Sektion Rorschach

Schweizer Alpen-Club SAC
Club Alpin Suisse
Club Alpino Svizzero
Club Alpin Svizzer

Clubnachrichten

Juli - August - September

Nr. 154 3/2023

Seit über 70 Jahren.

www.autozollikofer.ch

Auto
Zollikofer

PEUGEOT NISSAN DÄ BUS

SAC Sektion Rorschach

Präsidentin
Rahel Thees Haufen 651 9426 Lutzenberg
praesident@sac-rorschach.ch 079 699 06 07

Vizepräsidentin
Iris Bodenmann Im Stadtwald 3 9400 Rorschach 071 841 09 75
vizepraesident@sac-rorschach.ch 079 374 31 54

Kassierin
Bettina Thumiger Triebschenstrasse 19 6005 Luzern
finanzen@sac-rorschach.ch 076 466 54 45

Aktuarin
Suzanne Zeller Alpsteinstrasse 6 9306 Freidorf 071 455 18 52
aktuariat@sac-rorschach.ch 078 636 07 40

Tourenchef Aktive Sommer und Winter
Stephan Scheurer Unterweid 9033 Untereggen 071 866 23 12
aktive@sac-rorschach.ch 079 687 48 28

JO-Leitung
Andreas Lanter Mariabergstrasse 42 9400 Rorschach
jo@sac-rorschach.ch 079 312 88 03

KiBe-Leitung
Monika Baumgartner Ilgenstrasse 1a 9423 Altenrhein
kibe@sac-rorschach.ch 079 523 79 17

Seniorenobmann
Edith Beeler Spitz 581 9044 Wald 071 870 08 82
senioren@sac-rorschach.ch 079 568 23 94

Clubheim Frohmatt
Michael Schläpfer Mühltobel 505 9427 Wolfhalden
frohmatt@sac-rorschach.ch 079 787 30 43

Fornohütte
Andreas Lanter Mariabergstrasse 42 9400 Rorschach
forno@sac-rorschach.ch 079 312 88 03

Fornohütte Reservation 081 824 31 82
076 393 31 96
www.fornohuette.ch

Clubheim Frohmatt Reservation 079 787 30 43
frohmatt@sac-rorschach.ch

---

www.sac-rorschach.ch
Tourenportal: touren.sac-rorschach.ch

Grillzange
das
Geschenk

BAUMGARTNER METALLKUNST

Peter Baumgartner (eidg. dipl. Metallbaumeister)
Mobile: +41 79 303 30 20 www.metallkunst.ch

Elektro Lüchinger
Strom und Telekommunikation
Goldach · Tübach

Blickpunkt

Rahel Thees
Präsidentin

Geschätzte Clubmitglieder

In diesem Blickpunkt habe ich mich einmal auf Materialkunde begeben und mich über die Entwicklung der Steigeisen schlau gemacht. Wie es zu den heutigen Steigeisen gekommen ist, erfahrt ihr hier:

Bereits im antiken Rom (312 n. Chr.) finden sich erste Hinweise auf Steigeisen. Diese sollen von Spionen erfunden worden sein, um sich in schwierigem Gelände besser fortbewegen zu können.
Im Jahre 1574 tauchten eiserne Dreizacker auf, die wie Grödeln unter die Schuhe geschnallt wurden.
Richtig spannend wird es ab dem 19. Jahrhundert, in der «goldenen Ära des Alpinismus». In der ersten Hälfte des 19. Jahrhunderts, als die Erschliessung der Alpen im grossen Masse begann, setzten sich die Hilfsmittel verstärkt durch und waren, auf Mass geschmiedet, in zahlreichen Formen verbreitet. In der zweiten Hälfte des Jahrhunderts nahm die Zahl der Zacken zu und Steigeisen in der heute noch gebräuchlichen Form, die die ganze Schuhsohle umschließen, entstanden.
1908 wurde von dem Engländer Oscar Eckenstein, einem Eisenbahningenieur, und dem italienischen Schmied Henry Grivel der Prototyp des modernen Steigeisens gebaut. Das Ergebnis war eine Vorrichtung, die an normalen Wanderschuhen befestigt werden konnte und die es Bergsteigern ermöglichte, ohne mühsames Stufenschlagen über Eis und Schnee aufsteigen zu können. Die dazu angewendete Gehtechnik nennt sich Allzackentechnik oder Eckensteintechnik: Die Füsse werden so auf den Hang aufgesetzt, dass sämtliche Eisensporen in die Oberfläche greifen. Eis- und Schneefelder werden entlang eines aufsteigenden Zickzacks erklommen. Eckensteins Erfindung war jedoch nicht revolutionär, er vereinte lediglich die Vorzüge aller bisher gekannten Modelle.
1929 wurden durch Henry Grivel's Sohn Laurent das bestehende Design um die beiden nach vorne ausgerichteten Frontalzacken erweitert. Dies ermöglichte den vollständig gegen den Berghang ausgerichteten Gang auf dem Vorfuss. Dass das Frontalzacken-Design überlegen war, dafür lieferten die beiden Alpi-

Blickpunkt

nisten Anderl Heckmair und Ludwig Vörg 1938 den ultimativen Beweis: Sie durchstiegen zum ersten Mal erfolgreich die Eiger-Nordwand und waren dabei den anderen beiden Bergsteigern Fritz Kasparek mit klassischem Zehnzacker und dem komplett ohne Eisen kletternden Heinrich Harrer «völlig überlegen».

Bis 1980 war eine kontinuierliche Innovation im Gange. 1962 brachte Salewa voll anpassbare Steigeisen auf den Markt, somit konnte für Berg- und Skischuh die gleichen Steigeisen verwendet werden. 1967 wurde von Yvon Chourinard und Tom Frost ein starres gelenkloses Steigeisen her, um den Kraftaufwand in Steileisrouten zu vermindern. 1978 ein weiteres Highlight von Mike und Greg Lowe: 20 Zacken, nach vorne angebrachte Frontzacken und eine Kipphebelbindung und 1980 wurden von Jean-Paul Frechin die Anti-Stollplatten patentiert.

Was würden Eckenstein, Grivel und Heckmair wohl zu den heutigen Steigeisen sagen? Meine Vermutung, sie würden grosse Augen machen und hoffentlich stolz sein auf ihren Anstoss für dieses nicht mehr wegdenkbare Zubehör.

Vielleicht denkt der eine oder andere von uns an die Herren der Steigeisengeschichte, wenn das nächste Mal die Steigeisen montiert werden.

Passend dazu von Marie von Ebner-Eschenbach: «Das Erfundene kann vervollkommnet, das Geschaffene nur nachgeahmt werden».

Ich wünsche euch einen wunderbaren Sommer, «hebed Sorg».

Naturfreundehaus Kaien

www.kaienhaus.ch www.nfs rorschach.ch

Rehetobel /Grub

37 Schlafplätze /
Übernachtungen

Mitglieder NFS und SAC Rorschach

Erwachsene	Fr.	12.-
Jugend 12-20 Jahre	Fr.	9.-
Kinder bis 12 Jahre	Fr.	7.50

Reservationsstelle:

Telefon 071 870 07 23 reservation@kaienhaus.ch

STEINMANNLI
Bruno Bösch – Bergführer

Arbeitstag Frohmatt

Am letzten Samstag im April war es wieder soweit. In der Frohmatt sowie im Garten wurde emsig gewirkt und für einen hohen Geräuschpegel gesorgt; sägen, schlagen, schrauben, fluchen, hämmern, mähen, rufen, staubsaugen, tragen, plaudern, lachen, mampfen...

Unser Frohmattchef, Michael Schläpfer, hatte diesem Treiben mit seiner anspruchsvollen Planung und seinem grossen Organisationstalent zum durchschlagenden Erfolg verholfen. Es ist nämlich gar nicht so einfach, eine SAC-Gruppe von 15 übermotivierten Homeworkern und Homeworkerinnen zielführend zu lenken.

Wie wir alle wissen, lohnt sich jede Stunde, die in unser geliebtes Clubheim investiert wird. Nur so konnten und können wir diesem schmucken Haus seit Generationen immer wieder zur zeitgemässen, optimalen Nutzungsstruktur verhelfen.

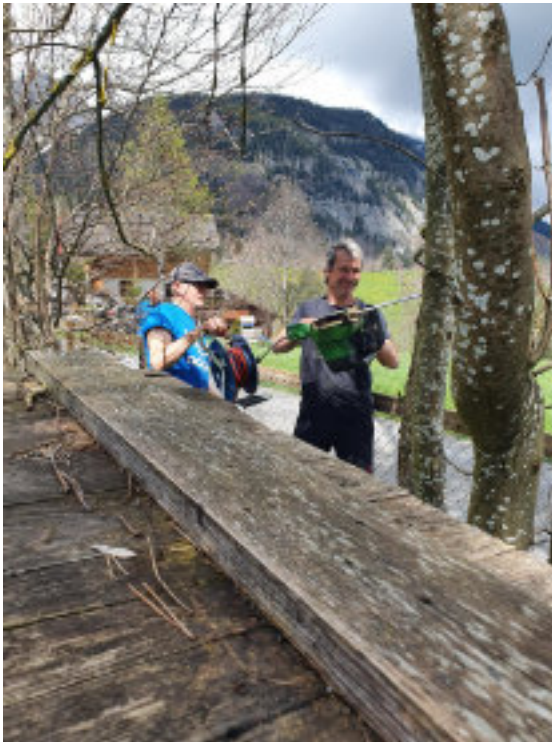
Nun noch einige konkrete Resultate, welche wir gemeinsam erbracht haben: Neues Stockbett für die schöne Wohnung zusammengebaut, Dach des Geräteschuppens ersetzt, Rasen gemäht, obligate Baumfällung durchgeführt, Brennholz gespalten, Dachrinne gereinigt, Abfall entsorgt.

Freudig durften wir auch Rahel, unsere liebenswürdige Präsidentin, begrüssen, die sogar ihren Geburtstag in den Arbeitskleidern unter uns verbrachte. Zudem wurden wir von zwei sympathischen Neumitgliedern, Bettina und Nikolai, tatkräftig unterstützt. Michaels Tante hat unsere hungrigen Mäuler mit einem sehr leckeren Mittagessen gestopft, weshalb der nachmittägliche Anschub wegen unseren überfüllten Mägen eher verhalten vonstatten ging.

