

# ITALIEN: Monte Rosa



## Traumtour in die Gletscherwelt der 4.000er



### Von grünen Tälern hinauf in die Pracht der Gletscherberge

Die Monte Rosa liegt auf der Grenze von Italien zur Schweiz in einer absolut fantastischen Berglandschaft. Wir beginnen die Tour auf 2.400 m und entdecken im Laufe unserer Woche die unglaubliche Vielfalt dieser grandiosen Bergregion: Herrliche Wege, Fels-Pfade und Bergwiesen. Wir wandern, Schritt für Schritt sicher geführt, über **einfach zu gehende Gletscher**, hinauf zur höchsten Hütte Europas: der Capanna Regina Margherita auf 4.554 m!

### Wandern und Gletscher genießen

Gemeinsame Höhengewöhnung und Schulung der bergsteigerischen Grundtechniken ermöglichen auch Neulingen den problemlosen Einstieg in die hochalpine Region der Viertausender!

### Voraussetzung:

Kondition für 6-8-stündige Bergtouren mit Rucksack.  
Trittsicherheit vorteilhaft (wird in den ersten Tagen jedoch auch geschult).

### Erfahrung im Gletscher-Gehen ist nicht nötig!

Das richtige Verhalten in einer Seilschaft lernen Sie vor Ort.

### Hüttentour mit drei leichten Gletschertagen

6-8 Std./ Tag  
bis 1.200 Hm /Tag

### Termine 2018

Juli: 01.07.-07.07.18 (BW-51-18)  
Juli: 22.07.-28.07.18 (BW-52-18)  
Aug: 12.08.-18.08.18 (BW-53-18)  
Sep: 02.09.-08.09.18 (BW-54-18)

**7 Tage ab € 1.365,-** (So-Sa)

### Leistungen:

- 6 Übernachtungen
- Halbpension
- Bett oder Lager
- Führung
- Schulung
- Seilbahnfahrt letzter Tag
- max. 7 TN / Bergführer

### Kleingruppenaufpreis

3 TN € 180,-  
4 TN € 80,-

Sondertermine (auf Anfrage)  
Leihhausrüstung gegen Gebühr





## Das Besondere der Tour:

### 1. Idealer Akklimatisations-Test für Ihre Trekkingreise!

Alle Wanderer mit dem Wunsch eine Trekkingreise zu unternehmen, können auf unserer Monte Rosa Tour ausprobieren, wie ihr Körper auf Höhen über 4.000 m reagiert. Bei den meisten Trekkingtouren schlafen wir selten höher als auf der Capanna Regina Margherita mit 4.554 m. Übrigens tragen wir das gesamte Gepäck inkl. der Gletscherausrüstung lediglich beim Aufstiegsweg zur Gnifetti-Hütte und am Abstiegstag vom Gletscher zur Gabiet-Hütte.

### 2. Einstieg in die Gletscherwelt für Wanderer

Im leichten Gletschergebiet mit Steigeisen zu gehen, ist weder schwierig noch gefährlich. Natürlich sollte niemand alleine und unerfahren Gletscher begehen, doch sicher geführt von dem DAKS-Bergführer, braucht kein Wanderer auf dieses sehr beeindruckende Erlebnis zu verzichten.

### Übernachtung & Verpflegung

Wir übernachten in Mehrbettzimmern mit Bett oder Lager. Besonders in der Gabiehhütte gibt es leckeres italienisches Essen!  
Für zwischendurch empfehlen wir, Snacks von zu Hause mitzunehmen (Riegel, Trockenobst, Würstchen).

### Vorbereitung zu Hause

**Ausdauer-Training:** Joggen, Radfahren mit stetiger Belastung.  
Lieber 2 bis 3 mal pro Woche 30 Minuten, als alle 2 Wochen 1 Stunde!

**Beinkraft-Training:** Treppensteigen, Bergaufläufe, Squats, Skippings.....

Lassen Sie vor einem Aufenthalt im Hochgebirge einen allgemeinen Gesundheitscheck durchführen!

Wer nach der Monte Rosa Tour die weiße Welt der Gletscher weiter entdecken möchte, dem empfehlen wir unseren **Einsteiger-Gletscherkurs „Alphubel“**.





## Treffpunkt: Sonntag 12.00 Uhr auf der Gabiet Hütte

### Sie möchten früher anreisen oder länger bleiben?

Mit einer Anreise am Tag vorher können Sie die Wanderwoche entspannter starten.

Gerne reservieren wir Ihnen die Nacht vor oder auch nach der Tour auf der Gabiet Hütte.

(€ 50,- Ü+HP/ Nacht pro Person)

**Bitte geben Sie Ihren zusätzlichen Übernachtungswunsch möglichst mit der Anmeldung an**, wir reservieren gerne für Sie.

