



## Hochtouren rund um die Cabane Moiry

### Zwei herrliche 3000er im Val d'Annivers

Hoch über dem Lac de Moiry bei Grimentz liegt die komfortable Cabane de Moiry. Die Hütte ist Ausgangspunkt für die herrlichen Hochtouren zum Dent des Rosses (3612m) und der Pigne de la Lé (3395m). Ein verlängertes Wochenende für Liebhaber gemässigter Touren fernab der Massen.

- 1. Tag** Anreise zum Lac de Moiry (2350m) und Aufstieg zur Cabane de Moiry (2825m)
- 2. Tag** Abwechslungsreiche Tour über den Glacier de Moiry zum Dent des Rosses (3621m).
- 3. Tag** Aufstieg zur Pigne de la Lé (3395m) und Abstieg zum Lac de Moiry. Heimreise am Nachmittag.

### Anforderungen

**Technik:** Stufe 2: Ich habe einen Hochtourenkurs besucht oder erste Erfahrungen auf geführten Hochtouren im Schwierigkeitsgrad L (leicht) bis WS (wenig schwierig) gesammelt. Ich habe Erfahrung im Steigeisengehen und bewältige kurze Kletterstellen im Fels.

**Kondition:** Stufe 2: Ich betreibe Ausdauersport wie Wandern, Joggen, sportliches Radfahren. Ich bewältige bis zu 7 Stunden Gehzeit und 1200 Höhenmeter Aufstieg pro Tag. Bei einem Tempo von ca. 300 Hm pro Stunde fühle ich mich wohl.

**Schlüsselstelle:**

Am 2. und am 3. Tag gibt es Kraxelstellen im Blockgelände, welche Trittsicherheit verlangen.

## Leistungen inbegriffen

- 2 Nächte im Mehrbettzimmer
- 2x 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

Unser Bergführer begrüsst dich am hinteren Ende des Moiry Stausees. Hier beginnen wir den Aufstieg zur Cabane de Moiry (2825m). Die komfortabel ausgebaute Hütte liegt malerisch am Rand des gleichnamigen Gletschers und ist Garant für stimmige Hüttenabende.

**Aufstieg 500Hm, Gehzeit ohne Pausen ca. 2 Std.**

### 2. Tag

Wegspuren führen uns zum Glacier de Moiry, welchen wir oberhalb des imposanten Gletscherabbruchs betreten. Hier seilen wir an und steigen Richtung Westen zu einer weiten Gletscherrampe, die uns bis kurz vor den Dent des Rosses (3612m) führt. Die letzten Meter zum Gipfel kraxeln wir über einen leichten Blockgrat und geniessen die fantastische Rundschau auf die grossen Walliser 4000er wie Dent Blanche und Co. Im Abstieg ziehen wir eine weite Schlaufe vorbei an imposanten Spalten zum östlichen Rand des Gletschers und gelangen so zurück zur Hütte wo wir den Tag bei einem Stück Kuchen ausklingen lassen.

**Aufstieg 800Hm, Abstieg 800Hm, Gehzeit ohne Pausen ca. 5 Std.**

### 3. Tag

Wiederum mit leichtem Rucksack steigen wir zum Glacier de Moiry hoch. Die Pigne de la Lé (3395m) erreichen wir von der Südseite. Abwechslungsreich führt unsere Route über Schnee, Eis und leichte Felsen zum Gipfel. Tief unter uns strahlt das türkisfarbene Gletscherwasser des Lac de Moiry. Der Abstieg führt uns mit Verpflegungsstopp an der Hütte vorbei zurück zum Stausee. Viel zu früh verlassen wir diese unbekannte Ecke des Wallis und treten am frühen Nachmittag die Heimreise an.

**Aufstieg 600Hm, Abstieg 1050Hm, Gehzeit ohne Pausen ca. 5 Std.**

## Unterkunft

Die Cabane de Moiry SAC. Die Hütte wurde kürzlich durch einen modernen Anbau erweitert und bieten einen sehr guten Komfort. Wir übernachten im Lager mit Decken.

## Treffpunkt

Unser Bergführer erwartet dich um 14:09 Uhr in Moiry, VS Glacier an der Postautohaltestelle. Fahrplanwechsel vorbehalten.

## Anreise

Von deinem Wohnort nach Moiry glacier bei Grimentz und wieder zurück.

## 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 und Wetterschutzhose
- Hochtouren- oder Trekkinghose
- Soft Shell oder Fleecejacke
- Dünne, winddichte Fingerhandschuhe
- Warme Finger- oder Fausthandschuhe
- Mütze, ev. Stirnband oder Buff
- Funktionelle Socken (1 Ersatzpaar)
- Funktionelle Unterwäsche kurz/lang
- Gamaschen

## Diverses

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

## Technische Ausrüstung

- Steigeisenfeste oder bedingt steigeisenfeste Bergschuhe
- Steigeisen mit Antistoll (keine Alu-Steigeisen)
- Pickel (Ideallänge: Von Hand bis Schuhrand)
- Klettergurt mit 2 HMS Karabinern
- Helm

## Empfehlung

- Verstellbare Trekkingstöcke sind hilfreich für Gletschertrekking, Alpinwanderungen sowie auf Hochtouren für flache Gletscherstrecken, lange Abstiege und im weglosen Gelände. Es kann auch nur 1 Stock verwendet werden.

## 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)
- Die Hütten verfügen in der Regel über fliessend kaltes Wasser zur Körperpflege
- Es stehen Hüttenfinken zur Verfügung

## Packtipps

- Light bringt weit! Der Rucksack sollte nicht mehr als 8-9 Kg wiegen. Dies vor allem bei Hüttentouren.

## 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)

- Pickel, CHF 20.00
- Steigeisen, CHF 30.00
- Helm, CHF 20.00
- Klettergurt (mit 2 HMS Karabinern), 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 09:27:44