



# Bergwärts

Clubnachrichten  
der Sektion Bodan

Unsere Sektions-Hütte

# Länta-Hütte SAC

CH-7132 Vals

Telefon +41 81 935 17 13

Mobile +41 79 607 30 95

laenta-huette@bluewin.ch

[www.laentahuette.ch](http://www.laentahuette.ch)



Sommerbewartung  
Ende Juni  
bis Mitte Oktober  
durchgehend

bewartete  
Skitourensaison  
von Anfang März  
bis Mai



Ihr Hüttenwart & Gastgeber  
Thomas Meier freut sich auf Ihren Besuch

# Jeder Griff ein Abenteuer.

Für deine nächste Route nur das beste Material: Verlass dich auf hochwertige Qualität, professionelle Beratung und einen einzigartigen Service. Wir leben Bergsport.

[baechli-bergsport.ch](http://baechli-bergsport.ch)

Filiale St. Gallen | Breitenfeldstr. 13 | 9015 St. Gallen



**B'ACHLI**  
BERGSPORT

Retouren an:  
Zürcher Druck GmbH  
CH-8274 Tägerwilien

P.P.

8274  
Tägerwilien



Post CH AG

**DEIN BERGSPORT-SPEZIALIST**

**10% Rabatt für alle Sektions-Mitglieder**

**MAGIC  
MOUNT**

78462 Konstanz  
Untere Laube 16  
07531 24060  
magic-mount.com

**WIR BAUEN**  
überall in der  
**OSTSCHWEIZ**

**Lernende im  
Einsatz in der  
Läntahütte**

**STUTZ**

[www.stutzag.ch](http://www.stutzag.ch)



## Editorial

Liebe Clubmitglieder

Was ist meine Motivation?

Warum treiben wir Sport? Was ist mein Antrieb auf Skitouren zu gehen? Aus welchem Grund hängen wir an einem gefrorenen Wasserfall und machen etwas, das objektiv gefährlich ist? Was nützt es? Ist es einfach Selbsterfüllung oder steckt mehr dahinter?

Wenn ich eine einfache Antwort hätte, würde ich sie gleich geben. Ich denke, es ist vielschichtiger und etwas komplexer, als auf den ersten Blick sichtbar.

Ein Ansatz ist, ich erlebe etwas, ich lerne etwas. wenn ich mich bewege und Sport mache. Man lernt in einer Gruppe neue Leute kennen. Eine neue Gegend, neue Täler, neue Landschaften erweitern den Erfahrungsschatz. Ein Ziel verfolgen. Die Natur erleben und sich im Fels, Schnee, Eis, Geröll und Wiesen bewegen. Etwas Wunderbares zu erleben und aufzutanken.

*Fortsetzung Editorial auf Seite 3*

## Inhalt

<u>Vorstand</u>	3
<u>Mitteilungen Mutationen</u>	5
<u>Vorstand Protokoll</u>	6–8
<u>Kletterhalle Kreuzlingen</u>	9
<u>Überblick Tourenprogramm</u>	11
<u>Tourenprogramm Sektion</u>	13–23
<u>Tourenprogramm Senioren</u>	25–31
<u>Tourenprogramm SAC Jugend</u>	33/34
<u>Tourenprogramm KiBe / SAC Jugend</u>	35
<u>Impressum</u>	36



### Titelbild

Wundervolle Stimmung  
bei der JO-Tour Sewenhütte  
im August 2022.



dransfeld  
architekten

www.dransfeld.ch

Das Beste  
aus dem Apfel.



Gelagert im  
Eichenfass

MOHL  
Das Beste aus dem Apfel

Erlebnis  
Glück

SchokoLaden



Cafe  
Stella

## DIE GENUSSWELT DER CHOCOLAT STELLA BERNRAIN!

Shoppen Sie Schoggi nach Herzenslust – nachhaltig verpackt oder unverpackt. Gönnen Sie sich eine genüssliche Auszeit im Café Stella mit Spielecke und grosser Terrasse. Schauen Sie direkt bei der Produktion zu oder reisen Sie an der animierten Bildwand durch die grosse Welt der Schokolade.

Unsere Öffnungszeiten in Kreuzlingen ab 7. Juli:  
Sonntag und Montag Ruhetag  
Dienstag bis Freitag: 9.00 Uhr bis 18.30 Uhr / Samstag 9.00 Uhr bis 17.00 Uhr



Chocolat Bernrain AG Bündtstrasse 12 8280 Kreuzlingen Tel: +41 71 677 93 77  
bernrain@swisschocolate.ch www.swisschocolate.ch

Stella  
Bernrain  
swisschocolate.ch



## Fortsetzung Editorial

Die Herausforderung einen Gipfel zu besteigen und gesund wieder nach Hause zu kommen. Ob das in einem Tag machbar ist oder in einer Woche oder noch länger, ist nicht entscheidend. Ob ich einen Anlauf oder mehrere brauche, oder gar nicht den Gipfel besteigen kann, wird zweitrangig.

In den ersten Stunden kann ich den Alltag hinter mir lassen, Gedanken sortieren. In den nächsten Stunden die Umgebung geniessen und in den letzten Stunden frage ich mich, was mache ich da überhaupt? War die Tour doch über meinen Verhältnissen, Selbstzweifel kommen auf. Den Gipfel erklimmen, die Freude entschädigt für so vieles. Das ist schwer in Worte zu fassen. Das gibt mir so viel mehr zurück und ich bin immer wieder dankbar dafür, zu spüren das man lebt und ist.

Zurück in einer warmen Hütte zu sein, etwas warmes essen – wunderbar!

Meine Hoffnung ist, dass jeder, seinem Alter und Können entsprechend, dies immer wieder erleben darf.

Bergsportliche Grüsse  
*Hannes Ammann*

---

## Herzlichen Dank an unseren langjährigen Bergwärts-Verträger Paul Gemperli

Paul Gemperle hat jahrelang unsere Clubnachrichten in Amriswil und Umgebung verteilt. Für diese wertvolle und langjährige Arbeit möchte der Vorstand der Sektion Paul ganz herzlich danken und ihm alles Gute für die weitere Zukunft wünschen.



seit über 40 Jahren  
klein. flink. kreativ.  
zuercherdruck.ch



Zürcher Druck GmbH  
Hauptstrasse 58  
8274 Tägerwilen  
Tel. 071 669 17 34



100 % Schweiz

**Service:  
Sofort & kompetent ausgeführt.**



**EGLI & ROTH**

Heizung • Sanitär • Solaranlagen

Egli & Roth GmbH | 8580 Amriswil | T 071 411 90 20  
info@egli-roth.ch | www.egli-roth.ch





**Mutationen** per 31. Mai 2023

Eintritte	Wilms Gerhard	Einzelmitglied	Berlin
	Büchel Delia	SAC Jugend	Weinfelden
	Koller Seraina	Familie	Weinfelden
	Schrämmli Fabian	Familienmitglied	Weinfelden
	Engeli Andrea	Familie	Weinfelden
	Engeli Simon mit den Kindern Anina und Ladina	Familienmitglied	Weinfelden
	Eggenberger Melanie	Einzelmitglied	Weinfelden
	Peters Wera Stefanie	Einzelmitglied	Wittenbach
	Albarran Felipe	Einzelmitglied	Lengwil
	Pongratz Margarita	Einzelmitglied	Romanshorn
	Hinkelmann Frank Otto	Familie	Konstanz
	Alter Jacqueline Bianca mit dem Kind Alter Jannes Friedrich Anton Elias	Familienmitglied	Konstanz
	van Vliet Lana	SAC Jugend	Weinfelden

**Wir heissen die neuen Mitglieder in der Sektion Bodan SAC ganz herzlich willkommen!**

**Austritte** Stenftenagel Moritz Chur (Sektionswechsel)

**Todesfälle von Mitgliedern**  
(soweit uns bekannt)

In Gedenken an  
**Walter (Walti) Etter**  
1948 – 2023  
Grabs  
war Mitglied seit 1968

# Vorstand

## Protokoll GV

6

### Protokoll der 122. Generalversammlung vom Donnerstag, 23. März 2023, 19.30 Uhr, Gasthaus «Traube», Weinfelden

Vorsitz: Hannes Ammann, Präsident  
Anwesend: 73 Mitglieder (Absolutes Mehr: 34)  
Anwesende Gäste: 1

#### Traktanden:

1. Begrüssung
2. Wahl der Stimmzähler
3. Genehmigung der Traktandenliste
4. Genehmigung Protokoll der GV vom 19. Mai 2022
5. Jahresberichte des Präsidenten und der Ressortleiter
6. Jahresrechnungen 2022
7. Budget 2023
8. Mitgliederbeiträge 2024
9. Wahlen
10. Ehrungen
11. Mitteilungen und Umfrage

#### 1. Begrüssung

Nachdem interessanten Interview mit Petra Klingler (Sport- und Eiskletterin, Sportwissenschaftlerin und Psychologin) begrüsst Hannes Ammann die Clubmitglieder zur 122. Generalversammlung.

