



Grönland Karale-Ski-Haute-Route

Termin, Reiseleitung

13.03. – 29.03.2026/ 17 Tage / max. 10 Teilnehmende / Ramona Volken

Kosten

Fr. 6'190.-, pauschal, ohne Flug
(Preis- und Programmänderungen vorbehalten)

Vorbereitungstreffen

Das Vorbereitungstreffen findet am Samstag, 14. Februar 2026, bei uns in Steffisburg statt.

Informationen zur Destination

Grönland

Grönland ist die grösste Insel der Erde, 2.2 Mio qkm, 52 mal die Fläche der Schweiz. Grönland ist umgeben von einem riesigen Ring von Gebirgen. Diese Gebirge stauen das Eis im Innern und lassen es über gewaltige Gletscher nur an beschränkten Stellen abfliessen. Im Laufe der Jahrtausende hat sich eine mächtige Eisdecke aufgebaut, 1.8 Mio qkm gross, teilweise über 3000m dick und mit einem Volumen von 21 Mio Kubik-Km! Das enorme Gewicht dieses Eises hat den darunter liegenden Boden bis zu 800m in die Tiefe gedrückt. Die im Eis gespeicherten Wassermassen würden bei vollständigem Abschmelzen die Spiegel der Meere weltweit um ca. 6.5m ansteigen lassen.

Kaalalit Nunaat – Land der Menschen

Als im Sommer 982 der isländische Häuptling Erik der Rote auf seinem Weg in die Verbannung und nach monatelanger Irrfahrt im Packeis als erster Europäer auf die grüne Südküste Grönlands gestossen ist, hat er ihr den Namen Grönland (Grünland) gegeben. Die Inuits haben bereits 4000 Jahre früher von Sibirien aus die Insel von Norden her über die Ost- und Westküste besiedelt und ihr den Namen Kaalalit Nunaat – Land der Menschen – gegeben.

Westküste

Grönland wird an seiner Süd- und Westseite vom Golfstrom beeinflusst. Die Temperaturen sind dadurch für diese Breitengrade recht mild, das Meer über mehrere Monate offen und während den Sommermonaten ist an deren Küsten eine üppige Vegetation möglich.

Ostküste

Im Gegensatz zur Westküste hat die Ostküste ein arktisches Klima. Sie ist umgeben von einem gewaltigen, breiten Packeisgürtel, welcher nur während Juli/August/September offen ist.

Der Ostküste entlang zieht sich ein riesiges, über 2000km langes und bis zu 100km breites Gebirge mit Tausenden von Gipfeln und mächtigen Gletschern.

Die höchsten Gipfel sind zwischen 3500 und 3700m. Durch die geringe Höhe der Gletscher finden sich auch bei deutlich niedrigeren Bergen beeindruckende Fels- und Eisflanken.

Die 3000km lange Ostküste ist praktisch menschenleer. Es gibt nur gerade zwei Siedlungsgebiete: Ittoqqortoormiit mit ca. 800 und Angmagssalik mit ca. 2500 Bewohnern.

Arktische Wunderwelt

Die arktische Bergwelt Ostgrönlands ist atemberaubend schön.

Unsere Route führt durch das südliche sogenannte „Schweizerland“. Wir bewegen uns auf riesigen Gletschern und zwischen fantastischen Bergformation, erleben auf unserer Haute Route immer wieder neue Gebiete, neue Perspektiven und enorme Gegensätze. Wir erfahren die Weite und Grosszügigkeit dieser Gletscherwelt, die Abgeschiedenheit und Stille.

Auf abwechslungsreichen Skitouren geniessen wir die Bergwelt in vollen Zügen. Während den Aufstiegen und auf den Gipfeln haben wir sagenhafte Ausblicke und Panoramen auf Gletscher, Fjorde und Berge!

Knapp zwei Wochen sind wir mit Ski, Pulka und Zelt in dieser wunderbaren Natur unterwegs. Nach ein oder zwei Tagesetappen bleiben wir jeweils für zwei bis drei Nächte im gleichen Lager und unternehmen Skitouren in der Umgebung. Nach diesen Touren bleibt genügend Zeit zum Ruhen und gemütlichen Zusammensein.

