

# die Rote Karte

Nummer 4 | 2025  
Oktober - Dezember

**Sektion Aarau**  
**Schweizer Alpen-Club SAC**  
Club Alpin Suisse  
Club Alpino Svizzero  
Club Alpin Svizzer



## **Seite 7: JO Aarau Hochtourenlager Chelenalp**

Ist Spaghetti Bolognese ein Salat, eine Suppe oder doch ein Sandwich? Diese Frage wurde im Hochtourenlager der JO Aarau eingehendst erörtert.

## **Seite 9: 3.5 x 3000 m im Wallis**

Es war ein heisser Sommertag, und wir hatten um die 1300 Höhenmeter vor uns. Der Weg zur Bordierhütte führte zuerst durch Wald, dann durch schönes, alpines Gelände.

## **Seite 16: Neue Seilschaft an der Spitze der JO Aarau**

Nach sieben intensiven Jahren wurde die Leitung der JO Aarau weitergegeben. Es war eine lehrreiche Zeit, welche gemeinsam mit einem tollen Team gestaltet wurde.

# Inhalt

## Clubgeschehen

|               |   |
|---------------|---|
| Editorial     | 3 |
| Clubgeschehen | 4 |

## Tourenberichte

|                                                          |   |
|----------------------------------------------------------|---|
| Work & Climb auf der Chelenalphütte                      | 5 |
| Versorgungs- und Besichtigungstag auf der Chelenalphütte | 6 |
| JO Hochtourenlager Chelenalp (mit Sektion)               | 7 |
| 3.5 x 3000 m im Wallis                                   | 9 |

## Mitteilungen

|                                      |    |
|--------------------------------------|----|
| Buchtipp                             | 10 |
| Pinnwand                             | 11 |
| Mitgliederstatistik                  | 12 |
| Rezeptidee                           | 13 |
| Karten der Landestopografie          | 14 |
| Die Klimastrategie des SAC Aarau     | 15 |
| Mitgliedertreffen „Wald vs. Kuh“     | 16 |
| Neue Seilschaft an der Spitze der JO | 16 |
| Gesucht wird: neuer Kassier          | 17 |

## Touren, Kurse und Anlässe

|                          |    |
|--------------------------|----|
| Sektionstouren           | 18 |
| Familienbergsteigen FaBe | 18 |
| Kinderbergsteigen KiBe   | 19 |
| Jugendorganisation JO    | 19 |
| Seniorengruppe A         | 20 |
| Seniorengruppe B         | 21 |
| Seniorengruppe C         | 22 |
| Anlässe alle Mitglieder  | 23 |

# Impressum

## Nr. 4 | 2025

### Herausgeber

#### Schweizer Alpen-Club SAC

Sektion Aarau, 5000 Aarau  
www.sac-aarau.ch  
info@sac-aarau.ch

### Bankverbindung

Schweiz. Alpenclub  
Aarg. Kantonalbank  
IBAN CH75 0076 1016 0108 0802 0

### Kontakt für alle Beiträge

redaktion@sac-aarau.ch

### Redaktion

Daniel Jenni, 076 531 50 85  
daniel.jenni@sac-aarau.ch

### Technik und Layout

Christine Schmid, 079 434 29 65  
christine.schmid@sac-aarau.ch

### Druck

Druckerei AG Suhr, 5034 Suhr

### Einsendeschluss für Beiträge

Nr. 1 | 2026 1. Dezember 2025  
Nr. 2 | 2026 1. März 2026  
Nr. 3 | 2026 1. Juni 2026  
Nr. 4 | 2026 1. September 2026

### Mitgliederverwaltung und Adressänderungen

Madeleine Häuptli, 062 776 10 26  
mitgliederverwaltung@sac-aarau.ch

### Webseite Sektion

www.sac-aarau.ch  
Tina Dössegger, 077 449 49 19  
tina.doessegger@sac-aarau.ch

### Webseite und Droptours

Christian Gass, 079 690 80 70  
christian.gass@sac-aarau.ch

### Tourenberichte

Mit der Vorlage der Webseite an:  
tourenbericht@sac-aarau.ch

### Foto Umschlagseite

*Eine einsame Blume zeigt uns, wie  
wenig zum Leben sie braucht*  
Foto: Christoph Hunziker



## Liebe Kartenleserinnen und -leser

Es ist Herbst, zumindest im Kalender. Hoffen wir auf viel Wetterglück, um eine der schönsten Jahreszeiten (wenn es um das Farbenspiel und die Reichhaltigkeit der möglichen Touren in den Bergen geht), in vollen Zügen geniessen zu können. Wir haben wieder viele spannende Touren im Angebot, für alle ist etwas dabei. Und sollte es dann doch mal verregnet sein, ist dies eine gute Gelegenheit, die spannenden Beiträge in der vorliegenden Roten Karte zu studieren.

Auf den Berggipfeln bleibt der erste Schnee teilweise nun schon etwas länger liegen, was bei der Tourenplanung berücksichtigt werden muss, aber den Zauber des Lichts im Herbst nur noch wunderbarer macht und uns schon ein bisschen einstimmt auf die bevorstehende Ski- und Schneeschuhtourensaison. Schon jetzt kann man etwas länger im Bett bleiben, wenn man einen Sonnenaufgang in der Bergkulissee geniessen will. Zusammen mit der Vegetation im Herbstkleid, ist dies immer ein lohnendes Schauspiel.

Der bevorstehende Wintereinbruch gibt euch die Gelegenheit, aktiv im Verein mitzuwirken, so sind beispielsweise am 27. September die Putz- und Instandhaltungstage im Klettergarten am Eppenbergr ausgeschieden und am letzten Tag im Oktober stehen diverse Arbeiten im und um unser Clubhaus Irehägeli im Rahmen des Frondienstes an.

Am 7. November werden wir gerne in der Traube in Küttigen unsere verdienten Jubilaren in der Sektion feiern und ihren spannenden Geschichten zuhören, welche sie zu erzählen haben. Gleichzeitig soll dieser Anlass auch Neumitgliedern die Gelegenheit geben, unsere Sektion kennenzulernen. Es ist nun das dritte Mal, dass wir diesen Anlass generationenübergreifend gestalten, und bisher wurde er von den Beteiligten sehr geschätzt.

Bergsportliche Grüsse

Dänu Jenni  
Kommunikationschef und Vizepräsident

*Auf dem Weg zum Uri Rotstock 2929 m ü.M.  
Foto: Christine Schmid*





## Liebe Clubmitglieder

In den letzten Monaten haben uns wieder verschiedene Themen beschäftigt. Besonders spannend sind die folgenden Punkte:

- **Nach der Aufarbeitung der Kletter-WM** gab es im Zentralvorstand (ZV) mehrere Vakanzen, die an der ordentlichen Abgeordnetenversammlung geschlossen wurden. Auch das Präsidium haben wir neu gewählt, was im Vorfeld allerdings zu Unruhen durch einzelne Akteure geführt hat.