Speziell begrüsst werden die ehemaligen Präsidenten Yvonne Jordan, Benno Schildknecht, Fritz Steinemann sowie als Vertreter der Sektion Thurgau, Heinz Neeser.

Entschuldigt haben sich Patrick Maly, Christian Zürcher, Hansjörg Affolter, Peter Keller, Otto Mayer und viele mehr.

#### 2. Wahl der Stimmzähler

Fredi Wolfer und Barbara Schuler werden einstimmig als Stimmzähler gewählt.

#### 3. Genehmigung der Traktandenliste

Anträge zuhanden der Jahresversammlung sind keine eingegangen. Die fristgerecht im «Bergwärts» 2.23, März/April, veröffentlichte Traktandenliste wird von der Versammlung ohne Gegenstimme genehmigt.

#### 4. Genehmigung Protokoll der GV vom 19. Mai 2022

Das Protokoll der letzten Generalversammlung wird genehmigt und der Schreiberin verdankt.

#### 5. Jahresberichte des Präsidenten und der Ressortleiter

Die Jahresberichte der Ressorts wurden bereits in der «Bergwärts» Ausgabe März/April 2023 gedruckt.

Was den Präsidenten persönlich freut, sind die vielen Aktivitäten aller Altersgruppen. Es ist schön zu sehen, dass der Verein «lebt».

#### Länta-Hütte

Die «Länta-Hütte» ist auch im Vorstand immer wieder ein Thema. Besondere Aufmerksamkeit erregte die Serie «Hüttengeschichten» des SRF. Man ist gespannt, ob sich diese Sendung auch auf die Übernachtungen im 2023 auswirkt, denn die Einschaltquoten waren sehr hoch. Durch die Gemeinde Vals wurde ein neuer Bergweg genehmigt. Dieser führt über die Bocca di Fornee ins Val di Carassino. Auf der Tessiner Seite ist der Weg bereits erstellt, auf der Bündner Seite ist noch eine Fertigstellung durch den SAC Bodan nötig.

Der Klettergarten musste zurückgebaut werden, da es zu gefährlich war seit dem vergangenen Blockschlag.

Was momentan ein grosses Thema ist, sind Skitouren aufs Rheinwaldhorn. Wegen Schneemangel, Gletscherschwund und Felsbarriere ist der Aufstieg sehr schwierig geworden.

#### Tourenwesen

Im letzten Jahr wurden über 126 Anlässe im Tourenportal erfasst. Auch steigt die Mitgliederzahl stetig weiter an. Aktuell sind es 1397 Mitglieder, Neueintritte sind nach wie vor im Vormarsch. Es wird ein neuer Tourenchef auf 2024 gesucht.

#### Kletterhalle

In der Kletterhalle hat im letzten Jahr der Neumitgliederanlass stattgefunden der, zur Freude des Vorstandes, sehr gut besucht wurde. Die Halle hat ein sehr gut funktionierendes Team unter der Leitung von Lukas Jäger. Da geschieht mehr als vor ausgen ersichtlich. Z.B. trifft sich eine Gruppe Ukrainer regelmässig, um zu klettern und um sich zu vernetzen.



Die Jahresberichte aller Ressorts werden von der Versammlung genehmigt und mit grossem Applaus verdankt.

## 6. Jahresrechnung

Hans Hermann stellt die Rechnung 2022 sowie das Budget 2023 des Vereins SAC Bodan, der Kletterhalle sowie der Länta-Hütte vor.

Gewinn Verein Fr. 9'207.00  
(Eigenkapital per 31.12.2022 = Fr. 138'186.00)

Gewinn Kletterhalle Fr. 73.00  
(Abschreibung = Fr. 14'699.00  
Fondseinlage = Fr. 9'900.00)

Gewinn Länta-Hütte Fr. 22.11  
(Aufwand und Ertrag ergänzen sich, Hütte muss nach wie vor durch den Verein unterstützt werden. Kapital ist momentan bei Fr. 125'139.00)

Der Kassier informiert zudem, dass im letzten Jahr einige Konten der Postfinance gekündigt und auf die Thurgauer Kantonalbank übertragen wurden. Postfinance verlangte immer höhere Zinsen.

Die Revisoren Köbi Loppacher und Eugen Schmitter empfehlen der Versammlung, die von ihnen geprüfte und für richtig befundene Rechnung des Vereins, der Kletterhalle sowie der Länta-Hütte zu genehmigen und dem Kassier Hans Hermann die Entlastung zu erteilen.

Die Versammlung stimmt der Jahresrechnung 2022 des Vereins, der Kletterhalle sowie der Länta-Hütte mit Applaus zu.

## 7. Budget

Auf Nachfrage aus dem Publikum wird auch das Budget 2023 von der Versammlung genehmigt.

Hannes bedankt sich bei Hans Hermann für seine Kassierarbeit.

## 8. Mitgliederbeiträge 2024

Die Mitgliederbeiträge werden für ein weiteres Jahr so belassen.

## 9. Wahlen

Hüttenchef Patrick Maly wird erneut in seinem Amt bestätigt.

Köbi Loppacher gibt per dieser Versammlung sein Amt als Revisor sowie Verantwortlicher für den Mitgliederdienst ab.

Für das Amt als Revisor wird Thomas Rusch ohne Gegenstimme von der Versammlung gewählt.

Für den «Mitgliederdienst» hat sich Karl Dudler zur Verfügung gestellt. Er wird mit einem Applaus bestätigt.

## 10. Ehrungen

### *Ehrenmitgliedschaft Köbi Loppacher*

Die allererste Tour, die Hannes mit dem SAC Bodan gemacht hat, war eine Skitour auf die Sulzfluh, geleitet hat diese Tour – Köbi Loppacher.



Köbi war als Tourenleiter sehr aktiv, war einige Jahre Wintertourenchef, Sektionskassier unter Alfred Müller. Nochmals rettender Kassier, als die Kasse vor einigen Jahren in Schieflage geriet und wieder Kassier in der Not, als Gust Biedermann im Amt verstorben war. Seit ewigen Zeiten ist Köbi Revisor und bis heute kümmerte er sich um den Mitgliederdienst. Köbi hat für die Sektion über Jahrzehnte tolle Arbeit geleistet. Ist hin gestanden, wenn es schwierig war und hat wieder Ordnung gemacht, wo es nötig war.

Dies hat den Vorstand dazu bewogen, der Versammlung Köbi Loppacher als Ehrenmitglied in den SAC Bodan vorzuschlagen.

Köbi Loppacher wird als drittes Ehrenmitglied der Sektion Bodan einstimmig und mit grossem Applaus gewählt.

# Vorstand

8

## Protokoll GV

### **Jubilarinnen und Jubilare**

Folgende Jubilarinnen und Jubilare wurden für die treue Mitgliedschaft geehrt.