Dann noch ein Wort zu unseren hart gesottenen Sportlern: Werner, Urban und Stephan hängten nach getaner Arbeit noch einen Tag für eine ausgiebige Mountainbiketour via Risipass, Lehmental, Appenzell, Gäbris, Bodensee an. Bei teilweise garstigem Wetter kämpften sie sich vorbildlich durch matschigen Morast und glitschige Schneefelder in Richtung Heimat. Ihre vorausschauende Planung wies allerdings einen winzig kleinen Fehler aus: Das Zusatzgepäck mit Schlafsack und Freizeitkleidern kam leider nicht per Beam-Effekt nachhause. Es musste bereits am Samstagabend wieder in die heimdüsenden PWs verstaut werden. So vergnügten sich die drei Unentwegten den Rest des Abends in den Bikeklamotten sowie den nur halb bequemen Bikeschuhen vor nicht sehr üppig gefüllten Tellern, denn der Spar in Wildhaus hatte bereits um 16.00 Uhr Feierabend...

Trotz dieses aztekisch anmutenden Abendprogramms fanden auch sie anderntags wieder zu ihren Liebsten. Ende gut, alles gut, und auf einen neuen Arbeitstag im 2024!

Text: Hans Bodenmann
Fotos: Edith Beeler, Hans Bodenmann



Skitouren Piz Medel, 18.-19. März 2023

Endlich ist es soweit, es klappt mit dem Piz Medel. Was erwartet uns? Für die zwei Tage wurden warme Temperaturen vorausgesagt, vom wenigen Schnee wird's noch weniger. Rechtzeitig erhielten wir die wichtigen Touren-Infos von Urban, unserem Tourenleiter.

Pünktlich, kurz nach 7:00 Uhr waren alle fünf Teilnehmer und Tourenleiter Urban mit seinem Viceleiter Claudio auf dem Parkplatz in Curaglia anwesend. Die Rucksäcke waren bereits gepackt, Pickel und Steigeisen mussten dabei sein und die Skier mussten auch noch aufgeschnallt werden. Um 7:30 ging's los zu diesem «langen» Samstag.
Ab Curaglia 1320m «wanderten» wir infolge Schneemangel für ca. 30 Min. der Strasse entlang. Endlich konnten die Ski angeschnallt werden. Weiter ging's hoch zur Alp Sura.

Bei der ersten Pause sahen wir in weiter Ferne bereits unser Tagesziel, den Piz Medel 3210m, vor uns. Ein grandioser Anblick. Respektvoll ging es weiter – es mussten doch noch einige Meter bewältigt werden, bis wir auf dem Gipfel standen. Bei diesem herrlichen Wetter genossen wir es einfach. Weiter hoch durchs steile Davos la Buora, schon standen wir auf dem Glatscher da Medel. Bereits erspähten wir das Gipfelkreuz vom Piz Medel. Ich habe die letzten 400 Hm nicht gemeistert. Zusammen mit Martin fuhren wir ab Richtung Camona da Medel und mussten wieder für 300hm auffellen bis wir in der Hütte waren. Die restlichen fünf Kameraden erreichten nach kurzer Zeit das Skidepot. Von den Skier auf die Steigeisen umgestiegen und nach kurzem Aufstieg erreichten sie den Gipfel des Piz Medel 3210m. Super, tolle Leistung. Jedoch hat ein zügiger Wind den Gipfel mit Nebel verhängt und so konnte die Aussicht nicht genossen werden. Bevor bei allen die Betriebstemperatur zu stark abkühlte, ging's zügig zurück zum Skidepot.

Alp Sura

Die Abfahrt über die Fuorcla sura da Lavaz war bei den Verhältnissen/Sicht nicht empfehlenswert. Deswegen wurde die Abfahrt wieder entlang der Aufstiegsspur in Richtung Glatscher da Medel gewählt. Es ist eine steinige Gegend – es hatte einfach zu wenig Schnee. Pulverschnee blieb heute Wunschdenken. Nach 1000m Abfahrt musste nochmals aufgefellt werden um nochmals 400Hm zur Camona da Medels aufzusteigen. Um 16:00 Uhr waren alle glücklich in der gemütlichen Hütte angelangt. Bravo, 2100Hm waren gemeistert! Für die durstigen Kehlen gab es erst einen Willkommens-Hüttentee. Darnach gluschtete uns das Appenzöller Weiss-Bier doch etwas mehr. Hat super geschmeckt und all die müden Muskeln haben sich bis zum nächsten Morgen super erholt.

Durch die grossen Panoramafenster genossen wir die wunderbare Abendstimmung. Das Abendessen war ein Genuss. Hungrig wie wir waren – wurden die Bäuche voll gestopft mit Suppe, Salat, Kartoffelstock und Hackbraten. Das I-Tüpfli war das Brownie, doch nicht mehr bei jedermann hatte es dafür noch Platz im Bauch. Kein Problem, so ein Brownie schmeckt auch zum Znüni. Früher oder später hat sich die ganze Gruppe in die Horizontale verzogen.

Frühstück ab 6:30h, um 7:30h waren wir bereit für die Abfahrt. Nach 300m Abfahrt, wieder Felle aufgeschnallt und es ging Richtung Piz Uffiern 3150m hoch. Bei super Wetter erst über den Sut Gletscher. Beim Glatscher da Medel hatten wir uns angeseilt und wurden

Glatscher da Medel und Piz Uffiern noch in der Sonne

safely weitergeführt. Leider hatte sich auch heute die Nebelhexe zum Piz Uffiern geschlichen. Verschwindet sie wieder? Schade, noch vor dem Skidepot waren wir komplett vom Nebel eingehüllt. Während der Pause hatten Urban und Claudio den weiteren Aufstieg gecheckt. Leider mussten wir anhand der Verhältnisse und wegen schlechter Sicht auf den Gipfel verzichten. Bereit für die Abfahrt. Urban hat uns sicher durch den dichten Nebel an den Spalten vorbei über den Gletscher runter geführt. Gleich unterhalb des Gletschers war die Sicht wieder super. Schade, doch der Gipfel war weiterhin vom Nebel verhüllt. Die Abfahrt führte uns wieder über den Aufstieg vom Vortag durchs steile Davos la Buora. Anhand der Verhältnisse musste die notwendige Vorsicht angewendet werden. Nur wenige Meter genossen wir jauchzend im Pulverschnee, dann hatten sich die Verhältnissen stetig und rasch verändert. Dann am Fusse des Davos la Buora war ich gestürzt, im Knie gab es einen Zwick und ich lag im Schnee. Nochmals auf die Ski, doch gleich war ich wieder eingesackt. Sch…Sch…das kann doch nicht sein. Doch alles schimpfen half nichts. Es ist wie es ist, die Kraft und Stabilität war weg in meinem Knie. Noch weitere 1000m Abfahrt mussten bewältigt werden. Das schaff ich nicht mit diesem verletztem Knie. Im Huckepack ist die Abfahrt noch zu weit. Runter laufen, ist auch nicht möglich, dafür hat es doch zuviel Schnee. Vergraben, war auch eine Option… na ja, doch nicht, …Glück gehabt. Die Rega wurde alarmiert, und ich wurde mit der Longline geborgen, etwas weiter unten in den Heli gehievt und ins Spital Ilanz geflogen. Das Knie wurde untersucht – zum Glück nichts gebrochen. Um 15.00 Uhr wurde ich nach Hause entlassen. Spital-Anweisung - nach Hause und Knie für 14 Tage ruhig stellen und weiter sehen.

Die restlichen Teilnehmer meisterten die Abfahrt super. Auf den letzten Metern mussten die Skier wieder getragen werden. Endlich wieder bei den Autos waren alle froh und dankbar, alles ohne weitere Zwischenfälle bewältigt zu haben. Der Heimweg führte uns ins Restaurant Schäfli in Sennwald. Hungrig vertilgten wir die servierten Cordon-Bleu. Ein Geheim-Tipp – probierts mal aus!

Ein super, grosses Dankeschön an Urban und Claudio fürs Organisieren der zwei tollen Tourentage. Herzlichen Dank für die gnüssigi Zyt, welche ich mit Alessa, Monika, Hansjürg, und Martin zusammen geniessen durfte.

Maria Neff

metzler
haustechnik ag

Felbenstrasse 15
9403 Goldach
Tel. 071 841 90 33
Fax 071 845 13 83

www.metzlerag.ch

Heizung | Sanitär | Lüftung | Solaranlagen

PEUGEOT

SULZ-GARAGE
STUDER AG

Sulzstrasse 33
9403 Goldach
Tel. 071 841 14 27
www.sulzgarage.ch

Vito Suozzi Malergeschäft

Maler- & Tapeziererarbeiten
Fassadenrenovationen

Mario Zulian
Geschäftsführer

Reitbahnstrasse 45
9400 Rorschach

Mobile 078 892 99 43
Telefon 071 841 58 75
m.zulian@malergeschaeft-suozzi.ch
www.malergeschaeft-suozzi.ch

Schnee oder Fels? 15./16. April 2023

Stephan hatte ein cooles Tourenwochenende ausgeschrieben, mit Kombination von Skitour und Klettern – ja, warum auch nicht. Geplant war am Samstag eine unbekannte Skitour von San Bernardino aus auf den Piz de Mucia und am Sonntag kletternd den warmen Fels an den Südlagen des Sass di Cherp zu geniessen. Leider ist es nicht so gekommen. Die erste Idee mit der Skitour mussten wir begraben, da schon Tage vorher klar war, dass viel zu wenig Schnee in der Gegend lag. Stephan hat sich auf zwei Tage klettern im Tessin mit Übernachtung im Biwaksack oder Zeltli umentschieden – toll!

So fuhren wir mit voll bepacktem Auto am Samstag Richtung Sass di Cherp oberhalb Roveredo, San Vittore.
Die ersten Schritte am uns doch bestens bekannten Felsen waren noch etwas steif. Doch schon bald fühlte sich alles geschmeidiger an und es kamen gute Gefühle und auch wieder etwas Klettersicherheit auf. Der kalte Nordföhn hat uns den ganzen Tag, ja das ganze Wochenende begleitet. An eine Überhitzung an den Südwänden war nicht zu denken, gerne hatte man stets eine leichte Jacke übergezogen. Nach vielen gekletterten Seillängen machten wir uns wieder an das Abseilen und den Rückweg zum Auto. Es gab noch einen Zwischenfall. Ein uns bislang unbekanntes Kletterpaar bekundete beim Abseilen unübersehbare Mühen. Es hatte sich dann herausgestellt, dass der Mann sich an einem Fersen verletzte und dadurch den Fuss nicht mehr belasten konnte – blöd. Da für ihn die Rega keine Variante war, halfen wir ihm bis runter

zur Strasse zu kommen. Vor allem Stephan hat ihn einen grossen Teil vom Gehweg runtergebuckelt – stark.
Wir verbrachten dann einen gemütlichen Abend auf dem Zeltplatz in Faido und schlüpften dann zu Nachtstunde in den Biwaksack und die Zeltli.

