



EIGER, ARISTA MITTELLEGI

Nieve, hielo y roca

muntania
Tu agencia de viajes

ÍNDICE

1	Presentación	1
2	Datos básicos	2
2.1	Nivel físico y tipo de terreno para este viaje	2
3	Programa	3
3.1	Programa resumen	3
3.2	Programa detallado	4
4	Más información	6
4.1	Incluye.....	6
4.2	No incluye	6
4.3	Material necesario	6
4.4	Observaciones.....	7
4.5	Puntos fuertes.....	8
4.6	Puntos fuertes.....	8
5	Otros viajes similares	9
6	Contacto	9

1 Presentación

El macizo del **Oberland** está situado en la parte central de **Suiza**, entre los cantones de **Bern** y del **Valais**. Si por algo destacan estas montañas es por la gran concentración de grandes glaciares y afiladas cumbres, muchas de ellas de cuatromil metros destacando el **Eiger**, **Monch** y el **Finsteraarhorn**.

Te proponemos una semana de alpinismo en el **Macizo del Oberland** y el **Valais suizo** y un objetivo final que es conquistar la cima del **Eiger** (3.970 m), sin duda la cumbre o una de las cumbres más emblemáticas que hay por su belleza y su historia.

Sin saltarte pasos previos, con el tiempo y la aclimatación necesarios y con los consejos y la ayuda de un guía profesional, podrás hacer realidad tu sueño. Conseguir hollar la cumbre del **Eiger** será la guinda a una semana de alpinismo fantástica, con otras ascensiones a interesantes cumbres de la zona.

Con un máximo de un participantes, podremos adaptar el programa y las rutas a las posibilidades de la cordada para así poder disfrutar al máximo sin que la seguridad se vea comprometida.

Pero en Muntania Outdoors no queremos únicamente guiar, también queremos formaros y durante toda la semana estaremos a disposición vuestra para que adquiráis las destrezas necesarias para moveros con soltura y seguridad en terreno de aventura.

En este documento te hacemos tres propuestas. Tú eliges, o lo modificas a tu gusto para que el programa sea lo más interesante posible para ti.

2 Datos básicos

Destino: Oberland Bernés y Valais en Suiza. Alpes.

Actividad: Alpinismo/ascensiones.

Nivel físico: ***. Grado de dificultad: AD.

Duración: 8 días de actividad.

Época: De junio a septiembre.

Grupo mínimo-máximo: 1-2 personas.

2.1 Nivel físico y tipo de terreno para este viaje

	Desnivel + acumulado	Condición física
*	hasta 700 m	Normal: práctica de deporte de forma esporádica
**	hasta 1200 m	Buena: práctica de deporte de forma habitual
***	hasta 1500 m	Muy buena: práctica de deporte de forma asidua

Graduación de la dificultad	Descripción
F: Fácil	Pendientes (de roca, nieve y/o hielo) con desniveles moderados, siempre inferiores al 45%, que se ascienden progresando (en nieve a veces con piolet). Trepadas fáciles hasta IIº grado. Algunos tramos en glaciar con grietas. Montañeros experimentados pueden ascender sin cuerda.
PD: Poco Difícil	Pendientes (de roca, nieve y/o hielo) con desniveles fuertes superiores siempre al 45%, aunque se suben andando. Aristas y crestas estrechas y aéreas. Trepadas de cierta dificultad, hasta IIIº grado. Glaciares agrietados. El uso de la cuerda puede hacerse necesario en más de una ocasión.
AD: Algo difícil	Largas pendientes (de roca, nieve y/o hielo) con desniveles fuertes superiores siempre al 50%, aunque se puedan subir andando. Aristas y crestas estrechas y aéreas. Escaladas de dificultad moderada incluso en terreno vertical, grados IIIº y IVº. Glaciares muy agrietados y complicados. Uso obligatorio de cuerda. Solo para montañeros experimentados.
D: Difícil	Escalada mantenida, tanto en roca (frecuentes IVº), hielo o nieve
MD: Muy Difícil. (TD en Francia)	Ascensiones y escaladas técnicas complicadas en cualquier tipo de terreno, pudiéndose alcanzar hasta el Vº grado de escalada clásica. Longitud considerable. Pendientes de graduación límite. Exposición muy alta. Requerida mucha técnica. En lugares remotos.
ED: Extremadamente Difícil	Dificultad extrema con enorme exposición, de larga duración, en lugares remotos