Die Versammlung selbst lief bis auf ein paar Ausnahmen dann aber geordnet ab. Marco Dirren führt neu den gesamtschweizerischen SAC an. Da die erwähnten Unruhen zu weiteren Rücktritten geführt haben, gilt es nun, die neu entstandenen Vakanzen bald wieder zu besetzen, so dass der ZV gestärkt und mit einem Fokus auf die Bedürfnisse der Sektionen den Blick endlich wieder nach vorne richten kann.

- **Unser Kassier Dani Säuberli** wird sich übernächstes Jahr nach langer Zeit im Vorstand nicht mehr zur Wiederwahl stellen. Bis dahin bleibt er uns in gewohnter Zuverlässigkeit erhalten. Für eine saubere Übergabe suchen wir aber bereits jetzt Mitglieder, die sich diesen Posten vorstellen können. Du bist interessiert? Melde dich gerne bei mir: 076 509 84 82.
- **Die Planung der Touren fürs Jahr 2026** ist gestartet, und da wir nächstes Jahr das hundertjährige Jubiläum der Chelenalphütte feiern, wollen wir einige Touren in ihrer Umgebung anbieten. An dieser Stelle bedanke ich mich bei Willy Rüegg, der sich dazu bereit erklärt hat, das OK zur Durchführung einer gebührenden Feier zu leiten. Dank gilt aber auch all denjenigen, die bereits Interesse bekundet haben, im OK mitzuwirken. Wir werden auf jeden Fall alle Hände gebrauchen können.
- **Apropos Chelenalphütte:** Die Architektenbegehung hinsichtlich der Sanierung haben wir erfolgreich durchgeführt. Nun sind wir gespannt auf die kommende Jurierung Anfang Oktober – wir werden selbstverständlich in der nächsten Roten Karte darüber berichten.

Einige unserer Touren im vierten Quartal haben noch Plätze frei. Guckt euch gerne auf Droptours um – wir freuen uns auf eure Anmeldungen!

Denis Simonet  
Präsident

## Work & Climb auf der Chelenalphütte 7. - 9. Juni 2025

Tourenleitung: Danny Senn & Paul Frieligsdorf

Fotos: Danny Senn

Bericht: Paul Frieligsdorf

Hattest Du schon einmal eine Badewanne im Kofferraum?

Wir von der JO Aarau haben diese Erfahrung an Pfingsten gemacht! Und es war nicht eine gewöhnliche Badewanne, sondern eine, die auf der Chelenalp installiert werden sollte und dazu noch bunt bemalt war!

Wir sind wie ein Schnellzug mit unserem Badewannenkonstrukt auf die Hütte geflitzt, und zwar in 4h30. Dann ging es auch schon gleich an die Installation der Badewanne. Neben dem Ausbessern des Hüttenzustiegs und dem Anbringen des Notausstiegs wurde auch geklettert, und zwar unter anderem an der Känguruwand, die letztes Jahr neu eingerichtet wurde.

Die Hängebrücke oberhalb der Hütte wurde ebenfalls angebracht, was ausgiebig mit der Drohne dokumentiert wurde und wobei uns fast die Seilwinde um die Ohren geflogen wäre. Um das Ganze final zu sichern, haben wir ein knallgrünes Netz um die ganze Brücke gehängt.

Als alles fertig montiert war, wurde das Alpen-Spa aka Badewanne, welches ab sofort auf der Chelenalp rund um die Uhr für alle Gäste offen steht, gebührend eingeweiht.

Komm doch vorbei und mach Dir selbst einen Eindruck von unserem grandiosen Alpen-Spa an einem beeindruckenden Ort mit umwerfendem Ausblick! Und wenn du jetzt doch noch etwas skeptisch bist, kannst du auf Google Maps die zahlreichen, herausragenden Bewertungen lesen!



Work & Climb-Team der JO Aarau

Hochbringen der Alpen-Spa auf die Chelenalp



# Versorgungs- und Besichtigungstag auf der Chelenalphütte vom 20. Juni 2025

Bericht und Fotos: Lukas Roth

Am 20. Juni versammelten sich Vertreterinnen und Vertreter der Hüttenkommission, Mitglieder des Vorstands, Freiwillige, sowie die designierte Hüttenwartin ab 2026, Anja, gemeinsam mit ihrem Partner am Sammelplatz bei der Staumauer auf der Göschenalp. Alle waren bereit für den alljährlichen Versorgungstag der Chelenalphütte, der um 08:45h mit dem Eintreffen des Armee-Helikopters startete.

## Präzision aus der Luft: Die Armee im Einsatz

Mit beeindruckender Präzision flog die Schweizer Armee rund 3.5 Tonnen Brennholz, Baumaterialien und technisches Equipment auf die Hütte. Die Fracht wurde von freiwilligen Helferinnen und Helfern entgegengenommen und sorgfältig an den vorgesehenen Stellen deponiert.

Ein besonderer Fokus lag auf dem Material für die Wegmarkierung, das unter der fachkundigen Anleitung von Andres Koller direkt im Gelände platziert werden konnte. Gleichzeitig wurden von der Schneelast beschädigte Alubrücken eingesammelt und für den Rücktransport bei der Staumauer zwischengelagert.

Solche Einsätze bieten der Armee nicht nur die Möglichkeit, wertvolle logistische Unterstützung zu leisten, sondern dienen als realitätsnahes Training:

Das präzise Anfliegen von Landeplätzen im alpinen Gelände mit Unterlast stellt sowohl für die Pilotinnen und Piloten als auch für die Flughelfer eine anspruchsvolle und wichtige Übung dar. Diese sind vermutlich deutlich wirkungsvoller als auf einem regulären Flugfeld.

## Arbeiten rund um die Hütte

Im Verlauf des Wochenendes konnten zusätzlich verschiedene Unterhaltsarbeiten an den Wasserleitungen und der Wasseraufbereitung durchgeführt werden – kleine, aber entscheidende Eingriffe, um den Betrieb der Hütte während der Sommersaison sicherzustellen.

## Architektonischer Blick in die Zukunft

Parallel zum Versorgungseinsatz fand auch die Besichtigung der Hütte durch verschiedene Architektenteams statt. Unter der Leitung von Christian Brenner und Andreas Mante wurden die räumlichen und funktionellen Gegebenheiten der Hütte analysiert und im Detail diskutiert. Dabei standen die baulichen Rahmenbedingungen und zukünftigen Entwicklungsoptionen im Zentrum des Austauschs.

Einige der Architekten nutzten die Gelegenheit, die besondere Atmosphäre der Hütte durch eine Übernachtung vor Ort hautnah zu erleben. Ein Erlebnis, das inspirierte und den Respekt vor der Herausforderung eines Hüttenbetriebs in dieser abgelegenen Lage spürbar macht.