Wir waren natürlich nach Faido gereist, damit wir am Morgen nicht weit zum Einstieg unseres Sonntagsziels hatten – die Via Veterano oberhalb von Freggio. Eine alpine Sportkletterroute mit bis zu 22 Seillängen – mega. Nach einem gemütlichen Zmorgä und einer Irrfahrt nach Freggio konnten wir als erste Gruppe in die Route einsteigen. Wenige Seilschaften sind uns dann noch gefolgt. Also los gings. Nach anfänglichen klettertechnischen Schwierigkeiten im noch kalten und feuchten Felsen (der Schreibende hat sich leicht verstiegen), haben wir uns schnell an das alpine Flair und den plattigen Gneiss gewöhnt. Die Sonnenstrahlen hatten uns wohlgetan und wir konnten die oft herausfordernden Seillängen geniessen. Nach etwa 14 Seillängen gab es einen Ausstieg aus der Route, den wir nutzten. Für uns war an diesem Tag genug und wir hatten auch noch eine lange Heimfahrt vor uns, also runter durch den steilen Wald auf typischen Tessiner Bergwegen. Müde, glücklich und mit vielen schönen Eindrücken sind wir dann wieder zu Hause angekommen.

Ein grosser Dank an Stephan für die Idee und die Organisation. Es waren dabei: Giuliana, Stephan, Hansjörg, Urban.
Und noch was: Danke Giuliana für das Vorsteigen an den schwierigen Stellen und deine Tipps.
Und noch was: Hansjörg hat an diesem Wochenende das erste Mal Mehrseillängen geklettert – BRAVO. Und er hat das ganz geschmeidig gemacht. Ich hoffe, du hattest auch ein hübsches Wochenende.

Übrigens: Bilder können auf dem Tourenportal des SAC-Rorschach beim Tourenbericht zu dieser Tour angesehen werden.

Urban

Seiltag - Ausflug zur Brochenen Burg im sonnigen Rheintal

Der April war sehr launisch mit viel Regen und kalten Temperaturen. Doch heute zum Auftakt für die Sommersaison riss der Himmel auf, und die Sonne und der blaue Himmel zeigten sich noch etwas verhalten. Doch im Verlauf des Tages wurde es immer sonniger. Unsere Gruppe startet gut gelaunt morgens auf dem Parkplatz bei der Festung Magletsch.

Giuliana zeigte uns für den Start in den Tag das korrekte Anziehen des Gstältlis, das Anseilen und die notwendigen Knoten. Dank der Unterstützung von Adrian und Michael, bereits zwei erfahrene Kletterer, ging das Erlernen beziehungsweise Wiederholen der Grundtechniken für das Klettern relativ zügig voran, und wir konnten in kurzer Zeit den Fels in Angriff nehmen.

Nachdem Giuliana kurzerhand ein paar Express-Haken am Fels gesetzt hatte, ging es los mit Klettern und Sichern. Dabei lernten wir die Vorteile und Handhabung des Tubers kennen. In Zweierteams übten wir die Griffe und fanden bald Spass im Absichern und Klettern. Der Fels bot mit seinem harten Stein ein ideales Übungsgelände.

Nach einem kurzen Mittagsrast an der Sonne ging es am Nachmittag für Nicole, Toni und Susan los, das Erlernte nochmals zu festigen. Während dessen übten Michael und Adrian zusammen mit Giuliana das Sichern am langen Seil. Zu guter Letzt prägten wir uns die einzelnen Schritte für das Abseilen ein.

Am Ende des Tages konnten alle Gruppenteilnehmerinnen und Teilnehmer - Anfänger oder Fortgeschrittene - etwas mit nach Hause nehmen.

Herzlichen Dank an Giuliana für das Organisieren und Leiten des Seiltages.

Susan Frommer

Landi
GOLDACH
MÖRSCHWIL
Genossenschaft

STRIM
HAUSHALTGERÄTE

Besser sofort. Sofort besser.

Service und Verkauf aller Marken.
Beratung, Lieferung, Montage,
Entsorgung, Reparatur und Wartung.

Strim AG
Unteraachstrasse 7
9327 Tübach
info@strim.ch

Privatkunden:
071 555 6 999
privatkunde@strim.ch

Geschäftskunden:
071 555 66 50
firmenkunde@strim.ch

strim.ch

Bedachungen
Fassadenbau
Spenglerei
Solar

eidg. dipl. Dachdeckermeister
STREULE + ALDER AG

Rorschach / Heiden
Tel. 071 845 39 36
www.streule-alder.ch

Tourenprogramm

Aktive

Biketour Gäbris St Anton
1.7. - 2.7.2023 / (Sa-So)
Biketour ab Untereggen, ein Tag
Hohe Buche - Gäbris - St Anton - Kaien
Anforderung: Bi/C/S1
Tourenleiter/in: Peter Fidel Baumgartner, metallkunst@metallkunst.ch, +41 79 303 30 20
Anmeldung bis: 30.06.2023

Aktive

Sehr schöne Wander Tour
8.7.2023 / (Sa)
Wir treffen uns in Grub AR Skilift Kaien um 03:30h und fahren via Flüela nach Lavin. Von dort geht's hoch zur Macun Seenplatte. Je höher wir kommen, desto mehr Seen kommen ins Blickfeld. Weiter geht es zur Spi da Baselgia dem höchsten Punkt 2945m. Von dort weiter talwärts nach Zernez. Total Aufstieg und Abstieg je ca. 1550 Strecke total ca. 19km. Dauer etwa 6-7 Stunden. Verpflegung aus dem Rucksack.
Anforderung: B/B-T/T4
Tourenleiter/in: Walter Rieser, walter.rieser@bluewin.ch, 079 385 42 04
Anmeldung bis: 26.06.2023

JO

Einfache Hochtour
8.7. - 9.7.2023 / (Sa-So)
Die JO Hochtour ist für alle geeignet, egal wie viel Erfahrung du mitbringst. Die Schwierigkeit wird an die TeilnehmerInnen angepasst. Also auch wenn du noch nie oder nur wenige Hochtouren gemacht hast, wäre das die perfekte Gelegenheit einzusteigen.
Anforderung: HG, HK/C/WS+, III-
Tourenleiter/in: Andreas Lanter, andi.lanter@bluewin.ch, +41 79 312 88 03
Anmeldung bis: 23.06.2023

Legende Abkürzungen: ⇨Tourensuche im Tourenportal
(https://touren.sac-rorschach.ch/tours/displayAbbreviations)

HANSESUN
Photovoltaik
Strom für eine enkeltaugliche Welt
Hansesun Photovoltaik Swiss GmbH
Unterdorfstrasse 87 | 9451 Kriessern
Telefon: 071/744 40 30
www.hansesun.ch
photovoltaik spezialist
schweiz

Fit für Fels und Berg.
Kletterkurse
Schnupperklettern
Vereins-, Firmenanlässe
Kletterzentrum St.Gallen
www.diekletterhalle.ch
Tel. 071 310 09 09
Die Kletterhalle

Aktive

Alpine Klettertouren (Hochtouren) ab Sustlihütte

7.7. - 9.7.2023 / (Fr-So)

Wir reisen am Freitag an und geniessen drei Tage im alpinen Urnerland. Am Freitag klettern wir in den Klettergärten in der Nähe der Sustlihütte.
Am Samstag steigen wir über die Südwand-Route (ZS-, 3b) auf den Grassen, eine wiederbelebte und schöne Kletter-Hochtour mit Zustieg über den Stössenfirn.
Das Ziel am Sonntag ist das Wendenhorn über den klassischen Südostgrat (S-, 4c).
Alpine Erfahrung und Mehrseillängen-Klettern mit Keilen und Friends sind Voraussetzung. Es handelt sich um eine lange Tour mit alpinem Charakter und einem anspruchsvollen Abstieg. Eine Variantentour (Trotzigplanggstock, Klettergärten) ist möglich.

Anforderung: K, HK/A/ZS- - S-, 4c
Tourenleiter/in: Urban Wüst, urban.wuest@bluewin.ch, 079 786 89 09
Anmeldung bis: 31.05.2023

Aktive

Alpine Bergtour

14.7. - 15.7.2023 / (Fr-Sa)

Hochtour auf den Piz Dolf. Anfahrt am Freitag 14.07.2023 nach St. Martin. Von dort Aufstieg zur Sardona Hütte. Aufstieg ca. 800m und ca. 6 Std. Am Samstag 15.07.2023 von der Hütte zur Trinser Furgga auf den Piz Dolf 3028m. Aufstieg ca. 900m.
Danach zurück zur Sardona Hütte und runter nach St. Martin.
Alternative anstelle von Piz Dolf die Sardona 3057m
Am Samstag wird es eine lange Tour mit dem Auf- und dem Abstieg

Anforderung: HG, HK/A-S/ZS - ZS+
Tourenleiter/in: Walter Rieser, walter.rieser@bluewin.ch, 079 385 42 04
Anmeldung bis: 13.07.2023

JO

JO Sommerlager

17.7. - 23.7.2023 / (Mo-So)

Angebot von der JO Säntis (Hansueli Baumann):
Dieses Jahr gehen wir in die Hundsteinhütte und lernen die schönen Kletterein im Alpstein besser kennen.

Anforderung: K/B/3a - 7a
Tourenleiter/in: Andreas Lanter, andi.lanter@bluewin.ch, +41 79 312 88 03
Anmeldung bis: 02.07.2023

Aktive
JO

Tiejer Flue - Arosa
22.7.2023 / (Sa)
Überschreitung der Tiejer Flue von Litzirüti oder Davos nach Arosa.
Anforderung: AW/A-T/T5
Tourenleiter/in: Ernst Rechsteiner, ernst.rechsteiner.tobel@bluewin.ch, +041 79 862 26 61
Anmeldung bis: 16.07.2023

Aktive

Hochtour Vrenelisgärtli über den Guppengrat
4.8. - 5.8.2023 / (Fr-Sa)
Beliebtes, sagenumwobenes Gipfelziel mit eindrücklichem Aus- und Tiefblick. Steiler Aufstieg von Schwändi direkt aufs Vrenelisgärtli (2905 m).
Wir starten am Freitagnachmittag und steigen von Schwändi auf zur Guppenalp-Oberstafel (ca. 1000 Hm), wo wir übernachten. Nach einer urchigen Nacht nehmen wir den steilen Aufstieg (1250 Hm) über den Guppengrat aufs Vernelisgärtli unter die Füsse. Der Abstieg folgt der Route über den Schwandergrat und den Glärnischfirn zur Glärnischhütte und weiter zum Klöntalersee.
Anforderung: HK/B/I, WS+
Tourenleiter/in: Urban Wüst, urban.wuest@bluewin.ch, 079 786 89 09
Anmeldung bis: 01.07.2023

LENGWEILER
HEIZUNGEN
Service und Planung

Richard Lengweiler
Bleicheweg 4
9403 Goldach
Mobile 079 221 33 65
lengheiz@bluewin.ch

Aktive

Hochtour auf die Dent Blanche 4358m

18.8. - 20.8.2023 / (Fr-So)

Dies ist einer der ganz grossen Gipfel des Wallis. Er steht völlig isoliert und bildet ein Kreuz aus vier markanten Graten. Ihre Flanken bestehen grösstenteils aus Fels, lediglich im NE und SE sind Firnfelder und Restgletscher zu sehen. Die Dent Blanche ist mit drei nahen Hütten (Dent Blanche, Grand Mountet, Schönbiel) sehr gut erschlossen. Die Routen auf den Gipfel gehören zu den grossen Klassikern der Alpen. Sie sind alle lang und schwierig.

