



## Skitour Äbeni Flue 3962m - Louwihorn

### Vom Jungfrauoch ins Lötschental mit Besuch der Hollandiahütte

Umrahmt von gewaltigen Gipfeln, durchqueren wir eines der grössten Gletschergebiete der Alpen. Mit der Äbeni Flue 3962m und dem Louwihorn 3777m werden wir zwei der aussichtsreichsten Gipfel besteigen. In der Hollandiahütte dürfen wir hochalpin übernachten.

- 1. Tag** Anreise nach Grindelwald Terminal und weiter aufs Jungfrauoch (3354m). Von hier Aufstieg zum Louwihorn 3777m. Herrliche Abfahrt über den Kranzbergfirn und Aufstieg zur Hollandiahütte.
- 2. Tag** Vorbei am Mittaghorn steigen wir zur Äbeni Flue 3962m, dem höchsten Punkt dieser Tour. Lange Abfahrt nach Blatten im Lötschental.

## Anforderungen

**Technik:** Stufe 3: Ich bin regelmässig auf Skitouren und mag etwas sportlichere Touren im Schwierigkeitsgrad WS (wenig schwierig) bis ZS (ziemlich schwierig) im Gelände um 35° Steilheit. Ich beherrsche die Spitzkehre. Ich bin ein sicherer Tiefschneefahrer in allen Schneearten und die Abfahrt ist für mich ein wichtiger Bestandteil der Skitour.

**Kondition:** Stufe 2: Ich betreibe Ausdauersport wie Wandern, Joggen, Radfahren. Ich bewältige 4 Stunden Aufstieg pro Tag, das sind bis zu 1200 Höhenmeter. Bei einem Tempo von ca. 300 Hm pro Stunde fühle ich mich wohl.

### Schlüsselstelle:

Die Skitour Äbeni Flue 3962m - Louwihorn führt über Gletscher und durch hochalpines Gelände. Je nach Verhältnissen ist Abfahren am Seil nötig. Skitechnische und konditionelle Reserven sind bei dieser Tour wichtig, denn wir bewegen uns in grosser Höhe.

## Leistungen inbegriffen

- 1 Nacht im Lager
- 1x Halbpension
- Tourentee
- 10% Einkaufsgutschein bei TRANSA

## Leistungen nicht inbegriffen

- Anreise zum Treffpunkt und Heimreise
- nicht erwähnte Mahlzeiten und Getränke
- Kosten für allfällige Transfers
- zusätzliche Leistungen in der Unterkunft
- Annullationskostenversicherung

# Detailprogramm

## Vorgesehener Tourenablauf

### 1.Tag

Du reist von deinem Wohnort nach Grindelwald Terminal an. Gemeinsam mit der Gruppe geht es aufs Jungfrauojoch (3354m). Nach einer schönen ersten Abfahrt über den Jungfraufirn steigen wir über kurze steilere Stufen zum Louwitor 3658m auf. Von hier biegen wir zum Louwihorn 3777m ab. Grandios ist der Tiefblick in die Rottalwand und hinunter in den einsamen und versteckten Gletscherkessel hinter der Jungfrau. Aus dieser Perspektive sieht die Äbeni Flue mit Ski unbezwingbar aus. Wir schwingen 1000 Höhenmeter den Kranzbergfirn hinunter und fellen nochmals auf. Nach ein paar gemächlichen Kilometern über den Grossen Aletschfirn erreichen wir die frech auf dem Felsvorsprung erbaute Hollandiahütte 3245m.

**Aufstieg 880Hm, Abfahrt 1100Hm, Gehzeit ohne Pausen ca. 3.5 Std.**

### 2.Tag

Über den Äbeni Flue-Firn steigen wir der Morgensonne entgegen und erreichen über den letzten kurzen Aufschwung den Gipfel der Äbeni Flue 3962m. Wir geniessen den Rundblick auf Jungfrau, Aletschhorn und Konkordiaplatz. Nun wartet eine grandiose Abfahrt mit fast 2,5 Höhenkilometern auf uns. Vorbei an der Hollandiahütte geht es über den Langgletscher ins Lötschental hinunter nach Blatten.

**Aufstieg 750Hm, Abfahrt 2450Hm, Gehzeit ohne Pausen ca. 3 Std.**

## Skihochtour

Diese Tour führt über Gletscher durch hochalpines Gelände. Eine gute Skitechnik und sicheres Aufsteigen und Abfahren, auch in steilerem Gelände ist notwendig. Wir empfehlen Skihochtouren nicht als Saison-Einstieg oder direkt nach einem Skitouren-Grundkurs.

## Unterkunft

Wir übernachten in der Hollandiahütte SAC (Tel. 027 939 11 35) im Lager.

## Treffpunkt

Höhenfieber reserviert für die ganze Gruppe Sitzplätze ab Station Grindelwald Terminal bis Jungfrauojoch (Ankunft 10.11 Uhr). **ACHTUNG:** Die Platzreservation beinhaltet **KEIN** Ticket! Am Treffpunkt bleibt keine Zeit, um ein Ticket zu lösen. Bitte löse dein Ticket bis Jungfrauojoch vor Anreise. Unser Bergführer erwartet dich um 08:34 Uhr bei der Station Grindelwald Terminal.

