiel einer Skitouren-
planung
- Gruppenarbeit Skitouren-
planung

Klettern
F|K|J|A|S

Dienstag, 9. Dezember

HALLEN-KLETTERN AM ABEND

Fitness, Kraft, Beweglichkeit und viel Spass in der Halle

Leitung

Marcel Scherrer

Anforderung

4a–6a-/leicht/3 h

Anmeldeschluss

Montag, 8. Dezember

Kurs Skitour
F|K|J|A|S

Mittwoch, 10. Dezember

REFRESHER SKITOUREN-PLANUNG

Theorie-Kurs am Abend für Anfänger und Fortgeschrittene

Leitung

Jan Fehse

Anforderung

L/leicht

Anmeldeschluss

Sonntag, 30. November

Details

Abendkurs an der FH OST mit folgendem Programm (auf den beiden vorherigen Theorie-Kursen vom 2. und 9. Dezember aufbauend):
– Fallbeispiel einer Skitourenplanung
– Gruppenarbeit Skitourenplanung ausgehend von deiner eigenen Skitouren-Idee

Wandern
F|K|J|A|S

Donnerstag, 11. Dezember

GAMPERFIN CHÄS KNÖPFLI

Zum Jahresausklang

Leitung

Walter Geering

Anforderung

T1 / leicht / ↔ 4–5 h /
↑290 Hm

Anmeldeschluss

Montag, 8. Dezember

Auskunft

Walter Geering, 081 771 28 66 auf
Tour 078 610 03 74

Details

Vom Grabserberg zum Skihaus Gamperfin, ↑300 Hm, 1½ h. Hier gibt es gute Chäs Knöpfli, Rösti mit Speck und vieles mehr. Nach Speis und Trank je nach Verhältnissen zurück nach Buchs oder Wildhaus, ↑1½ h. Weitere Details zeitnah.

Klettern
F|K|J|A|S

Donnerstag, 11. Dezember

HALLEN-KLETTERN AM NACHMITTAG

Fitness, Kraft, Beweglichkeit und viel Spass in der Halle

Leitung

Marcel Scherrer

Anforderung

4a–5b/leicht/3 h

Anmeldeschluss

Mittwoch, 10. Dezember

Skitour
F|K|J|A|S

Freitag, 12. Dezember

SKITOUR IN DER REGION

Wir wählen wir einen Skigipfel in der Region

Leitung

Bruno Born

Anforderung

WS/mittel/5 h/↑↓1200 Hm

Anmeldeschluss

Donnerstag, 11. Dezember

Auskunft

Die Teilnehmenden erhalten ein Infoblatt

Details

Fahrt mit der Bahn ab St.Gallen zum Ausgangsort. Aufstieg in mässigem Tempo 1000 bis 1200 Hm in 4 bis 4½ h. Rückkehr nach St.Gallen je nach Tourenziel noch offen.

Kurs, Skitour
F|K|J|A|S

Sonntag, 14. Dezember

ANWENDER-SKITOUR

Umsetzung der geplanten Skitour im Gelände

Leitung

Jan Fehse

Anforderung

L/leicht

Anmeldeschluss

Sonntag, 30. November

Details

Anwender-Tour für Interessierte aus den Theorie-Kursen vom Dezember 2025. Einfache Skitour in der Region, sofern es die Saison-Verhältnisse zulassen. Schwerpunkte:
– Anwendung des theoretischen Wissens
– Situative Übungen zu Spur-anlage, Lawinenbeurteilung anhand des RiskChecks, LVS-Anwendung etc.

Skitour, Schneeschuhtour
F|K|J|A|S

Montag, 15. Dezember

WIR HALTEN UNS FIT FÜR DEN WINTER

Touren den Verhältnissen angepasst in naher Umgebung

Leitung

Marcel Scherrer

Anforderung

WS+, WT3 / leicht / Bis 6 h /
↑800 – 1200 Hm

Anmeldeschluss

Mittwoch, 10. Dezember

Auskunft

scherrermarcel@yahoo.com,
079 589 13 53

Details

Je nach Schneeverhältnissen passen wir unser Tourenziel an. Wir wandern oder machen eine Schneeschuhtour in der Umgebung. Bei genügend Schnee kann es auch eine Skitour sein. Wichtig ist wir bewegen uns und halten uns fit für den kommenden Winter.