### Der geplante Tourenverlauf:

#### So: Gabiet Hütte (2.375 m) - Punta Gabiet (2.581 m)

Nach der Begrüßung und Zimmerverteilung besteigen wir den Hausberg, die Punta Gabiet (2.581 m). Von dort sehen wir schon einmal hinüber zu unseren nächsten Zielen. Wir genießen die Aussicht vom Gipfelkreuz und nutzen den Abstieg zur bergsteigerischen Schulung. Essen und Übernachtung auf der Gabiet Hütte (2.375m). ( ca. 0,75 h , ↑↓ 180 Hm)

#### Mo: Gabiet Hütte - Rother ( 3.023 m) - Gabiet Hütte

Mit leichtem Tagesrucksack wandern wir über den Col di Zube (2.892 m) auf das Rother (3.023 m), unseren ersten Dreitausender, und lassen uns vom Anblick auf die großen Gletscherflächen der Monte Rosa verzaubern. Oft streifen Gruppen von Steinböcken durch dieses Gebiet! Auf dem Rückweg zur Hütte machen wir Übungen zur Trittschulung. Essen und Übernachtung auf der Gabiet Hütte (2.375m). (5 - 6 h, ↑↓ 610 Hm)

#### Di: Gabiet Hütte - Rif. Orestes (2.600 m)

Wir wandern langsam steigend durch ein schönes Bergtal bis zu unserer nächsten Hütte, der Rifugio Orestes (2600m), wo wir unser Gepäck lassen. Mit leichtem Tagesrucksack geht es weiter zum Gipfel der Alta Luce (3.184 m). Von dort sehen wir zum ersten Mal die gewaltige Gletscherregion unter der Pyramide Vincent. Abstieg zur Rifugio Orestes. ( 5 - 6 h , , ↑ 810 Hm, ↓ 560 Hm)

#### Mi: Rif. Orestes - Gnifetti (3.647 m)

Heute geht's hinauf ins Gletschergebiet. Im Aufstieg queren wir ganz in Ruhe den Rand des Indren-Gletschers und gelangen über die Mantova-Hütte (3.498m) zur kühn auf Felsen gelegenen Gnifetti (3.647 m), wo wir zwei weitere Nächte verbringen werden. (ca. 4 h, ↑ 1.000 Hm)

#### Do: Gnifetti - Pyramide Vincent (4.215 m) - Balmenhorn (4.176m) - Gnifetti

Unser erster Viertausender! Der DAKS-Bergführer zeigt uns den richtigen Umgang mit Steigeisen und das Gehen in Seilschaft, dann geht's Schritt für Schritt auf den Gipfel der Pyramide Vincent (4.215 m). Wenn das Wetter mitspielt erobern wir über einen kurzen Grat das nahe gelegene Balmenhorn (4.176 m), von hier oben (fast) ein Katzensprung! ( ca. 6,5 h, ↑↓ 660 Hm)

#### Fr: Gnifetti - Capanna Regina Margherita (4.554 m)

Alles überflüssige Gepäck bleibt auf der Gnifetti-Hütte zurück und wir steigen über den sanft steigenden Gletscher langsam aufwärts. Die Aussicht auf dem Gletscherplateau schon ist einmalig: Matterhorn, Lyskamm, Weißhorn...die ganze Palette der Walliser Viertausender! Nach ca. 5 Stunden erreichen wir die höchste Hütte Europas – spektakulär auf dem Gipfel der Signalkuppe gelegen - die Capanna Regina Margherita (4.554 m). Hier auf der Signalkuppe übernachten wir und erleben mit etwas Glück einen Sonnenuntergang, den wir nie mehr vergessen! (5 - 6 h, ↑ 1.060 Hm, ↓ 150 Hm)

#### Sa: Capanna Regina Margerita - Gabiet Hütte ( 2.375 m)

Wir stehen früh auf um einen unvergesslich schönen Sonnenaufgang zu erleben! Auf unserem Abstieg können wir weitere 4.000er Gipfel besteigen. Je nach Wetter und Kondition sind möglich:

**Ludwigshöhe (4.341m)** und **Schwarzhorn (4.321m)**. Bei idealen Bedingungen können wir eventuell sogar noch die **Zumsteinspitze (4.563m)** besteigen. Abstieg vom Gletscher-Plateau ... nach einer gemütlichen Rast auf der Gnifetti-Hütte nehmen wir unser Gepäck und steigen vorbei an der Mantova Hütte zur Punta d'Indren Seilbahnstation und nutzen letztere, um bequem Richtung Gabiet-Hütte zu schweben. (4-8 h, ↑ 240 Hm, ↓ 1.570 Hm // je nach Gipfel-Anzahl) Wer am Nachmittag nicht direkt ins Tal absteigen möchte kann gerne eine **zusätzliche** Nacht auf der Gabiet **bleiben\***. Es macht sicher Spaß die „Heldentaten“ gemeinsam bei einem leckeren Glas Wein zu begießen...

