BERGSCHULE
KLEINWALSERTAL

Skitourentage in St. Antönien

Traumhafte Skitouren weit abseits vom Trubel

Nicht weit entfernt von Klosters, in einem Seitental des Prättigau, befindet sich in einzigartiger Lage das Bergsteigerdorf St. Antönien. Mit dem Slogan „...hinter dem Mond gleich links“ wirbt das Dorf für seine Abgeschiedenheit und tatsächlich finden sich hier auf fast 1.500 m Höhe neben einer sicheren Schneelage auch eine Vielzahl an Skitourenmöglichkeiten, die keine Wünsche offen lassen. Dies macht St. Antönien zu einem wahren Eldorado für Skitourenbegeisterte und nicht umsonst gehört es deshalb seit 2021 zu einem der ersten ausgezeichneten Bergsteigerdörfer der Schweiz. Die gemütliche Unterkunft mit ihrer köstlichen regionalen Küche und die herzliche Gastfreundschaft runden dabei unsere Skitourentage ab. Am ersten Tag nutzen wir den Gepäcktransport der Unterkunft und starten gleich mit unserer ersten Tour.

Die ausgeschriebenen Touren sind nur bei guten Bedingungen möglich. Änderungen und notwendige Anpassungen (Lawinenlage o.a.) sind dem Bergführer überlassen.

Anforderungen

Kondition ❄❄❄❄

Aufstiege bis zu 1400 Höhenmetern mit einer maximalen Gehzeit von 4 bis 6 Stunden pro Tag. Deine Kondition erlaubt eine Belastung über mehrere Tage. Die Abfahrtsmeter entsprechen den Aufstiegsmetern bzw. sind den Tagesetappen zu entnehmen.

Technik ❄❄❄❄

Für Sportler und Routinierte: Du hast bereits umfangreiche Erfahrung im Skitouren- und Freeridebereich und beherrschst eine gute Fahrtechnik im freien Gelände sowie auf unterschiedlichen Schneearten. In der Abfahrt können steilere Engpässe vorkommen. Für den Aufstieg sind sichere Spitzkehren erforderlich. Der Umgang mit Harscheisen bereitet dir keine Schwierigkeiten.

Tourenbeschreibung

Tag 1: Eingehtour auf den Spitzenbuel - Berghaus Alpenrösli

Nach der Begrüßung und einem Ausrüstungs- sowie LVS-Check beginnen wir direkt mit unserer ersten Tour. Das Gepäck (Reisetasche max. 10 kg) für die nächtsten Tage lassen wir von der Unterkunft abholen. Wir müssen nur unseren, für Tagesskitouren üblichen, Rucksack tragen. Vom Parkplatz führt unser Weg zunächst entlang des Gafierbachs. Bald schon verlassen wir diesen und steigen auf bis zum Gipfel des Spitzenbuel, der mit seinen 2.193 m unseren ersten Gipfel markiert. Ab hier geht es über eine sanfte Abfahrt direkt nach Partnun, wo bereits der Kaffee in unserer gemütlichen Unterkunft auf uns wartet.

Höhenunterschied: bergauf 750m | bergab 420m

Gehzeit: ca. 03:00 Std.

Tag 2: Skitour auf die Rotspitz oder den Schollberg

Eine landschaftlich sehr beeindruckende und abwechslungsreiche Tour führt uns heute zunächst auf die Rotspitz. Wir starten direkt an unserem Berggasthof, zunächst sanft ansteigend. Nach einem kurzen Steilaufschwung wird es wieder etwas flacher und bald steigen wir in den Gipfelhang der Rotspitz ein. Am Gipfel angelangt genießen wir den überwältigenden Ausblick weit in die Silvretta hinein. Nach 300 m Abfahrt bietet sich die Möglichkeit unsere Tour noch durch den Aufstieg zum Schollberg zu verlängern. Bei der Abfahrt schwingen wir entlang der Aufstiegsroute zurück nach Partnun.

Höhenunterschied: bergauf 1100m | bergab 1100m

Gehzeit: ca. 05:00 Std.