Klettern
F|K|J|A|S

Dienstag, 16. Dezember

HALLEN-KLETTERN AM ABEND

Fitness, Kraft, Beweglichkeit und viel Spass in der Halle

Leitung

Marcel Scherrer

Anforderung

4a–6a-/leicht/3 h

Anmeldeschluss

Montag, 15. Dezember

Klettern
F|K|J|A|S

Donnerstag, 18. Dezember

HALLEN-KLETTERN AM NACHMITTAG

Fitness, Kraft, Beweglichkeit und viel Spass in der Halle

Leitung

Marcel Scherrer

Anforderung

4a–5b/leicht/3 h

Anmeldeschluss

Mittwoch, 17. Dezember

Klettern
F|K|J|A|S

Donnerstag, 18. Dezember

TRAININGS-GRUPPE KLETTERN

Leistungsorientiertes Bouldern als Training über den Winter

Leitung

Michael Obendrauf

Anforderung

A–B/anspruchsvoll

Anmeldeschluss

Mittwoch, 17. Dezember

Skitour
F|K|J|A|S

Freitag, 19. Dezember

SKITOUR ZUM SAISONAUFTAKT IN DER REGION

Einfache und gemütliche Skitour, auch für Einsteiger/innen

Leitung

Christian Häberli

Anforderung

WS/mittel/3–4 h Aufstieg/↑↓800–1000 Hm

Anmeldeschluss

Montag, 8. Dezember

Kurs Skitour
F|K|J|A|S

Freitag, 19. Dezember bis Samstag, 20. Dezember

FK SKITOUREN-PLANUNG UND LAWINENKUNDE

Fortbildungskurs für Tourenleitende

Leitung

Jan Fehse

Anforderung

WS+/mittel

Anmeldeschluss

Sonntag, 16. November

Wandern
F|K|J|A|S

Freitag, 19. Dezember

FONDUE-WANDERUNG

Wanderung im Schnee oder im Grünen

Leitung

Ans Duquesne

Anforderung

T1/leicht

Anmeldeschluss

Mittwoch, 17. Dezember

AuskunftInfo-Mail am Montag 15. Dezember

Details

Wohin wir dieses Jahr zum Chäs-fondue wandern, ist wie immer eine Überraschung. Höhendifferenz 200 Hm, max. 2 h. Ich freue mich auf viele Teilnehmende.

Schneeschuhtour
F|K|J|A|S

Samstag, 20. Dezember bis Sonntag, 21. Dezember

SAISONANFANG AM RESCHENPASS

Vielfältiges Tourengebiet im Grossraum Mals

Leitung

Michiel Harte

Anforderung

WT5/mittel/7 h/1200 Hm

Anmeldeschluss

Montag, 15. Dezember

Skitour
F|K|J|A|S

Freitag, 26. Dezember

FALTSCHON-HORN (3021 M)

Abseits vom Trubel und trotzdem mittendrin in der Arena

Leitung

Felix Betschon

Anforderung

WS+/mittel/↑4.5h ↓1.5h/↑1200 Hm ↓1800 Hm

Anmeldeschluss

Samstag, 20. Dezember

Schneeschuhtour
F|K|J|A|S

Samstag, 27. Dezember

ANFÄNGERTOUR FISETENGRAT

Ein paar Verdauungshöhenmeter zwischen den Jahren

Leitung

Catia Brunnenmeister

Anforderung

WT2/mittel/↑3, ↓2/↑↓800 Hm

Anmeldeschluss

Dienstag, 23. Dezember

VORSCHAU TOURENWOCHEN 2026

Skitour, Kurs
F|K|J|A|B|C

Montag, 5. Januar bis Freitag, 9. Januar

SKITOUREN-GRUNDKURS IM DIEMTIGTAL

Skitourentage für Anfänger und Wiedereinsteiger

Leitung

Marcel Scherrer

Anforderung

WS

Anmeldeschluss

30. November 2025

Details

Während diesen fünf erlebnisreichen Ausbildungstagen mit Übernachtung im komfortablen Hotel Kurhaus Grimmialp im Diemtigtal vermitteln wir dir die Grundlagen für einfache und mittelschwere Touren. Die Aufstiege zu den umliegenden Gipfeln werden mit einer grandiosen Aussicht ins Berneroberrland belohnt. Kursinhalt: Vertraut werden mit dem Skitourenmaterial, Aufsteigstechnik, Lawinenkunde, Umgang mit dem Lawinenverschütteten-Suchgerät (LVS), Tourenplanung und heutige Hilfsmittel dazu, Materialkunde, Skitechnik im Gelände. Dabei wird vor allem auf die Wünsche der Tourenteilnehmer eingegangen. Kursziel: Die Teilnehmenden sind nach diesem Kurs sehr gut darauf vorbereitet, an einfachen bis mittelschwierigen geleiteten Touren teilzunehmen.

Skitour, Schneeschuh
F|K|J|A|B|C

Montag, 26. Januar bis Freitag, 31. Januar

WINTERSPORT-WOCHE HITTISAU

Im schönen Bregenzerwald

Leitung

Walter Geering

Anforderung

WS

Anmeldeschluss

15. Januar 2026

Details

Von Balderschwang mit Zielen hoch zum Koppachstein, Siplingerkopf, Bleicherhorn, Burstkopf, Riedbergerhorn oder von Sibratsgfall hoch zum Renkknie. ↑ 600–700 Hm, 2½ h, 300 Hm/h, Wanderer T1.

Skitour
F|K|J|A|B|C

Sonntag, 8. Februar bis Samstag, 14. Februar

SKITOUREN-WOCHE GRIES IM SELLRAIN

Skitouren mit Bergführer in der Region Sellraintal/Tirol

Leitung

Dorothea Boesch-Pankow

Anforderung

WS+

Anmeldeschluss

30. September 2025

Details

Leichte bis mittelschwere Touren je nach Wetter- und Schneeverhältnissen.