#### **25 Jahre**

Illmaier Jörg-Andreas, Kreuzlingen  
Schenk Philipp, Hefenhofen  
Messmer Maya, Bütschwil  
Rutishauser Björn, Amriswil  
Göth-Koebel Christa, Buchs SG  
Abt Aldo, Weinfelden  
Dröfke Vreni, Romanshorn  
Liechti Willy, Amriswil  
Gasser Deta, Leikanger  
Stuber Otto, Frauenfeld  
Ziegler-Fässler Gabriela, Herrenhof  
Schnyder Roman, Bussnang  
Angehrn Sascha, Amriswil

#### **40 Jahre**

Tschopp Erwin, Kradolf  
Gartmann Andreas, Trimmis  
Zbinden-Huber Regula, Alt St. Johann  
Schwyn Hans, Littenheid  
Schildknecht Irmgard, Hagenwil b. Amriswil  
Rutishauser Rolf, Amriswil  
Weber Hans, Frauenfeld  
Oettli-Bertschinger Vreni, Illighausen

#### **50 Jahre**

Huber Walter, Sommeri     Kuhn Hermann, Steckborn  
Züst René, Tägerwilen     Müller Alfred, Frauenfeld



#### **60 Jahre**

Büche Wolfgang, Stockach     Koster Kurt, Weinfelden  
Baur Marie-Louise, Tägerwilen     Hofer Willi, Wuppenau  
Birkenstock Georg, Weinfelden

#### **70 Jahre**

Keller Hans, Bottighofen / Schmid Albert, Weinfelden

### **11. Mitteilungen und Umfrage**

Mitteilungen und Umfrage wird nicht genutzt.

Mit einem grossen Dankeschön an alle, welche zum Gelingen der Jahresversammlung beigetragen haben, schliesst der Präsident die Versammlung.

Ende der Versammlung: 21.15 Uhr

Hefenhofen, 28. März 2022

Sian Eggmann

# WALTER AG

Signaltechnik  
Verkehrsanlagen



**CH-8583 Sulgen**

Tel. +41 71 642 11 22  
Fax +41 71 642 18 28  
[www.signaltechnik.ch](http://www.signaltechnik.ch)

# Kletterhalle Kreuzlingen



Die abwechslungsreiche und interessante Wandstruktur an zwei bis zu 11 m hohen Wänden lädt an über 40 Routen zum Klettern ein. Der neue Wandteil mit Verschneidungskletterei bis leicht überhängenden Touren wie auch der alte Wandbereich bieten Herausforderungen für Anfänger und Fortgeschrittene im Vorstieg oder Toprope.

Neben dem Seilklettern bieten zwei Boulderräume schwierige Züge und Boulder von Absprunghöhe bis 4,5 Meter über der Matte.

**Lage:** Die Kletterhalle befindet sich in einer Halle der Stutz AG an der Seetalstrasse 41 in Kreuzlingen. Der Zugang erfolgt über die Seetalstrasse und dann die Dammastrasse. Vor dem Schützengartengetränkhandel links ins Industrieareal abbiegen und den Schildern folgen. Der Eingang der Kletterhalle ist auf der Nordseite der Halle an den Bahngleisen.

## Öffnungszeiten

**Di + Do** 19.00 – 21.00 Uhr  
**Mi** 19.00 – 20.30 Uhr (April – Nov. exkl. SAC-Mitglieder)  
**Fr** 19.00 – 21.00 Uhr

Während den Kreuzlinger Schulferien und an allgemeinen Feiertagen bleibt die Kletterhalle geschlossen.

**Auskunft:** Lukas Jäger, Tel. 071 570 03 09 oder 079 765 06 09, lukasjaeger@hotmail.com

## Eintrittspreise

Einzeleintritt:  
**Gratis für Mitglieder SAC Bodan!**  
Sonst Fr. 4.–

Klettergurtmiete: Fr. 2.–  
Schuhmiete: Fr. 4.–

## Jugendklettern

**Mo 19.00 – 20.30 Uhr**

Jeweils am Montag findet ein Klettertraining für Jugendliche ab 12 Jahren statt.

**Auskunft:** Silvan Bartholdi 077 435 19 13, Marco Mayer 079 840 14 49

## Kinderklettern

**Mi 13.45 – 15.30 Uhr**

Die Kletterhalle ist ab dem 4. Mai 2022 bis Mitte November für Kinder ab 9 Jahren geöffnet. Jüngere Kinder müssen von einem Erwachsenen oder einem älteren Geschwister begleitet werden.

Während der Kreuzlinger Schulferien fällt das Klettern aus.

**Mitnehmen:** Fr. 2.–, saubere Turnschuhe, das Klettermaterial wird zur Verfügung gestellt.



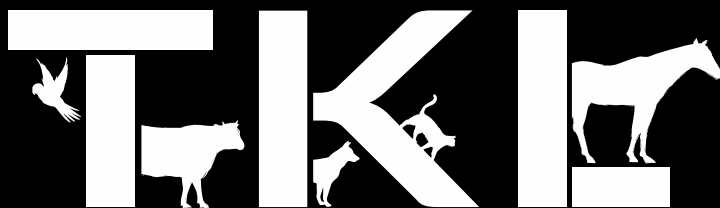
## ERFOLGREICH AUF DEM GIPFEL ANKOMMEN!

Um sicher ans Ziel zu kommen, sind zuverlässige Partner nötig. Wir sind für Sie da.  
Wann starten wir zur gemeinsamen Tour?



**Thurgauer  
Kantonalbank**

FÜRS GANZE LEBEN



**Tierklinik Lindenhof**

**Unser Team ist für Ihre Lieblinge da!**

Obereggen (Bischofszell): Tel. 071 422 31 71

Romanshorn: Tel. 071 463 35 44

[www.tierklinik-lindenhof.ch](http://www.tierklinik-lindenhof.ch)

# Überblick

# Tourenprogramm Juli/Aug 2023

Die Abkürzungen werden in der Legende des Jahres-Tourenprogramms erklärt.

11

## Juli

1./2.	Fels- und Eiskurs	H*	Sektion	Benno Schildknecht	071 411 61 87
1./2.	Clariden Überschreitung	H**	Sektion	Simon Fäh	078 754 65 06
6.	Hochalp	W	Senioren	Claire Notter	071 642 16 85
8.	Blumenwanderung Gamser Rugg	W*-**	Sektion	Martin Frauenfelder	071 686 66 78
8. – 12.	Kinderkletterlager	K*-**	KiBe	Felipe Albarran	077 523 87 02
9. – 15.	Jugend sportcamp Bergsteigen	H/K*-**	SAC Jugend	Andreas Schweizer	079 887 65 33
13. – 15.	Bergtour Bedretto	BT	Senioren/Sek.	Werner Wüthrich	071 463 53 48
15./16.	Vorder/Hinter Tierberg	H**	Sektion	Leandro Sussi	078 603 30 40
20.	Auf den Garmil	W	Senioren	Alice Schönholzer	071 622 58 51
29.	Galenstock	H*	Sektion	Benno Schildknecht	071 411 61 87
30. – 6. 8.	«Läntalento» Oberalp – Länta-Hütte	BT***	Sektion	Vreni Oetli	071 688 66 82

## August

3.	Rhein ab, Rhein auf	W	Senioren	Silvia Spaar	078 660 11 75
9. – 12.	Hochtour-Gletschertrekking	H**	Sektion/Sen.	Werner Wüthrich	071 463 53 48
12./13.	Piz Sardona/Piz Segnes	H**	Sektion	Benno Schildknecht	071 411 61 87
12./13.	Klettern am Altmann	K**	SAC Jugend	Martin Schweingr.	078 616 05 64
17.	Alpstein light	W	Senioren	Silvia Spaar	078 660 11 75
17. – 21.	La grande U della Bondasca	K***	Sektion	Andreas Schweizer	079 887 65 33
19./20.	JO Hochtour	H**	SAC Jugend	Annina Streuli	079 508 08 77
19. – 26.	Seniorenwanderwoche Crans-Montana	W	Senioren	Markus Raimann	071 680 08 08
20.	Arosa Rothorn	BT**	Sektion	Martin Friedrich	071 545 09 85
26./27.	Sulzfluh Klettersteig	KS** -***	Sektion/JO	Ruedi Hutter	079 507 79 76
31.	Wildfeuerpfad Rophaien	W	Senioren	Jörg Sinniger	079 784 85 38

## Vorschau

1. – 3. 9.	Urirotstock Plus	BT**	Sektion	Vreni Oetli	071 688 66 82
1. – 3. 9.	Pizz0 Badile	K** -***	Sektion	Andreas Schweizer	079 887 65 33
2. 9.	Baumklettern	K*	KiBe/JO	Janik Spindler	email
3. – 5. 9.	Iffigenalp – Lauenen	BT	Senioren	Rosi Wüthrich	079 129 12 52
13. – 16. 9.	Freiburger Alpen – Gastlosen	Trek	Senioren	Jörg Sinniger	079 784 85 38
16./17. 9.	Piz Kesch	H*	Sektion	Annina Streuli	079 508 08 77

Eine vorhergehende Information bei der Tourenleitung ist unerlässlich.