***Observaciones.** Debes estar acostumbrado a largas jornadas de trekking, así como a salvar desniveles importantes. Es fundamental prepararse en los meses previos a la salida del viaje, haciendo salidas con grandes desniveles.

Es un programa completo de nieve, hielo y roca así que hay que tener experiencia en alpinismo y escalada en roca.

El “**mal de altura**” es un síntoma provocado por la falta de presión de oxígeno (menor concentración de oxígeno en sangre) en alturas elevadas. Puede afectar a cualquier persona independientemente de su edad y forma física y dado que durante nuestro viaje nos moveremos a altitudes por encima de **4000 m** deberemos estar preparados para valorar cualquier síntoma, comunicarlo a nuestro guía y seguir las pautas de aclimatación necesarias.

3 Programa

A continuación puede ver el **Programa resumen** (objetivo de la jornada y desniveles) y el **Programa detallado** con la descripción de los aspectos más relevantes.

3.1 Programa resumen

Día 1. Traslado a Suiza a **Engelhorner** en la región del **Oberland**. Escalada en roca.

Noche en el valle en hotel/albergue.

Día 2. Traslado a **Meiringen** desde la **Teou** (3 horas). Ascenso al **refugio Engelhornehutte** (1 hora caminando).

Por la tarde haremos la arista norte del **Klein Simeler** y del **Gross Simeler** (2.500 m de altitud).

Noche en refugio.

Día 3. Escalada en roca del **Kingspitze Nordostwand** (2.621 m) por la vía **Steuri-Engelhörner** (noreste) (V+, 500 m).

Descenso al valle. Traslado a **Grindelwald** y noche en Mountain Hostel.

Día 4. Ascenso en tren y aproximación al **refugio Mittellegi** (3.350 m).

Noche en el refugio Mittellegi.

Opción 1. Día 5. **Arista Mittellegi al Eiger** (3.970 m). Descenso al refugio del **Mönchsloch** (3.650 m)

Noche en el refugio Mönchsloch.

Día 6. Ascenso al **Jungfrau** (4.158 m) (PD+, III) y vuelta al refugio Mönchsloch.

Día 7. Ascenso al **Monch** (4.107 m) (II, 45º).

Desnivel + 500 m. Desnivel – 500 m.

Tras el descenso, nos dirigiremos a la estación superior del **Jungfrau** donde regresaremos en tren a **Grindelwald**.

Día 8. Día de reserva.

Opción 2. Día 5. **Arista Mittellegi al Eiger** (3.970 m).

Día 6. Traslado hasta Arolla. Aproximación a la **Cabaña de la Dent Blanche** (3.507 m) (7 horas de aproximación).

Noche en refugio.

Día 7 de septiembre. Ascenso al **Dent Blanche** (4.357 m) por su **arista sur** llamada **Wandfluegrat**. Dificultad AD, 4b, III.

Noche en refugio.

Día 8. Descenso al valle y traslado a **Chamonix**. Fin del viaje.

3.2 Programa detallado

Día 1. Traslado a Suiza a **Engelhorner** en la región del **Oberland**. Escalada en roca.

Este bello rincón alpino es un paraíso de la escalada en roca calcárea. Tendremos muchas opciones de vías para todos los grados con muy buena roca y corta aproximaciones.

Noche en el valle en hotel/albergue.

Día 2. Traslado a **Meiringen** desde la **Teou** (3 horas). Ascenso al **refugio Engelhornehutte** (1 hora caminando).