Gegensätze

Zwei Wochen intensives Leben voller Gegensätze stehen uns bevor:

- die Vertrautheit des winterlichen Gebirges gegenüber der Exotik der arktischen Stimmung
- die völlige Abgeschiedenheit gegenüber der wohltuenden Nähe der Gruppe, der einzelnen Kameradinnen und Kameraden
- die völlige zeitliche und räumliche Freiheit gegenüber den klaren Grenzen und der Disziplin, die uns die Natur auferlegt
- die absolute Stille und Ruhe gegenüber dem Getöse des Windes oder dem bald vertrauten Fauchen der Benzinkocher im Camp
- die wärmende Kraft der Sonne gegenüber der Kälte klarer Nächte
- das unendliche Weiss der Gletscher und des ewigen Schnees gegenüber den kleinen farbigen Tupfern unserer Zelte, Schlitten und der Bekleidung unserer Kameraden
- unendliche Weiten der Gletscher, der Bergkämme und der Horizonte gegenüber dem beschränkten Lebensraum unseres Camps und unserer Aktionsradien
- die Ausgesetztheit der übermächtigen, unwirtlichen, arktischen Natur weit weg von jeglicher Zivilisation gegenüber der Kraft und Geborgenheit des Zusammenseins, des Zelts, des wohligen warmen Schlafsacks
- intensivste Eindrücke und Bilder von aussen gegenüber Momenten des völligen In-Sich-Gekehrt-Seins
- die körperliche Leistung und Angespanntheit gegenüber der inneren Ruhe und Entspannung des Geistes

Leben pur

Intensiv sind Bilder, Stimmungen und Eindrücke, intensiv und deshalb so reich und unauslöschlich ist das Er-Leben jedes Tages: existentielle Grundbedürfnisse – in der Zivilisation so selbstverständlich – erfordern Planung, wohl überlegtes Handeln, gegenseitiges Abstimmen, bedeuten Aufwand: Vorbereitung des Lagerplatzes, Einrichtung der Zelte, Wassergewinnung aus Schnee, Kochen, Trinken, Essen, Schlafen, Toilettengang, Schutz vor Wetter und Kälte. Diese intensive Lebensweise, das Aufeinander-Angewiesen-Sein, das Anpassen an und das Leben mit der Natur geben uns ein wunderbares, sehr intensives Lebensgefühl und ermöglichen uns unauslöschliche, reiche Erlebnisse!

Kosten, Leistungen, spezielle Annulationsbedingungen

Kosten pauschal, ohne Flug: Fr. 6'190.-

Buchung und Kosten Flug

Der Flug wird gebucht, sobald die Reisedurchführung garantiert ist. Die effektiven Flug-Kosten werden dem Teilnehmenden nach der Buchung in Rechnung gestellt.

Mögliche Flugkosten (Stand 2025): ca. Fr. 1'400.-

Im Preis inbegriffen sind:

- Schweizer Bergführer
- myclimate klimaneutrale Flugemissions-Kompensation (Fr. 40.-)
- Transport Gemeinschaftsmaterial nach Grönland
- Transport mit Hundeschlitten und Booten von Kulusuk nach Tuno
- Materialtransport mit Schlitten von Tuno zur Tasiilaq Mountain Hut
- Transfer mit Booten von Kuumiut nach Kulusuk
- 2x Halbpension im DZ im Hotel in Reykjavik/Keflavik
- 3x Übernachtung mit Halbpension in Inuit-Haus in Kulusuk
- 1x Übernachtung mit Halbpension in Inuti-Haus in Kuumiut
- 1x Übernachtung mit Halbpension in Berghütte
- 8x Übernachtungen in Spezial-Zelten (2- bis 3er-Zelte von Hilleberg)
- Getränke, Frühstück und Nachtessen während der ganzen Skidurchquerung
- sämtliches Gruppenmaterial: Expeditions-Zelte, Kocher, Küchenausrüstung, Installationen Bären-Warnzaun, Gewehr, Satelliten-Telefon für Notrufe, Apotheke, Alpinmaterial
- Zur Verfügung gestelltes, spezielles persönliches Material wie sehr warmer Daunenschlafsack, hochwertige, komfortable Isolationsmatte, Daunenjacke, Pulka, MoonBoots

Im Preis nicht inbegriffen sind:

- Flüge Zürich – Keflavik retour in Economy-Klasse, inkl. Zusatzkosten für Skigepäck, inkl. aller Taxen
- Flüge Reykjavik – Kulusuk retour in Economy-Klasse, inkl. Zusatzkosten für Skigepäck, inkl. aller Taxen
- Getränke in Hotels und Pensionen
- Einzelzimmerzuschlag im Hotel in Reykjavik/Keflavik (Fr. 75.- für 2 Nächte)
- Lunch und Zwischenverpflegung
- Kosten für persönliches Übergepäck
- Mehrkosten aufgrund nicht verschuldeter, wetter- bzw. verhältnisbedingter Programmänderungen, v.a. notwendiger Heliflug, zusätzliche Übernachtungen in Hotels
- Kosten für gewünschte Sitzplatzreservierung Hin- und Rückflug

Muss die Reise wegen behördlichen Anordnungen vor Reiseantritt (z. B. wegen Quarantäne bei Anreise oder Einschränkungen vor Ort, welche die Reise wesentlich behindern) abgesagt werden, tragen die Teilnehmenden nur die Kosten des bereits gebuchten Fluges.

Reiseverlauf

Die vorgesehene Route und das Reiseprogramm sind Aufgrund des Wettereinflusses und der unvorhersehbaren Verhältnisse als Absicht und nicht als Versprechen zu verstehen.

Wir entscheiden uns kurz vor der Reise oder vor Ort für die nach herrschenden Schnee-, Eis- und Wetter-Verhältnissen optimalste Variante.

1. Tag: Islands Hauptstadt

Linienflug nach Keflavik. Transfer nach Reykjavik (1h). Übernachtung im Hotel. Bummel in Islands Hauptstadt und Nachtessen in der Innenstadt.

2. Tag: Flug nach Kulusuk

Transfer zum Stadtflughafen. Ca. zweistündiger Flug nach Kulusuk. Verschiebung zum Dorf Kulusuk. Materialvorbereitung und -Verteilung, Vorbereitung der Pulkas. Übernachtung in einfachem Haus in Kulusuk.

3. Tag: Reise über Kuumiut nach Tuno

Reise mit Hundeschlitten und Booten zum Dorf Kuumiut und weiter mit Hundeschlitten bis zum Gletscherrand bei Tuno. Übernachtung im Zelt.

4. Tag: Aufstieg zur Tasiilaq Mountain Hut

Langer Aufstieg mit Tagesrucksack zur einzigen kleinen Berghütte auf ca. 700m. Materialtransport mit Hunde- oder Motorschlitten. Aufstieg ca. 8h.

5. bis 12. Tag: Ski-Haute Route

Eine ca. 80 bis 100km lange Reise mit Ski, Pulka und Zelt, verbunden mit unvergesslichen Erlebnissen und einmaligen Eindrücken in dieser atemberaubenden Bergwelt. Tagesetappen wechseln sich mit Skitouren ab. Unsere Route führt uns über weite Gletscher und entlang grossartiger Bergketten, über verschiedene Übergänge in immer wieder neue Gebiete. Die Skitouren sind meistens einfach, belohnt werden wir mit einer grandiosen Aussicht. An den Skitouren-Tagen bleibt genügend Zeit für Ruhe und Erholung im Camp.

13. Tag: Ankunft in Kuumiut

In einer langen und sanften Abfahrt mit unseren Pulkas erreichen wir die Ebene von Tuno. Durch ein schönes Tal und über den gefrorenen Fjord geniessen wir ein letztes Mal Stille und Abgeschiedenheit, bevor wir die Inuit-Siedlung Kuumiut erreichen. Hier beziehen wir ein einfaches, gemütliches Haus im Dorf Kuumiut.

14. Tag: Skitour über Kuumiut und Transfer nach Kulusuk

Wir steigen zu einem wunderbaren Aussichtsgipfel über Kuumiut auf und geniessen faszinierenden Blick über den Ammassalik-Fjord und die umliegenden Berge. Am späten Nachmittag fahren wir mit Booten über den Ammassalik-Fjord bis zur Eiskante vor Kulusuk und ziehen unsere Pulkas das letzte Stück über den gefrorenen Fjord zum Dorf. Dieser Tag dient auch als Reservetag. Unterkunft in einfachem Haus.

15. Tag: Kulusuk

Nach dem Frühstück ordnen, reinigen und trocknen wir das Gemeinschaftsmaterial. Unterkunft in einfachem Haus.