## JO Hochtourenlager Chelenalp (mit Sektion) vom 5. - 9. Juli 2025

Tourenleitung: Paul Frieligsdorf

Bericht: Annika Schechinger, Jannis Hunziker

Fotos: Paul Frieligsdorf, Rebecca Berner

Ist Spaghetti Bolognese ein Salat, eine Suppe oder doch ein Sandwich? Diese Frage wurde im Hochtourenlager der JO Aarau eingehendst erörtert, denn eigentlich sollte sich jedes Gericht in eine dieser Gruppen kategorisieren lassen ... Doch von vorne:

Auf ein Neues hat die JO am Samstag, 5. Juli um 06:30h die Zugreise nach Göschenen angetreten. Voller Motivation und Vorfreude auf die bevorstehenden fünf Tage, trotz dem durchgezogenen Wetterbericht, sind wir bis zur Staumauer gefahren und anschliessend Richtung Chelenalphütte losgelaufen.

Kurz nachdem wir gemütlich zu Mittag gegessen und \*Plakten für die Hüttenküche gesammelt haben, haben wir den bestens bekannten normalen Hüttenzustieg verlassen und sind auf dem Panoramaweg am Talboden in Richtung Chelengletscher gewandert. Dort konnte das Leiter/innenteam ein erstes Mal wertvolle Inputs zu Gletschertouren weitergeben. Der Weg zurück zur Hütte wurde mit Hunger und Vorfreude auf das bevorstehende Abendessen leichtfüssig zurückgelegt. Nach einem warmen und herzlichen Willkommen von Marjolein und Tinu schlugen wir uns mit leckeren Pizzoccheri die Bäuche voll.

Um vier Uhr in der Früh trafen wir uns am Sonntag zum Frühstück. Im Schein der Stirnlampen machten wir uns um fünf Uhr bereits auf den Weg in Richtung Sustenlimi. Als sportliche, motivierte Gruppe von 15 jungen Leuten haben wir, inzwischen mit Steigeisen

sowie Pickel bewaffnet und in vier Seilschaften eingebunden, das Sustenlimi schnell erklommen.

Der Aufstieg aufs Gwächtenhorn über den wolkenverhangenen Steingletscher war ein Genuss. Nach einer gemütlichen Mittagspause auf dem Gipfel erreichten wir nach kurzem Abstieg wieder das Sustenlimi.

Ausgerüstet mit Hardshelljacke und -hose übten wir im steilen Firn potenziell lebensrettende „self arrests“.

Den restlichen Abstieg zur Hütte brachten wir voller Begeisterung über die Tour hinter uns. Während der restlichen Zeit vor dem Abendessen diskutierten wir ausgiebig über die Tourenmöglichkeiten am Montag, da der Wetterbericht wechselhafteres Wetter vorhersagte. Wir entschieden uns schliesslich dafür, am Montag einen Versuch zu wagen.

\*Plakten = Schweizerdeutscher Name für Alpen-Ampfer (*Rumex alpinus*).



Tief verschneit im Juli



Spaltenrettung und Steigeisenparcours

So kam es, dass wir uns im leichten Regen auf den Weg in Richtung Brunnenstock machten. Bis auf den Brunnenfirn kamen wir gut voran, mussten dann allerdings einsehen, dass die Besteigung des Gipfels auf brüchigem und nassem Fels ein zu grosses Risiko darstellte. So waren wir vor dem Mittag wieder zurück in der Hütte, wo wir in kleineren Gruppen den restlichen Nachmittag mit Klettern oder Seiltechnikausbildung verbracht haben.

Pünktlich zum Abendessen kam dann der prognostizierte Wetterumschwung. Der Wetterbericht erlaubte dieses Mal keine Diskussion, ein Aufbruch auf eine Tour am Dienstagmorgen war ausgeschlossen.

Während dem Frühstück konnten wir durch die Fenster einen regelrechten Schneesturm bestaunen. Erst am späteren Vormittag wurden wir von einem Wetterfenster beglückt, wo Schnee und Wind nachliessen. Dieses nutzten wir für einen weiteren Ausbildungsblock zur Seiltechnik. Pünktlich als dieser abgeschlossen war, verschlechterte sich das Wetter wieder und wir genossen unser Mittagessen in der warmen Hütte. Die trockenen Stunden am Nachmittag haben wir in kleineren Gruppen unterschiedlich genutzt.

Am letzten Tag meinte es Petrus nochmals gut mit uns. Beim Loslaufen war das Chelentalptal zwar noch fest im Griff von Nebel und Eiseskälte, die Sonne nahm den Kampf jedoch schnell auf und bohrte die ersten Löcher in die dichte Nebeldecke.

Durch diese Fenster schimmerten die vom gestrigen Schneefall in Puderzucker gehüllten und von der Sonne mit Goldglasur überzogenen Gipfel hindurch.

Wir stiegen dem Chelengletscher entgegen, wo wir auf einen halben Meter Neuschnee trafen. An etwas erhöhter Position hatten wir prächtige Möglichkeiten zu weiterer Eis- und Seiltechnik-Ausbildung, konnten das Gehen im steilen Eis üben und sogar etwas Eisklettern.

Unser (leider nur temporäres) neues Mitglied, der mit Pickel bewaffnete JO-Schneemann, hat dabei stets mit leuchtenden Augen über uns gewacht.

Mit dem Abstieg zum Stausee ging ein abwechslungsreiches, aufregendes und amüsantes Lager zu Ende.

*Nachtrag: Zitat von vorbeilaufenden Personen im Zug: „Boah do stinkts.“ - „Jaa die Mensche.“*

Auf dem Gwächtenhorn



## 3.5 x 3000 m: Gross Bigerhorn (3626 m) - Balfrin (3796 m) - Ulrichshorn (3924 m)

Tourenleitung und Fotos: Christoph Hunziker  
Bericht: Steffen Deus

### Freitag, 8. August 2025

Am Freitag starteten wir gegen Mittag in Gasenried. Es war ein heisser Sommertag und vor uns lagen um die 1300 Hm. Der Weg zur Bordierhütte führte zuerst durch Wald, dann durch schönes, alpines Gelände zwischen der Seitenmoräne des einst viel grösseren Riedgletschers und dem Mittelberg.

Nach einer Rast erklommen wir die Seitenmoräne, mit tollen Blicken in die gewaltige Schlucht, die vor Jahrzehnten noch mit Gletschereis gefüllt war. Der Weg führte uns die Schlucht hinab und überquerte den reissenden Riedbach kurz unterhalb des Gletschertors. Die letzten 500 Hm hinauf zur Hütte zogen sich in die Länge. Nachdem wir angekommen waren, genossen wir ein kühles Bier auf der Terrasse mit Blick auf den Nadelgrat hinter dem oberen Riedgletscher.

### Samstag, 9. August 2025

Am Samstag starteten wir um 04:30h. Der Vollmond schien, und so war der Weg zum Gross Bigerhorn leicht zu finden. Bald erglühnten die 4000er des Nadelgrats und das Weisshorn in den ersten Sonnenstrahlen, und am Gipfel begrüsst auch uns die Sonne.

Die Sicht war grandios, im Norden mit Blick auf die Gipfel der Berner Alpen. Nach einer kurzen Rast ging es weiter den Grat entlang in Richtung Balfrin,

zuerst auf den Nord-, dann auf den Süd-Gipfel. Weiter den Grat hinab auf den oberen Riedgletscher in Richtung Ulrichshorn. Der Schnee auf dem Gletscher war weich geworden an diesem heissen Tag und wir sackten immer wieder knietief ein. Schliesslich erklommen wir die Nord-Flanke des Ulrichshorns.