Bergführer Bruno Bösch wird uns führen und begleiten. Die genaue Route wird später, je nach Verhältnissen festgelegt.

Anforderung: HG, HK/A/ZS+, III

Tourenleiter/in: Urban Wüst, urban.wuest@bluewin.ch, 079 786 89 09

Anmeldung bis: 01.07.2023

KiBe

Klettersteig

26.8.2023 / (Sa)

Wir besuchen den Klettersteig Partnunblick in St. Antönien.

Anforderung: K/C-S/3a

Tourenleiter/in: Monika Baumgartner, monikabaumgartner@bluewin.ch, 079 523 79 17

Anmeldung bis: 12.08.2023

Aktive

Bike & Climb auf die Dreiländerspitz(3196m)

26.8.2023 / (Sa)

Mit dem Auto geht es auf die Bielerhöhe. Den ersten Teil bis zur Wiesbadener Hütte legen wir mit dem Bike zurück (450 Hm). Danach geht es zu Fuss weiter Richtung Dreiländerspitz. In leichter Gratkletterei erreichen wir den Vorgipfel. Ausgesetzt nehmen wir die letzten Meter auf den Hauptgipfel.

Anforderung: H, Bi/B/WS, S1, II

Tourenleiter/in: Jürgen Kuba, juergen.kuba@bluewin.ch, +41 79 318 24 67

Anmeldung bis: 18.08.2023

JO

JO Biwakwochenende
26.8. - 27.8.2023 / (Sa-So)
Angebot von der JO Säntis (Lina Koster):
Wir suchen einen schönen Platz in der Natur und geniessen die Nacht unter freiem Himmel. Natürlich werden wir mindestens einen Tag auch mit Klettern verbringen.
Anforderung: K/B/3a - 7a
Tourenleiter/in: Andreas Lanter, andi.lanter@bluewin.ch, +41 79 312 88 03
Anmeldung bis: 21.08.2023

KiBe

Biwaktour mit dem KiBe Säntis
2.9. - 3.9.2023 / (Sa-So)
Wir wandern zu einem geeigneten Platz, bei dem wir die Nacht unter freiem Himmel verbringen können.
Anforderung: BW, K/C/T2, 3c
Tourenleiter/in: Monika Baumgartner, monikabaumgartner@bluewin.ch, 079 523 79 17
Anmeldung bis: 07.07.2023

Aktive

Gross Spannort 3198m
2.9. - 3.9.2023 / (Sa-So)
Südgrat von der Spannorthütte - eine eindrückliche Gletschertour unter den imposanten Schlossberg-Wänden
Anforderung: HG, HK/B-T/WS, III+
Tourenleiter/in: Giuliana Schär, giuliana.schaer@gmx.ch,
Anmeldung bis: 21.08.2023

Aktive
JO

Hochtouren ab Fornohütte
8.9. - 10.9.2023 / (Fr-So)
Freitag Anreise zur Fornohütte
Samstag: HK Monte Rosso NO-Grat 6-7h
Sonntag: HK Pizzi dei Rossi Süd-Grat 5-6h
Anforderung: HK/A/ZS, III
Tourenleiter/in: Ernst Rechsteiner, ernst.rechsteiner.tobel@bluewin.ch, +041 79 862 26 61
Anmeldung bis: 20.08.2023

Aktive

Klettertour
9.9.2023 / (Sa)
Von der Schwägalp auf den Säntis via Chamhalde. Aufstieg ca. 1200m. Schöne Genuss Tour.
Treffpunkt und Zeit lasse ich noch offen.
Anforderung: HK/B-S/ZS-
Tourenleiter/in: Walter Rieser, walter.rieser@bluewin.ch, 079 385 42 04
Anmeldung bis: 28.07.2023

JO

JO Klettertour im Alpstein
9.9.2023 / (Sa)
Eintägige Klettertour im Alpstein
Der Ort und Routen werden je nach Anmeldungen angepasst. Es hat aber sicher für alle etwas dabei...
Anforderung: K/B/5c
Tourenleiter/in: Andreas Lanter, andi.lanter@bluewin.ch, +41 79 312 88 03
Anmeldung bis: 01.09.2023

KiBe

Klettergarten
23.9.2023 / (Sa)
Wir fahren mit der Luftseilbahn zur Ebenalp und Klettern im Klettergarten Zisler.
Anforderung: K/B/4a - 5c
Tourenleiter/in: Monika Baumgartner, monikabaumgartner@bluewin.ch, 079 523 79 17
Anmeldung bis: 08.09.2023

Aktive

Jahresprogramm 24 nur TL
28.9.2023 / (Do)
Zusammenstellung Jahresprogramm
Tourenleiter/in: Stephan Scheurer, info@scheurer-gartenbau.ch, 079 687 48 28
Anmeldung bis: 24.09.2023

Filiale St. Gallen | Breitfeldstr. 13 | 9015 St. Gallen

BÄCHLI
BERGSPORT

Aktive
JO

Klettern ab Frohmatt
30.9. - 1.10.2023 / (Sa-So)
Im südlichen Alpstein rund um Wildhaus stehen uns einige Möglichkeiten für schöne Kletter-Routen zur Verfügung (Stoss, Unghüür, Schattenwand, ...). Wir übernachten in unserm Clubhaus Frohmatt. Anmeldung für nur Samstag oder Sonntag ist auch möglich.
Anforderung: K/B/4c - 5c+
Tourenleiter/in: Urban Wüst, urban.wuest@bluewin.ch, 079 786 89 09
Anmeldung bis: 15.09.2023

JO

JO Herbstlager
7.10. - 15.10.2023 / (Sa-So)
Angebot von der JO Säntis (Martin Meier):
Ab in den Süden. Sonne, Gelati, Campen
Anforderung: K/C/3a - 7a
Tourenleiter/in: Andreas Lanter, andi.lanter@bluewin.ch, +41 79 312 88 03
Anmeldung bis: 09.09.2023

Ein Dankeschön an unsere treuen Inserenten

Ohne euch, geschätzte Inserenten, ist es für unsere SAC Sektion nicht möglich, die Clubnachrichten, als unser wichtigstes Kommunikationsmedium, herzustellen und an alle Mitglieder zu verteilen und so umfassend zu informieren. Für eure Unterstützung und Treue zu unserem Club sprechen wir ein grosses DANKESCHÖN aus. Ohne euch geht es nicht.

Liebe Sektions-Mitglieder,

wir weisen gerne auf unsere Inserenten hin und bitten euch, diese bei euren Einkäufen zu berücksichtigen. Dafür danken wir euch.

Der Vorstand

Leserbild: Jörg Morger

Typisch für die Schneemangellage auf der Alpensüdseite im Winter 2023: oft lange Anmarschwege mit aufgeschnallten Skis.

Skitourenwoche in Crampiolo (Alpe Devero) im Piemont: 26. 2. - 3.3. 2023

Teilnehmer: Denise und Hansruedi Geser (Organisation), Lilo und Felix Lanter, Thomas Blaser, Daniel Löhrer, Jörg Morger, Willi Preisig, Alex Schläppi, Guttannen (Bergführer)

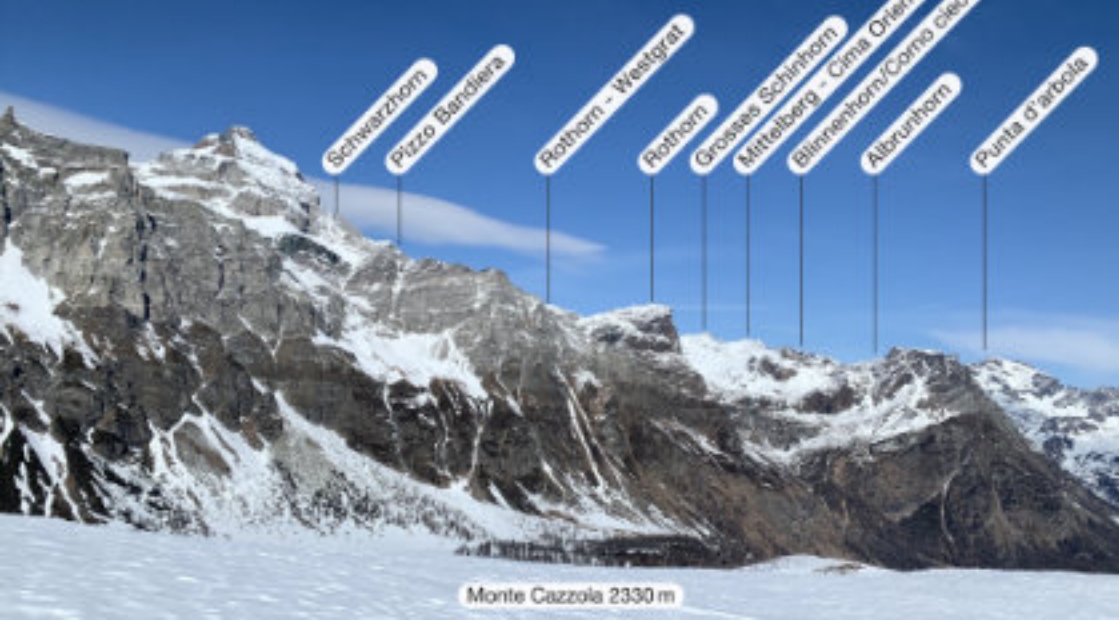
Im Agriturismo Crampiolo wurden wir mit regionalen Spezialitäten all'italianità kulinarisch dermassen verwöhnt, so dass wir unter dem Motto «Lieber gut essen und wenig Schnee als umgekehrt» zuversichtlich in unsere Tourenwoche starten konnten.

