

**MÄNNER
RIEGEN
REISE
2016**

SAMSTAG

Männerriegen Reise 2016



- Wohin:** Der Moléson ist das markante Wahrzeichen der Freiburger Voralpen und bietet bei schönem Wetter einen traumhaften Weitblick über das Greyerzerland und die Alpen - Auf und rund um den Moléson mit einer Grat-Bergwanderung und die, die wollen nehmen den Teysachaux auch noch „unter die Füsse“. Auch werden wir den Parc Naturel Gruyère Pays-d'Enhaut „auf“ und „am“ oder „im“ Wasser entdecken und erleben.
- Wann:** 3. / 4. September 2016 - Bei sehr schlechter Wettervorhersage behalten ich mir vor die Reise mittels Telefonalarm am Freitagabend (ca. 18:00) abzusagen.
- Treffpunkt:** 05:55 – Dorfbrücke Start mit Kleinbus Ab 06:00 / Birchhof Ab 06:05 / Wiesendangen Ab 06:10 / bei „H. Küng“ Ab 06:15 / ZKB Oberi Ab 06:20 / Busstation Holandweg Ab 06:25 / Zentrum Töss Ab 06:35
- Rückkehr:** ca. Sonntag 19:00 – Winterthur
- Kosten:** chf 260.- (inkl. zwei Mittagessen ohne Getränke)
- Bezahl wird CASH im Bus - wenn's geht abgezählten Betrag mitbringen - Danke.
- Die „gesponserten“ 400.- von der MR Kasse sind im Teilnehmerbeitrag bereits berücksichtigt.
- Profil:** Wenn das Wetter mit spielt, ja dann ist der traditionell klassische Anfang angesagt: „Mit Schweißperlen, kurzem Atem, ja mit allem was so dazugehört wenn es über die Baumgrenze hinaus geht. Und der 2. Tag steht dann ganz im Zeichen „aktive auf, am und im Wasser“ und danach ein lockeres zusammensitzen mit philosophieren über das erlebte und „was für geile Sichä mir gzy sind“, sowie dem obligaten „leer fressen“ der Rucksäcke während der Heimfahrt. Die schlechte Wettervariante ist am 1. Tag, leichte Wanderung um den Moléson mit Zwischenhalts so dass bis zum Schluss vermutlich alle Jassen können und am 2. Tag machen wir das gleiche wie bei der schön Wettervariant ;o). Wichtig, Schwimmkenntnisse obligatorisch.
- Verpflegung:** 1. Tag Mittagessen auf dem Le Moléson ev. Outdoor (Sache des Veranstalters)
Zwischenverpflegung für 1-2 „Stundenhalts“ z.B. Power Gel (Sache des Teilnehmers)
Nachessen im Restaurant-Hôtel Refuge Plan Francey (Sache des Veranstalters)
2. Tag Morgenessen im Restaurant-Hôtel Refuge Plan Francey (Sache des Veranstalters)
Mittagessen im Auberge de la Halle in Gruyère (Sache des Veranstalters)
Nachessen, noch nichts organisiert (fakultativ) - ev. BitSTOP auf der Rückfahrt.
- Übernachtung:** Restaurant-Hôtel Refuge Plan Francey (bei der Endstation der Standseilbahn zum Moléson) mit Halbpension, schlafen wir verteilt auf Doppelzimmer und Vierbett-Zi. mit Duvé.
Infrastruktur wie Waschraum, Toiletten und Duschen sind vorhanden. Das Refuge Plan Francey hat den Standard nach dem Motto „...das alte Haus von Rock Docky...“.
- Ausrüstung:** Siehe Rückseite.
- Anmerkung:** Ich hoffe auf ein gutes Gelingen und dass nötige Wetterglück. Für allfällige Fragen stehen ich euch gern zur Verfügung

- Ausrüstung:** Schuhwerk und Bekleidung für Voralpenwanderung (Trekkingsschuhe mit fester Sohle ist OK, wer über den Teysachaux mitkommen will dem empfehle ich hohes Schuhwerk).
Temperaturgerechte Bekleidung nach Wetterbericht (Moléson 2002m) - z.B. leichte warme Jacke/Pullover (HH oder Faserpelz), Regenschutz, Sonnenschutz, Sonnenschutzmittel, Wanderstöcke (nicht für Teysachaux-Kandidaten den die brauchen zwei freie Hände), nach Bedarf trockene Ersatzwäsche und Necessaire.
Für den 2. Tag brauchen wir Badehosen, Frottiertuch, Socken und wasserresistente Schuhe mit denen ihr im Wasser laufen könnt (z.B. Joggingschuh).
Wichtig, Brillenträger sollten ihre Brille befestigen können, z.B. mit einer Schnur.
- Packen:** Am 1. Tag bringen wir die Rucksäcke vor der Wanderung zur Unterkunft. Ich empfehle einen kleinen Tagesrucksack für die Wanderung mitzunehmen um z.B. Regenschutz, leichte Jacke, ev. Power Gel und Getränk darin zu verstauen.
Die „Wassersachen“ für den zweiten Tag müsst ihr in einem 35L Kehricksack mitnehmen. Diesen lassen wir dann im Bus an der Talstation.
- Programm:** 1. Tag Hegi - Moléson-sur-Gruyères (Kleinbus) - Plan-Francey (Standseilbahn) - Wandern zum Gipfel Le Moléson (Luftseilbahn kann auch genutzt werden) - Gratwanderung bis zur Verzweigung Teysachaux / Tremetta - mit denen, die beide Hände brauchen wollen um ein kurzes Stück vorwärts zu kommen, gehe ich hoch zum Teysachaux - mit den andern geht es runter via Tremetta - wo wir uns später wieder treffen und gemeinsam via - Le Villard Dessous - Grand Plané - Petit Plané - zurück gehen zur Unterkunft in Plan Francey.
2. Tag Plan-Francey - Moléson-sur-Gruyères - dann mit dem Bus nach Château-d'Oex - wo wir das Fahrzeug wechselt und es weiter geht nach - Gstaad - dort werden wir ausgerüstet für den bevorstehenden Event. - mit leicht erhöhtem Adrenalinpiegel zurück in Château-d'Oex - ziehen wir uns wieder trockenen Kleider an und fahren gemütlich zurück nach - Gruyères dem „märchen Städtchen“ wo wir dann eher spät das Mittagessen zu uns nehmen. Wenn noch Zeit bleibt können wir dort z.B. ein „Heimfahrt Bier“ in der HR Giger Bar nehmen bevor dann zurück nach Oberwinterthur (mit Kleinbus).

