Skitour
F|K|J|A|B|C

Sonntag, 22. Februar bis Samstag, 28. Februar

SKITOURENWOCHE IM VAL SUSA, PIEMONTE/ITALIEN

Niemandsland im Piemont

Leitung

Walter Geering

Anforderung

ZS-

Anmeldeschluss

31. Januar 2026

Details

Mit den bestens bekannten Bergführern Hubert & Diddi. Sie kennen die schönsten Gipfel und die Pulverschneehänge. Das Tourenparadies «Cesana Torinese» lässt eintauchen in die weitläufigen, oft abgelegenen, schönen Tourenmöglichkeiten.

F = FaBe

K = KiBe

J = Jugend

A = hohe Anforderungen

B = mittlere Anforderungen

C = geringe Anforderungen

Skitour

F|K|J|A|B|C

Sonntag, 1. März bis
Samstag, 7. März

SKITOUREN- WOCHE DEFEREGGENTAL

Genuss-Skitouren im Osttirol

Leitung

Otto Wohlwend

Anforderung

WS+

Anmeldeschluss

31. Oktober 2025

Details

Mögliche Touren: Gagenhöhe, Hochleitenspitze, Wangeslenke, Langschneid, Hochkreuz und viele mehr.

Unsere Unterkunft liegt im romantischen Dörfchen St. Veit auf einem sonnigen Hochplateau inmitten des Defereggentals im Nationalpark «Hohe Tauern». Der Gasthof verfügt über einen Wellnessbereich zum gratis Mitbenutzen. Die neuen, wunderschönen Zimmer «De Luxe in der 4 Sterne» Kategorie verfügen über Boxerspringbetten. Unterkunftskosten sind inkl. Halbpension, im Doppelzimmer. Das herrliche Skitourengebiet ist zum Teil mit einer Gratis-Ski-bus zum Brunnalm-Skigebiet erschlossen, von wo aus auch mehrere Skitouren starten.

Skitour

F|K|J|A|B|C

Sonntag, 8. März bis
Samstag, 14. März

ENGADINER SKITOUREN- WOCHE

Leitung

Christian Bühler

Anforderung

WS+

Anmeldeschluss

31. Dezember 2025

Details

Tourengruppe A: WS+ 800–1000 Hm; die Gruppe wird nur bei genügend Anmeldungen geführt. Tourengruppe B: L. 500–800 Hm. Alpingruppe C: Alpinski-fahren, organisiert sich selbst. Gruppengrößen A/B je max. 8 Teilnehmende. Bei der Anmeldung bitte Gruppeneinteilung und Zimmerwunsch bekanntgeben.

Skihochtour

F|K|J|A|B|C

Sonntag, 15. März bis
Donnerstag, 19. März

SKIHOCHTOUREN IN OSTTIROL MIT GROSS- VENEDIGER

Grossartige Skihochtouren in den südlichen Zillertaler Alpen

Leitung

Ulrich Scherrmann

Anforderung

ZS-

Anmeldeschluss

28. Dezember 2025

Details

Fahrt mit PKW am Sonntag nach Ströden im Virgental/Osttirol. Aufstieg zur Essener-Rostocker Hütte und erste «Eingehetour». Tourenmöglichkeiten: Grosser Geiger (3360 m), Westl. Simonyspitze (3481 m) etc. Dann Wechsel zur Johannishütte und Besteigung des Grossvenedigers (3657 m).

Alpinwandern

F|K|J|A|B|C

Freitag, 10. April bis
Sonntag, 19. April

ALPINWANDERN WESTKORSIKA

Alpine Touren rund um Ajaccio

Leitung

Michiel Harte

Anforderung

T5

Anmeldeschluss

31. Dezember 2025

Details

Freitagmittag: Reise mit Gruppenbus nach Italien und mit Nachtfähre ab Savona nach Korsika. Samstag: Fahrt nach Ajaccio und Bezug der Bungalows auf dem Camping Mimosas.

Tourenprogramm: Alpine Wandertouren im grossen Umkreis von Ajaccio. Wichtig: T5 / II auch über längere Abschnitte, in griffigem Gestein. Je nach Schneelage auch Überschreitungen möglich, z.B. Monte Renosu Kette. Konditionstour, technisch mittel.

Samstag: Rückreise mit Nachtfähre ab Bastia nach Italien. Sonntag: Ankunft in Italien und Heimreise nach SG.

Klettern

F|K|J|A|B|C

Freitag, 10. April bis
Sonntag, 19. April

SPORTKLETTER- WOCHE WEST- KORSIKA

Ein- und Mehrseillängentouren in Westkorsika rund um Ajaccio

Leitung

Irene Inauen-Kern

Anforderung

5c

Anmeldeschluss

31. Dezember 2025

Details

Tourenprogramm: Klettern in Sportklettergärten und Mehrseillängentouren rund um Ajaccio und an der Westküste Korsikas. -> An-/Rückreise siehe Tourenwoche Alpinwandern von Michiel Harte.

