

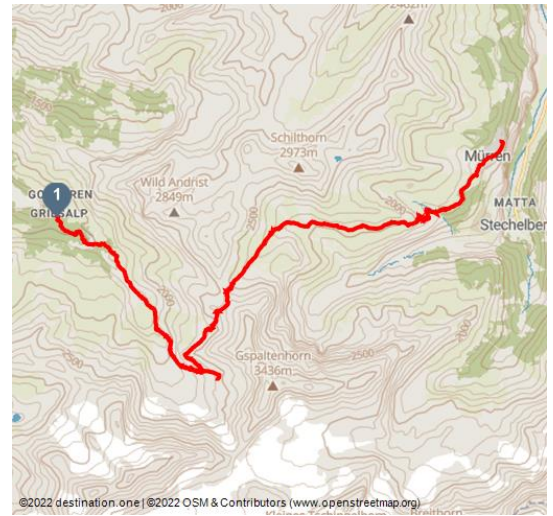


Der steinige Weg über die Sefinafurgga

Hiking Trail



Berner Wanderwege



Tour Dates:



hard
Difficulty



20,5 km
Distance



8 h 50 min
Duration



1650 m
Altitude



1400 m
Altitude descending



2679 m
Highest Point



1409 m
Lowest Point



Recommended Seasons:

JAN	FEB	MRZ	APR	MAI	JUN
JUL	AUG	SEP	OKT	NOV	DEZ

Wer viel Kondition besitzt, wird die Wanderung von der Griesalp nach Mürren restlos genießen. Schöner aber ist es, sie auf zwei Tage zu unterteilen und in der Gspaltenhornhütte SAC zu übernachten.

Von der Griesalp führt der Wanderweg zu Beginn stetig in südöstlicher Richtung. Nach kurzer Zeit ist Bundstäg erreicht, wo man den Gamchibach überquert. Bald darauf passiert man die Abzweigung zum direkten Weg zur Sefinafurgga. Er ist kürzer und weniger anstrengend, aber auch deutlich weniger schön. Auf der zweiten Hälfte des Wegs zur Gspaltenhornhütte SAC verläuft der Anstieg steiler. Nach rund 7 Kilometern und gut 3 ½ Stunden ist die Hütte erreicht. Sie liegt auf 2454 m.ü.M. und wurde 2014 für knapp 1.8 Millionen Franken umgebaut und erweitert. Nach einer kurzen Stärkung auf der Hüttenterrasse geht man das letzte Wegstück zurück, bis man wieder zum Weg zur Sefinafurgga gelangt. Je höher man von hier aufsteigt – einmal kurz über eine Leiter – desto rauer und steiniger wird

Ratings:

- ★★★★★ Kondition
- ★★★★☆ technique
- ★★★★☆ Erlebnisqualität
- ★★★★☆ Panorama

Author:

Berner Wanderwege

Organisation:

Berner Wanderwege

<https://www.bernerwanderwege.ch/>



Scan QR-Code to save this page offline, share with friends and more.

<https://s.et4.de/wHWKf>



die Gegend. Den höchsten Punkt passiert man vor der Sefinafurrga, zu der man kurz absteigt. Es lohnt sich, an diesem luftigen Ort zu verweilen.

Source: outdooractive.com

ID: oaTour_46218022

Last changed on 11.06.2024, 08:11

Für Wanderinnen und Wanderer mit Knieproblemen folgt jetzt der schwierigste Teil. Das erste Wegstück ist ausserordentlich steil, aber bald bewältigt. Der weitere Abstieg bis zur Rotstockhütte ist vergleichsweise gemütlich. Wer die wilde Schönheit der Steinlandschaft um die Sefinafurrga als fast schon furchterregend erlebt hat, kann jetzt auf Genuss umschalten. Denn ab der Rotstockhütte wird der Bergwanderweg zum entspannten Höhenweg, der traumhafte Ausblicke ins Lauterbrunnental bietet. Bei Bryndli endet dieser Teil der Wanderung. Nun heisst es, aufmerksam zu bleiben auf dem kurzen und steilen Abstieg zur Spilbodenalp. Die letzten rund drei Kilometer nach Mürren haben landschaftlich nicht viel zu bieten und machen deshalb umso müder – der Bahnhof will und will nicht kommen. Weil die Wanderung lang und konditionell anspruchsvoll ist, lohnt es sich, sie auf zwei Tage aufzuteilen und in der Gspaltenhornhütte SAC zu übernachten. Frühbucher können sich mit etwas Glück eines der begehrten Doppelzimmer sichern.

Startpoint:

Kiental, Griesalp

Destinationpoint:

Mürren, Bahnhof

Directions:

Griesalp – Gamchi - Gspaltenhornhütte – Sefinafurrga – Rotstockhütte – Spilboden – Mürren

Safety Guidelines:

Diese Route verläuft ganz oder teilweise auf signalisierten Wegen der Kategorie Bergwanderweg.

Equipent:

Wir empfehlen folgende Ausrüstung: Feste Bergschuhe, mittelgrosser Rucksack mit Hüftgurt, Sonnenschutz, Regenbekleidung, Wanderstöcke, Taschenapotheke, Picknick, genügend Flüssigkeit, Mobiltelefon.

Public Transit:

Hinreise: Postauto von Reichenbach im Kandertal nach Griesalp, Kurhaus

Rückreise: von Mürren BLM mit der Bahn und Luftseilbahn nach Lauterbrunnen und Interlaken Ost

Maps:

swisstopo-Wanderkarte 264T Jungfrau 1:50 000

Additional Information:

Verein Berner Wanderwege, Bern, Tel.: 031 340 01 01, E-Mail: info@beww.ch,
Homepage: www.bernerwanderwege.ch

