



WIR MACHEN IHRE FREIZEIT ZUM ERLEBNIS

BERGWANDERN · HOCHTOUREN · KLETTERSTEIGE · KLETTERN · KURSE · SKITOUREN · SCHNEESCHUH-TOUREN

OASE
ALPINCENTER



Reisedauer: 6 Tage
Kategorie: Hochtour
Anforderung: Technik: **Schwer** - Kondition: **Schwer**

Mont Blanc

Mont Blanc mit La Tresenta und Gran Paradiso

Um uns an die erheblichen Höhenunterschiede zu gewöhnen, besteigen wir auf dieser anspruchsvollen Hochtour die bekannten Gipfel La Tresenta (3.609 m) und Grand Paradiso (4.046 m) im Grand Paradiso Nationalpark. Gut vorbereitet und bestens akklimatisiert erobern wir den "Monarchen der Alpen" – den 4.810 m hohen Mont Blanc.

Je nach Wetter, Verhältnissen und konditionellen Voraussetzungen der Teilnehmer ist auch der Aufstieg über die Refuge de Gouter bzw. Refuge de Tête Rousse möglich.

Region:

Grand Paradiso-Nationalpark, Französische Alpen (Italien, Frankreich)

1. Tag

Treffpunkt 14.00 Uhr, 11010 Loc. Pont Valsavarenche (AO) (1.945 m), Albergo Gran Paradiso, Telefon 00 39 - 01 65 – 95 454 (man spricht nur italienisch und französisch). Gemeinsamer Aufstieg zur Vittorio-Emanuelle-Hütte (2.775 m).

Gehzeit ca. 3 Stunden, Aufstieg 750 m, Länge ca. 5 km

Wegekategorie ●●●●●●

2. Tag

Als Eingetour besteigen wir die **La Tresenta (3.609 m)** über den Nordwestkamm. Diese Tour ist optimal geeignet, um sich an die Höhe zu gewöhnen. Das Gehtempo ist gemütlich und es bieten sich uns immer wieder Gelegenheiten, unsere Ausrüstung zu testen, bzw. einige Übungen einzubauen. Übernachtung auf der Vittorio-Emanuelle-Hütte.

Gehzeit ca. 5 Stunden, Aufstieg 850 m, Abstieg 850 m, Länge ca. 7 km

Wegekategorie ●▲▲▲▲●

3. Tag

Noch in der Dunkelheit brechen wir auf, um über den Laveciau-Gletscher den **Gran Paradiso (4.046 m)** zu erreichen. Ein ausgesetzter Felsgrat führt die letzten Meter in leichter Kletterei zum Gipfel. Der Abstieg erfolgt meist auf der Aufstiegsroute. Nach einer kurzen Pause auf der Vittorio-Emanuelle-Hütte steigen wir nach Pont ab und fahren am Nachmittag durch den Mont Blanc-Tunnel nach Chamonix. Übernachtung im Hotel.

Gehzeit ca. 8 Stunden, Aufstieg 1.300 m, Abstieg 2.050 m, Länge ca. 14 km

Wegekategorie ● ▲ ▲ ▲ ● ● **Kletterstellen II. Grad**

4. Tag

Der heutige Vormittag bietet die Möglichkeit fehlende Ausrüstung in Chamonix zu besorgen. Am Nachmittag Auffahrt mit der Seilbahn auf die Aiguille di Midi und weiter zur Cosmiques-Hütte (3.613 m).

Gehzeit ca. 1 Stunde, Aufstieg 50m, Abstieg 200 m, Länge ca. 1,5 km

Wegekategorie ▲ ▲ ▲ ▲ ▲

5. Tag

Bereits um 2.00 Uhr werden wir geweckt. Mit Stirnlampen geht es über den Mont Blanc du Tacul und den Mont Maudit zum Gipfel des **Mont Blanc (4.807 m)**, wo wir einen einzigartigen Sonnenaufgang genießen können. Die Abstiegsroute folgt meist der Aufstiegsspur und am späten Nachmittag sind wir zurück in Chamonix. Übernachtung im Hotel.