Skihochtour

F|K|J|A|B|C

Sonntag, 12. April bis
Donnerstag, 16. April

SKIHOCHTOUREN IM JUNGFRAU GEBIET

Klassische Skihochtour in beeindruckender Hochgebirgswelt

Leitung

Christian Häberli

Anforderung

ZS+

Anmeldeschluss

30. März 2026

Details

Fahrt von der Ostschweiz aufs Jungfrauojoch. Gipfel zwischen

Mönchsjoehütte, Finsteraarhornhütte und Konkordiahütte, als Höhepunkt die Besteigung des Finsteraarhorns.

Skihochtour

F|K|J|A|B|C

Montag, 13. April bis
Samstag, 18. April

SKIHOCH- TOURENWOCHEN IM WALLIS

Genussvolle Skihochtouren rund um das Matterhorn

Leitung

Marcel Scherrer

Anforderung

ZS-

Anmeldeschluss

30. Januar 2026

Details

1 T. Anfahrt nach Arolla und Aufstieg zur Cabane des Vignettes
2 T. Col de l'Évêque – Plan Bertol – Cabane de Bertol
3 T. Tête Blanche – Schwarzsee – Zermatt
4 T. Klein Matterhorn (ev. Breithorn) – Theodulpass – Monte-Rosa Hütte
5 T. Signalkuppe od. Ludwigshöhe – Monte-Rosa Hütte (5 T. Cima di Jazzi – Monte-Rosa Hütte)
6 T. Monte-Rosa Hütte – ev. Grosses Fillarhorn – Stockhornpass – Riffelalp – Heimfahrt

SAC UNTERWEGS

Kurs Fels und Eis 1 vom 14. bis 16. Juni



Gipfelpanorama Sustlihütte.
Bild: Philip Thoma

Gespannt und voller Vorfreude startete eine sechsköpfige Gruppe an einem frühen Samstagmorgen Mitte Juni 2025 in den Kurs Fels und Eis 1 mit Anwendungstour. Bald einmal stellte sich heraus, dass an diesem Wochenende neben den Gehirn-, Arm- und Beinmuskeln auch die Lachmuskeln nicht zu kurz kommen werden. Nach dem kurzweiligen Zustieg über den Leiterliweg auf die Sustlihütte im Urner Meiental führte uns Reto sogleich aufs Glatteis. Naja – zumindest im übertragenen Sinne, denn der Firn hatte sich wie vielerorts in die höheren Lagen zurückgezogen. Wir liessen unsere Freude davon nicht trüben und übten im Schnee die Bremstechniken mit und ohne Einsatz des Pickels sowie das Gehen am kurzen



Theorieinput in der gemütlichen Hüttenstube.
Bild: Irene Fischbacher

Seil. Auch die Steigeisen wurden ausprobiert und eine Spaltenrettung simuliert, bevor uns eine Gewitterzelle zur sprintenden Rückkehr in die Hütte zwang.

Wenn der Spierenstich zum Bürerstich wird

Als nächster Programmpunkt stand das Erlernen der Knotentechniken an. Reto ahnte nicht, worauf er sich dabei eingelassen hatte – kannten die meisten von uns Knöpfe bisher vor allem am Hosensbund und vielleicht noch in den Haaren. Die Gehirnzellen rauchten und spätestens als der Spierenstich zum Bürerstich umbenannt wurde, wurde es Zeit für das Nachtessen und die anschliessende Nachtruhe.

Die Knotenträume hatten sich gelohnt – spätestens am zweiten Tag beherrschten alle Teilnehmenden die gängigsten Techniken – wenn auch ohne deren korrekte Bezeichnung. Das im Trockentraining

Abschlusstour auf den Chanzelgrat. Bild: Brigitte Wüst

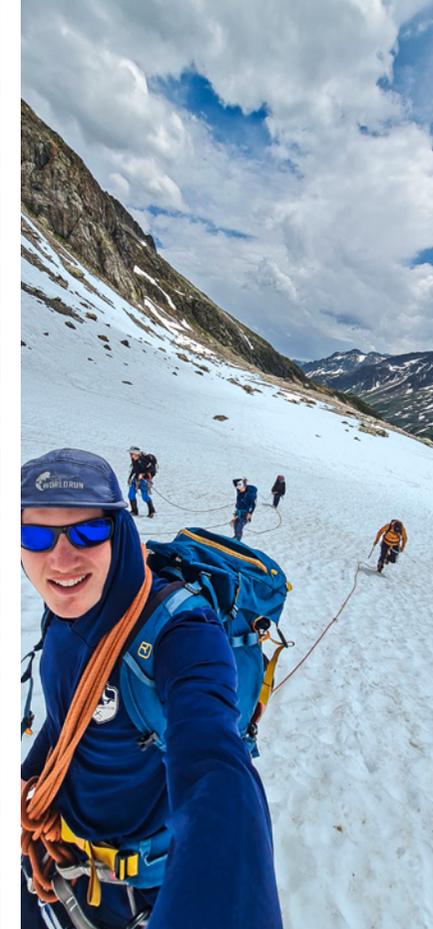


Äähm – wie chumi do wieder abä?
Bild: Philip Thoma

Erlern wurde sogleich mit Sicherungs- und Abseiltechniken sowie dem Errichten von Standplätzen am Fels verknüpft. Damit es uns nicht zu wohl wurde, leitete uns Reto zum Tagesabschluss im Selbstaufstieg aus einer Gletscherspalte an. Spätestens jetzt wurde klar, wie wertvoll es ist, sich gar nicht erst in eine solche Lage zu bringen.