An den Nordhängen erwartete Alex ganz gute Tourenverhältnisse, welche wir uns halt meist mit einem kurzen Anmarsch mit aufgeschnallten Ski verdienen mussten.

Wettermässig waren wir positiv überrascht: abwechselnd bedeckter Himmel, einige Schneeflocken, Aufhellungen und sonnige Tage. Dank kalten Nächten und Tagestemperaturen knapp im Minus mussten wir uns wenigstens um den nach der warmen Vorwoche verbliebenen Schnee keine Sorge machen.

Die erste Tour führte zu Fuss zum Stausee Lago di Devero und dann in knapp 3 Stunden und 840 m Aufstieg zum Grat östlich des Monte Corbernas. (2540 m.ü.M).

Am zweiten Tag wieder der bekannte Aufstieg zu Fuss zum Stausee, dann rund 2 km bei mystischer Stimmung über das schneebedeckte Eis. Es folgte der Aufstieg in Richtung Norden. Alex musste ab und zu nach der idealen Aufstiegsvariante schauen. Für eine kurze Abfahrt nach Pianboglio hiess es abfellen. Weiter ging es recht steil Richtung Alpe Forno superiore, wo wir uns nach kurzem Verpflegungshalt bei einem kleinen «Gipfel» P. 2340 für die Abfahrt bereit machten. Auch dafür fand Alex wieder die bei



nicht einfachen Schneeverhältnissen idealsten Hänge. Die Tagesleistung betrug 14 km und 800 Höhenmeter.

Am 3. Tag: herrschte ideales Winterwetter. Ziel: Monte Cazzola (2230 m.ü.M.). Gut die Hälfte des Weges nach Alpe Devero mussten zu Fuss zurückgelegt werden, Vorsicht auf vereisten Waldpartien war geboten. Wir stiegen auf schmalem Waldweg einem Wildbachtobel auf und durch lichten Wald zur Alpe Misanco. Fürs kurze sonnenexponierte Schlussstück mussten die Ski nochmals getragen werden. Bei strahlender Sonne und herrlicher Rundsicht verweilten wir auf dem Gipfel. Für die Abfahrt auf der Nordflanke nach Alpe Devero hatte es genügend Schnee, um die eigenen Spuren nach Belieben zu ziehen. Die unteren zwei Drittel führten über die Piste des Skigebiets, welche uns, da die Lifte nur am Wochenende in Betrieb sind, ganz alleine für eine rassige Abfahrt zur Verfügung stand.

In der Nacht auf Donnerstag fiel nochmals ein Fläumchen Neuschnee. Start um 9 Uhr, nun aber direkt hinter dem Agriturismo steil den Wald hinauf zur Ebene der Laghi di Sangiatto, dann zur gleichnamigen Alpe, wo der feine Alpkäse herkommt, welcher uns täglich in verschiedenen Varianten aufgetischt wurde. Den Monte Sangiatto (2387 m.ü.M.) konnten wir nicht besteigen, zu hart war der steile Gipfelhang gefroren.

Also fellten wir auf dem Grat etwa 60 Hm unterhalb ab. Alex fand recht gute Verhältnisse für die Abfahrt zum oberen Sangiatto-See. Alle waren mit einem Zusatzaufstieg einverstanden diesmal zu einem Gipfel der südlich des Monte Sangiatto gelegenen Corona Troggi. Für die letzten

Meter zum Gipfel mussten die Harscheisen montiert und zum Schluss die Skis deponiert werden. Felix, Denise und ich verzichteten auf diese «Übung» und warteten bis zur Rückkehr der Gipfelstürmer. Ganz gute Schneeverhältnisse erlaubten flotte Schwünge und auch unter der Waldgrenze fand Alex immer wieder spannende Abkürzungs-Varianten zum Waldweg. Der Tag bot reichlich Gelegenheit zum An- und Abfellen sowie fürs Handling der Pinbindungen, welche bekanntlich immer dann Probleme bereiten, wenn alle zuschauen.

Bei strahlendem Himmel starteten wir am Freitagmorgen zu unserer Abschlusstour. Das Gepäck stellten wir für den Transport bereit, so dass wir am Mittag direkt Richtung Alpe Devero abfahren konnten.

Wie am ersten Tag ging es zu Fuss zum Stausee und dann Richtung Monte Corbernas, diesmal aber nur bis zu einer Anhöhe bei Punkt 2405 m.ü.M. Wie gewohnt führte uns Alex über Hänge mit besten Schneeverhältnissen. Ab und zu war beim Queren von Gräben Improvisieren gefragt. In südwestlicher Richtung erreichten wir die vom Donnerstag bekannte Alpe Sangiatto. Bei herrlichem Wetter genossen wir die letzten Meter bis zum Fussweg nach Alpe Devero.

Vor der Busabfahrt nach Domodossola blieb uns noch eine Stunde Zeit für ein Bier, eine feine Focaccia prosciutto e formaggio und einen Espresso auf der Terrasse der Bar La Casermetta: ein schöner Abschluss unserer gelungenen und unvergesslichen Woche!

Text und Fotos: Jörg Morger

Mit MemberPlus mehr erleben und weniger bezahlen.

Als Raiffeisen-Mitglied mit MemberPlus-Status profitieren Sie von vielen Freizeitvorteilen.
Jetzt mehr erfahren unter:
raiffeisen.ch/memberplus

Vielfältige Schönheiten im Südthurgau (Guntershausen-Sirnach)

Wir starten am 28.03.2023 mit 14 Personen ab Bahnhof Guntershausen. Das Wetter zaubert mit zum Teil noch schneebedeckten Bäumen und Sonnenschein eine wirkungsvolle Kulisse. Der Weg führt uns durch waldiges Gelände bergauf über Loo, Balterswil zum Hackebärg (698 m). Weiter gehts Richtung Vogelsang, wo wir im Restaurant KORN.HAUS mit einem Gourmet-Menü verwöhnt werden. Entlang der Murg wandern wir Richtung Sirnach, wobei wir noch einen Abstecher zum 18-Meter hohen Jubla Turm ob Sirnach machen. Die Rundsicht vom Turm ist natürlich grandios. Um 16.00h treffen wir alle wieder wohlbehalten und zufrieden am Bahnhof Sirnach ein. Gemäss unseren Mobiles wird die Zahl von gewanderten Schritten zwischen 21'000 - 24'000 gemessen.

Sandra Gnädinger

Rosinlitour, was mag das wohl sein?

Am 04.04.2023 treffen sich Sandra, Brigitte, Jörg, Esther, Anita, Suzanne, Ruedi, Lilo, Albert, Vreni, René Z. nach der ÖV Fahrt in Bauma und sind gespannt was die Tourenleiterin Herta wohl übers Rosinli zu erzählen hat?
Nun, das Geheimnis wird erst später gelüftet, für Erklärungen bläst die Bise ohnehin zu stark.
So kommen wir auch nicht ins Schwitzen und gewinnen schnell an Höhe. Den höchsten Punkt mit 919m erklimmen wir im Flug. Nach einem Waldabstieg öffnet sich die flachere Landschaft, das Naturschutzgebiet mit Zisets-, Graben-, Sennbach- und Grossriet ist ein Juwel. Beim Ameisenhaufen herrscht reges Treiben, faszinierend.
Abstieg und siehe da, das Geheimnis lüftet sich. Rosinli ist ein Aussichtspunkt mit Restaurant und einer grossen langen Rutschbah. Pfäffiker- und Greifensee und sogar der Üetliberg zeigen sich, auf der anderen Seite der Bachtel.

Nach rutschen mit Teppich machen sich Hunger und Durst bemerkbar, Schnipo mit Salat und etwas zum Anstossen geniessen wir in der warmen Wirtsstube des Rosinli. Über Wald, Wiesen, Grate hinab und schon stehen wir vor dem Café Steiner. Abschluss mit Rückblickgespräche lassen diese spannende Tour ausklingen, danke Herta..

René Zoller

Besser bauen.
Mit «bauunterstützung».

Wenn alles klappt, macht bauen Freude. Wir von der «bauunterstützung» orchestrieren für Sie das Zusammenspiel von ausgewählten Bauspezialisten, damit Ihr Bauprojekt in höchster Qualität, termingetreu und mit voller Kostentransparenz realisiert wird. Unser Leistungsangebot reicht dabei vom vollen Programm, d.h. der kompletten Projektleitung inklusive Architektur bis hin zu punktuellen Beratungsleistungen. Wieviel «bauunterstützung» Sie für Ihr Projekt von uns benötigen bestimmen allein Sie.

Erfahren Sie mehr über uns und unsere Projekte auf
www.bauunterstuetzung.ch

bauunterstützung

schwarz & partner ag bauunterstützung
pestalozzistrasse 11
9400 rorschach
t 071.841 25 25

Tourenprogramm Senioren

A+B Touren:
Das Tourenportal ist massgebend. Anmeldungen bis **spätestens Montag 12:00 Uhr** im Tourenportal.
Wenn Reservationen nötig sind, kann der Anmeldeschluss auch schon FRÜHER sein.

C Touren:
Alle Mitglieder erhalten bis spätestens Sonntag das C-Wanderprogramm per E-Mail zugestellt.
Anmeldungen **bis Montag 12:00 Uhr mit Telefon** an den jeweiligen C-Tourenleiter.