Wer früher anreist, meldet uns dies bitte bis spätestens zwei Tage vor Tourenbeginn. Unser Bergführer erwartet dich dann um 10:11 Uhr auf dem Jungfrauojoch bei der Kaffeebar gleich in der Eingangshalle. Fahrplanwechsel vorbehalten.

## Anreise

Anreise von Ihrem Wohnort nach Grindelwald Terminal und gemeinsam mit der Gruppe zum Jungfrauojoch. Wichtig: das Bahnbillet bis Jungfrauojoch ist vor der Anreise zu lösen!

Rückreise ab Blatten im Lötschental.

## Durchführung

Wir informieren dich wie folgt über die Durchführung: bei Wochenendtouren 1 Tag vor Tourenbeginn (ab 11 Uhr) und bei Mehrtagestouren 2 Tage vor Tourenbeginn (ab 17 Uhr). Wir senden dir dazu zum angegebenen Zeitpunkt einen Direktlink an deine Mailadresse. Für registrierte Benutzer sind die Last Infos zudem im Member-Bereich unter 'Bevorstehende Touren' verfügbar.

# Ausrüstung

## Bekleidung

- Gore Tex Jacke
- Skitouren- oder Skihose
- Soft Shell oder Fleecejacke
- Dünne, winddichte Fingerhandschuhe
- Warme Finger- oder Fausthandschuhe
- Mütze, ev. Stirnband oder Buff
- Funktionelle Socken (1 Ersatzpaar)
- Funktionelle Unterwäsche kurz/lang

## Diverses

- Rucksack mit Hüftgurt (30-40l)
- Sonnen- und Lippencreme, Sonnenhut
- Trinkflasche, mit Vorteil Thermosflasche
- Taschenmesser
- LED Stirnlampe mit neuer Batterie
- SAC/DAV-Ausweis, wenn vorhanden
- Ev. Fotoapparat, Feldstecher
- Sportbrille und Skibrille
- Etwas Bargeld für Getränke
- Heftpflaster und Compeed

## Technische Ausrüstung

- Tourenskis, Felle, Harscheisen
- Skitourenschuhe
- Lawinenschüttelensuchgerät (LVS): Digitales 3-Antennengerät
- Lawinenschaufel und Sonde
- Ski- oder Teleskopstöcke (grosse Teller)
- Klettergurt mit 2 HMS Karabinern, Bandschlinge 120 cm
- Skihelm: wir empfehlen einen Helm

## Verpflegung

- Zwischenverpflegung: Diese wird zwischen Frühstück und Abendessen gegessen. Gut geeignet sind Dörrobst, Schokolade, Nüsse, Käse, Vollkornbrot und Energieriegel. Damit der Rucksack nicht zu schwer wird, sollte nicht zu viel Essen mitgenommen werden. Auf den meisten Hütten kann zusätzliche Zwischenverpflegung gekauft werden.
- Halbpension: Bei dieser Tour ist Halbpension (Abendessen/Frühstück) inklusive.
- Tourentee: Der Tourentee wird von der Unterkunft jeweils am Morgen bereitgestellt und ist im Preis inbegriffen.

## Übernachtung in Hütte/n

- Ohrenpfropfen
- Toilettenartikel im Kleinformat, ev. Erfrischungstücher
- Innenschlafsack aus Seide oder Baumwolle (aus Hygienegründen)
- Teilweise steht Wasser zum Zähneputzen zur Verfügung. Für die Körperpflege empfehlen wir Erfrischungstüchlein mitzunehmen.

## Packtipps

- Light macht Freude! Der Rucksack sollte nicht mehr als 8-9 Kg wiegen.

## Mietmaterial

Folgende Ausrüstung kannst du direkt bei der Anmeldung bestellen. Nachträglich ist dies bis 10 Tage vor Tourenbeginn telefonisch oder via Webformular möglich: [hoehenfieber.ch/mietmaterial](https://www.hoehenfieber.ch/mietmaterial)

- LVS, CHF 35.00
- Schaufel, CHF 15.00
- Sonde, CHF 15.00
- Klettergurt (mit 2 HMS Karabinern, Bandschlinge 120 cm), CHF 20.00

## Kontakt

**Hast du noch Fragen? Wir beraten dich gerne!**

Telefon: +41 32 361 18 18

E-Mail: [info@hoehenfieber.ch](mailto:info@hoehenfieber.ch)

Homepage: <https://www.hoehenfieber.ch/>

## Büro-Öffnungszeiten

Montag bis Freitag

09:00–12:00 Uhr

13:30–17:00 Uhr

Programm- und Preisänderungen vorbehalten.

Allgemeine Geschäftsbedingungen: <https://www.hoehenfieber.ch/AGB>

Druckdatum: 01.04.2025 00:45:45