Eine Versicherung gegen die Folgen von Unfall ist Sache der Teilnehmerinnen und Teilnehmer.

**Autoshow**

**GARAGE HÖFER ALTNAU AMRISWIL**

RENAULT Dacia DODGE CHRYSLER Jeep

**EDGE 88**

**BUILT FOR PERFECTION**

Erhältlich bei **Stöckli Outdoor Sports Wil**  
 Sirnacherstrasse 1, 9501 Wil | Tel.: 071 911 30 60  
 wil@stoeckli.ch | stoekli.ch

**STÖCKLI**  
THE SWISS SKI

*Ihr Fachmann für hohe Ansprüche –  
 bis hinauf in die alpinen Regionen der Länta-Hütte*

**Friederich AG**

Mosaik, Keramik- und Natursteinbeläge

9220 Bischofszell  
 Ibergstrasse 29  
 Tel. 071 422 37 31  
 platten@friederichag.ch

www.friederichag.ch



**1./2. Juli**

## Clariden Überschreitung

*Für die Überschreitung des Clariden nehmen wir die Normalroute ab der Claridenhütte im Aufstieg und steigen über das Iswändli hinunter zum Klausenpass.*

*Samstag: Anreise mit Zug nach Urnerboden und mit der Seilbahn zum Fisetengrat, dann weiter zur Hütte (ca. 3 h). Mittagessen aus dem Rucksack. Nachtessen und Übernachtung in der Claridenhütte.*

*Sonntag: Aufstieg Clariden Normalroute (ca. 4.5 h), Abstieg zum Klausenpass (ca. 3.5 h)*



**Tourenleitung**

Simon Fäh 078 754 65 06

**Anforderungen**

1320 Hm / 8 Std.

Infos zur Route: <https://www.sac-cas.ch/de/huetten-und-touren/sac-tourenportal/clariden-414/hochtouren/>

**Treffpunkt**

Da Start und Endpunkt nicht identisch sind, ist die Anreise mit dem ÖV geplant.

**Ausrüstung**

Klettergurt, Steigeisen, Pickel, Helm (Rest wird bekannt gegeben)

**Verpflegung**

Aus Rucksack

**Unterkunft**

Claridenhütte

**Kosten**

Für Seilbahn, Übernachtung mit HP, Tourenleiteranteil: Fr. 100.- pro Person (bei 6 Teilnehmenden) + Anreise

**Anmeldung**

Bis 23. Juni 2023, online über das Tourenprogramm climbIT

**Auskunft**

Simon Fäh, 078 754 65 06

# Tourenprogramm Sektion

14

Juli 2023

## 8. Juli

## Blumenwanderung am Gamserrugg

Lernt die Hochgebirgsblumen der Alpweiden und Felsen auf einer Wanderung auf den Churfirsten kennen. Wanderung auf und um den Gamserrugg, markierter Wanderweg, viele Wiesenblumen und -kräuter, Hochgebirgsflora, felsbewohnende Pflanzen.

### Tourenleiter

Martin Frauenfelder

### Anforderungen

ca. 4 – 5 h, 200 – 300 Hm, T3  
mit den Sesselbahnen zur Gamsalp

### Treffpunkt / Verkehrsmittel

Lisighaus Sesselbahn: 09.45 Uhr / ÖV  
(gemeinsame Anreise ab Weinfeldern oder Kreuzlingen möglich)

### Rückreise

Lisighaus Sesselbahn: 17 Uhr

### Ausrüstung

Normale Wanderausrüstung

### Verpflegung

Aus dem Rucksack / Lunchpaket  
Einkehr auf Gamsalp in Alp oder Berggasthof möglich

### Kosten

Reisekosten + Fr. 20. – Fr. 30.– Tourenleiterkosten, je nach Teilnehmerzahl

### Anmeldung

Bis 5. Juli 2023  
online über das Tourenprogramm climbIT

### Auskunft

Martin Frauenfelder, 071 686 66 78





# Tourenprogramm Sektion

Juli 2023

15

**13. – 15. Juli**

**Bergtour! Bedretto – Gerenpass – Rotondo!**

Vom Tessin ins Urnerland!

**Leitung**

Werner Wüthrich

**Anmeldung**

Bis 3. Juli 2023, online über das Tourenprogramm climbIT  
**Anmeldung bereits geschlossen, bei Interesse nachfragen!**

**Auskunft**

Werner Wüthrich, 079 129 46 19

**15./16. Juli**

**Vorder/Hinter Tierberg**

*Am Samstag steht ein gemütlicher Aufstieg zur Tierberglhütte an.  
Am Abend entscheiden wir dann, je nach Wetter und Verhältnissen,  
wohin wir genau gehen.*

**Anforderungen**

1200 Hm

**Ausrüstung**

Hochtourenausrüstung

**Kosten**

Fr. 160.-

**Anmeldung**

Bis 30. Juni 2023, online über das Tourenprogramm climbIT  
**Anmeldung bereits geschlossen, bei Interesse nachfragen!**

**Auskunft**

Tourenleiter Leandro Sussi, 078 603 30 40



Malergeschäft  
**Sussi**

9220 Bischofszell

Fabrikstrasse 2

Tel. 071 422 40 60

lucianosussi@sunrise.ch [www.maler-sussi.ch](http://www.maler-sussi.ch)

# Tourenprogramm Sektion

16

Juli 2023

**29./30. Juli**

**Galenstock**

*Der Galenstock (3586 m) ist einer der schönsten Aussichtsberge im Herzen der Schweiz.*

*Aufstieg ab der Sidelenhütte über den Südostsporn mit einer Gratkletterei im 3. Grad, (ohne Kletterfinken!) 4 – 5 h.*

*Abstieg erfolgt über die lange Abseilpiste zurück zum Furkapass, 4 h.*



**Tourenleiter**

Benno Schildknecht

**Anforderungen**

Hochtour ZS, III+  
Gute Kondition, beherrschen der Abseiltechnik.

**Treffpunkt / Verkehrsmittel**

Nach Absprache / PW

**Ausrüstung**

Es wird eine Ausrüstungsliste abgegeben.

**Verpflegung**

HP in Hütte, Rucksack

**Unterkunft**

Sidelen Hütte

**Kosten**

Fahrtkosten + HP

**Anmeldung**

Bis 25. Juni 2023, online über das Tourenprogramm climbIT

**Auskunft**

Benno Schildknecht, 071 411 61 87, 077 454 95 78

## 9. – 12. August

## Hochtour-Gletschertrekking!

### 3 – 4 Tage (Cab. Trient – Cab. de Saleinaz!)

*Eine Berg- und Gletschertour in hochalpiner Landschaft mit Blick auf den Mont Blanc!*

*1. Tag: Cab. d'Orny. 2. Tag: Plateau de Trient – Cab. du Trient.*

*3. Tag: Roc des Plines – Bivouac de l'Envers – Glacier de Salainas – Cab. de Salainas.*

*4. Tag: Abstieg nach Praz de Fort – Rückreise!*

### Leitung

Werner Wüthrich

### Anmeldung

Bis 1. August 2023, online über das Tourenprogramm climbIT  
**Anmeldung bereits geschlossen, bei Interesse nachfragen!**

### Auskunft

Werner Wüthrich, 079 129 46 19

# 15%

Für alle Sektionsmitglieder  
**15% Rabatt auf unser  
ganzes Sortiment.**



Bahnhofstrasse 24  
8580 Amriswil  
Tel. 071 411 50 35  
[www.schulzesport.ch](http://www.schulzesport.ch)

IHR FACHGESCHÄFT FÜR VIELSEITIGKEIT UND INDIVIDUALITÄT

**INTERSPORT®**

# Tourenprogramm Sektion

18

August 2023

**12./13. August**

**Piz Sardona / Piz Segnes**

**Programm**

*Die Tour führt mitten in die Sardona Hauptüberschiebung.  
Die Geologie ist sehr interessant.*

Sa: Fahrt mit ÖV bis Gigerwaldstauammer, Aufstieg zur Sardona Hütte, 4h.  
So: Aufstieg Piz Sardona (3056 m) 3 h/900Hm über den Grat zum Piz Segnas (3098 m), 1 h und ein langer Abstieg zum Segnesboden nach Flims, 1200Hm.  
Das letzte Stück machen wir, den Knien zu lieben mit dem Sessellift.