Auf dem Gipfel angekommen, hatten wir wieder eine grandiose Sicht; das Nadelhorn nun zum Greifen nah. Dann ging es hinab zum Windjoch, dann über den Hohbalmgletscher und den Schwarzhorngrat zur Mischabelhütte.

### Sonntag, 10. August 2025

Am Sonntag schliefen wir aus, das Zmorge gab es um 06:30h. Danach stiegen wir auf dem Hüttenweg ab, auf dem Grat in Richtung Oberes Distelhorn, dann die Südflanke hinab bis zur Weggablung in Richtung Hannigalp.

An der Seilbahnstation angekommen, gönnten wir uns eine Erfrischung und fuhren dann mit Mountain Carts hinunter nach Saas Fee.

Herzlichen Dank unserem Tourenleiter Christoph für dieses wunderbare Bergerlebnis!



Riedgletscher unterhalb des Dirru-, Hohbärg- und Stecknadelhorn als Anfang des Nadelgrats



## Buchtipp

Die Schweizer Pärke | u.a. von Beat Jordi



### Vielfältige Landschaften und gelebte Traditionen

Kaum ein europäisches Land hat eine so grosse Dichte an Naturparks wie die Schweiz. Vom Mittelland aus lassen sich die meisten auf einem Tagesausflug erreichen. Der Schweizerische Nationalpark z.B. liegt in der östlichsten Ecke der Schweiz, im Viereck Zernez-S-Charf-Ofenpass-Scuol im Engadin; mit 80 Kilometer Wanderwegen ein Paradies für Wanderer. Hier gelten die strengsten Regeln: Tiere und Pflanzen müssen sich hier ohne menschliche Störungen entwickeln können.

In ihrem Buch porträtieren die Autoren sämtliche 20 Schweizer Pärke mit ihren charakteristischen Landschaften, Tier- und Pflanzenarten.

Hier online zu kaufen:



### Frondienste im Clubhaus:

Freitag, 31. Oktober, sowie Freitag, 7. November 2025  
weitere Infos siehe unter „Anlässe für alle Mitglieder“



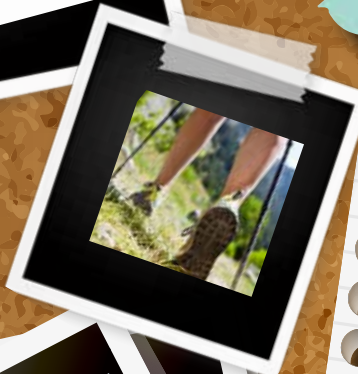
## Clubhaus Irehägeli

Der Ort im Grünen

**Feste feiern**  
**Ausspannen**  
**Ruhe geniessen**

<https://www.sac-aarau.ch/huetten.html>  
079 769 17 44  
[irehaegeli@sac-aarau.ch](mailto:irehaegeli@sac-aarau.ch)

# Pinnwand



## Gebrauchten Artikeln ein zweites Leben einhauchen?

Hast du etwas abzugeben oder zu verkaufen, was eigentlich noch einsatzfähig ist und jemand anderem von Nutzen sein könnte? Ja ? ... dann sende uns doch eine E-Mail an [redaktion@sac-aarau.ch](mailto:redaktion@sac-aarau.ch).

Bitte mit detaillierten Informationen, Foto(s) und deiner Preisvorstellung.

Gerne publizieren wir dies in dieser Pinnwand.

Danke! :-)

Falls Du doch eine Print-Version der neuen «Roten Karte» wünschst, schreibe an:  
[mitgliederverwaltung@sac-aarau.ch](mailto:mitgliederverwaltung@sac-aarau.ch)

## Mitgliederstatistik

### Todesfall

im August

Ernst Suter, Staufeu

\*1941, 41 Jahre Mitglied



*Bordierhütte im Sonnenuntergang  
Foto: Christoph Hunziker*



**Marjolein Schärer & Martin Trutmann**  
**Tumols 3**  
**7433 Mathon**

Mobil: +41 (0)79 459 50 59  
+41 (0)79 612 60 67  
Hüttentelefon: +41 (0)41 885 19 30  
E-Mail: [info@chelenalp.ch](mailto:info@chelenalp.ch)





## Zwetschgen-Streuselkuchen

Für 1 Kuchen à 12 – 16 Stücke

Zubereiten ca. 40 Minuten

Backen ca. 65 Minuten

1 Springform von 24 cm Ø

Backpapier für den Formenboden

Butter für den Formenrand

### Das brauchs:

#### Streusel:

60 g Mehl

60 g Zucker

wenig gemahlener Zimt

1 Pk. Vanillezucker

50 g Butter, kalt, gewürfelt

#### Kuchen:

250 g Butter, Raumtemperatur

250 g Zucker

4 Eier, Raumtemperatur

300 g Weissmehl

150 g gemahlene Mandeln

2 TL Backpulver

600 g Zwetschgen, halbiert

Puderzucker zum Bestäuben



En Guete!



Rezeptidee

### Und so wirds gemacht:

**Streusel:** Mehl, Zucker, Zimt und Vanillezucker mischen. Butter dazugeben, mit den Händen zu einer krümeligen Masse verreiben, kühl stellen.

**Kuchen:** Butter und Zucker zu einer hellen Masse rühren. Eier dazugeben, verrühren. Mehl, Mandeln und Backpulver unterrühren, zu einem glatten Teig verrühren. Teig in die vorbereitete Form geben und glattstreichen. Zwetschgen darauf verteilen, tief in den Teig drücken.

Auf der zweituntersten Rille des auf 180 °C (Ober-/Unterhitze) vorgeheizten Ofens 50–55 Minuten backen. Streusel darauf verteilen, weitere 10 Minuten backen. Herausnehmen, in der Form auskühlen lassen. Mit Puderzucker bestäuben.

Geniessen!

Weblink Öise Lade:



## Karten der Landestopografie

Text: Hansruedi Nideröst

Als Dienstleistung konnte ich seit einigen Jahren Landeskarten / Skitourenkarten / Wanderkarten und andere Spezialkarten der Landestopografie mit einem Rabatt von ca. 20-25% auf den Ladenpreis an die Mitglieder abgeben. Dieses Angebot wird nicht mehr genutzt und daher aufgegeben.

Es können aber weiterhin Karten bei mir bestellt werden. Einen Rabatt von ca. 20% erhält man bei einer Mindestbestellung von Fr. 100.- (dies entspricht etwa sechs Karten; ansonsten erfolgt ein Kleinmengenzuschlag, der den Rabatt zunichtemacht).

Die Rubrik „Kartennachführungen gemäss Swisstopo“ wird weiterhin auf- und nachgeführt.