16. Tag: Rückflug nach Island

Mit Skis erreichen wir in einer guten halben Stunde den Flugplatz. Es heisst Abschiednehmen von Grönland. Nach einem knapp 2-stündigen Flug landen wir in Keflavik. Kurzer Transfer zum Hotel.

17. Tag: Rückflug nach Zürich

Voraussichtlich früh morgens fahren wir zurück zum Flughafen. Rückflug nach Zürich, Verabschiedung und individuelle Heimreise.

Anforderungen und Teilnahmebedingungen

Gesundheit

Voraussetzung für diese Reise ist eine sehr gute Gesundheit.

Wir empfehlen Ihnen, rechtzeitig vor der Reise einen Gesundheitscheck bei Ihrem Hausarzt und eine Zahnkontrolle (Zahnprobleme können sich in der Kälte verschärfen).

Konditionelle Anforderungen

Die ganze Reise, die einzelnen Etappen und die Bergbesteigungen sind so ausgelegt, dass sie für geübte Skihochtourengeher mit Ausdauer für 6 bis 8 h Aufstieg gut machbar sind.

An den Etappentagen sind wir 6-8 h auf meist leicht geneigten, über kürzere Strecken auch mittelsteilen Gletschern im Aufstieg/in der Abfahrt unterwegs und ziehen je einen Pulka von anfangs ca. 35kg. Lagerabbau am Morgen und Lageraufbau am Nachmittag erfordern zusätzliche Zeit und Energie.

Technische Anforderungen

Die technischen Anforderungen entsprechen jenen von Skihochtouren in den Alpen mit sicherer Skitechnik in der Abfahrt in allen Schneearten.

Psychische Anforderungen

Wir leben während knapp zwei Wochen in Abgeschiedenheit mit einfachen Mitteln draussen in der arktischen Natur im Schnee. Wir leben in uns wenig vertrauter Umgebung. Jedes von uns ist eigenen Stimmungsschwankungen ausgesetzt.

Mit dem entsprechenden Bewusstsein, einer guten mentalen Vorbereitung und einer gesunden Einstellung ist unsere Psyche so gestärkt, dass wir alles, was um und in uns passiert, positiv aufnehmen und in vollen Zügen erleben und geniessen können.

Teamfähigkeit und Einsatz für die Gruppe

Wir leben während zwei Wochen auf engem Raum - miteinander. Wir sind aufeinander angewiesen. Ehrlich gelebte Kameradschaft mit Toleranz und Respekt gegenüber allen Teilnehmenden, Einsatz und Hilfsbereitschaft für die Gruppe – namentlich im Auf- und Abbau der Camps - sind unabdingbare Voraussetzungen für diese Reise!

Verhalten unterwegs

Die Teilnehmenden erhalten vor der Reise schriftlich ausführliche Informationen, welche eine gute mentale Vorbereitung auf die Reise ermöglichen. Diese Angaben werden am Vorbereitungstreffen zusätzlich besprochen:

- Mithilfe Aufbau, Einrichtung und Organisation der Lager
- Organisation der persönlichen Utensilien
- Beladen und ziehen des Schlittens
- Vorgehen und Verhalten unterwegs
- objektive und subjektive Gefahren

Gefahren

- Objektive Gefahren

Die objektiven Gefahren sind mit jenen in den Alpen gleich zu setzen und erfordern die gleichen Vorsichtsmassnahmen wie bei uns.

Durch die Abgeschiedenheit und die beschränkte Hilfe von Aussen wird unser Vorgehen noch defensiver und vorsichtiger als üblich sein.

- Subjektive Gefahren

Unterkühlungen/Erfrierungen, Überschätzung der eigenen Skitechnik, unsachgemäßes Hantieren im Lager usw: auf diese Gefahren und dem entsprechend angemessenen Verhalten gehen wir am Vorbereitungs-Treffen ein.

- Pitteraq

Der Pitteraq ist ein stürmischer Fallwind, welcher sich vom Inlandeis zur Küste bewegt und teilweise Geschwindigkeiten von 200km/h und mehr aufbauen kann. Die Gefahr, einen Pitteraq zu erleben, ist gering. Zu unserem (einzigen, aber sehr wirksamen) Schutz graben wir die Zelte in jedem Lager in die Schneedecke ein.