Zum Abschluss auf den Chanzelgrat

Nach einer mehr oder weniger erholenden Nacht (endlich wurde auch für den grössten Teilnehmer der Gruppe eine Lösung gefunden, seine Beine in der Nacht vollständig ausstrecken zu können) starteten wir in den letzten Tag. Eine Anwendungstour auf den Chanzelgrat stand



Volle Konzentration beim Gehen mit Steigeisen. Bild: Philip Thoma

auf dem Programm. Der Bewölkung und dem nassen Fels zum Trotz, wagten wir (oder vor allem Reto sich mit uns) an das Highlight des Kurses. Es war eine schöne Erfahrung, das in den vergangenen Tagen Erlern nun miteinander zu verknüpfen und konkret anwenden zu können. Nach dem wohlverdienten Hüttenkafi mit Kuchen traten wir glücklich und zufrieden die Heimreise zurück in die Ostschweiz an – für die einen mit einem Zwischenstopp zwecks Grosseinkauf beim Bächli Bergsport. Herzlichen Dank an Reto für die super Organisation – unsere Bauchmuskeln werden uns beim Einsatz des Bürerstichs noch lange an das gelungene Wochenende erinnern.

Text: Irene Fischbacher

SAC UNTERWEGS

Sommerlager, schön isch es gsi...

Am Sonntag, 6. Juli, reiste eine ganze Schar freudiger Kinder und Jugendliche mit einigen Leitenden in die Bergseehütte im Kanton Uri. Montag und Dienstag war es leider schlechtes Wetter, trotzdem machten wir verschiedene Übungsposten draussen um die Hütte. Es wurde fleissig Standbauen, verschiedene Knöpfe, richtige Anwendung der Sicherungsgeräte und vieles mehr geübt. Dank des tollen Wetters konnten wir gemeinsam die Touren für die nächsten Tage planen.

Mittwoch bis Freitag setzten wir unser Wissen in verschiedenen Gruppen an den Hochschijen, Bergseeschijen, Turm 1 und Turm 2 und im Klettergarten ein. Die meisten gingen fast jeden Tag im Bergsee baden und das Üben vom grossen Menschenturm auf der Schaukel durfte auch nicht fehlen. Das super Hüttenleben hat uns allen Spass gemacht.

Am Samstag gingen die einen Klettern, und die anderen an den Klettersteig. Um 13:45 Uhr liefen wir leider bereits wieder

von der Hütte los Richtung Postauto. Eine unvergessliche Woche ging viel zu schnell vorbei. Herzlichen Dank an alle Leiterinnen und Leiter, schön isch es gsi... =)

Text: Jonas Bollhalder

Fotos: Sira Rivas/David Stäger



Kletterspass am Bergseeschijen. Bild: Fenja Jauch



Fester Granit am Vorbau des Bergseeschijen. Bild: Luis Ledergerber



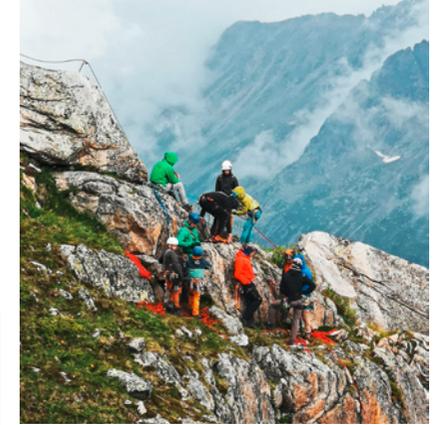
Bergsee – ein Kletter- und Badeparadies. Bild: David Stäger



16 KiBe'lerinnen und JO'ler waren mit dabei. Bild: David Stäger



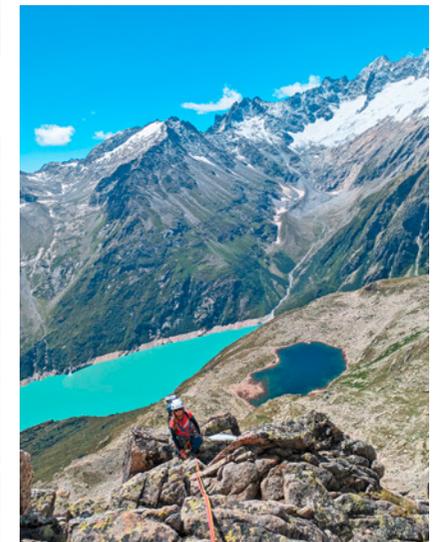
Erste Klettermeter und Sonnenstrahlen nach 2 Tagen Regen. Bild: David Stäger