Bestellungen für Landeskarten müssen schriftlich an Hansruedi Nideröst, Herrlimatt 7, 5040 Schöftland, E-Mail: [hansruedi.nideroest@bluwin.ch](mailto:hansruedi.nideroest@bluwin.ch), mit Angabe der Übergabemodalitäten (Versand an die angegebene Adresse [plus Porto], Abholung bei Hansruedi Nideröst oder sonstige Übergabe), gerichtet werden.

Folgende Karten wurden von der Landestopografie nachgeführt:

**1:25'000:** 1197 Davos/ 1212 Amsteg/ 1213 Trun/ 1214 Ilanz/ 1215 Thusis/ 1216 Filisur/ 1217 Scalettapass/ 1218 Zernez/ 1232 Oberalppass/ 1234 Vals/ 1236 Savognin/ 1237 Albula Pass/ 1238 Piz Quattervals/ 1239 Sta. Maria/ 1239bis Müstair/ 1254 Hinterrhein/ 1255 Splügen/ 1256 Bivio/ 1257 St. Moritz/ 1258 La Stretta/ 1274 Mesocco/ 1275 Campodolcino/ 1276 Val Bregaglia/ 1278 La Rösä/ 1294 Grono/ 1296 Sciora/ 1298 Lago di Poschiavo

Mit den aktuellen Wanderkarten die Natur neu entdecken:

19 aktualisierte Wanderkarten stehen bereit, um Abenteuer in der Natur perfekt zu planen. Mit den topaktuellen Karten sind alle Wanderbegeisterten bestens gerüstet, um die Schönheit der Schweizer Landschaften zu erkunden.

**Wanderkarten 1:50'000T:** 223T Delémont/ 233T Solothurn/ 238T Montafon/ 243T Bern/ 247T Sardon/ 248/ Prättigau/ 249T Tarasp/ 253T Gantersch/ 254T Interlaken/ 255T Sustenpass/ 256T Disentis/ 257 Safiental/ 258T Bergün/ 263T Wildstrubel/ 267T San Bernardino/ 268T Julierpass/ 277T Roveredo/ 459T Nationalpark/ 469T Val Poschiavo.



Kraxeln auf dem Balfrin-Grat  
Foto: Christoph Hunziker

## Die Klimastrategie des SAC Aarau

### Mitgliedertreffen

-> Freitag, 3. Oktober 2025 | 19.30 Uhr  
in der Traube in Küttigen

Der SAC Zentralverband hat das Klimaziel Netto Null bis 2040 definiert. Um dies zu erreichen, sind auch die verschiedenen Sektionen angehalten, eine Klimastrategie zu erarbeiten und konkrete Massnahmen zur Reduktion der Treibhausgase umzusetzen.

Die Umwelt- und Kulturkommission hat sich dieser Thematik im 2024 angenommen. Wir zeigen euch, wie wir die Thematik angegangen sind, was die Ergebnisse waren und wie wir innerhalb unserer Aktivitäten die Emissionen reduzieren möchten.

Die Klimastrategie des SAC Aarau kommt voran. Im August und September konnten wir mit der Hüttenkommission, der Tourenkommission und dem Redaktionsteam erste Austausche durchführen. Dabei sind spannende Inputs und Ideen zu den Klimazielen 2030 und 2040, sowie möglichen Massnahmen entstanden.

Im Oktober folgt noch ein Gespräch mit unseren neuen Hüttenwartinnen der Chelenalphütte, um zu prüfen, welche Massnahmen wir gemeinsam im Hüttenbetrieb angehen können.

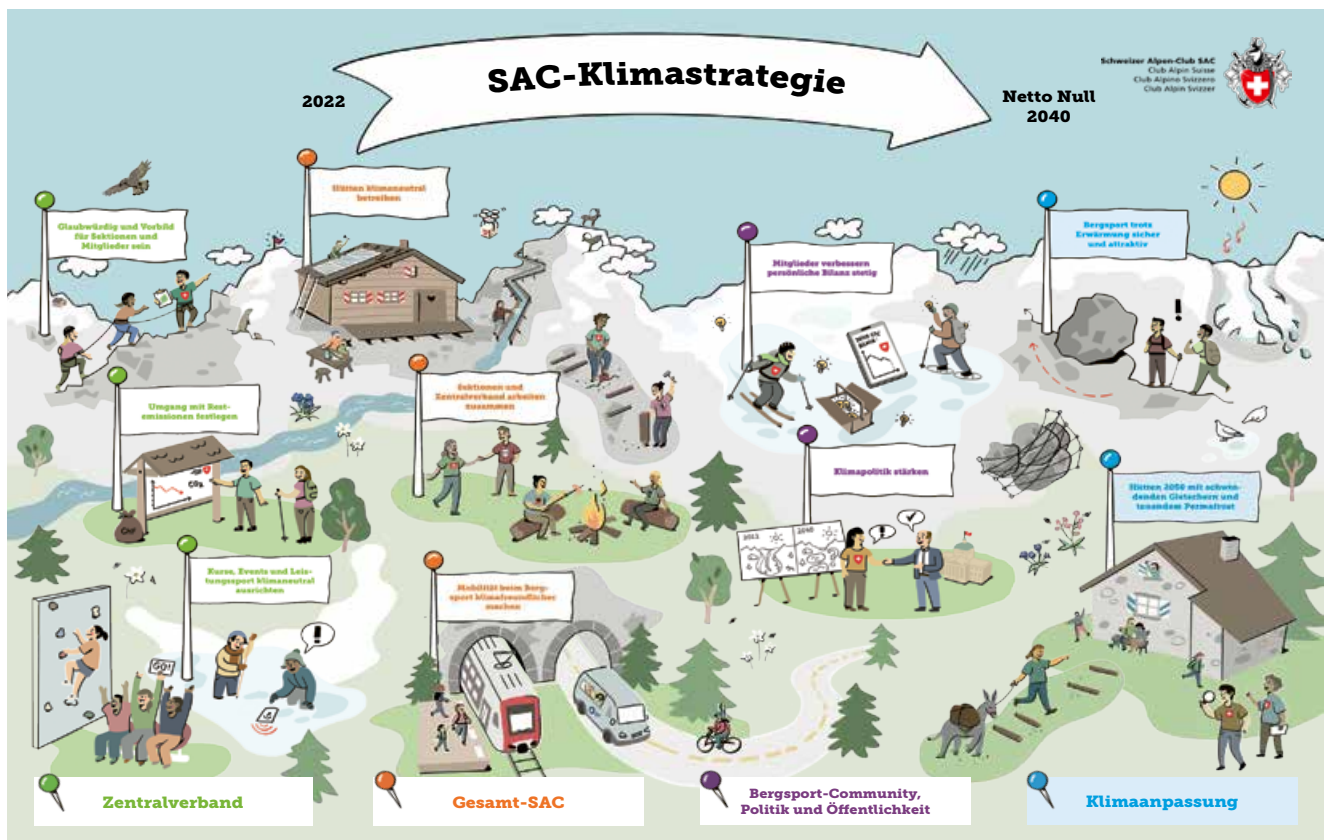
An der Mitgliederversammlung vom 3. Oktober präsentieren wir euch die ersten Ergebnisse dieser Gespräche und möchten diese mit euch diskutieren. Ergänzend zu den Reduktionen der Treibhausgas-Emissionen wollen wir auch das Thema der Klimaveränderung und der daraus resultierenden Veränderungen für unsere Touren diskutieren.