- Eisbären

Die Wahrscheinlichkeit, von einem Eisbären besucht zu werden, ist in dieser Region und Jahreszeit äusserst gering. Aufgrund der ernsthaften Bedrohung bei einem tatsächlichen Erscheinen treffen wir entsprechende Vorsichtsmassnahmen: Installation eines Warnzauns um jedes Lager, Mitführen einer entsprechenden Waffe und geeigneter Munition.

Anmeldung, erforderliche Reisedokumente und wichtige Reisehinweise

Anmeldung

Wir bitten Sie, sich frühzeitig – möglichst bis 3 Monate vor Abreise – anzumelden.

Anmeldebestätigung, Anzahlung, Zahlung

Nach Eingang der Anmeldung erhalten Sie eine schriftliche Anmelde-bestätigung. Nach der Anmeldung ist eine Anzahlung von Fr. 1'000.- fällig. 30 Tage vor Reisebeginn ist der gesamte Pauschalpreis fällig.

Allgemeine Vertrags- und Reisebedingungen

Es gelten unsere Allgemeinen Vertrags- und Reisebedingungen sowie die Benutzungs- und Datenschutzbestimmungen.

Bei Annulierung der Reise durch den Teilnehmenden werden folgende Annulierungskosten in Rechnung gestellt:

Flug:

- falls der Flug bereits gebucht ist, die effektiven Flugkosten

Kosten pauschal ohne Flug:

- bis 91 Tage vor Abreise 15% des Reisepreises

- bis 61 Tage vor Abreise 25% des Reisepreises

- bis 31 Tage vor Abreise 50% des Reisepreises

- bis 15 Tage vor Abreise 80% des Reisepreises

- 14 bis 0 Tage vor Abreise, no-show 100% des Reisepreises

Vorbereitungstreffen

Das Vorbereitungstreffen findet an einem Samstag in unseren Büros in Steffisburg statt. Es dient dazu, sich gegenseitig kennen zu lernen, wichtige Punkte der Reise und der Ausrüstung zu besprechen, offene Fragen zu klären und sich mental auf die Reise vorzubereiten.

Reiseunterlagen

Sie erhalten rechtzeitig mit der Einladung zum Vorbereitungstreffen alle notwendigen Reiseinformationen, eine detaillierte Ausrüstungsliste, Angaben zu Treffpunkt und -zeit, Flugplan und Teilnehmerliste.

Reisedokumente

Gültiger Reisepass. Grönland ist nicht Bestandteil des Schengener Abkommens. Daher benötigen Schweizer und EU-Bürger für die Einreise einen gültigen Reisepass. Der/Die Teilnehmende ist verantwortlich für die verlangten Reisedokumente und für die bei Einreise erforderlichen gesundheitlichen Ausweise (zB. Impf-Zertifikat, Test odgl.).

Impfungen

Impfungen sind keine vorgeschrieben. Der persönliche und genügende Impfschutz liegt in der Verantwortung der Teilnehmenden. Bitte überprüfen Sie ihren Impfschutz und kontaktieren Sie Ihren Haus- oder Tropenarzt.

Infos: www.healthytravel.ch oder www.infektiologie.insel.ch (individuelle Impfberatung).

Versicherung

Der ausreichende Versicherungsschutz ist Sache der Teilnehmenden. Bitte überprüfen Sie Ihren Versicherungsschutz für das betreffende Land. Wir empfehlen eine ausreichende Annulierungskosten-, Assistance- (Arzt-, Spitalkosten vor Ort usgl.), Such-/Rettungskosten- und Reiseabbruchversicherung.

Medizinische Versorgung

Für die Erstversorgung von Verletzungen und leichten Unfällen besitzt die Reiseleitung das notwendige Wissen. Wir führen eine angemessene nach aktuellen Kenntnissen zusammengestellte Notfall-Apotheke und Verbandtasche mit. Für Ernstfälle und benötigte Hilfe von aussen führt die Reiseleitung ein Satelliten-Telefon mit.