Das garstige Wetter machte die Rettungsübungen ziemlich realistisch... Bild: Kim Sostizzo



Winterliche Verhältnisse am Hochschijen. Bild: David Stäger



Göscheneralp- und Bergsee, die ständigen Begleiter. Bild: Sira Rivas

GEBURTSTAGE *Sept/Okt/Nov*

97 Jahre

Gschwend Friedy, 06.11.1928
Grofstrasse 4, 9470 Buchs SG

95 Jahre

Harzenmoser Verena, 18.10.1930
Wiesenstrasse 35, 9000 St. Gallen

90 Jahre

Werder Elisabeth, 24.09.1935
Museumstrasse 3, 8400 Winterthur
Falk Peter, 30.09.1935
Felsenstrasse 6, 9000 St. Gallen
Osterwalder Paul, 02.10.1935
Tiefentalstrasse 3, 9230 Flawil

85 Jahre

Zemp Mario, 19.09.1940
Sonnenhaldenstrasse 12, 9032 Engelburg
Köchli Emil, 01.10.1940
Huebstr. 2, 9300 Wittenbach
Lüchinger Josef, 11.11.1940
Sturzeneggstrasse 16, 9015 St. Gallen

80 Jahre

Urscheler Elizabeth, 13.09.1945
Via Cavercherio 5, 6722 Corzoneso Piano
Eugster Kurt, 28.09.1945
Wartbüchel 4, 9422 Staad SG
Thoma Franz, 10.10.1945
Büelstrasse 15, 9200 Gossau SG
Zellweger Max, 21.10.1945
Route du Sanetsch 11, 1950 Sion
Eberhard Ruedi, 25.10.1945
Imbodenstrasse 27, 9016 St. Gallen
Gmür Pilar, 02.11.1945
Gremmstrasse 16, 9053 Teufen

75 Jahre

Baumgartner Erika, 01.09.1950
Schlatterstrasse 21, 9010 St. Gallen
Züllig Alfred, 15.09.1950
Teufener Strasse 182, 9012 St. Gallen
Artho Oskar, 20.09.1950
Eggstrasse 29, 9100 Herisau

Grolle Ben, 29.09.1950
Kwelder 8, 9919 BT Loppersum
Heeb Gallus, 23.10.1950
Kesselhaldenstrasse 85, 9016 St. Gallen
Jaggi Therese, 05.11.1950
Bergweidstrasse 8, 9200 Gossau SG
Bühler Hans-Walter, 06.11.1950
Wildi 60, 3718 Kandersteg
Gründler Silverius, 15.11.1950
Weissensteinstrasse 12, 4923 Wynau
Strasser Georg Michael, 28.11.1950
Untere Bahnhofstrasse 36,
8932 Mettmenstetten

70 Jahre

Weber Verena, 21.09.1955
Lindenstrasse 122, 9000 St. Gallen
Kuppelwieser Jon-Janet, 22.09.1955
Schönenbüel 14, 9050 Appenzell
Pichler Markus, 01.10.1955
Steinerstrasse 22, 9052 Niederdeufen
Wild Hans, 04.10.1955
Mühltoebel 487, 9427 Zelg (Wolfhalden)
Stacher Verena, 04.10.1955
Myrtenstrasse 1, 9010 St. Gallen
Tarnutzer Rupert, 28.10.1955
Demutstrasse 17, 9000 St. Gallen
Edelmann Friedrich, 03.11.1955
Sonnenweg 7, 9204 Andwil SG
Forster Luzia, 09.11.1955
Brandstrasse 2a, 9011 St. Gallen
Wehrli Christina, 27.11.1955
Ruchenbergstrasse 25, 7000 Chur

65 Jahre

Gschwend Karin, 04.09.1960
Lessingstrasse 26, 9008 St. Gallen
Weyermann Thomas, 06.09.1960
Büelstrasse 13, 9204 Andwil SG
Schneider Andreas, 11.09.1960
Ulmenstrasse 6, 9000 St. Gallen
Müller Jean-Claude, 19.09.1960
Burgstrasse 121, 9000 St. Gallen
Berli Markus, 24.09.1960
Zeughausstrasse 22, 9200 Gossau SG

Huber Beatrice, 07.10.1960
Kasernenstrasse 58, 9100 Herisau
Schwab Birgit, 09.10.1960
Hauptstrasse 51, 4654 Lostorf
Schindler Stefan, 18.10.1960
Fährnerenstr. 29, 9000 St. Gallen
Schoch Ursula, 26.10.1960
Dole 462, 9063 Stein AR
Dietler Roland, 02.11.1960
Schützenstrasse 21, 3052 Zollikofen

Scherrer Erika, 18.11.1960
Plättlistrasse 7A, 7323 Wangs
Winkler Thomas, 26.11.1960
Hinterberg 16, 9014 St. Gallen
Bischof Andrea, 27.11.1960
Quellenstrasse 5a, 9036 Grub (SG)