Tag 3: Skitour auf die Sulzfluh

Der schönste Skitourenklassiker St. Antöniens, der allerdings nicht immer möglich ist. Aber noch während des Aufstiegs kann auf andere Ziele umgeschwenkt werden. Beim Loslaufen ist es kaum zu glauben, dass der imposante Kalkgipfel der Sulzfluh mit 2.817 m im Rätikon überhaupt zu besteigen ist. Zunächst führt uns der Weg über den Partnuner Meder bis zu unserer Schlüsselstelle auf etwa 2.100 m Höhe. Zur Überwindung der Steilstelle müssen die Ski meist kurz getragen werden. Anschließend steigen wir durch das Gemstobel bergan bis zum Skidepot auf dem Grat der Sulzfluh. Von dort ist es nur noch ein kleines Stück bis zum Gipfel, von dem wir bei guter Fernsicht u.a. die Berninagruppe, Silvretta, Walliser und Berner Alpen und sogar den Bodensee erblicken können.

Höhenunterschied: bergauf 1100m | bergab 1100m

Gehzeit: ca. 05:30 Std.

Tag 4: Abschlusstour zum Hansenflüeli - Heimreise

Nach dem Frühstück heißt es Abschied nehmen von unserer gemütlichen Unterkunft. Zunächst fahren wir nach Rüti ab. Hier beginnt unsere letzte Tour in St. Antönien. Entlang des Gafierbaches geht es zunächst vorbei am Schlangenstein. Von hier steigen wir stetig, aber mit angenehmer Steigung, bergauf und genießen

ein letztes Mal die wunderbare Winterlandschaft. Die letzten Meter zum Gipfel, dem höchsten Punkt des zu erklimmenden Bergkamms, legen wir ohne Ski zurück. Die Abfahrtshänge zurück ins Gafiertal bieten oftmals traumhaften Powder, während sich bei Firn eine Überschreitung und die Abfahrt über Aschina anbieten. In St. Antönien angekommen, verabschieden wir uns bei einem letzten Kaffee und genießen noch einmal die herzliche Gastfreundschaft, bevor wir die Heimreise antreten.

Höhenunterschied: bergauf 900m | bergab 1200m

Gehzeit: ca. 04:00 Std.

Sei dabei! Auf Instagram und Facebook. Wir sind das ganze Jahr in den Bergen unterwegs und teilen unsere Bergmomente. #willkommendraußen #visitbergschuleat

---

Ausrüstung

- Rucksack 25L mit Skibefestigung
- Skitourenschuhe
- Harscheisen
- LVS-Gerät, Schaufel, Sonde*
- Biwaksack
- Funktionssocken
- leichte Hüttenhose
- Wärmende Jacke
- Mütze/Stirnband
- Sonnenschutz
- Energieriegel/Nüsse
- kleiner Kulturbeutel
- Hüttenschlafsack (ohne Metallanteile)
- Powerbank (optional)
- Ohropax (optional)
- Skitourenhose
- kleines Gepäckstück max. 10 kg
- Tourenski mit Fellen
- Stöcke mit grossen Tellern
- Ersatzbatterien für LVS-Gerät
- Skihelm
- Funktionelle Unterwäsche
- Funktionsshirt langärmlig
- Hardshelljacke
- leicht gefütterte Handschuhe
- Thermosflasche
- Hüttenschuhe
- kleines Handtuch und Waschlappen
- Ausweis/Bargeld
- Taschenlampe
- Blasenpflaster & Tape

Die mit einem *Stern gekennzeichneten Ausrüstungsgegenstände werden von der Bergschule für die Dauer der Tour kostenfrei zur Verfügung gestellt (Anmeldung erforderlich!). Gerne kannst du auch deine eigene Ausrüstung mitbringen.