\* bitte bei der Buchung angeben!



### Anreise:

**Mit der Bahn** über Mailand nach Pont S. Martin im Aostatal.  
Von dort geht's **per Bus nach Stafal** (Talschluss vom Gressoney-Tal)

**Mit dem Auto** über Basel - Lausanne - Martigny (im Rhonetal) - Aosta (über den großen St. Bernhard Pass oder durch den St. Bernhard Tunnel) nach Pont-Saint-Martin, dann weiter durch das Gressoney Tal über Fontainemore - Gabi- S. Jean / La Trinité bis **Stafal** (Talschluss des Gressoney-Tals)

### Parken:

Kostenlose Parkplätze gibt es nach Überquerung des Flusses, am hinteren Ende von Stafal. Der Parkplatz direkt an der Seilbahn ist gebührenpflichtig.

**Weiter mit der Seilbahn:** Von Stafal fahren Sie zur Mittelstation „**Gabiet**“. In ca. 15 Minuten wandern Sie von hier gemächlich zur Gabiet Hütte.

**Hinweis:** Für Fahrgemeinschaften geben wir Ihre E-Mailadresse an andere Touren-Teilnehmer weiter. Bitte teilen Sie uns mit, wenn Sie dies ausdrücklich **nicht** wünschen!

**Ausrüstung** -- ergänzend zur allgemeinen Bergwander-Ausrüstungsliste benötigen Sie:

### Gletscher-Leihhausrüstung:

Nachfolgend aufgeführte Gletscher-Spezialausrüstung kann von der DAKS ausgeliehen werden.

Die Leihhausrüstung wird vom DAKS-Bergführer auf der Gabiehhütte ausgeliehen — muss aber unbedingt vorher bei der DAKS bestellt werden. Leihgebühr: € 50,- (zahlbar vor Ort beim Bergführer)

- Eispickel
- Anseil-Hüftgurt
- Karabiner: 2x mit Schrauber plus 1x normal
- 1 Prusikschlinge lang (doppelte Körperlänge, 5mm)
- 1 geschlossene Bandschlinge (Länge 1,5 m , 25 mm)
- Steigeisen, 10-12 zackig (bei Trekkingschuhen flexible Steigeisen mit Riemenbindung)
- Biwaksack (möglichst Zweipersonen-Sack)

### Weitere notwendige Ausrüstung (kann nicht ausgeliehen werden)

*Ohne diese Ausrüstung kann der Bergführer Sie wegen zu großer Verletzungsgefahr von der Tour ausschließen!*

- **Die Bergschuhe** müssen schneetauglich und mindestens „bedingt steigeisenfest“ sein (**Kat B/C bis C**)  
Hinweis: Schuhe der Kategorie B oder weniger haben bei dieser Tour nichts zu suchen !!
- Handschuhe, Mütze und Schal müssen wintertauglich sein: wasserabweisend und warm ( bis -15°)
- Der angegebene **Kälte- und Nässeschutz** (Mütze/Stirnband, Handschuhe, Anorak und Überhose, ...) ist ein MUSS und darf keinesfalls wegen „Hochsommer“ weggelassen werden!
- **Rucksack** mit großem Fassungsvermögen (zirka 50+ Liter). Bei Tagetouren lassen Sie die nicht benötigte Schlaf- und Reservekleidung auf der Berghütte (großer Beutel hilfreich), packen den Rucksack „schlank“ und verwenden ihn als Tagesrucksack für die obligatorische Wetter-Notausrüstung u.ä.
- **Gletscherbrille** (mit Seitenschutz)  
plus **Sonnenblocker** (Lippen) und **Sonnenschutz** mit hohem UV-Schutzfaktor

### Sonstiges

- **Teleskopstöcke** gehören unbedingt ins Gepäck (sicheres, kraftsparendes Gehen in Schnee & Geröll).
- **Schnee-Gamaschen** (als Nässeschutz für Schuhe und Hosenrand/bis über Schnürung reichend)
- **Für einen guten Schlaf in der Höhe** zur Sicherheit **Ohrstöpsel** und evtl. ein leichtes **Einschlafmittel** mitnehmen.

**Schuhe & Stöcke vor Ort ausleihen bzw. kaufen** - in Stafal gibt es den Verleih „**Ambaradanspitz**“.

Hier können Sie gute wander- & gletschertaugliche Bergschuhe in ansprechender Qualität ausleihen und bei Bedarf anschließend günstig kaufen (Ausleihgebühr wird angerechnet). Ausleihwünsche für Bergschuhe sicherheitshalber vorab per Email anzumelden: [info@ambaradanspitz.it](mailto:info@ambaradanspitz.it) (Deutsch & Englisch möglich)