Herzliche Gratulation

NEUEINTRITTE *Mai/Juni/Juli*

Batzer Marietta, 9000 St. Gallen
Bischof Andreas, 9403 Goldach
Blanco Rodriguez Monika, 9000 St. Gallen
Blum Tanja, 78467 Konstanz
Boltshauser Deepak, 9500 Wil
Buschor Selina, 9000 St. Gallen
Cartolano Arianna, 9000 St. Gallen
Cartolano Dario, 9000 St. Gallen
Diener Catrina, 9000 St. Gallen
Eigenmann Sarina, 9230 Flawil
Flammer Max, 9524 Zuzwil
Hächler Lou, 9012 St. Gallen
Haeberle Nadine, 9000 St. Gallen
Harsch Leonhard, 9000 St. Gallen
Hochreutener Luca, 9011 St. Gallen
Holenstein Marina, 9000 St. Gallen
Holenstein Monika, 9200 Gossau
Holenstein Peter, 9200 Gossau
Jacober Timo, 9000 St. Gallen
Jud-Eggenberger Dora, 9014 St. Gallen
Kock Christine, 78464 Konstanz
Kutz Johanna, 9000 St. Gallen
Kutz Kevin, 9000 St. Gallen
Kuzmenko Olena, 9012 St. Gallen
Lemke Paul Gustav, 9000 St. Gallen
Montoya Ashraf, 9000 St. Gallen
Moser Tobias, 9465 Salez
Norris Katharina, 8645 Jona

Peter David, 8640 Rapperswil
Pleschko Nicolas, 9000 St. Gallen
Rieder Sarah, 4130 Rheinfelden
Rimle Matthias, 9313 Muolen
Röllin Svenja, 8008 Zürich
Ryser Patrick, 9008 St. Gallen
Schiller Emanuel, 9014 St. Gallen
Schöbi Monja, 9200 Gossau
Schock Denis, 9008 St. Gallen
Schönenberger Peter, 9230 Flawil
Schütz Mathias, 9000 St. Gallen
Southam Astrid, 9014 St. Gallen
Spirig Neal, 8732 Neuhaus (St. Gallen)
Steiner Jan, 8400 Winterthur
Stuber Nino, 8586 Erlen
Thürlemann Nico, 9200 Gossau
van Zetten Charif, 9000 St. Gallen
van Zetten Kathrin, 9000 St. Gallen
Velickovic Maja, 7205 Zizer
Wäspe Lara, 9011 St. Gallen
Watson Tim, 9000 St. Gallen
Weiss Tobias, 9014 St. Gallen
Winkler Elena, 9000 St. Gallen
Wittwer Larissa, 8610 Uster
Wöcke Aline, 9515 Hosenruck
Wolf Marianne, 9403 Goldach

Herzlich willkommen

CLUBLEBEN / MITTEILUNGEN

Info-Anlass mit Apéro
für neue und bestehende Sektionsmitglieder



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



Donnerstag, 6. November 2025, 18:00
Centrum Kirche St. Mangen, Kirchgasse 17, St. Gallen
VBSG Busse bis «Marktplatz»

Donnerstag, 6. November 2025

Info-Anlass für neue und bestehende Sektionsmitglieder

Herzlich laden wir alle neuen und bestehenden Sektionsmitglieder zu diesem Anlass ein. Neben dem **Kennenlernen unserer Angebote** bietet der Abend beim anschliessenden Apéro auch **Raum für Fragen und Austausch** - sowie um Kontakte zu knüpfen und zu pflegen.

Programm

18:00 Uhr Eintreffen der neuen und bestehenden Sektionsmitglieder
18:30 Uhr Begrüssung durch Präsidium und Organisationsteam
Vorstellung Bergsportdisziplinen und Tourenprogramm 2026
19:00 Uhr Clubinformationen: Hütten, Tourendatenbank, Webseite, Clubnachrichten, Rettung, SAC App
19:45 Uhr Apéro, Gelegenheit für persönliche Begegnungen und Fragen

Wir freuen uns über euer Interesse und auf zahlreiche Teilnahme an dieser Informationsveranstaltung.

Ruth Kulcsár Meienberger und Elsbeth Betschon, Co-Präsidentinnen SAC St. Gallen

Anmeldung **Über das Tourenportal** <https://programm.sac-stgallen.ch>
oder direkt bei Ruth Kulcsár Meienberger, praesident@sac-stgallen.ch

Foto: Tim Shaw, Tourguide Parco Nazionale Val Grande

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



Donnerstag, 6. November 2025, 18:00
Centrum Kirche St. Mangen, Kirchgasse 17, St. Gallen
VBSG Busse bis «Marktplatz»

UNSERE HÜTTEN

Silvrettahütte SAC

Mit sonnigen und warmen Tagen sind wir in die Sommersaison 2025 gestartet. Im Herbst freuen wir uns auf verschiedene Spezialanlässe wie den Genussabend, bei welchem Gault Millau-Koch René Lampart und Team unsere Küche übernimmt und Hüttengerichte neu interpretiert. Auch die Vorbereitungen für das bereits ausgebuchte zehnte «Wine & Dine» laufen. So dürfen dieses Jahr die Gäste aus den vergangenen Jahren ein Menu zusammenstellen - auch für uns und unseren Sommelier ein spannendes Erlebnis.