Frau Seniorenobmann und Anlässe Senioren
Beeler Edith, Spitz 581, 9044 Wald, 071 870 08 82 / 079 568 23 94
senioren@sac-rorschach.ch

Senioren-Tourenleitung
René Zoller, Oberhofstettenstrasse 75d, 9012 St. Gallen, 071 278 38 53
Stv. Jörg Morger, Tobelmülistrasse 14a, 9425 Thal, 071 888 39 31
senioren-touren@sac-rorschach.ch

Koordinator C-Touren
Fredi Weiersmüller 079 255 18 46
fredi.weiersmueller@bluewin.ch

Erklärungen Seniorentouren

Art		**Anforderung/Zusatz**		**Schwierigkeit**	**Markierung**
W	Wanderung	B + C		**T1**	gelb
BW	Bergwanderung	A + B	**S T**	**T2 - T3**	weiss/rot/weiss
AW	Alpinwanderung	A	**S T**	**T4 - T6**	weiss/blau/weiss

S = Schwindelfrei
T = Trittsicher

Beispiel:

Art/Anforderung/Zusatz/Schwierigkeit	**Zeit/km/+Hm/-Hm**
BW/B-T/T3	4,5 Std/12 km/+ 610 /- 420 Hm

Senioren A **Schönberg**
4.7.2023 / (Di)
Malbun-Schönberg Rundtour
Anforderung: BW/B-T/T3
Zeitrahmen: 5 Std.
km / Höhendifferenz: 12.4 km / +/- 740 Hm
Tourenleiter/in: Ruth Aemisegger, ruth.aemisegger@hotmail.com, +41 78 906 51 53
Anmeldung bis: 03.07.2023

Senioren B **Hirzli Rundwanderung**
4.7.2023 / (Di)
Bergstation Morgenholz (983) - Forsthaus (1445) - Hirzli (1641) - Obere Planken (1463) - Rest. Hirzli (1061) - Morgenholz
Anforderung: BW/B/T2
Zeitrahmen: 3.5 Std.
km / Höhendifferenz: 7 km, +/-660 Hm
Tourenleiter/in: Jörg Morger, morgerjoerg@gmail.com, +41 76 327 59 63
Anmeldung bis: 03.07.2023

Senioren B **Madrisa – Ascharina „Blumentour"**
11.7.2023 / (Di)
Madrisa – Flersch – Runggalina – Frösch - Ascharina
Anforderung: BW/B-T/T2
Zeitrahmen: 4 Std.
km / Höhendifferenz: 12,5 km, + 410/-1120 Hm
Tourenleiter/in: René Zoller, sac@naturweg.ch, +41 79 396 00 01
Anmeldung bis: 10.07.2023

Senioren B **Andeer - Rofla - Sufers**
18.7.2023 / (Di)
Andeer (981) - Bärenburg (1085) - Rofla (1100) - Festung (1340) - Sufers (1430)
Anforderung: W/C/T2
Zeitrahmen: 4.5 Std.
km / Höhendifferenz: +880/-340 Hm
Tourenleiter/in: Trudi Graf, trudi_graf@bluewin.ch,
Anmeldung bis: 17.07.2023

Senioren A

Nagelfluhkette 1. Tag:Hittisau - Hochhäderich - Staufenhaus
2. Tag: Staufenhaus - Mittag - D Immenstadt
18.7. - 19.7.2023 / (Di-Mi)

1. Tag: Genaue Angaben folgen nach Rekognoszierung im Tourenportal
2. Tag: Genaue Angaben folgen nach Rekognoszierung im Tourenportal

Anforderung:	BW/S-T/T3
Zeitrahmen:	7 Std.
km / Höhendifferenz:	14 km, +1300/-1100 Hm
Tourenleiter/in:	Felix Weber, fewe@gmx.ch, +41 79 272 46 37
Anmeldung bis:	Freitag, 14.07.2023

Senioren A

Obersee (Näfels) - Rautispitz
25.7.2023 / (Di)

Obersee (992) – P.1353 – Geiss-Chappelen – Passage Chli Rauti (2093) – Rautispitz (2283) – Rautihütten (1647) – Obersee

Der Eingang des Glarner Haupttals wird durch die fast 2000m hohen Ostwände von Rautispitz und Wiggis geprägt. Am Gipfel der Rautispitz bekommt man Gänsehaut beim Tiefblick nach Näfels oder Netstal.

Vom Obersee, den wir ab Stn. Näfels-Mollis per Rufbus erreichen, geht es auf z.T. steilen Fahrweg Richtung Grapplialp. Dort zweigen wir nach Süden ab und die markierte Route führt geschickt zwischen Felsbändern hinauf zum Rautispitz-Westgrat. Dabei ist eine Stufe per Drahtseil gut gesichert. Der Grat wird auf etwa 2000 m erreicht. Der Bergwanderweg führt dann teils luftig dem Westgrat folgend zum Gipfelkreuz des Rautispitzes.

Der Abstieg führt zunächst auf den Sattel zwischen Wiggis und Rautispitz, dann über die Rautialp zu den Rautihütten. Über eine Steilstufe
(Wanderstöcke empfehlenswert) hinunter zur Verzweigung bei der Grapplialp und zurück zum Obersee.

Anforderung:	BW/A-T/T3
Zeitrahmen:	7,5 Std.
km / Höhendifferenz:	13,2 km, +/-1370 Hm
Tourenleiter/in:	Siegfried Walz, siegfried@bswalz.de, +41 77 52 49 367
Anmeldung bis:	Samstag, 22.07.2023

Senioren B **Passugg - Churwalden - Lenzerheide**
25.7.2023 / (Di)
Passugg (874) - Churwalden (1230) - Valbella (1506) - Lenzerheide (1513)
Anforderung: BW/C/T2
Zeitrahmen: 5 h
km / Höhendifferenz: +800/-150 Hm
Tourenleiter/in: Trudi Graf, trudi_graf@bluewin.ch,
Anmeldung bis: 24.07.2023

Senioren A **Margelkopf Überschreitung**
1.8.2023 / (Di)
ab Bhf Buchs mit Taxi bis P Voralp
Voralp 1199 - Chalchofen 1170 - Inggernascht 1439 - Schlösslichopf 1806 - Sisitzsäss 1863 - Chapf 2000 - Margelkopf 2163
Abstieg Sommerweg zu Sisitzgrat - Hanenspil 1860 - Berghaus Malbun 1371 mit Einkehr
Rufbus/Taxi bis Buchs Bhf, Bahnersatz bis Altstätten, dann S4 oder IR13
Anforderung: BW/A-S/T4
Zeitrahmen: 5 Std.
km / Höhendifferenz: 12km,+1000/-800 Hm
Tourenleiter/in: Felix Weber, fewe@gmx.ch, +41 79 272 46 37
Anmeldung bis: 31.07.2023

Senioren B **Ins urchige Toggenburg Lütisburg bis Wattwil**
8.8.2023 / (Di)
Ausdauer erwünscht, kann aber auch abgekürzt werden.
Anforderung: W/B/T2
Zeitrahmen: ca. 5 Std.
km / Höhendifferenz: 18 km, +540/-510 Hm
Tourenleiter/in: Anita Lampugnani, lampugnanis@bluewin.ch, 078 841 43 28
Anmeldung bis: 7.08.2023

Die erste Adresse, wenn es um die
sichere Finanzierung Ihres Traumobjekts geht:
sgkb.ch/rorschach | sgkb.ch/goldach

Meine erste Bank. St.Galler Kantonalbank

Senioren A

Via ferrata del Diavolo K3 (Klettersteig Andermatt)
15.8.2023 / (Di)

Andermatt Einkehr Kaffee. Ab Andermatt zu Fuss zum Einstieg Teufelsbrücke. Klettersteig Via ferrata del Diavolo bis Unter Teufelstalboden. Zu Fuss bis MGB Nätschen.

Anforderung:	KSt/A/K3
Zeitrahmen:	4 Std.
km / Höhendifferenz:	4,6 km, +500/-100 Hm
Tourenleiter/in:	Rudolf Weiss, weiss.ruedi49@gmail.com, +41 79 581 27 38
Anmeldung bis:	Freitag, 11.08.2023

Senioren B

Hohe Kugel über Treiet
16.8.2023 / (Mi)

Start in Ebnit Heumöser-Schneewaldalpe-Oberer Fuassa-Staffelalpe-Hohe Kugel-Emser Hütte-Ebnit
T3 ist ein Wegstück mit etwas Geröll, jedoch nicht ausgesetzt.
Achtung: Datum der Tour geändert, da am Dienstag Maria Himmelfahrt ist und der Sonntagsfahrplan gilt.

Anforderung:	BW/B-T/T2 - T3
Zeitrahmen:	ca.4 Std.
km / Höhendifferenz:	10km,+/-750 Hm
Tourenleiter/in:	Brigitt Staub, briglu@gmx.ch, 079 761 94 12
Anmeldung bis:	15.08.2023

Senioren B

Landwasser abwärts: Wiesen- und Landwasserviadukt
22.8.2023 / (Di)

Davos Monstein dem Landwasser abwärts folgend bis Wiesen, weiter mit Sicht zum Wiesen- und Landwasserviadukt bis Alveneu. Gegen den Schluss Kaffee möglich.

Anforderung:	BW/B-T/T2
Zeitrahmen:	4,5 Std.
km / Höhendifferenz:	13 km, +200/-590 Hm
Tourenleiter/in:	René Zoller, sac@naturweg.ch, +41 79 396 00 01
Anmeldung bis:	21.08.2023

Senioren A
Senioren B + C

Tourenwoche in Jaun FR
26.8. - 2.9.2023 / (Sa-Sa)

Die An- und Abreise wird mit dem Reise-Car durchgeführt.
Geplant wird täglich je eine Tour in den drei Stärkeklassen A / B / C.

Anforderung:	W, BW/A-C/T1 - T4
Tourenleiter/in:	Edith Beeler, edbeeler@bluewin.ch, +41 79 568 23 94
Anmeldung bis:	17.04.2023

Senioren B

Habergschwänd - NFS Fronalphaus - Mollis
12.9.2023 / (Di)

Alter 2er Sessellift Filzbach - Habergschwänd, Schabzigerweg bis NFS-Fronalphaus - Abstieg nach Mollis // NFS-Restaurant öffnet extra: mind. 15 Teilnehmer!

Anforderung:	BW/B-T/T3
Zeitrahmen:	5 Std.
km / Höhendifferenz:	13 km, +520/-920 Hm
Tourenleiter/in:	René Zoller, sac@naturweg.ch, +41 79 396 00 01
Anmeldung bis:	Freitag, 1.09.2023

Senioren A

Quinten - Walenstadtberg via Laubegg
12.9.2023 / (Di)

Quinten Einkehr, Bergwanderung ab Quinten, Laubegg, Säls, Rütiwald, Falggestei, Vordere Wise, Rehazentrum.

Anforderung:	BW/A-S/T3
Zeitrahmen:	6 Std.
km / Höhendifferenz:	12,6 km, +1300/-240 Hm
Tourenleiter/in:	Rudolf Weiss, weiss.ruedi49@gmail.com, +41 79 581 27 38
Anmeldung bis:	11.09.2023

Senioren B

Köbelisberg
19.9.2023 / (Di)

Von Wattwil über den Köbelisberg nach St. Peterzell
Rorschach ab 08:32 , St. Gallen ab 08:57 Gleis 5, Wattwil an 09:29

Anforderung:	BW/B/T2
Zeitrahmen:	4,5 Std.
km / Höhendifferenz:	13.5 km, +750/-650 Hm
Tourenleiter/in:	Suzanne Zeller, zeller@gmx.ch, +41 78 636 07 40
Anmeldung bis:	18.09.2023

Senioren A **Winterstaude**

19.9.2023 / (Di)

Niedere Höhe - Stongerhöhealpe - Stongerhöhe - alpiner Steig «Hasenstrick» - Winterstaude (1877 m) Abstieg über die Lingenauerealpe zur Stongenalpe (1410 m). Moos - Wildmoosalpe - Mittelstation Sonderdach (1210 m).