**Tourenleitung**

Benno Schildknecht

**Anforderungen**

Hochtour WS+

**Treffpunkt / Verkehrsmittel**

Wird bekannt gegeben / ÖV

**Rückreise**

ca. 19.00 Uhr

**Ausrüstung**

Es wird eine Ausrüstungsliste abgegeben

**Karten**

Elm 1174

**Verpflegung**

HP in Hütte, Rucksack

**Unterkunft**

Sardona Hütte

**Kosten**

HP, Reisekosten + Sessellift

**Anmeldung**

Bis 1. August 2023  
online über das Tourenprogramm climbIT

**Auskunft**

Benno Schildknecht, 071 411 61 87, 077 454 95 78



# Tourenprogramm Sektion

August 2023

19

**17. – 21. August**

## **La grande U della Bondasca**

*Gutes, stabiles Wetter vorausgesetzt, ist die gesamte Bergkette der Bondasca als Klettertour mit Biwaks geplant: Aufstieg vor Passo della Trubinasca – Pizzo und Punto Trubinasca – Punta Sant'Anna – Pizzo Badile – Punta Sertori – Pizzo Cengalo – Pizzi Gemelli – Cima dell Bondasca – Sciora Dadent – Ago di Sciora – Sciora Dafora – Torre Innominata – Passo Cacciabella Sud – Abstieg via Albigna.*

*Falls das Wetter nicht passt, sind Teiltouren und/oder ein alternatives Kletterprogramm geplant. Von den Teilnehmenden wird volle Flexibilität verlangt!*

**Tourenleitung**

Andreas Schweizer und Bergführer

**Anforderungen**

Klettern 5c+

**Treffpunkt**

Wird bekannt gegeben

**Ausrüstung**

Es wird eine Ausrüstungsliste abgegeben!

**Anmeldung**

Bis 30. Juni 2023, online über das Tourenprogramm climbIT

**Auskunft**

Andreas Schweizer, 079 887 65 33, andreas.schweizer@sac-cas.ch

**20. August**

## **Arosa Rothorn (2980 m)**

*Von Innerarosa auf den Erzhornsattel.  
Über den Grat auf Wegspuren auf den Gipfel.  
Landschaftlich sehr lohnenswerte Tour mit alpinem Charakter.*

**Tourenleitung**

Martin Friederich

**Treffpunkt / Verkehrsmittel**

Wird bekannt gegeben / ÖV

**Ausrüstung**

Wanderausrüstung, Stöcke, Mütze, Handschuhe, Sonnenschutz, Regenschutz

**Verpflegung**

Alles aus dem Rucksack

**Kosten**

Bahnbillet Arosa Retour

**Anmeldung**

Bis 19. August 2023, online über das Tourenprogramm climbIT

**Auskunft**

Martin Friederich, 071 545 09 85, 079 665 14 32

# Technologie, die bewegt.

Die elektrifizierten Modelle von Kia.



Movement that inspires



Metropol Garage AG

Romanshonerstrasse 203 | 8580 | Amriswil  
+41 71 414 20 00 | info@metropol-garage.ch  
www.metropol-garage.ch

Wir bewegen Sie.

*Metropol*

www.metropol-garage.ch





**26./27. August**

## **Klettersteige Sulzfluh und Gauablickhöhle**

*Gleich zwei oder gar drei Klettersteige an einem Wochenende!?*

*Wir starten beim P-Platz in St. Antönien und machen uns auf zum Genussklettersteig (K4-5) an der Sulzfluh. Nach dem Gipfel gehts zur Tilisunahütte zur Übernachtung. Am nächsten Morgen machen wir uns auf den Weg zum Gauablickhöhle-Klettersteig (K3). Dieser Steig führt durch eine 350 Meter lange Höhle und ist ein grossartiges Erlebnis! Auf dem Rückweg machen wir den leichten Klettersteig Partnunblick und gelangen so zurück zum Ausgangspunkt in St. Antönien. Drei auf einen Streich.*



<b>Tourenleitung</b>	Ruedi Hutter
<b>Anforderungen</b>	ca. 1500Hm
<b>Treffpunkt</b>	Wird bekannt gegeben
<b>Rückreise</b>	ca. 19Uhr
<b>Ausrüstung</b>	Klettersteigset
<b>Karten</b>	Swisstopo etc
<b>Verpflegung</b>	Aus dem Rucksack und Hütten
<b>Unterkunft</b>	Tilisunahütte
<b>Kosten</b>	HP, Fahrkosten + Tourenleiteranteil
<b>Anmeldung</b>	Bis 21. August 2023, online über das Tourenprogramm climblIT
<b>Auskunft</b>	Ruedi Hutter, 079 507 79 76

Vorschau	Tourenprogramm Sektion
22	September 2023
<b>1. – 3. September</b>	<b>Urirotstock Plus</b>
<p><b>Tourenleitung</b></p> <p><b>Treffpunkt / Verkehrsmittel</b></p> <p><b>Verpflegung</b></p> <p><b>Unterkunft</b></p> <p><b>Kosten</b></p> <p><b>Anmeldung</b></p> <p><b>Auskunft</b></p>	<p><i>Die schöne Gipfelpyramide des Urirotstock besteigen wir ganz entspannt von der Gitschelhörelihütte aus und erkunden am folgenden Tag den Übergang Sassigrat zur Musenalp. Nach kurzer Talfahrt im Alpbähnli ins Chlital steigen wir im Gegenhang wieder auf Richtung Rinderstöckli und steigen beim Chappeli eingangs Isenthal ins Postauto. Abwechslungsreiche Tour in unterschiedlichen Landschaftsräumen.</i></p> <p>Vreni Oettli</p> <p>Wird bekannt gegeben / ÖV</p> <p>1. Tag Selbstversorgerhütte</p> <p>Gitschenhörelihütte, Alpgasthaus Biwald</p> <p>Unterkunft: ca. 100.- inkl. HP + Leiterspesenanteil</p> <p>Bis 1. August 2023, online über das Tourenprogramm climblT</p> <p>Vreni Oettli, 071 688 66 82, 079 885 71 90</p>
<b>1. – 3. September</b>	<b>Pizzo Badile</b>
<p><b>Tourenleitung</b></p> <p><b>Anforderungen</b></p> <p><b>Treffpunkt / Verkehrsmittel</b></p> <p><b>Ausrüstung</b></p> <p><b>Verpflegung</b></p> <p><b>Unterkunft</b></p> <p><b>Anmeldung</b></p> <p><b>Auskunft</b></p>	<p><i>Anfahrt ins Bergell und langer Aufstieg zur Sasc Furä, Badilekante und zum Rifugio Gianetti. Am Sonntag Passwanderung nach Bondo zurück – oder nochmals Klettern, Abstieg nach Süden und bequem mit dem Bus retour ...</i></p> <p>Andreas Schweizer</p> <p>Klettern 5a</p> <p>07.00 Uhr, Treffpunkt wird bekannt gegeben / ÖV</p> <p>Es wird eine Ausrüstungsliste abgegeben!</p> <p>Hütte und Rucksack</p> <p>siehe Programm</p> <p>Bis 18. August 2023, online über das Tourenprogramm climblT</p> <p>Andreas Schweizer, 079 887 65 33, andreas.schweizer@sac-cas.ch</p>

16./17. September

Piz Kesch

*Der Piz Kesch (3417 m) ist ein Klassiker im Bündnerland.*

*Wir starten die Tour im Engadin (Madulain) und steigen gemütlich zur Es-Cha Hütte auf. Am Gipfeltag gelangen wir via Porta d'Es-Cha auf den Gletscher und dann via Nordostsporn in leichter Kletterei (2a bis 2c) zum Gipfel.*

*Nach der Gipfelrast steigen wir den gleichen Weg ab auf den Gletscher. Von da wandern wir an der Keschütte vorbei und steigen in Tuors Chants in den Bus, der uns nach Bergün fährt.*

**Tourenleitung**

Annina Streuli und Janik Spindler

**Anforderungen**

Für den Piz Kesch sind erste Hochtourenenerfahrungen von Vorteil und die nötige Kondition zwingend (jeweils ca. +/-1000Hm im Aufstieg und 1600Hm im Abstieg).