Programmänderungen

Bei dieser Reise muss trotz sorgfältiger Vorbereitung mit Programmänderungen durch unvorhersehbare Ereignisse gerechnet werden. Diese können wetterbedingt oder durch kurzfristige Änderungen infolge gesetzlicher Bestimmungen, politischer Entscheide oder gesundheitlicher Probleme von Teilnehmende usw. entstehen. In jedem Fall versuchen wir das Reiseprogramm im Rahmen des Verantwortbaren durchzuführen oder, wenn nicht möglich, ein gleichwertiges Ersatzprogramm zu organisieren.

Speziell weisen wir auf die besonderen Lande- und Startbedingungen auf dem Flugplatz Kulusuk hin. Kulusuk verfügt über kein Blindlandesystem. Bei schlechter Sicht kann es zu Flugausfällen kommen, welche die geplante Hin- oder Rückreise um einen oder mehrere Tage verzögern können. Bitte rechnen Sie dies bei Ihrer Reiseplanung mit ein.

In diesem Zusammenhang entstehende Mehrkosten für Übernachtungen, Flug- und Programmänderungen gehen, sofern nicht von der Fluggesellschaft übernommen, zu Lasten der Teilnehmenden.

Klima, Ausrüstung, Unterkunft, Verpflegung

Wetter und Verhältnisse

Wetter und Geländeverhältnisse sind die bedeutenden Unbekannten dieser Reise. Wir haben zu dieser Jahreszeit oft längere Schönwetterperioden mit wolkenlosem Himmel erlebt. Es kann aber auch über mehrere Tage schlecht sein, teilweise begleitet durch Niederschläge und Wind.

Eisverhältnisse auf dem Fjord und Geländeeverhältnisse, vor allem für den Zugang zum Gebirge, beeinflussen zu einem wesentlichen Teil Programm, Reisemittel und Reiseroute. Sie können erst kurz vor Reisebeginn beurteilt oder bestimmt werden.

Temperaturen

Die Tageslängen mitte März sind schon spürbar länger. Die Sonne scheint an schönen Tagen bis zu 11 h. Die Nächte sind noch spürbar dunkel, aber nicht mehr extrem lang. Die Temperaturen sind vergleichbar mit jenen an Wintertagen bei uns in den Alpen auf 2000m:

- bei klarem Himmel sind sie an der Sonne angenehm warm, im Schatten frostig und in der Nacht teilweise wirklich kalt (bis -15° und darunter). Die Luft ist sehr trocken, die Kälte deshalb gut zu ertragen. Unsere Spezial-Zelte und unsere gut isolierenden Schlafsäcke und Liegematten bieten auch in sehr kalten Nächten genügend Schutz und sorgen für wohlige Wärme und erholenden Schlaf.

Unangenehm werden die Temperaturen bei starkem Wind. In Kombination mit mitgeführtem Schnee können sie uns auch mal zu einem frühen Etappen-Halt oder zur Umkehr von einer Tour zwingen.

- bei bedecktem Himmel oder Niederschlag sinken die Temperaturen kaum unter -5° . Auch hier kann der Wind zum Spielverderber werden.

Ausrüstung

Sie benötigen für diese Reise die Ausrüstung für Skihochtouren in den Alpen. Wir empfehlen zusätzlich einen speziell isolierenden Thermo-Innenschuh für die Skischuhe.

Übrige spezielle persönliche Ausrüstung wie warmer Doppel-Schlafsack, sehr gut isolierende, komfortable Liegematte, Daunenjacke, Pulka, Moonboots werden von berg-welt zur Verfügung gestellt.

Die Teilnehmer-Dokumentation beinhaltet eine genaue Ausrüstungsliste. Die Ausrüstung wird am Vorbereitungs-Treffen ausführlich besprochen.

Verpflegung unterwegs

Getränke, Frühstück und Nachtessen werden von berg-welt organisiert und werden vom Bergführer zubereitet. Der Menuplan ist durch die speziellen Verhältnisse eingeschränkt. Der Bergführer wird sein Bestes geben um trotz erschwerter Bedingungen etwas Köstliches zuzubereiten.

Für Lunch und Zwischenverpflegung sind wegen der unterschiedlichen individuellen Vorlieben und Mengen die Teilnehmenden selber besorgt. Wir werden Sie ausführlich über Menge und Eignung der Zwischenverpflegung informieren.

Steffisburg, 1. Oktober 2025



berg-welt ag
Industrieweg 30
CH-3612 Steffisburg
Telefon +41 (0)33 439 30 15
mail@berg-welt.ch
www.berg-welt.ch