Wir freuen uns auf einen spannenden Austausch mit euch!

Referentin: Denise Fussen

Bildmaterial: SAC Zentralverband

Bildlegende: Klimastrategie des SAC Zentralverbands



## Wald vs. Kuh

### Mitgliedertreffen

-> Freitag, 7. November 2025 | 19.30 Uhr  
im Clubhaus Irehägeli in Biberstein / Ihegi

Was Kühe in den Alpen zu suchen haben, welches ihr Beitrag zur Biodiversität von Alpweiden genau ist, welche Bäume in den Alpen wo Sinn machen und was das alles mit unserer Wahl des Hüttenmenüs zu tun hat. Diesen Fragen versuchen wir auf den Grund zu gehen.

-> Referat in Wort, Bild und Ton mit Diskussion und obligatem Quiz

Referentin: Bettina Faraj

*Baum im Steilgelände*



## Neue Seilschaft an der Spitze der JO Aarau

Nach sieben intensiven Jahren geben wir die Leitung der JO Aarau weiter. Es war eine lehrreiche Zeit, welche wir gemeinsam mit einem tollen Team gestalten durften – vielen Dank an alle Unterstützenden!

Seit dem 1. August 2025 übernehmen Marc Iten und Paul Frieligsdorf die Führung des Leitungsteams.

Sie bringen frische Ideen mit und werden von der JO weiterhin engagiert begleitet.

Wir wünschen ihnen viel Freude und Erfolg!

Markus Liniger und Cédric Schäfli



*von links nach rechts: Markus Liniger, Paul Frieligsdorf, Marc Iten, Cédric Schäfli*

Der bisherige Kassier, Daniel Säuberli, wird nach 11-jähriger Vorstandsarbeit (davon 6 Jahre als Kassier) auf die GV 2027 von seinem Amt zurücktreten. Wir möchten bereits rechtzeitig die Suche seiner Nachfolge einleiten.

Die Kernaufgaben des Kassiers lauten:

- Führen der Buchhaltung des Vereins
- Erstellen des Jahresabschlusses
- Erstellen des Budgets
- Durchführen des Zahlungsverkehrs (Kreditoren)
- Umsichtige Finanzplanung

Weitere Auskünfte erteilen gerne der Präsident und/oder der Kassier.

Nothing can  
stop you.



Gegen Vorzeigen des Mitgliederausweis profitieren SAC-Mitglieder von **10% Direktrabatt** auf alle Lagerartikel (ausgenommen sind Bestellungen).

Stöckli Sport AG  
Bahnhofstrasse 17  
CH-5623 Boswil

Telefon 056 666 11 92  
info@stoecklisport.ch  
[www.stoecklisport.ch](http://www.stoecklisport.ch)

 **INTERSPORT**<sup>®</sup>  
**STÖCKLI** Boswil

## Touren, Kurse und Anlässe

Detaillierte Informationen und Anmeldung zu allen Touren, Kursen und Anlässen findest du unter [www.sac-aarau.ch](http://www.sac-aarau.ch):



### Sektionstouren:

| Beginn      | Dauer | Tour / Anlass                                                                        | Typ /<br>Kondition, Technik | Tourenleitung     |
|-------------|-------|--------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------|-------------------|
| Sa, 18. Okt | 1     | Suhrentalerfahrt                                                                     | T / B, T2                   | Daniel Meyer      |
| Sa, 25. Okt | 1     | Gänsbrunnen über Grat Les Rougés<br>– Bärenloch – Wolfsschlucht                      | T / A, T2                   | Miriam Sellner    |
| So, 26. Okt | 1     | Tourenleiterzusammenkunft mit<br>KulTour ab 14:45h und offiziellem<br>Teil ab 18:00h | Anl                         | Lukas Roth        |
| So, 26. Okt | 1     | Tourenleiterzusammenkunft –<br>Teilnahme nur am offiziellen Teil ab<br>18:00h        | Anl                         | Lukas Roth        |
| Sa, 01. Nov | 1     | Übung abgebrochen! Chellenchöpfli,<br>1157 m ü.M.                                    | T / A, T2                   | Rolf Gutjahr      |
| Sa, 29. Nov | 1     | Wintertourenleiter-Refresher mit Bf                                                  | A / A, WS                   | Lukas Roth        |
| So. 7. Dez  | 1     | Winterwanderung                                                                      | T / T1                      | Elisabeth Kretz   |
| So, 14. Dez | 1     | Winterhorn, 2662 m ü.M.                                                              | S / B, WS                   | Bernhard Meichtry |

### Detailliertere Infos Sektionstouren:



### Familienbergsteigen FaBe:

| Beginn      | Dauer | Tour / Anlass                                      | Typ /<br>Kondition, Technik | Tourenleitung           |
|-------------|-------|----------------------------------------------------|-----------------------------|-------------------------|
| Sa, 18. Okt | 1     | Vom Säntis ins Toggenburg – fast<br>nur bergab ... | T / B, T3                   | Daniela<br>Zuckschwerdt |

## Kinderbergsteigen KiBe:

| Beginn      | Dauer | Tour / Anlass                                | Typ /<br>Kondition, Technik | Tourenleitung  |
|-------------|-------|----------------------------------------------|-----------------------------|----------------|
| Fr, 17. Okt | 1     | Klettertraining KiBe, offenes Hallenklettern | KH                          | Luzia Rohrer   |
| So, 26. Okt | 1     | Bouldern Lindentäli                          | Fb                          | Luzia Rohrer   |
| Fr, 31. Okt | 1     | Klettertraining KiBe, Trainingsgruppe        | KH                          | Andreas Stehli |
| Fr, 14. Nov | 1     | Klettertraining KiBe, offenes Hallenklettern | KH                          | Luzia Rohrer   |
| So, 23. Nov | 1     | Wasserfluh, Esterliturm                      | Div                         | Martin Rohrer  |
| Fr, 28. Nov | 1     | Klettertraining KiBe, Trainingsgruppe        | KH                          | Andreas Stehli |
| Fr, 12. Dez | 1     | Klettertraining KiBe, offenes Hallenklettern | KH                          | Luzia Rohrer   |