Gehzeit ca. 9 Stunden, Aufstieg 1.750 m, Abstieg 1.650 m, Länge ca. 13,5 km

Wegekategorie ▲ ▲ ▲ ▲ ▲ **Kletterstellen II. Grad**

Je nach Wetter, Verhältnissen und konditionellen Voraussetzungen der Teilnehmer ist auch der Aufstieg über die Refuge de Goûter oder die Refuge de Tête Rousse möglich.

6. Tag

Reservetag. Nach dem Frühstück können wir noch einen Klettergarten besuchen. Rückreise oder individueller Verlängerungsaufenthalt in Chamonix.

Konditionelle Voraussetzungen:

Schwer: Bis zu 1600 HM im Auf - und Abstieg **oder** Tagesetappen von 9 Std. und mehr reine Gehzeit. Gehintervalle von 2,5 Std. ohne Pause.

Technische Voraussetzungen:

Schwer: Schwindelfreiheit, Trittsicherheit, Bergerfahrung und Hochtourenenerfahrung sind **unbedingt** erforderlich.

Kletterstellen im II. Schwierigkeitsgrad im Nachstieg.

Unterbringung:

Hotels (Mehrbettzimmer), Hütten (Gemeinschaftslager)

Leistungen:

Staatlich geprüfter Berg- und Skiführer, Ausrüstung

Zusatzkosten:

Nach persönlichem Bedarf in bar ca. € 100.- pro Tag für Seilbahnfahrten, 5x Halbpension (**die Reservierung erfolgt durch das OASE AlpinCenter**), Getränke, Rucksackproviant, etc. Eine Kartenzahlung ist auf den Hütten nicht möglich.

Teilnehmer:

2 Personen

Landkartenempfehlung:

Kompasskarte Monte Bianco/Mont Blanc, WK 85 (1 : 50.000)

Kompasskarte Gran Paradiso WK 86 (1 : 50.000)

Anreise nach Pont:

Über die Schweiz und den Großen St. Bernhard-Pass ins Aosta-Tal (Italien). Die Zufahrt zweigt im Aosta-Tal von der Staatsstraße 26 im Ort Villeneuve (17 km westlich von Aosta) südwärts ab, ins obere Val Savaranche nach Pont. Adresse für Ihr Navi: 11010 Loc. Pont Valsavarenche (AO), Albergo Gran Paradiso, Telefon 00 39 - 01 65 – 95 454 (man spricht nur italienisch und französisch). Kostenloser Dauerparkplatz am Albergo Gran Paradiso www.hotelgparadiso.com. Aus Datenschutzgründen ist es uns leider nicht erlaubt, eine Teilnehmerliste zu verschicken. Sollten Sie jedoch an einer Fahrgemeinschaft interessiert sein, besuchen Sie die Mitfahrzentrale auf unserer Homepage. Unter **www.oase-alpin.de/service/mitfahrzentrale/** können Sie Ihre Suche oder Ihr Angebot einstellen.

Aufenthaltsverlängerung:

Sollten Sie vor oder nach der Tour eine Unterkunft in Chamonix benötigen, ist Ihnen das Office de Tourisme in Chamonix gerne behilflich, www.chamonix.com, Telefon 00 33 - 450 - 53 00 24. Wir empfehlen Ihnen das Hotel Le Chaumiere, Tel: 0033-450531325, www.hotelchaumierechamonix.com.

OASE AlpinCenter:

Unser Büro, Bahnhofplatz 5, befindet sich direkt am Bahnhof in Oberstdorf, am Gleis 1.

Information und Anmeldung:

Bei weiteren Fragen zur Tour erreichen Sie uns persönlich von:

Juni – Sept.: Montag – Freitag von **9 – 12 Uhr** und von **14 – 18 Uhr**
Oktober – Mai: Montag – Freitag von **9 – 12 Uhr**

Sie können auch gerne eine Nachricht auf dem Anrufbeantworter hinterlassen, wir rufen Sie dann umgehend zurück.