Details im Überblick

LEISTUNGEN
Staatlich geprüfter Berg- oder Skiführer
3 x Ü/HP im Gasthof (DZ oder MBZ)
Gepäcktransport
LVS-Gerät / Schaufel / Sonde (leihweise)

MINDESTTEILNEHMERZAHL
5 Personen
max. 6

ZAHLUNGSINFO
Anzahlung 100,00 € p.P. bei Buchung
Restzahlung bis 14 Tage vor Tourenstart

ZUSATZKOSTEN
Getränke, Zwischenmahlzeiten & Rucksackproviant: Bargeld ca. 45,00 € p. P./p. T. nach pers. Bedarf
Individuelle Trinkgelder
Reiseversicherung

MÖGLICHER AUFPREIS
125,00 € p. P. in Kleingruppe bei 4 Teilnehmern

DAUER
4 Tage von Donnerstag - Sonntag

TREFFPUNKT
11:00 Uhr, Parkplatz 5 oberhalb von St. Antönien

RÜCKKEHR
ca. 15:00 Uhr

PARKEN
Letzter Parkplatz oberhalb von St. Antönien, Parkplatz für Hausgäste Alpenrösli (gebührenfrei). Falls dieser belegt ist, stehen weitere öffentliche Parkplätze (kostenpflichtig) zur Verfügung.

EINREISE UND VISUM
Für die Einreise in die Schweiz benötigst du einen gültigen Personalausweis oder Reisepass. Für die Einreise aus der EU gibt es keine Visapflicht. Weitere Infos findest du beim Auswärtigen Amt.

HINWEIS FÜR MENSCHEN MIT EINGESCHRÄNKTER MOBILITÄT
Dieses Programm ist für Menschen mit eingeschränkter Mobilität nicht geeignet

Preise und Termine

945,00 € pro Person

W29-26-2 26.02.2026 - 01.03.2026

Allgemeine Informationen

Kartenmaterial - optional, zur Information vor der Tour:
Landeskarte der Schweiz 248-S (Skitourenkarte), Prättigau 1:50.000

Unterbringung
Wir sind in einem gemütlichen Berggasthaus entweder im Bergsteigerlager oder, bei Verfügbarkeit, im Doppel- oder Mehrbettzimmer untergebracht. Duschen und Toiletten befinden sich auf der Etage. Einzelreisende werden gleichgeschlechtlich untergebracht (in Hotels und Gasthöfen). Einzelzimmer können leider keine reserviert werden.

Anreise

PKW:
Ab Zürich oder Chur auf der A3 bis Ausfahrt Landquart. Von dort Richtung Prättigau (Davos, Klosters), bei Küblis ausfahren und nach dem Kreisverkehr links abbiegen Richtung Pany – St. Antönien.

Bahn und Bus:
Ab Zürich oder Chur mit der SBB nach Landquart, umsteigen auf die RhB nach Küblis, von da mit dem Bus nach St. Antönien, Platz oder St. Antönien, Sagaris P6.

Flugzeug:
Flughafen Friedrichshafen, D (95 km)
Flughafen Memmingen, D (135 km)
Flughafen Zürich, CH (150 km) - Bus-Shuttle

Parken
Gäste-Parkplätze befinden sich in St. Antönien Rüti. Bei der Verzweigung Partnun/Gafia links über die Brücke fahren, direkt nach dieser auf der rechten Seite befinden sich Gratis-Parkplätze für Hausgäste. Weitere, jedoch gebührenpflichtige Parkplätze finden Sie von P1 bis P5.
Für Übernachtungsgäste im Winter gibt es einen Gepäcktransport an die Unterkunft. Zuoberst auf Parkplatz 5 (ca. 10 Minuten Fußmarsch nach dem Gäste-Parkplatz) steht ein Transport-Anhänger. Wichtig: Gepäck gemäß der Beschreibung vor Ort beschriften.

Sicherheitsausrüstung
Solltest du keine eigene Sicherheitsausrüstung haben, wird diese von uns gestellt. Hierfür bitten wir um eine kurze Info, damit der Guide die Ausrüstung entsprechend mitnehmen kann.

Wichtiger Hinweis
Während der Tour kann es aufgrund von witterungsbedingten Einflüssen oder regionalen Veränderungen zu Abweichungen oder Anpassungen des ausgeschriebenen Tourenverlaufs kommen. Der geplante Tourenverlauf kann deshalb nicht im Detail garantiert werden.