Por la tarde haremos la arista norte del **Klein Simeler** y del **Gross Simeler** (2.500 m de altitud).

Noche en refugio.

Día 3. Escalada en roca del **Kingspitze Nordostwand** (2.621 m) por la vía **Steuri-Engelhörner** (noreste) (V+, 500 m).

En esta jornada disfrutaremos de esta bonita vía de escalada en roca en alta montaña con gran ambiente.

Descenso al valle. Traslado a **Grindelwald** y noche en Mountain Hostel.

Día 4. Ascenso en tren y aproximación al **refugio Mittellegi** (3.350 m).

Viajaremos en el tren desde **Grindelwald** hasta la estación de **Eismeer** situada en el interior rocoso del **Eiger**. Por un túnel accederemos al glaciar **Ischmer** y tras cruzar un glaciar, realizaremos una trepada sencilla en terreno rocoso alcanzaremos el refugio.

Noche en el refugio Mittellegi.

Opción 1. Día 5. **Arista Mittellegi al Eiger** (3.970 m). Descenso al refugio del **Mönchsloch** (3.650 m)

Entretenida arista que en la parte inferior suele estar en condiciones secas con algunos pasos de III y IVº. Los tramos más verticales y difíciles están equipados con maromas. El último tramo suele estar cubierto de nieve, siendo la arista final un paseo que recordaremos toda la vida.

Una vez alcanzada la cima tocará disfrutar con calma de las vistas, hidratarnos y comer antes de iniciar el descenso por la arista sur, en la que tendremos que prestar especial atención ya que no hay que subestimarla.

Noche en el refugio Mönchsloch.

Día 6. Ascenso al **Jungfrau** (4.158 m) (PD+, III) y vuelta al refugio Mönchsloch.

Tras el intenso día previo, en esta jornada se ascenderá a esta bella montaña mayoritariamente en terreno glaciar.

Día 7. Ascenso al **Monch** (4.107 m) (II, 45º).

Nos despediremos de las altas cumbres subiendo a este cuatromil que se situó muy cercano del refugio, nos referimos al **Monch** (4.107 m) que con una aérea y entretenida arista será la culminación perfecta a una semana intensa de montaña.

Desnivel + 500 m. Desnivel – 500 m.

Tras el descenso, nos dirigiremos a la estación superior del **Jungfrau** donde regresaremos en tren a **Grindelwald**.

Día 8. Día de margen por al tiempo.

Opción 2. Día 5. Arista Mittellegi al Eiger (3.970 m).

Entretenida arista que en la parte inferior suele estar en condiciones secas con algunos pasos de III y IVº. Los tramos más verticales y difíciles están equipados con maromas. El último tramo suele estar cubierto de nieve, siendo la arista final un paseo que recordaremos toda la vida.

Una vez alcanzada la cima tocará disfrutar con calma de las vistas, hidratarnos y comer antes de iniciar el descenso por la arista sur, en la que tendremos que prestar especial atención ya que no hay que subestimarla.

Tras el descenso, nos dirigiremos a la estación superior del **Junfraubahn** donde regresaremos en tren a **Grindelwald**.

Día 6. Traslado hasta Arolla. Aproximación a la **Cabaña de la Dent Blanche** (3.507 m) (7 horas de aproximación).

Noche en refugio.

Día 7. Ascenso al **Dent Blanche** (4.357 m) por su **arista sur** llamada **Wandfluegrat**. Dificultad AD, 4b, III.

Esta montaña destaca sobre las demás por su esbelta silueta. Su vía normal que es la arista sur no debe ser menospreciada ya que presenta dificultad en un terreno técnico variado con tramos de roca y nieve.

Noche en refugio.

Día 8. Descenso al valle y traslado a **Chamonix**. Fin del viaje.