## Jugendorganisation JO:

| Beginn      | Dauer | Tour / Anlass               | Typ /<br>Kondition, Technik | Tourenleitung   |
|-------------|-------|-----------------------------|-----------------------------|-----------------|
| Sa, 4. Okt  | 9     | Kletterlager in Finale      | KF / A, 5a                  | Marc Iten       |
| Di, 14. Okt | 1     | JO Training                 | KH                          | Danny Senn      |
| Sa, 18. Okt | 1     | Klettern Orvin              | KF / A, 5a                  | Andreea Mesesan |
| Di, 21. Okt | 1     | JO Training                 | KH                          | Danny Senn      |
| Sa, 25. Okt | 2     | Kletterwochenende mit Biwak | KF                          | Nathan Böhler   |
| Di, 28. Okt | 1     | JO Training                 | KH                          | Danny Senn      |
| Di, 4. Nov  | 1     | JO Training                 | KH                          | Danny Senn      |
| Sa, 8. Nov  | 2     | Ausbildungstag mit Biwak    | A / A, KSI                  | Marc Iten       |
| Di, 11. Nov | 1     | JO Training                 | KH                          | Danny Senn      |
| Di, 18. Nov | 1     | JO Training                 | KH                          | Danny Senn      |
| So, 23. Nov | 1     | Überraschungstour           | Div                         | Marc Iten       |
| Di, 25. Nov | 1     | JO Training                 | KH                          | Danny Senn      |
| Di, 2. Dez  | 1     | JO Training                 | KH                          | Danny Senn      |
| Di, 9. Dez  | 1     | JO Training                 | KH                          | Danny Senn      |
| Fr, 12. Dez | 3     | Skiweekend                  | Anl                         | Markus Liniger  |
| Di, 16. Dez | 1     | JO Training                 | KH                          | Danny Senn      |

## Seniorengruppe A:

### Anmeldung:

Auf der Homepage oder am Dienstag zwischen 17-18 Uhr telefonisch bei der jeweiligen Tourenleitung.

| Beginn      | Dauer | Tour / Anlass                                                       | Typ /<br>Kondition, Technik | Tourenleitung               |
|-------------|-------|---------------------------------------------------------------------|-----------------------------|-----------------------------|
| Mi, 1. Okt  | 1     | Hörnli (TL geändert)                                                | T / T2                      | Erich Schmid                |
| Mo, 6. Okt  | 3     | Drei Tage Wandern Engadin – Bergell<br><b>! Ausgebucht !</b>        | T / T2                      | Madeleine Häuptli           |
| Mi, 8. Okt  | 1     | Bre Villagio – Alpe Bolla – Denti della<br>Vecchia – Villa Luganese | T                           | Therese Suter               |
| Mi, 15. Okt | 1     | Mont Tendre 1679 m                                                  | T / T2                      | Jürg Vögtli                 |
| Mi, 22. Okt | 1     | Gasenried – Alpja – Grächen                                         | T / T3                      | Kathrin Schmid              |
| Mi, 29. Okt | 1     | Turbenthal – Sternenbergr – Bauma                                   | T / T1                      | Werner Kaufmann             |
| Mi, 5. Nov  | 1     | Mont Raimeux                                                        | T / T3                      | Christine Gerber            |
| Mi, 12. Nov | 1     | Wolfsschlucht Naturpark Thal                                        | T / T2                      | Urs Klemm                   |
| Mi, 19. Nov | 1     | Winterthur – Brütten – Bassersdorf                                  | T / T1                      | Werner Stocker-<br>Annaheim |
| Mi, 26. Nov | 1     | Bad Ragaz – Fläsch –<br>Regitzer Spitz - Balzers                    | T / T2                      | Alfred Haller               |
| Mi, 3. Dez  | 1     | Chlauswanderung                                                     | T / T1                      | Dora Bachmann-<br>Wölfli    |
| Mi, 10. Dez | 1     | Schneeschuhtour mit LVS-Übung                                       | WT / WT1                    | Werner Stocker-<br>Annaheim |
| Mi, 17. Dez | 1     | Jahresversammlung<br>Senioren - Veteranen                           | Anl                         | Jürg Vögtli                 |

Detailliertere Infos Seniorengruppe A:



## Seniorengruppe B:

### Anmeldung:

Per E-Mail oder am Dienstag zwischen 17-18 Uhr telefonisch bei der jeweiligen Tourenleitung.

| Beginn      | Dauer | Tour / Anlass                                                | Typ /<br>Kondition, Technik | Tourenleitung           |
|-------------|-------|--------------------------------------------------------------|-----------------------------|-------------------------|
| Mi, 1. Okt  | 1     | Bremgarten bei Bern – Schloss Reichenbach – Bern (neue Tour) | T / T1                      | Werner Stocker-Annaheim |
| Mo, 6. Okt  | 3     | Drei Tage Wandern Engadin – Bergell<br><b>! Ausgebucht !</b> | T / T2                      | Madeleine Häuptli       |
| Mi, 8. Okt  | 1     | Belp – Belpberg - Münsingen                                  | T / T1                      | Noldi Gnädig            |
| Mi, 15. Okt | 1     | Schönengrund – Hochhamm – Urnäsch                            | T / T2                      | Regula Toscan           |
| Mi, 22. Okt | 1     | Meikirch – Chutzen – Radelfingen – Jucher                    | T / T1                      | Paul Lüthy              |
| Mi, 29. Okt | 1     | Loderio – Acquarossa                                         | T / T2                      | Ruedi Oehninger         |
| Mi, 5. Nov  | 1     | Malters – Neuenkirch – Sempach Station                       | T / T1                      | Irene Berner            |
| Mi, 12. Nov | 1     | Zofingen – Säli Schlössli – Dulliken                         | T / T2                      | Beat Andenmatten        |
| Mi, 19. Nov | 1     | Rotkreuz – Michaelskreuz – Udligenswil (neues Datum)         | T / T1                      | Emmi Dürst              |
| Mi, 26. Nov | 1     | Durch drei Kantone zur Hohlen Gasse                          | T / T2                      | Verena Hertig           |
| Mi, 3. Dez  | 1     | Wanderung                                                    | T / T1                      | Willi Müller            |
| Mi, 17. Dez | 1     | Jahresversammlung Senioren - Veteranen                       | Anl                         | Jürg Vögtli             |

Detailliertere Infos Seniorengruppe B:



## Seniorengruppe C:

### Anmeldung:

Per E-Mail oder am Mittwoch zwischen 17-18 Uhr telefonisch bei der jeweiligen Tourenleitung.

| Beginn      | Dauer | Tour / Anlass                                             | Typ /<br>Kondition, Technik | Tourenleitung              |
|-------------|-------|-----------------------------------------------------------|-----------------------------|----------------------------|
| Do, 2. Okt  | 1     | Langnau – Holzbrückenweg –<br>Heimatismuseum Trubschachen | T / T1                      | Heidi Fritschi-<br>Lehner  |
| Do, 9. Okt  | 1     | Alosen – Bellevue –<br>Gottschalkenberg - Raten           | T / T1                      | Emmi Dürst                 |
| Do, 16. Okt | 1     | Müswangen – Horben – Beinwil im<br>Freiamt – Benzenschwil | T / T1                      | Christine Stäuble-<br>Bopp |
| Do, 23. Okt | 1     | Luzern – Meggenhorn – Schlössli –<br>Meggen Gottliebe     | T / T1                      | Max Lindegger              |
| Do, 30. Okt | 1     | Meilen – Küsnacht ZH                                      | T / T1                      | Daniela Reitano            |
| Do, 6. Nov  | 1     | Robert Walder Pfad Herisau                                | T / T1                      | Edith Schweizer<br>Lutz    |
| Do, 13. Nov | 1     | Wangen a.d. Aare – Oberbipp –<br>Wiedlisbach              | T / T1                      | Ursula Schmid              |
| Do, 20. Nov | 1     | Wiedlisbach – Günsberg                                    | T / T1                      | Moritz Jäggi               |
| Do, 27. Nov | 1     | Gerlafingen – Wilerwald –<br>Utzensdorf                   | T / T1                      | Max Lindegger              |
| Do, 4. Dez  | 1     | Fischessen in Seengen – Wanderung<br>je nach Wetter       | T / T1                      | Manfred Halter             |
| Do, 11. Dez | 1     | Küttigen – Staffelegg – Asp                               | T / T1                      | Max Lindegger              |
| Mi, 17. Dez | 1     | Jahresversammlung<br>Senioren - Veteranen                 | Anl                         | Jürg Vögtli                |
| Do, 18. Dez | 1     | Vorweihnachtswanderung nach<br>Ansage                     | T / T1                      | Max Lindegger              |