Reiseversicherung

Im Zuge der verbindlichen Buchung empfehlen wir den Abschluss einer Reiserücktrittsversicherung, z.B. bei der Allianz, die Sie über unsere Homepage buchen können: https://bergschule.at/services/reiseversicherung. Diese Versicherung ist für alle unsere Kunden buchbar. Leistungsstörungen die durch das Wetter, Ausfall von Bahnen oder anderen Einflüssen verursacht werden, und auf die der Veranstalter keinen Einfluss hat sind nicht regresspflichtig. Ebenfalls empfehlen wir jedem Teilnehmer eine Haftpflicht-, Unfall- sowie Auslandskrankenversicherung.

Anforderungen

Kondition

❄

Aufstiege bis zu 600 Höhenmetern mit einer maximalen Gehzeit von 2 bis 4 Stunden pro Tag. Die Abfahrtsmeter entsprechen den Aufstiegsmetern bzw. sind den Tagesetappen zu entnehmen.

❄ ❄

Aufstiege bis zu 1000 Höhenmetern mit einer maximalen Gehzeit von 3 bis 5 Stunden pro Tag. Die Abfahrtsmeter entsprechen den Aufstiegsmetern bzw. sind den Tagesetappen zu entnehmen.

❄ ❄ ❄

Aufstiege bis zu 1400 Höhenmetern mit einer maximalen Gehzeit von 4 bis 6 Stunden pro Tag. Deine Kondition erlaubt eine Belastung über mehrere Tage. Die Abfahrtsmeter entsprechen den Aufstiegsmetern bzw. sind den Tagesetappen zu entnehmen.

❄ ❄ ❄ ❄

Aufstiege oftmals über 1400 Höhenmetern mit einer Gehzeit von über 6 Stunden pro Tag. Deine Kondition erlaubt eine Belastung über mehrere Tage. Je nach Tour bewegst du dich im Hochgebirge. Die Abfahrtsmeter entsprechen den Aufstiegsmetern bzw. sind den Tagesetappen zu entnehmen.

Technik

❄

Für Einsteiger und Genießer: Skitouren- oder Freerideerfahrung ist nicht erforderlich. Du beherrschst den Parallelschwung auf der schwarzen Piste. Die Touren bieten Aufstiege und Abfahrten mit einer maximalen Steilheit von 30°. Aufstiegstechniken wie Bogentreten oder Spitzkehren werden geübt.

❄ ❄

Für Geübte: Du verfügst bereits über Skitouren- und Freerideerfahrung und bewegst dich sicher im freien Gelände sowie auf unterschiedlichen Schneearten. Die Touren bieten Aufstiege und Abfahrten mit einer Steilheit von überwiegend 30°. Der Aufstieg erfolgt meist in einer Kombination aus Bogentreten und Spitzkehren.

❄ ❄ ❄

Für Sportler und Routinierte: Du hast bereits umfangreiche Erfahrung im Skitouren- und Freeridebereich und beherrschst eine gute Fahrtechnik im freien Gelände sowie auf unterschiedlichen Schneearten. In der Abfahrt können steilere Engpässe vorkommen. Für den Aufstieg sind sichere Spitzkehren erforderlich. Der Umgang mit Harscheisen bereitet dir keine Schwierigkeiten.

❄ ❄ ❄ ❄

Für Ambitionierte: Du verfügst über umfangreiche Skitourenerfahrung auch im Hochgebirge und bist ein hervorragender Skifahrer in anspruchsvollem Gelände sowie auf allen Schneearten. Auf- und Abstiege mit einer Steilheit von ca. 40° bewältigst du sicher. Bei vereinzelten Abfahrten ist ein sturzfreies Fahren Vorraussetzung. Der Einsatz von Steigeisen und Pickel kann teilweise notwendig sein. Bei einem Ausrutschen im Auf- oder Abstieg können längere Rutschwege auftreten. In der Abfahrt können steile, kurze Engpässe vorkommen.