4 Más información

Precio. 2.620 €

4.1 Incluye

- Asesoramiento técnico antes y después del viaje.
- Servicio de guía de alta montaña durante 8 jornadas.
- Gestión de reservas de alojamientos.
- Material técnico y de seguridad de la cordada.

Alojamiento en el valle a la carta. Rogamos nos comuniquen que tipo de alojamiento quieren y se lo gestionamos.

Muntania Outdoors gestionará todas las reservas así cómo durante la semana, cualquier cambio que se pueda dar del programa previsto.

4.2 No incluye

- Viaje ida y vuelta a Chamonix. Muntania Outdoors lo gestiona si lo solicita.
- Gastos de alojamiento, manutención y teleféricos del participante.
- Gastos de alojamiento, manutención y teleféricos del guía.
- Gasolina, peajes y parking del vehículo donde se hace el transporte (aportado por el guía).
- Gastos imprevistos o cualquier otro gasto producido por un cambio en el programa.
- Seguro de accidentes y rescate. Si no dispone de uno se lo podemos tramitar.

4.3 Material necesario

Es importante llevar el material imprescindible, Si no dispones de todo el material puedes alquilarlo, consúltanos.

- Mochila (entre 30-40 litros)
- Crampones, piolet y casco.
- Arnés y al menos dos mosquetones de seguridad.
- Bota semirígidas o rígidas cramponables.
- Ropa técnica:
 - Calcetines calientes alpinismo (al menos dos pares)
 - Pantalón de alpinismo
 - Camiseta térmica (primera capa).
 - Forro polar o similar (segunda capa).
 - Chaqueta y pantalón tipo Gore-Tex (tercera capa).
 - Chaqueta de primaloft o plumas ligero.
 - Braga para el cuello.
 - Guantes finos y guantes gordos.
 - Gorro para el frío y gorra para el sol.
- Gafas de sol y ventisca.
- Frontal (pilas de repuesto).
- Termo.
- Botiquín y neceser personal.
- Crema solar y protección labial.

- Frontal con pilas de repuesto
- Cámara de fotos.

4.4 Observaciones

Flexibilidad de fechas

Siempre planteamos varias salidas con varias fechas pero también adaptamos los viajes a su disponibilidad. Por tanto no dude en consultarnos si las fechas no le cuadran y programaremos una salida para usted.

Hora y lugar de encuentro

Entre 7 a 5 días antes del inicio del viaje le mandaremos información del lugar y hora de encuentro así como del nombre y teléfono del guía que acompañará al grupo. Además, mandaremos más información útil que le facilitará los preparativos finales.

Billete de avión en caso de ser necesario

Si está interesado en que gestionemos su billete rogamos nos lo comunique, informando del **aeropuerto de salida y regreso, número de maletas a facturar en bodega y si factura maleta**. Antes de comprar el mismo le informaremos de su precio. Con nuestros buscadores intentamos localizar el precio más bajo posible. En caso de que usted gestione el billete, debe preguntarnos el lugar de encuentro (aeropuerto u hotel) y hora antes de comprarlo, al igual que el regreso, para coordinar el encuentro del grupo y del guía del viaje.

Respecto al transporte de material, tendrá que solicitarnos facturar una maleta. En cabina lleve la mochila de ataque con el resto de cosas que no ha metido en la maleta. En esa mochila lleve ropa, guantes, gafas etc por si la maleta le llegara con retraso poder hacer actividad. En la maleta facturada tendrá que meter los crampones, piolet, bastones etc.

Muntania Outdoors cobra 25 € en concepto de gastos de emisión del billete en el caso de que se opte por que seamos nosotros los que hagamos los trámites de compra del mismo. Este servicio no incluye gestiones para hacer el checking previo a su vuelo (lo tendrá que hacer usted). Si por cualquier motivo, ajeno a Muntania Outdoors, usted tuviera que cancelar su vuelo, será responsabilidad suya hacer los trámites con la compañía aérea. Si la compañía aérea cancela su vuelo y nos da otra opción similar aceptaremos el cambio sin tener que consultarle y le mandaremos el nuevo horario. Si la compañía aérea cancela su vuelo, le haremos la devolución una vez reembolsen el dinero que costó el billete. Si la compañía aérea cancela su vuelo y quiere reclamar, será usted el que realice los trámites que le pidan realizar. En el caso de que quiera que le gestionemos otro vuelo, al tratarse de una tramitación de un nuevo billete, tendrá un coste de 25 € adicionales.