Anforderung: BW, AW/S-T/T3 - T4
Zeitrahmen: 4 Std.
km / Höhendifferenz: 10 km, +320/-730 Hm
Tourenleiter/in: Jörg Morger, morgerjoerg@gmail.com, +41 76 327 59 63
Anmeldung bis: Freitag, 15.09.2023

Senioren B **Bad Ragaz - Narrenberg - Bad Ragaz**

26.9.2023 / (Di)

Bad Ragaz 500 m - Narrenberg 860 m - Bad Ragaz 500 m

Anforderung: BW/B/T2
Tourenleiter/in: Herta Stadler, herta.bsc@bluewin.ch, 079 716 78 59
Anmeldung bis: 25.09.2023

Senioren B **Amden/Niederschlag - Mattstogg**

26.9.2023 / (Di)

Oft besuchter Gipfel oberhalb von Amden mit Blick auf die Glarner Berge.
Start und Ende der Wanderung ist die Seilbahnstation Amden/Niederschlag.
Aufstieg über Walau, vorbei an den Lawinenverbauungen und über eine kurze, mit Drahtseil gesicherte Stelle, zum Gipfel. Abstieg auf dem selben Weg bis ca. 1560m, dann weiter über Obloch, Oberfurggle zurück zur Bergstation.
Der größte Teil der Route ist T2, mit Ausnahme des Gipfelbereichs.
Einkehrmöglichkeiten im Bereich der Bergstation.

Anforderung: BW/B-T/T2 - T3
Zeitrahmen: 5 Std.
km / Höhendifferenz: 8,4 km, +/- 760Hm
Tourenleiter/in: Siegfried Walz, siegfried@bswalz.de, +41 77 52 49 367
Anmeldung bis: 25.09.2023

C-Touren: Informationen folgen via E-Mail und **Anmeldungen** sind mit Telefon bis Montag 12 Uhr möglich.

Datum	TL	Tour	Anforderung	Typ
04.07.	Anita Lampugnani	Degersheim - Fuchsacker - Dicken	C	W
11.07.	Hans Gantenbein	Gamsalp - Sattel - Voralp	C	W
18.07.	Fam. Manser	Amriswil - Kraz Donzhausen - Sulgen Bahnhof	C	W
25.07.	Edith Beeler	Ort noch offen	C	W
01.08.	?	Offene Tour (Nationalfeiertag)	C	
08.08.	Trudi Graf	von Schmerikon ins Aabachtal	C	W
15.08.	Martha Oertle	Amden - Niederschlag - Arvenbüel	C	W
22.08.	Ursula Zoller	Monstein Landwasser abwärts bis Wiesen Sicht auf Wiesenviadukt	C	W
26.08.-02.09.	Edith Beeler	Tourenwoche Jaun FR	ABC	W
05.09.		keine Tour (nach Tourenwoche)		
12.09.	Brigitt Staub	Rheintaler Höhenweg Rheineck nach St. Margrethen	C	W
19.09.	Hans Keller	Weinweg von Eglisau nach Rafz	C	W
26.09.	René Leuenberger	Kastanien am Walensee	C	W

Seit über 30 Jahren
Ihr unabhängig kompetenter Reiseplaner in
Goldach

Bernhard Reisen

Hauptstrasse 18 - 071 844 19 88 - info@bernhard-reisen.ch

zielgerichtet

für alle Bedürfnisse
die besten Lösungen.

Bahnhofstrasse 47
9402 Mörschwil
071 866 11 70
braendle-druck.ch

brändle
druck und mehr

vogelgleich.ch

Tandemflüge Appenzellerland | Passagierflüge | Gutscheine
R. Berner | 079 270 71 33 | Stein AR

KIBE in der Halle

Am Sonntag, 26. März, machten sich Kira, Lara, Gianna, Emilia und Aline unter der Leitung von Monika, unterstützt von Sonja, auf den Weg, um gemeinsam einige Routen zu klettern.
Es bestand lange die Hoffnung, dies an der frischen Luft zu tun, aber leider war Petrus anscheinend anderer Meinung und so gings ab in die Kletterhalle nach St.Gallen.
Da uns die Jungs im Stich liessen, wars diesmal eine reine Frauengruppe. Nach Monikas sehr effizientem Einwärmen und etwas Einbouldern, sollte es eigentlich in die Seile gehen, aber da es grad Mittag war, bekamen die ersten schon Hunger und der musste erst mal

gestillt werden. Tja, so kanns gehen. Nichtsdestotrotz gings danach an die Wände. Erst etwas am Toprope und die Finger wieder an die Griffe gewöhnt, um dann natürlich für die Grossen auch den Vorstieg zu üben. Es ergaben sich rasch Zweiergruppen, somit konnte Monika die Kontrolle und Aufsicht übernehmen und war nicht mit Sichern beschäftigt. Lara und Kira sowie Gianna und Emilia, wechselten sich ab im Sichern/Klettern und versuchten sich an den verschiedenen Schwierigkeitsgraden. Aline, die kleinste im Bunde, erfreute sich ebenfalls daran, die Wände wieder einmal zu besteigen und wurde von Mami Sonja gesichert.
So verging die Zeit im Flug und schon war es fast 16.00 Uhr und alle machten sich auf den Rückweg nach Hause.
Schön wars, aber alle freuen sich auf den Sommer und die Felsen in der Natur. Super wäre es auch wieder, einige Jungs mit dabei zu haben. Nur Mut, die Mädels sind sehr nett.

Sonja Brunner

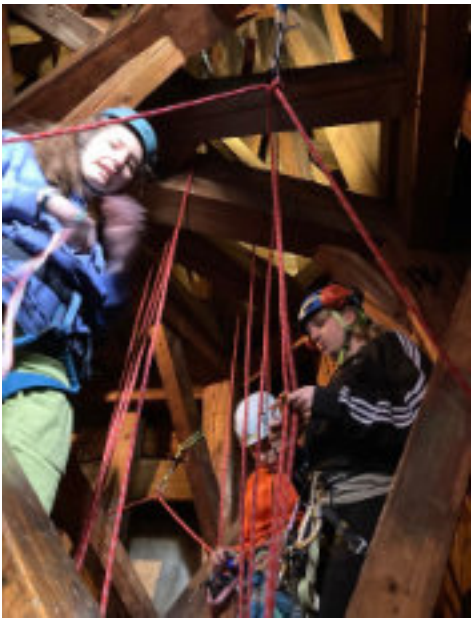
Bericht zum Seiltag vom 29.04.2023 in Bühler

Schon zeitig organisiert Monika mit Sonja zusammen den Transport der Rorschacher Delegation des SAC zum Seiltag nach Bühler. Dieser wird jährlich vom KIBE Säntis organisiert und wir dürfen uns da anschliessen. Mit Auto? Mit Zug? Wieviele kommen? Schlussendlich sind es dann doch nur vier Kids und zwei Erwachsene und wir fahren mit dem grösseren Auto hin.

Lara war schon öfters am Seiltag mit dabei, aber für die übrigen (ausser Monika) war es das erste Mal. Aline, die kleinste im Bunde freut sich schon seit Tagen, ist aber auch etwas nervös. So geht es wahrscheinlich auch Gianna sowie Nevio, der die Männerquote im KIBE Rorschach hält. Sonja hofft auch, dass sie nicht nur Monika an ihrem Posten unterstützen kann, sondern auch viel dazulernen darf.

So treffen sich um 13.00 Uhr alle Leiter mit Mätti und Ueli zur Instruktion der Posten und richten diese ein. Die Kids, die schon da sind, essen und spielen noch etwas, bevor um 14.00 Uhr dann das ganze los geht. Die Teilnehmer werden in 2er und 3er Gruppen aufgeteilt und starten an einem der neun Posten. Es ist spannend, was es da alles zu lernen gibt. Es wird Wissen über Karten und Kompass, erste Hilfe und Gefahren am Berg erklärt und geübt. Wie ein Seil ordentlich zusammengenommen wird, wie die Knöpfe gemacht werden und wie das Sicherungstool

funktioniert, ist ebenso wichtig zu wissen. Es könnte auch mal nützlich sein, wenn man weiss, wie ein Flaschenzug funktioniert und wie man einen Anker im Schnee legen kann. Die Mehrseillänge wird ausnahmsweise in der Horizontalen geübt und wie es sich anfühlt, wenn beim Sichern jemand ins Seil fällt, nimmt auch so einigen die Angst davor, diesen nicht halten zu können.



Das Wichtigste oder besser das Highlight, ist jedoch das Abseilen vom Glockenturm. Hierbei wird auch schon mal das selbst Hochsteigen und Sichern mittels Prusikschlinge geübt und beim Selbstabseilen über die Dachzinne überwindet sich dann sogar noch unsere Kleinste und lässt sich von Ueli zu einem zweiten Versuch motivieren.

Nach der Pause nimmt uns Mätti mit zu den Glocken hoch und erklärt noch einiges über deren Geschichte und Beschaffenheit. Um 16.00 Uhr ist ein längeres Spiel der vier unterschiedlich grossen Glocken angesagt und wir dürfen dies aus allernächster Nähe mitverfolgen. Ist schon etwas mulmig vor einer tonnenschweren Glocke zu sitzen, die ein Meter vor meinem Gesicht hin und her schwingt. Sehr eindrücklich und eher laut. Jetzt weiss auch der Letzte, warum wir Gehörschütze mitnehmen sollten.

Bis 18.00 Uhr wird noch geübt und dann aufgeräumt, so dass der Dachstock und Glo-

ckenturm wieder im ordentlichen Zustand der Gemeinde übergeben werden kann.

Glücklich und müde kehren wir sechs wieder in die Seeregion zurück und haben viel zu erzählen.

Sonja Brunner

Felix
Bierschnauz
ZERTIFIZIERTE SPITZENQUALITÄT
SLOW BREWING
SEIT 1779
Schützengarten
- LAGER -
ÄLTESTE SCHWEIZER BRAUKUNST
UNSER SCHÜGA.
Wir nehmen uns Zeit für unser Bier.

Nachruf Ursula Künzle, 1948 – 2023

Wir trauern um unsere Uschi ! Ein gutes Herz hat aufgehört zu schlagen. Ursula Künzle hat am Sonntag, 04. Juni 2023 ihre letzte Wanderung angetreten. Es schmerzt, dass sie nicht mehr bei uns sein darf. Nach kurzer und schwerer Krankheit ist sie friedlich im Beisein ihrer Familie eingeschlafen.