Tel.: 0 83 22 - 8000 980

Fax: 0 83 22 - 8000 98-19

Online: www.oase-alpin.de

E-Mail: bergschule@oase-alpin.de

OASE-Packliste:

Rucksack ca. 45 l Volumen, Gesamtgewicht ca. 9,5 kg

* Wir empfehlen Markenkleidung und Ausrüstung unserer Partner

Das trage ich bereits am Körper

Funktionelle Unterwäsche und Funktionssocken

Funktionelle Berghose

Funktionsshirt (Icebreaker Merinowolle)*

Funktionelle Jacke aus PrimaLoft oder Fleece (Arc'teryx)*

Knöchelhohe Bergschuhe mit guter Profilsohle, **steigeisenfest, mindestens Kategorie C** (Meindl)*

	Gewicht ca. (in Gramm)	habe ich eingepackt	mein Gewicht
Das ist unverzichtbar			
• Rucksack (Deuter)*, mit Regenhülle	1830	<input type="checkbox"/>	_____
• Wechselshirt kurz (Icebreaker Merinowolle)*	160	<input type="checkbox"/>	_____
• Wechselshirt lang (Icebreaker Merinowolle)*	220	<input type="checkbox"/>	_____
• 3 Unterhosen kurz	140	<input type="checkbox"/>	_____
• 1 Paar Funktionssocken	60	<input type="checkbox"/>	_____
• Wasser- und winddichte Jacke (kein Poncho), evtl. Gore-Tex (Arc'teryx)*	690	<input type="checkbox"/>	_____
• Wasser- und winddichte Hose, evtl. Gore-Tex (Arc'teryx)*	310	<input type="checkbox"/>	_____
• Mütze und Stirnband	40	<input type="checkbox"/>	_____
• Dünne Handschuhe und dicke Handschuhe	340	<input type="checkbox"/>	_____
• Kurze funktionelle Hose	210	<input type="checkbox"/>	_____
• Sonnencreme LSF 50 und Lippenchutz	70	<input type="checkbox"/>	_____
• Cap oder Buff* (*gibt's vom OASE AlpinCenter als Begrüßungsgeschenk)	40	<input type="checkbox"/>	_____
• Sonnenbrille	30	<input type="checkbox"/>	_____
• Trinkflasche, Trinkblase oder Thermoskanne (1 Liter)	560	<input type="checkbox"/>	_____
• 1 Liter Flüssigkeit	1000	<input type="checkbox"/>	_____
• Elektrolyt-/Magnesium Tabletten (Röhrchen)	150	<input type="checkbox"/>	_____
• Nüsse / Trockenobst / Müsliriegel (Seeberger)*	210	<input type="checkbox"/>	_____
• Persönliche Medikamente, Blasenpflaster	220	<input type="checkbox"/>	_____
• Leistungsstarke Stirnlampe	80	<input type="checkbox"/>	_____
• Ausweise, Bargeld, EC-Karte, Auslandsversicherung in wasserdichtem Beutel mit ziploc-Verschluss	40	<input type="checkbox"/>	_____
• Hüttenschlafsack	250	<input type="checkbox"/>	_____
• Waschbeutel mit Wasch-Set (Proben verwenden) und Oropax	220	<input type="checkbox"/>	_____
• Kleines Microfaser-Handtuch ca. 30x60 cm	60	<input type="checkbox"/>	_____
Spezielle Hochtourenausrüstung (wird von uns kostenlos zur Verfügung gestellt)			
• Klettergurt	430	<input type="checkbox"/>	_____
• Eispickel	630	<input type="checkbox"/>	_____
• Steigeisen	1000	<input type="checkbox"/>	_____
• Verriegelbare Karabiner 2x	150	<input type="checkbox"/>	_____
• Reepschnüre	100	<input type="checkbox"/>	_____
• Bandschlinge	40	<input type="checkbox"/>	_____
• Kletterhelm	320	<input type="checkbox"/>	_____
Gesamtgewicht (inkl. Rucksack):	9620		_____
Das ist empfehlenswert			
• Teleskopstöcke (Leki)*	520	<input type="checkbox"/>	_____
• Gamaschen	120	<input type="checkbox"/>	_____
• Multitool	150	<input type="checkbox"/>	_____
• Leichte Hose	320	<input type="checkbox"/>	_____
• T-Shirt für die Hütte	170	<input type="checkbox"/>	_____
• Leichte Turnschuhe oder Badeschlappen für die Hütte	200	<input type="checkbox"/>	_____
• Plastikbeutel für Abfall und/oder Dreckwäsche	20	<input type="checkbox"/>	_____
• Fotoapparat	250	<input type="checkbox"/>	_____

Unser Tipp für Regenwetter: Kleiden Sie Ihren Rucksack innen mit einem Müllbeutel aus.