Si es usted el que compra su vuelo, rogamos nos consulte los horarios para una mejor coordinación de las horas de llegada y salida con el resto del grupo. Recomendamos que, si el viaje requiere escalas, siempre compre el billete completo bien a través de una compañía aérea que opere en todos los tramos del trayecto con sus propios aviones o con otras compañías que formen parte de la alianza de compañías a la que pertenece y por tanto la compra se haga con un solo pago. Si, por el contrario, opta por comprar un trayecto de ida o vuelta en la que hay escalas y cada escala supone una compra con distintas compañías, en caso de que una compañía cancele el vuelo o llegue con retraso impidiendo coger el siguiente vuelo, será difícil o imposible que una

compañía se haga responsable de la pérdida del siguiente vuelo. La opción de la ida con una compañía distinta a la de vuelta también puede ser una opción para encontrar mejores horarios.

Alojamientos

La selección de alojamientos puede sufrir algún cambio en el que puede ser sustituido uno por otro de la zona en función de la disponibilidad a la hora de formarse el grupo y en función de las condiciones de reserva y cancelación que nos imponen previamente .

Las noches en el valle se pueden hacer en hoteles, albergues o camping. Buscamos alojamiento según su presupuesto.

En los refugios no se pasa frío. La chaqueta tipo primaloft o plumas fino se usará durante la actividad si la temperatura es muy baja. No es necesario llevar saco de dormir pero si un saco sábana de seda o algodón. Hay zapatillas por lo que no es necesario cargar con calzado extra.

Se puede dejar algo de equipaje en una bolsa pequeña en el vehículo los días que estamos en refugios.

Seguro de accidentes/viaje

Es obligatorio que disponga de un seguro que cubra la actividad deportiva del viaje.

Consulte los precios y condiciones de los **seguros** de **Galia** e **intermundial** que tramitamos en Muntania Outdoors <https://www.muntania.com/seguros>

Otras cuestiones

La selección de los itinerarios puede sufrir cambios por motivos meteorológicos o por cualquier otra causa que haga no seguro el recorrido. En ese caso el guía del viaje buscará la mejor de las alternativas posibles.

Cualquier cambio del itinerario ajeno a Muntania Outdoors (por ejemplo causa meteorológicos) que genere un gasto no presupuestado será asumido por los participantes.

4.5 Puntos fuertes

- [Oberland Bernés](#)

4.6 Puntos fuertes

- Ascensión al Eiger.
- Ascenso a otras cumbres en roca, nieve y hielo.
- Grupo reducido (guía y un máximo de dos participantes).
- Programa adaptable al nivel de la cordada.
- Formación técnica todas las jornadas.

5 Otros viajes similares

- Aiguille Verte, corredor Whymper
- Corredores de los Alpes. Alpinismo en Alpes
- Ecrins. Alpinismo avanzado en los Alpes
- Alpinismo de Placer en la Vanoise. Grande Casse
- La conquista del Cervino (Matterhorn) por Italia. Arista Lyon
- Alpinismo y escalada de placer en Italia. Dent d´Harens (4.148 m)
- Objetivo Cervino (Matterhorn). Semana de alpinismo
- Objetivo Eiger, Arista Mittellegi. Semana de alpinismo

6 Contacto

Muntania Outdoors, S.L. CICMA: 2608

+34 629 379 894 info@muntania.com www.muntania.com

c/ Las Cruces Nº 1, portal 2, 2º C, 28491 Navacerrada (España).