Uschi ist zusammen mit ihrem Mann Thomas im Februar 2012 in den SAC Rorschach eingetreten. Manche haben sich gefragt, aus welchem Grund die beiden, wohnhaft in Tägerwilen, bei uns in der Sektion Rorschach Mitglieder sind. Dies hat einen besonderen Grund: Als langjährige Schulkollegin und Freundin von Anita Lampugnani haben die beiden miteinander abgesprochen, dass Uschi nach der Pensionierung zu Anita in die Sektion des SAC Rorschach und Anita im Gegenzug in den Ruderclub eintritt. Gesagt, getan und so vertieften sie ihre Freundschaft über all die Jahre. Unter anderem begaben sich die beiden zusammen seit 1999 praktisch jährlich auf den Jakobsweg in Richtung Santiago de Compostela. In Etappen von jeweils ein, zwei oder fast drei Wochen haben sie diesen Weitwanderweg zusammen begangen. Leider für Uschi das letzte Mal im Oktober 2021.

Zusammen haben die beiden auch unzählige Touren für den SAC Rorschach in ihrer gemeinsamen Heimat, dem Toggenburg - auch bei Nebel und anderer Wetterunbill - rekognosziert und geleitet. Ihre fröhliche Art und Hilfsbereitschaft sowie ihre Wanderleitungen, die sie oft auch mit Thomas zusammen geführt hat, werden uns allen stets in unvergesslicher Erinnerung bleiben.

Im Jahr 2016 stand eine Wachtablösung bei der Seniorenabteilung des SAC Rorschach an.

Der damalige Obmann wie auch die Kassierin der Seniorenkasse und Organisatorin der Anlässe traten zurück und wollten die Ämter in jüngere Hände übergeben. Es war damals gar nicht so einfach eine geeignete Person als Kassierin und für die Organisation unserer Anlässe zu finden. Umso grösser war die Freude und Dankbarkeit, dass sich Uschi dazu zur Verfügung stellte. Als ehemalige Bankangestellte war sie die perfekte Person. Auch konnte sie hier ihr Flair und ihre Fantasie für schöne Dekorationen ausleben.

Gerne erinnern wir uns an die gut organisierten Seniorennachmittage, mit ihren schmuckvollen, stets liebevoll gestalteten Tischdekorationen sowie speziell im letzten Februar den Flötenbeitrag.

Unvergesslich bleiben ihre handgeschriebenen Geburtstagskarten auf einen runden Geburtstag, womit doch manches SAC-Mitglied freudig überrascht wurde.

Auch auf diesem Weg erinnern wir uns gerne an Uschi, unsere liebevolle, stets sehr herzliche, hilfsbereite und einfühlsame Kollegin und Freundin. Wir sind dankbar für die Zeit, die wir mit ihr erleben durften.

Anita Lampugnani
Suzanne Zeller

DESIGN ZIEHT SICH ALS LINIE DURCH UNSERE ARCHITEKTUR

DES ARC
DESIGN ARCHITEKTUR

DESARC AG | DESIGN ARCHITEKTUR
RUHEBERGSTRASSE 3 | 9327 TÜBACH
T 071 840 05 85 | WWW.DESARC.CH

Willy Dornbierer
Transport AG

WIR TRANSPORTIEREN FÜR SIE NACH MASS!

- Kranarbeiten – unsere Kernkompetenz
- Spezialtransporte – grenzenlos
- Stückgutlösungen – ganze Schweiz
- Kippertransporte – Steine, Kies und Sand

MIT UNS FAHREN SIE GUT. WIR FREUEN UNS AUF IHREN ANRUF.

Tel. 071 886 66 77 · info@dornbierer-transport.ch
THAL · RORSCHACHERBERG · LODRINO

FSC
www.fsc.org

RECYCLED
Papier aus
Recyclingmaterial
FSC® C031954

Unser SAC-Spiegel

Heute mit Kathrin Frey

1. Was bedeutet dir das Bergsteigen?

Es ist nicht nur ein Hobby, sondern eine Leidenschaft. Es ermöglicht mir komplett abzuschalten und in eine andere Welt einzutauchen und dabei atemberaubende Momente mit meinen Liebsten zu verbringen.

2. Welches war dein bislang schönstes Bergerlebnis?

Das schönste ist schwierig zu sagen, denn alle waren in ihrer Hinsicht «das schönste». Aber ein Erlebnis, welches mir geblieben ist, war der unvergessliche Sonnenuntergang nach meiner ersten JO-Hochtour, die ich mit Andi leiten durfte.

3. Und welches dein peinlichstes?

Als wir mit der JO in einem Klettergarten waren. Da warf mir eine Freundin den Seilsack zu, den ich schlussendlich nicht fangen konnte. Er rollte daraufhin mehrere hundert Meter den Berg hinunter.

4. Mit welchen drei Personen deiner Wahl würdest du gerne einmal auf einer Tour unterwegs sein?

Mit meinen Geschwistern und Bene.

5. Wo warst du am weitesten entfernt von Rorschach schon einmal auf einer Bergtour?

Im JO-Lager in Korsika.

6. Welcher «Promi» müsste aus welchem Grund das Bergsteigen erlernen?

James Bond, damit auch er einmal an seine Grenzen kommt.

7. Was für einen Wunsch für den SAC Rorschach hast du?

Dass der SAC viele unvergessliche, unfallfreie Touren für Jung und Klein bieten kann.

Klipp und klar

- In der SAC-Hütte trinke ich am liebsten: Kaltes Panaché
- Mein höchster Gipfel: Allalinhorn

- Seilbahn oder Bergweg? Bergweg.
- Diesen Abstieg vergesse ich nie: Abstieg vom Piz Casnil, als wir uns immer und immer wieder verliefen und in der Geröllhalde herumirrten.
- Ein eindrückliches Erlebnis zum Schluss: Als wir im J&S Leiterkurs bei sehr starkem Schneefall den Glacier du Trient überquerten. Da übernahm ich die Leitung. Es dauerte nicht lange, bis ich auf direktem Wege in eine verschneite Gletscherspalte stürzte. Zum Glück haben mich meine Freunde gehalten und herausgezogen.
- **Wer soll als nächstes in dieser Rubrik die sieben Fragen beantworten?**

Wir wechseln bei jeder Ausgabe zwischen Mann und Frau ab: **Ernst Rechsteiner**

RMI TREUHAND EXPERTEN AG

EFFIZIENT,
LEISTUNGSSTARK UND
ZU VERNÜNFTIGEN
PREISEN.

rmi-treuhand.ch

RMI Treuhandexperten AG
Sulzstrasse 20
9403 Goldach

071 855 67 00
info@rmi-treuhand.ch

Schwager AG
Bedachungen & Spenglerei
www.schwager-bedachungen.ch

Schwager AG Bedachungen
Marmorstrasse 5
9403 Goldach

Tel. 071 844 69 89
Fax 071 844 69 85
schwager.dach@bluewin.ch

- Steildach
- Flachdach
- Spenglerei
- Fassadenbau
- Dachfenster
- Kranarbeiten
- Solaranlagen

SAC Impressum

Herausgeber
Schweizer Alpen-Club SAC Sektion Rorschach
9400 Rorschach
www.sac-rorschach.ch

Erscheinungsweise 5 x jährlich

Preis CN für Mitglieder gratis

Preis Inserat:
1/1 Seite pro Ausgabe Fr. 100.--
1/2 Seite pro Ausgabe Fr. 80.--
1/4 Seite pro Ausgabe Fr. 50.--

Redaktionsschluss:
2023 4. Sept., 27. Nov.

nächste Sektionsversammlungen:

2023 30. Juni, 29. Sept.

www.sac-rorschach.ch
www.fornohuette.ch
Tourenportal: touren.sac-rorschach.ch

Bankkonto: Raiffeisenbank Region Rorschach
CH45 8080 8008 1616 2071 3
SAC Sektion Rorschach
9400 Rorschach

Redaktorin
Iris Bodenmann Im Stadtwald 3
9400 Rorschach
071 841 09 75
redaktion@sac-rorschach.ch

Inserate
Urban Wüst Goldermühlestrasse 13
9403 Goldach
079 786 89 09
inserate@sac-rorschach.ch

Adressänderungen
Brigitt Staub Tobelmülistrasse 14b
9425 Thal
071 888 66 46
verwaltung@sac-rorschach.ch

Hinweis:
Die Clubnachrichten sind auch auf der Homepage anzusehen. Dort können auch ältere Ausgaben im Archiv ausgewählt werden.

Wer die Clubnachrichten nur noch digital erhalten möchte, einfach ein Mail an die Redaktion

Titelbild: Unterhalb des Monte del Sangiatto mit Blick zum Stausee, Lago di Agaro

Jörg Morger

Frohmatt – das sympathische Clubheim für Gruppen und Familien!

Wir bieten
Preiswerte Unterkunft für Selbstkocher
Kinderfreundlich - für Familien
Gruppen bis zu 20 Personen
Bettenzimmer und Matratzenlager
Grosszügige Küche und Aufenthaltsraum
Sommer und Winter
Grosser Garten mit Feuerstelle
Skiraum mit Schuhtrocknungsanlage
Zentrum in Gehdistanz
Parkplätze beim Haus
Kostenloses WLAN

Toggenburg

Erholung Ausspannen Ruhe Geniessen
Wandern Bergsteigen Klettern Biken
Squash Baden Tennis Gleitschirmfliegen
Minigolf Skifahren Snowboarden
Langlauf Schneeschuhlaufen Schlitteln
Schlittschuhlaufen Curling Skitouren

Lochmühlestrasse 1 - Müsli
CH-9658 Wildhaus / Toggenburg

SAC Sektion Rorschach
frohmatt@sac-rorschach.ch
www.sac-rorschach.ch

Schweizer Alpen-Club SAC
Club Alpin Suisse
Club Alpino Svizzero
Club Alpin Svizzer

Freitag, 30. Juni, ab 19.00h

Sommerhöck auf dem Steinigen Tisch

Treffpunkt für Wanderer: 17.30 Uhr beim Busbahnhof Süd
beim Hauptbahnhof Rorschach (Pizzeria Gemelli)

Wir freuen uns auf die
Gestaltung und Pflege
Ihrer Gartenanlage

scheurer-gartenbau.ch
Beratung • Planung • Ausführung
9033 Untereggen • 079 687 48 28

Unterweid • 9033 Untereggen
071 866 23 12 • 079 687 48 28