Unsere zwei Initiativen zur Reduktion von Helikopterflügen kommen bei den Gästen sehr gut an. So wurden schon mehrere Stere Holz von der Alp Sardasca hochgetragen. Und als Erfrischung warten hausgemachte Sirup's und Eistee, mit und ohne Sprudel. Damit können wir



das Getränkesortiment reduzieren und einiges an Gewicht bei den Flügen einsparen. Wir freuen uns auf wunderbare Herbsttage und auf all diejenigen, welche die Herbstzeit auf der Silvrettahütte und der schönen Sonnenterrasse geniessen möchten.

Clubheim Fälensee

Ruheoase Clubheim! Im immer stärker frequentierten Alpstein bietet unsere versteckt liegende Sektionshütte auf der Stiefelegg einen einzigartigen Ort der Stille. Ein - auch spontaner - Besuch lohnt sich also gerade im Sommer besonders. Bis Mitte Juli haben über 650 Gäste im Clubheim übernachtet. Dies bedeutet eine moderate, erfreuliche Zunahme der Übernachtungen. Vor einem Besuch lohnt sich immer ein Blick in das Hüttenreservationssystem <https://www.hut-reservation.org/login> oder ein Telefon an die Hüttenverantwortlichen. So wünschen wir allen Besucherinnen und Besuchern unseres Bijous entspannte Hüttenromantik mit einzigartigem Ausblick - und wunderschöne Bergerlebnisse im Alpstein. Und wie immer: Die Einzigartigkeit unseres Clubheims nicht an die grosse Glocke hängen!



Hüttenkoordinatoren und Obmänner

Roman Stupan, Hüttenkoordinator,
Tel. 079 534 53 37
Andreas Mazenauer, Hüttenkoordinator,
Tel. 079 317 33 36
Ernst Walser, Hüttenobmann Stv.,
Tel. 079 297 16 37
Meinrad Müller, Hüttenobmann,
Tel. 071 277 43 08
E-Mail: huetten@sac-stgallen.ch

Ausgabe Herbst 2025 (Sep – Dez)



Vorschau auf nächste Ausgabe Jan – März

Die nächste Ausgabe – die Winterausgabe – verschafft mit dem Jahresprogramm 2026 einen Überblick über das Tourenprogramm im bevorstehenden neuen Clubjahr. Ab dann gilt die neue Tourenstruktur mit FaBe, KiBe, Jugend sowie den Einteilungen A, B, C aufgrund der Anforderung. Und für besondere Anlässe, Mitgliederversammlung etc. ist die Kategorie Sektion reserviert.

Das Online-Tourenportal hat sich mittlerweile zum zentralen System entwickelt, um sich über bevorstehende Touren zu informieren und Buchungen abzuwickeln. Aus diesem Grund wird das Tourenprogramm ab der nächsten Ausgabe vereinfacht in Listenform dargestellt: Damit gibt es im «Heftli» mehr Platz für aktuelle Berichte über das Clubleben.



Clubnachrichten sind auch Online:

alle Ausgaben unter
<https://sac-stgallen.ch/clubnachrichten>

Impressum

97. Jahrgang, 2025 | Nr. 3
Publikationsorgan der
SAC Sektion St. Gallen
Erscheint 4-mal jährlich

Mitgliederverwaltung und Adressänderungen

SAC Sektion St. Gallen,
Adrian Rufener, Postfach 1809,
9001 St. Gallen,
Tel. G 071 722 00 33,
mitglied@sac-stgallen.ch
IBAN:
CH460900 0000 9000 0974 4

Inserate

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

Redaktion

Ruth Wanner
redaktion@sac-stgallen.ch

Gestaltung, Druck und Versand

Niedermann Druck AG
9015 St. Gallen

Redaktionsschluss

23. Oktober 2025
23. Januar 2026

Titelbild

Auf dem Weg Richtung
Altmannsattel
Foto: Tobias Ott

Papier

Rebello ist ein Recyclingpapier
aus 100% Altpapier hergestellt.
Mit hoher Reinheit und Weisse.
Ohne Zugabe optischer Aufheller
oder Chlorbleiche.

gedruckt in der
schweiz 



www.blauer-engel.de/luz14a

Aus-sicht.

EDELWEISS FENSTER 

Wil Münchwilen Wattwil Appenzell Zürich
www.edelweissfenster.ch T +41 71 948 60 00

Natürlich aus dem Eichenfass.

MÖHL
Das Beste aus dem Apfel

A photograph of two hikers, a man and a woman, ascending a rocky mountain trail. The man is in the foreground, wearing a blue visor, a yellow jacket, and green pants, using a trekking pole. The woman is slightly behind him, wearing a pink jacket and dark pants, also with a backpack. The background shows a steep, rocky mountain slope under a clear sky.

Pack den Sommer

Wir rüsten dich aus.



Alles für deine Sommertouren
auf baechli-bergsport.ch

Filiale St. Gallen | Breitfeldstrasse 13 | 9015 St. Gallen



B'ACHLI
BERGSPORT