Guter Rat ist nicht teuer!

* Die Bergschule Kleinwalsertal legt besonderen Wert auf Qualität und individuelle Betreuung. Deshalb sind wir in Kleingruppen mit maximal **6 Personen pro Guide** unterwegs. Nur dadurch ist ein Höchstmaß an Sicherheit möglich. Das macht den kleinen, aber feinen Unterschied aus, den du spüren wirst.

* Solltest du tatsächlich eine **Tour abbrechen** müssen und dadurch Zusatzkosten entstehen (Taxitransfer, zusätzliche Hotelübernachtung, o.ä.), werden diese Kosten nicht von der Bergschule erstattet (siehe AGB der

Bergschule Kleinwalsertal). Wir empfehlen daher ausdrücklich den Abschluss einer **Reiseversicherung**, die auch den Abbruch einer Tour abdeckt.

* In der **Ausrüstungsliste** findest du alles, was du für deine Tour benötigst. Prüfe deine Ausrüstung frühzeitig und erneuere sie gegebenenfalls. Im Ausland sind spezifische Produkte oftmals schwer zu besorgen oder deutlich teurer.

* **Unverträglichkeiten** oder **besondere Diäten** (z. B. vegane Kost, Gluten- oder Laktoseintoleranz) sind bei Unterbringung im Hotel oder im Gasthaus in der Regel kein Problem. Auf den Hütten hingegen ist eine Sonderverpflegung nur bedingt möglich. Dafür solltest du eigenständig vorsorgen.

TRAININGSPLAN

EMPFOHLENE VORBEREITUNG FÜR DEINE TOUREN MIT DER BERGSCHULE KLEINWALSERTAL!

Mit der richtigen Vorbereitung kannst du die Touren mit der Bergschule Kleinwalsertal in vollen Zügen genießen. Wenn der innere Schweinehund mal wieder ziemlich laut knurrt, dann stell Dir einfach Deine Traumtour vor. Versetze Dich gedanklich in eine wunderschöne Winterlandschaft und erspüre das Gefühl von Freiheit. Wenn Du den Trainingsplan ausschneidest und an den Kühlschrank klebst, dann fällt das Training sicher noch leichter.

Skitouren & Freeriden

Mindestens 3 unterschiedliche Wahleinheiten pro Woche, ideal über mehrere Monate.

AUSDAUER:

30 Minuten Treppensteigen, Stepper oder Crosstrainer

60 Minuten Walken, Joggen oder Radfahren in der Natur

TRITTSICHERHEIT UND GLEICHGEWICHT:

1 Minute Kniebeugen

1 Minute Skipping

1 Minute Ausfallschritte

1 Minute Strecksprünge

10 Minuten Balance Ball (einbeinig, beidbeinig)

Schneeschuh-Wandern

Mindestens 3 unterschiedliche Wahleinheiten pro Woche, ideal über mehrere Monate.

AUSDAUER:

30 Minuten Treppensteigen, Stepper oder Crosstrainer

60 Minuten Walken, Joggen oder Radfahren in der Natur

TRITTSICHERHEIT UND GLEICHGEWICHT:

10 Minuten Zehenspitzenlaufen

10 Minuten Ballenstand an einer Treppenkante (einbeinig, beidbeinig)

10 Minuten Balance Ball (einbeinig, beidbeinig)

Balancieren auf der Bordsteinkante

Von Stein zu Stein springen (Fliese zu Fliese, Tempelhüpfen)

BERGSCHULE KLEINWALSERTAL

BERGSCHULE KLEINWALSERTAL GMBH
WALSERSTR. 262
D-87568 / A-6992 HIRSCHEGG

ATU-NR.: 72922206
STEUER NR.: 97 148 / 6519
FIRMENBUCHNUMMER: FN 484534A

TEL.: +43 5517 30245
INFO@BERGSCHULE.AT
WWW.BERGSCHULE.AT

WALSER RAIFFEISEN BANK
IBAN: AT67 3743 4000 0243 5410
BIC: RANJAT2B