<https://www.sac-cas.ch/de/huetten-und-touren/sac-tourenportal/piz-des-cha-piz-kesch-985/hochtouren/>

**Treffpunkt / Verkehrsmittel**

Wird bekannt gegeben / ÖV

**Rückreise**

20 Uhr

**Ausrüstung**

Hochtourenausrüstung (inkl. Steigeisen, Pickel, Gurt), es wird eine Ausrüstungsliste abgegeben

**Verpflegung**

Lunch aus dem Rucksack

**Unterkunft**

Es-Cha Hütte SAC

**Kosten**

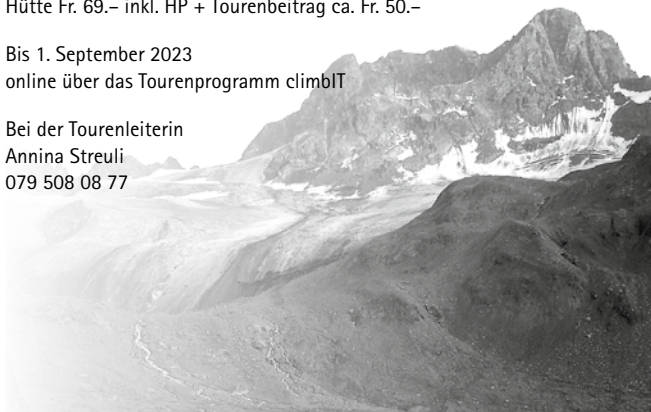
Reisekosten: Wohnort – Madulain/Bergün – Wohnort  
Hütte Fr. 69.– inkl. HP + Tourenbeitrag ca. Fr. 50.–

**Anmeldung**

Bis 1. September 2023  
online über das Tourenprogramm climbiT

**Auskunft**

Bei der Tourenleiterin  
Annina Streuli  
079 508 08 77



**Bei uns finden Sie immer  
eine Auswahl an modischer  
Sport- und Funktionsbekleidung.**



Zum Beispiel:  
**Thermojacke Oklahoma  
Hakro 866 CHF 239.-  
Oeko-Tex zertifiziert**

Wir besticken und  
bedrucken Textilien nach  
Ihrem individuellen Wunsch.

Wasserdicht (5000mm)  
atmungsaktiv (5000g/qm in 24h)  
Full Zip Taschen  
2Wege Reissverschluss

[www.topstick.ch](http://www.topstick.ch)

**TOP ST/CK**  
Stickerei & Textilien

**TOPSTICK GmbH**, Stickerei, Druck & Textilien  
Glaserstrasse 12, 8274 Tägerwilen, 071 667 05 70

Öffnungszeiten Stickerei & Shop: Mo - Fr 08.30 - 11.30 h / 13.30 - 18.00 h



**Wirtschaft Stelzenhof**

OB WEINFELDEN FAMILIE KAMM 071-622 40 10

Täglich durchgehend warme Küche!



**In unserer idyllischen Gartenwirtschaft  
finden Sie immer einen «Sonnenplatz»!**

**Wir sind täglich für Sie da!**



[www.stelzenhof.ch](http://www.stelzenhof.ch)

**Tel. 071 622 40 10**



**Do 6. Juli** (ev. Do 13. Juli)

## Hochalp

**Leitung**

Claire Notter

**Route**

Urnäsch – Hochalp – Passhöhe Schwägalp



**Wanderzeit**

ca. 5 - 5 1/2 Std. (↗920 m, ↘630 m)

**Treffpunkt**

Bahnhof Urnäsch 08.13 Uhr

**Anreise**

Weinfelden	ab 07.05	Gleis 5CD/ S-Bahn 5
Kradolf	ab 07.14	
Gossau	an 07.39	Gleis 3
Gossau	ab 07.51	Gleis 11
Urnäsch	an 08.13	
Romanshorn	ab 07.26	Gleis 4 Richtung Herisau
Herisau	an 07.54	Gleis 3
Herisau	ab 07.58	Gleis 12
Urnäsch	an 08.13	

**Rückreise**

ab Passhöhe ab 15.20 / 16.20 Postauto B 791

**Verpflegung**

Restaurant

**Anmeldung / Auskunft**

Dienstag, 4. Juli 11.00 – 12.00 Uhr  
Tel. 071 642 16 85 / 078 726 36 76

# Tourenprogramm Senioren

26

Juli 2023

## 8. Juli

## Blumenwanderung am Gamserrugg

Lernt die Hochgebirgsblumen der Alpweiden und Felsen auf einer Wanderung auf den Churfirnen kennen. Wanderung auf und um den Gamserrugg, markierter Wanderweg, viele Wiesenblumen und -kräuter, Hochgebirgsflora, felsbewohnende Pflanzen.

**Tourenleiter**

Martin Frauenfelder

**Anforderungen**

ca. 4 – 5 h, 200 – 300 Hm, T3  
mit den Sesselbahnen zur Gamsalp

**Treffpunkt / Verkehrsmittel**

Lisighaus Sesselbahn: 09.45 Uhr / ÖV  
(gemeinsame Anreise ab Weinfeldern oder Kreuzlingen möglich)

**Rückreise**

Lisighaus Sesselbahn: 17 Uhr

**Ausrüstung**

Normale Wanderausrüstung

**Verpflegung**

Aus dem Rucksack / Lunchpaket  
Einkauf auf Gamsalp in Alp oder Berggasthof  
möglich

**Kosten**

Reisekosten + Fr. 20 – 30 Tourenleiterkosten,  
je nach Teilnehmerzahl

**Anmeldung**

Bis 5. Juli 2023  
online über das Tourenprogramm climbIT

**Auskunft**

Martin Frauenfelder, 071 686 66 78



## 13. – 15. Juli

## Bergtour! Bedretto – Gerenpass – Rotondo!

**Vom Tessin ins Urnerland!**

**Leitung**

Werner Wüthrich

**Anmeldung**

Bis 3. Juli 2023 online über das Tourenprogramm climbIT  
**Anmeldung bereits geschlossen, bei Interesse nachfragen!**

**Auskunft**

Werner Wüthrich, 079 129 46 19



# Tourenprogramm Senioren

Juli 2023

27

## Do 20. Juli (ev. Do 27. Juli) Auf den Garmil

<b>Leitung</b>	Alice Schönholzer			
<b>Route</b>	Seilbahn Wangs – Furt, Furt – Gaffia – Garmil – Fürggli – Furt			
<b>Wanderzeit</b>	ca. 3 ¼ Std. (↗ 620m, ↘ 620m) Es besteht die Möglichkeit, von Furt bis Gaffia die Bahn zu nutzen, das halbiert die Höhenmeter			
<b>Treffpunkt</b>	Wangs-Pizolbahn 09.12 Uhr			
<b>Anreise</b>	Romanshorn	ab 06.44	Gl. 5	via St. Gallen
	Amriswil	ab 06.42	Gl. 1	via Weinfelden
	Erlen	ab 06.47		
	Sulgen	ab 06.51	Gl. 2	
	Weinfelden	an 07.00		umst.
	Kradolf	ab 06.44		
	Weinfelden	an 06.55		umst.
	Kreuzlingen	ab 06.27	Gl. 3	
	Tägerwil	ab 06.29		
	Siegershausen	ab 06.39		
	Berg	ab 06.43		
	Kehlhof	ab 06.46		
	Weinfelden	an 06.54		umst.
	Weinfelden	ab 07.02	Gl. 4 C/D	
	Wil	an 07.27	Gl. 5	umst.
	Wil	ab 07.32	Gl. 4	
	Wattwil	an 07.55	Gl. 3	umst.
	Wattwil	ab 08.01	Gl. 4	
	Sargans	an 08.58	Gl. 5	
	Sargans Bus	ab 09.01	Kante H	
	Wangs Pizol Bahn	an 09.12		
<b>Rückfahrt</b>	Elgg	ab 15.46 / 16.46		
<b>Verpflegung</b>	Aus dem Rucksack			
<b>Anmeldung / Auskunft</b>	Dienstag, 18. Juli, 11.00 – 12.00 Uhr Alice Schönholzer, Tel. 071 622 58 51, 079 685 38 28			