Detailliertere Infos Seniorengruppe C:



## Anlässe für alle Mitglieder:

| Datum       | Anlass                                                                            | Typ |
|-------------|-----------------------------------------------------------------------------------|-----|
| Mi, 1. Okt  | Konditionstraining – noch 2x am Vita Parcours – <b>NEU: Start um 18:30h</b>       | Ftn |
| Fr, 3. Okt  | Mitgliedertreffen Klimastrategie SAC Aarau                                        | Anl |
| Mi, 15. Okt | Konditionstraining – wieder im Schärme                                            | Ftn |
| Mi, 22. Okt | Konditionstraining – Chumm au – es tuet guet                                      | Ftn |
| So, 26. Okt | Tourenleiterzusammenkunft mit KulTour ab 14:30h und<br>offiziellen Teil ab 18:00h | Anl |
| So, 26. Okt | Tourenleiterzusammenkunft – Teilnahme nur am offiziellen Teil<br>ab 18:00h        | Anl |
| Mi, 29. Okt | Konditionstraining – sölli oder sölli nöd?                                        | Ftn |
| Fr, 31. Okt | Frondienst Clubhaus Irehägeli                                                     | Div |
| Mi, 5. Nov  | Konditionstraining – lass dich überraschen :-))                                   | Ftn |
| Fr, 7. Nov  | Frondienst Clubhaus Irehägeli – <b>Ersatzdatum</b>                                | Div |
| Fr, 7. Nov  | Mitgliedertreffen Referat "Wald vs. Kuh"                                          | Anl |
| Fr, 7. Nov  | Jubilaren Ehrung, Traube Küttigen                                                 | Anl |
| Mi, 12. Nov | Konditionstraining – Bliib fit-mach mit                                           | Ftn |
| Mi, 19. Nov | Konditionstraining – Sixpack? Wo? Hier!                                           | Ftn |
| Mi, 26. Nov | Konditionstraining – es ist nie zu spät – ohni Seich :-))                         | Ftn |
| Mi, 3. Dez  | Konditionstraining – Samichlaus-Fitness – voller Power :-))                       | Ftn |
| Mi, 10. Dez | Konditionstraining – gäge d'Wiehnachtshektik                                      | Ftn |
| Mi, 17. Dez | Konditionstraining – never give up                                                | Ftn |

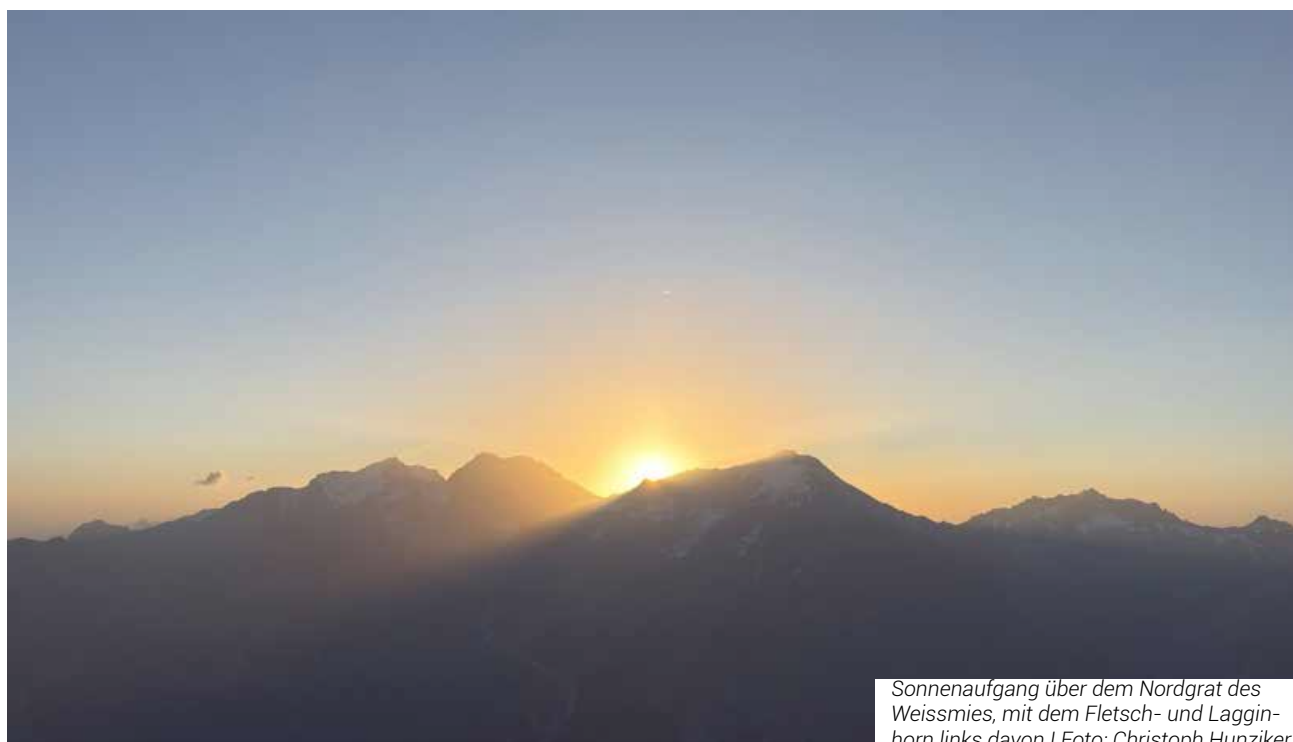
## Detailliertere Infos Anlässe für alle Mitglieder:



Temporäres JO-Mitglied  
Foto: Paul Frieligsdorf

**P.P.  
5727 Oberkulm  
Post CH AG**

Retouren an:  
Madeleine Häuptli  
Bäbenmattweg 1



*Sonnenaufgang über dem Nordgrat des Weissmies, mit dem Fletsch- und Lagginhorn links davon | Foto: Christoph Hunziker*

**die  
Rote  
Karte**

Nummer 4 | 2025  
Oktober - Dezember