

Hausberg Ringelspitz 3247m „höchster St.Galler“

01.-02. Juli 2023

09.-10. September 2023

Tourenbeschrieb

Der „höchste St.Galler“, der Ringelspitz, besteigen wir von der Ringelspitzhütte aus. Die Ringelspitzhütte ist gemütlich und sehr gut bewartet. Die Besteigung vom Ringelspitz führt über das Mittelgrätli in leichter Kletterei. Ein Höhepunkt ist sicher der Gipfelturm. Der Abstieg führt uns über das Tscheband oder wieder via das Mittelgrätli zurück zur Hütte.

Programm

1.Tag Fahrt in Fahrgemeinschaften von Bad Ragaz auf den .Kunkelsspass. Aufstieg vom Kunkelsspass zur Ringelspitzhütte SAC.

2.Tag Aufstieg zum Ringelspitz. Abstieg über Tscheband oder Mittelgrätli zurück zur Hütte und anschliessend zum Kunkelsspass und weiter nach Bad Ragaz. Heimreise ab Bad Ragaz ca. 16.30 Uhr.

Treffpunkt

Unser Bergführer erwartet Sie um 14:00 Uhr in Bad Ragaz Bahnhof bei der Posthaltestelle.

Preis/Leistung

- Organisation und Führung durch eidg. dipl. Bergführer
- Gruppengrösse 2-3 Teilnehmer
- Inkl. HP in der SAC-Hütte
- Exkl. Fahrt von Bad Ragaz auf den Kunkelsspass (ca.15-25 CHF)
- Bei 2 TN 590.00 CHF/ Person, mit 3 TN 570.00 CHF/Person

Leitung

01.-01.07.2023	Andreas Zimmermann	+41 76 323 44 05
09.-10.09.2023	Stephan Gartmann	+41 78 849 13 24

Voraussetzungen

Kondition: ca. 1300 Hm ca. 5h Aufstieg

Technik: Trittsicherheit, Schwindelfrei, leichte Kletterstellen

Einfache bis mittelschwere Hochtour

Bekleidung

- Gore Tex Jacke und Wetterschutzhose
- Hochtouren- oder Trekkinghose
- Soft Shell oder Fleecejacke

- Handschuhe
- Mütze, evtl. Stirnband oder Buff
- Funktionelle Socken (1 Ersatzpaar)
- Funktionelle Unterwäsche kurz/lang
- Gamaschen

Diverses

- Rucksack mit Hüftgurt (30-40l)
- Sonnenbrille
- Sonnen- und Lippencreme, Sonnenhut
- Trinkflasche, evtl. Thermosflasche
- Taschenmesser
- LED Stirnlampe mit neuer Batterie
- Heftpflaster und Compeed
- SAC/DAV-Ausweis, wenn vorhanden

Technische Ausrüstung

- Klettergurt mit 2 HMS Karabinern
- Helm
- Steigeisenfeste oder bedingt steigeisenfeste Bergschuhe
- Steigeisen mit Antistoll

Verpflegung

- Zwischenverpflegung: Diese wird zwischen Frühstück und Abendessen gegessen und für die entsprechende Anzahl Tage mitgenommen. Schokolade kann auf den meisten Hütten gekauft werden.
- Tourentee: Der Tourentee wird von der Unterkunft jeweils am Morgen bereitgestellt und ist im Preis inbegriffen.

Übernachtung

- Ohrenpfropfen
- Toilettenartikel im Kleinformat und Erfrischungstüchlein
- Innenschlafsack aus Seide oder Baumwolle (aus Hygienegründen)
- Die Hütte verfügt über fliessend kaltes Wasser zur Körperpflege
- Es stehen Hüttenfinken zur Verfügung

Light bringt weit! Der Rucksack sollte nicht mehr als 8-9 kg wiegen.