# Tourenprogramm Senioren

28

August 2023

## Do 3. Aug. (ev. Do 10. Aug.) Rhein ab, Rhein auf

### Leichte Wanderung mit viel Schatten und Badegelegenheit

Leitung	Silvia Spaar
Route	Diessenhofen – Büsingen – Altparadies (Fähre) – Diessenhofen
Wanderzeit	ca. 4 ½ Std. (↗ 160 m, ↘ 160 m) Abkürzungsmöglichkeit ab Schlatt, minus 1 ½ Std. / 6 km
Treffpunkt	Bahnhof Diessenhofen 08.30 Uhr
Hinfahrt	Weinfelden ab 07.25 IR 75 Siegershausen ab 07.17 S14 Romanshorn ab 07.18 S1 direkt bis Diessenhofen Kreuzlingen ab 07.46 S1
Rückfahrt	alle 30 Min. ab Diessenhofen, :03 und :33
Fahrkarte	Tageskarte nach Diessenhofen
Verpflegung	um ca. 13.00 Uhr Picknick bei schönem Badeplatz
Ausrüstung	Einfache Wanderung; Badezeug mitnehmen!
Anmeldung / Auskunft	<b>Dienstag, 11.00 – 12.00 h</b> , auf Tel. 078 660 11 75 oder vorher auf <a href="mailto:silv.spaar@gmail.com">silv.spaar@gmail.com</a>







# Tourenprogramm Senioren

August 2023

29

**Do 17. August**

**Alpstein light**

<b>Leitung</b>	Silvia Spaar		
<b>Route</b>	Brülisau – Gondelbahn zur Alp Sigel – Strickwees – Plattenbödeli – Hoher Kasten – Kastenbahn – Brülisau		
<b>Wanderzeit</b>	ca. 3 ½ Std. (↗ 660 m, ↘ 460 m)		
<b>Treffpunkt</b>	Brülisau Kastenbahn	08.45 Uhr	
<b>Hinfahrt</b>	Siegershausen ab	06.39	S14 via <b>Weinfelden</b>
	Berg ab	06.43	"
	Weinfelden an	06.54	
	Weinfelden ab	07.05	S5
	Gossau SG an	07.39	
	Gossau SG ab	07.51	S23
	Weissbad an	08.35	
	Weissbad ab	08.37	Bus 192
	Brülisau Kastenbahn	08.44	
	Berg TG ab	06.44	S14/RE via <b>Konstanz direkt bis Herisau</b>
	Siegershausen ab	06.47	"
	Kreuzl. Bahnhof ab	07.00	"
	Kreuzl. Hafen ab	07.12	RE "
	Romanshorn ab	07.26	"
	<b>Herisau an</b>	<b>07.54</b>	
	Herisau ab	07.58	S23
	Weissbad an	08.35	
	Weissbad ab	08.37	Bus 192
	Brülisau Kastenbahn	08.44	
<b>Rückfahrt</b>	ab Hoher Kasten	...00 und ...20	
	ab Brülisau	...14 und ...44	
<b>Fahrkarte</b>	Brülisau retour		
<b>Verpflegung</b>	Picknick; evtl. Dessert im Plattenbödeli		
<b>Ausrüstung</b>	Alpsteintaugliche Wanderschuhe, Stöcke empfohlen		
<b>Anmeldung / Auskunft</b>	Am Dienstag vorher, <b>11.00 – 12.00 h</b> , auf Tel. 078 660 11 75 oder früher auf <a href="mailto:silv.spaar@gmail.com">silv.spaar@gmail.com</a>		

# Tourenprogramm Senioren

30

August 2023

## 31. August

## Wildheuerpfad Rophaien

*Wanderung durch die «Wildi», die Wildheugebiete am Rophaien. Bis heute wird diese uralte Tradition gepflegt: Mit der Sense mähen die Äpler die stotzigen Planggen und lassen das Gras an Heuseilen ins Tal sausen. Siehe SRF Dok auf YouTube: Der Wildheuer.*

*Ausgangspunkt der Wanderung ist die Bergstation der Seilbahn auf den Oberaxen, oberhalb von Flüelen. Der Weg entlang der steilen Bergflanken ist gut gesichert, Trittsicherheit ist aber notwendig. Unterwegs bieten zahlreiche Aussichtspunkte einen unvergleichlichen Blick auf den Urner Talboden, die Berge und den Urnersee.*

*Am Ende der Tour in den Eggbergen bringt uns wiederum eine Seilbahn hinunter in den Talgrund. Ab Flüelen nehmen wir das Dampfschiff nach Brunnen, dann mit der SBB zurück in den Thurgau.*



**Leitung**

Jörg Sinniger

**Anforderungen**

3 Std. (↗ 820 m, ↘ 380 m)

**Treffpunkt**

Weinfelden ab 07:06 Uhr (Gleis 3)  
ÖV Wohnort – Flüelen, Gruonbach;  
Flüelen, Eggberge – Wohnort (via Brunnen mit Schiff)

**Rückreise**

15:00 Uhr ab Flüelen (See); Weinfelden an 18:23 Uhr

**Karten**

Schweiz Mobil Route 587

**Verpflegung**

Picknick

**Kosten**

Tageskarte empfohlen

**Anmeldung**

Bis 29. August 2023, online über das Tourenprogramm climblIT

**Auskunft**

joerg.sinniger@bluewin.ch, Tel. 079 784 85 38

**3. – 5. September****Bergtour – Iffigenalp bis Lauenen!**

*1.Tag: Iffigenfall – Iffigenalp – Wildhornhütte, ca. 1000 Hm.  
2.Tag: Wildhornhütte – Geltenhütte, ca. 600 Hm. Abstieg, ca. 500 Hm Aufstieg.  
3.Tag: Abstieg – Lauenen, ca. 950 Hm.*

**Leitung**

Rosi Wüthrich

**Treffpunkt / Verkehrsmittel**

Wird bekannt gegeben / ÖV

**Ausrüstung**

Es wird eine Ausrüstungsliste abgegeben (nach Anmeldung)!

**Verpflegung / Unterkunft**

HP Hütten / SAC Hütten

**Anmeldung**

Bis 20. August 2023, online über das Tourenprogramm climbiT

**Auskunft**

Rosi Wüthrich, 079 129 12 52

**13. – 16. September****Freiburger Alpen – Gastlosen**

*Schöne Rundwanderung im Naturpark Gruyère Pays-d'Enhaut von und bis Charmey (Gruyère). Nähere Beschreibung im climbiT.*

**Leitung**

Jörg Sinniger

**Anforderungen**

1. Tag: Charmey (Gruyère) – Schwarzsee Bad: 15 km, 5 h, auf 980 m, ab 810 m  
2. Tag: Schwarzsee Bad – Chalet du Soldat: 17 km, 5 ½ h, auf 1030 m, ab 880 m  
3. Tag: Chalet du Soldat – Cabane des Marindes, 13 km, 4 ½ h, auf 850 m, ab 750 m

**Treffpunkt / Verkehrsmittel**

im Zug Weinfelden ab 06:36 Uhr, Charmey (Gruyère), village an 10:11 Uhr  
Billett lösen: Wohnort bis Charmey (Gruyère), village und retour

**Rückreise**

Charmey (Gruyère) ab 10:43 oder 11:43 Uhr

**Ausrüstung**

Wanderausrüstung, Wanderstöcke, Seidenschlafsack

**Verpflegung / Unterkunft**

2x HP, 1x Selbstversorgung / 1x Hotel, 2x Hütten

**Kosten**

ÖV ca. CHF 90.– (Halbtax), Unterkunft ca. CHF 230.– inkl. HP  
TL-Entschädigung CHF 100.– / Tag und Gruppe  
Anzahlung nach Bestätigung CHF 200.–

**Anmeldung**

Bis 30. August 2023, online über das Tourenprogramm climbiT

**Auskunft**

joerg.sinniger@bluewin.ch, Tel. 079 784 85 38

# Power für jede Bergwanderung!

Erdbeeren  
25 g

Öpfelringli mit Schale  
130 g

Öpfelringli ohne Schale  
50 g

Kirschen getrocknet  
100 g

Bananen  
50 g



## Öpfelfarm

Monika & Roland Kauderer · Olmishausen 18 · 9314 Steinebrunn · Telefon 071 470 01 23 · [oepfelfarm.ch](http://oepfelfarm.ch)



## Sorgen einfach abgeben

### Versicherungsberatung

Die Versicherungsberatung der AXA verschafft Ihnen einen umfassenden Überblick über Ihre Möglichkeiten und stellt Ihnen einen zuverlässigen Partner zur Seite. [AXA.ch/beratung](http://AXA.ch/beratung)

AXA, Generalagentur Tedy Andes  
Zürcherstrasse 310, 8500 Frauenfeld, Tel. 052 728 68 68  
[frauenfeld@axa.ch](mailto:frauenfeld@axa.ch), [AXA.ch/frauenfeld](http://AXA.ch/frauenfeld)



# Tourenprogramm SAC Jugend

August 2023

33

**12./13. August**

## **Klettern am Altmann**

*Einfache Mehrseillängen im Toggenburg.*

*Am Samstag klettern wir die Rosakante am Gätterfirst und wandern danach zur Zwinglipasshütte.*

*Am Sonntag geht's über den Westgrat zum Altman, dem zweithöchsten Alpsteingipfel.*

**Tourenleiter**

Martin Schweingruber

**Anforderungen**

Ideale Tour um das Mehrseillängen-Klettern zu erlernen oder zu festigen. Nichtsdestotrotz, damit die Touren Spass machen brauchts etwas Klettererfahrung (5b Vorstieg in der Halle, oder solides 4c am Fels) 2.5 Stunden Zustieg.

**Treffpunkt**

08.00 Uhr Weinfelden

**Rückreise**

19.00 Uhr Weinfelden

**Verpflegung**

HP, Rucksack

**Unterkunft**

Zwinglipass-Hütte

**Kosten**

Fr. 90.–

**Anmeldung**

Bis 2. August 2023  
online über das Tourenprogramm  
climbIT

**Auskunft**

[martin@schweingruber.io](mailto:martin@schweingruber.io)  
078 616 05 64



# Tourenprogramm SAC Jugend

34

August 2023

**19./20. August**

## **JO-Hochtour**

*Zusammen mit der Bergführerin Ariane Stäubli werden wir zwei Tage im Bündnerland verbringen. Am ersten Tag reisen wir von Weinfeldern mit dem Zug nach Bergün und dann ins Val Tuors. Von dort steigen wir zur Keschkütte auf. Wir werden unser Material kennenlernen und Übungen zu Anseilen, Steigeisen und Spaltenrettung machen. Am Sonntag heisst das Ziel: Piz Kesch (3418 m). Die abwechslungsreiche Tour führt uns über den Gletscher und dann in Kraxelei den Grat hoch zum Gipfel. Beim Abstieg machen wir eine Pause in der Hütte und steigen wieder in den Bus in Val Tuors.*

<b>Tourenleiter</b>	Annina Streuli und Dominik Bergold mit Bergführerin Ariane Stäubli
<b>Anforderungen</b>	ca. 800–1000Hm pro Tag
<b>Treffpunkt</b>	ca. 07.00 Uhr in Weinfeldern / ÖV wird bekannt gegeben
<b>Rückreise</b>	ca. 20.00 Uhr in Weinfeldern
<b>Ausrüstung</b>	Hochtourenausrüstung, inkl. Steigeisen, Pickel, Anseilgurt, Helm
<b>Verpflegung</b>	individuell
<b>Unterkunft</b>	Keschhütte SAC
<b>Kosten</b>	Fr. 130.– pauschal inkl. Reise, Übernachtung mit HP & Tee
<b>Anmeldung</b>	Bis 7. August 2023, online über das Tourenprogramm climbIT
<b>Auskunft</b>	Bei der Tourenleiterin Annina Streuli, 079 508 08 77



**2. September****Baumklettern**

*Wer hat noch nicht, wer will nochmal?*

*Zu unserem alljährlichen Baumklettertag treffen wir uns wieder um 9.30 Uhr bei der Grillstelle Tätsch oberhalb von Weinfeldern. Wir klettern auf Baumriesen in der näheren Umgebung und geniessen die luftige Höhe. Unter fachkundiger Anleitung kann man selbst aufsteigen und abseilen sowie einen kleinen Baumkletterparcour erstellen und klettern.*

*Zum Zmittag gibt es keine Bananen, sondern eine feine Wurst vom Grill, die ihr selbst mitbringen dürft. Spätestens um 15 Uhr, beginnen wir wieder alles abzubauen und uns zu verabschieden.*

**Tourenleiter**

Janik Spindler, Roman Schnyder, Tim Würth

**Treffpunkt**

9.30 Uhr, Tätsch, Grillstelle oberhalb Weinfeldern

**Ausrüstung**

Klettergurt, Sicherungsgerät mit Karabiner, Helm (auch Velohelm möglich), Abseilset. Das benötigte Material kann auch ausgeliehen werden. Es muss jedoch bis am 31. August bei mir bestellt werden.

**Verpflegung**

Proviant für Feuerstelle und etwas zu Trinken

**Kosten**

Fr. 20.– pauschal

**Anmeldung**

Bis 28. August 2023, online über das Tourenprogramm climblT

**Auskunft**

Janik Spindler, janik.spindler@hotmail.com



# Sektion Bodan SAC

## Impressum

Ortsgruppen Amriswil, Bischofzell, Kreuzlingen,  
Romanshorn, Vals, Weinfelden

<b>Mitteilungsblatt Sektion Bodan SAC</b>	erscheint alle 2 Monate (6 Ausgaben pro Jahr)
<b>Auflage</b>	1000 Exemplare
<b>Präsident</b>	Hannes Ammann, Haustrasse 16, 8570 Weinfelden Tel. 078 665 78 08, praesident@sac-bodan.ch
<b>Kassier</b>	Hans Hermann, Benzenwiesstrasse 5, 8572 Berg Kontoverbindung: TKB CH66 0078 4010 0895 8200 3
<b>Tourenchef</b>	Daniel Jud, Haselweg 1, 9320 Stachen Tel. 079 426 24 94, dani.jud@gmx.ch
<b>Mitgliederdienst</b>	Karl Dudler, Thurberg 14, 9565 Bussnang Tel. 079 248 05 12, k.dudler@bluewin.ch
<b>Redaktion</b>	Beatrice Zürcher, Haldenstrasse 6b, 8274 Tägerwilen Tel. 071 669 27 67, beatrice.zuercher@bluewin.ch
<b>Druck/Inserate</b>	Christian Zürcher, Zürcher Druck GmbH, Hauptstrasse 58, 8274 Tägerwilen Tel. 071 669 17 34, ch.zuercher@zuercherdruck.ch  Das Bergwärts wird mit 100% Thurgauer Naturstrom und klimaneutral auf Recycling-Papier gedruckt.
<b>Länta-Hütte SAC</b> www.laentahuette.ch	Hüttenwart Thomas Meier, CH-7132 Vals, laenta-huette@bluewin.ch Hütte +41 81 935 17 13, Mobile +41 79 607 30 95 Kontoverbindung: Postkonto 85-145782-3
<b>Redaktionsschluss der nächsten Ausgabe</b>	<b>Heft Nr. 5, September/Oktober, ist der 1. August 2023</b>  <a href="http://www.sac-bodan.ch">www.sac-bodan.ch</a>



## Ortsgruppen-Zusammenkünfte

<b>Amriswil</b>	jeweils am 2. Freitag des Monats im Rest. Weinberg auf der Egg, ab 20.00 Uhr
<b>Bischofzell</b>	Kontaktpersonen: Rita Lang, Schweizersholz und Rolf Järmann, Bischofzell
<b>Kreuzlingen</b>	jeweils einmal im Quartal. Kontaktperson: Ernst Höreth, Bottighofen
<b>Romanshorn</b>	jeweils Dienstag ab 20.00 Uhr im Restaurant Landhaus
<b>Weinfelden</b>	jeweils am 2. Donnerstag des Monats im Gasthaus Stelzenhof ab 20.00 Uhr