



Jungfrau Region

Wir drucken mit «der Zukunft zuliebe»:



Merkur Druck AG

INHALT

REISEPLANUNG

KAPITEL 1 – DAS MUSST DU ERLEBEN

S. 9

Top 5 zu verschiedenen Themen

KAPITEL 2 – NACHHALTIGKEIT

S. 33

Alles zum Thema Nachhaltigkeit in der Jungfrau Region

REISEZIELE

KAPITEL 3 – REISEZIELE AUF EINEN BLICK

S. 40

Grindelwald

S. 42

Mürren

S. 44

Lauterbrunnen

S. 46

Wengen

S. 48

Haslital

S. 51

PRAKTISCH

KAPITEL 4 – DAS MUSST DU WISSEN

S. 54

Wichtige Informationen

#DINIWÄLT

Ob beim Wandern oder Biken. Ob auf einem Berggipfel oder in einem Museum. Ob für die Augen oder den Gaumen. Ob Entspannung total oder Adrenalin pur. Ob für Kinder oder Erwachsene. Ob bei schönem Wetter oder wenn es regnet. Egal zu welcher Tageszeit. Die Jungfrau Region lebt von ihrer einzigartigen Vielfaltigkeit.

Wandern vor den Augen von Eiger, Mönch und Jungfrau, mit dem Eiger Express fahren, auf dem Alpen tower die Aussicht auf über 400 Berggipfel geniessen, durchs Tal der 72 Wasserfälle spazieren, auf dem Schilthorn auf den Spuren von James Bond wandeln, sich auf dem Männlichen wie ein König fühlen, mit dem First Glider und dem First Flyer auf Adrenalinjagd gehen. Beim KrimiSpass Jungfrau Region in die Rolle von Sherlock Holmes schlüpfen, die berühmt-berüchtigte Lauberhornabfahrt zu Fuss in Angriff nehmen, vom Jungfraujoch aus den Aletschgletscher, das grösste Eismeer der Alpen bewundern. Die autofreien Orte Mürren und Wengen besuchen, im Indoor Seilpark Grindelwald klettern, sich kulinarisch verwöhnen lassen, einheimische Traditionen hautnah erleben. Und, und, und...

Auf den folgenden Seiten erfährst du viel Wissenswertes über die Jungfrau Region. Du kannst dir aus zahlreichen Angeboten deine eigene Welt zusammenstellen – und danach vor Ort entdecken.

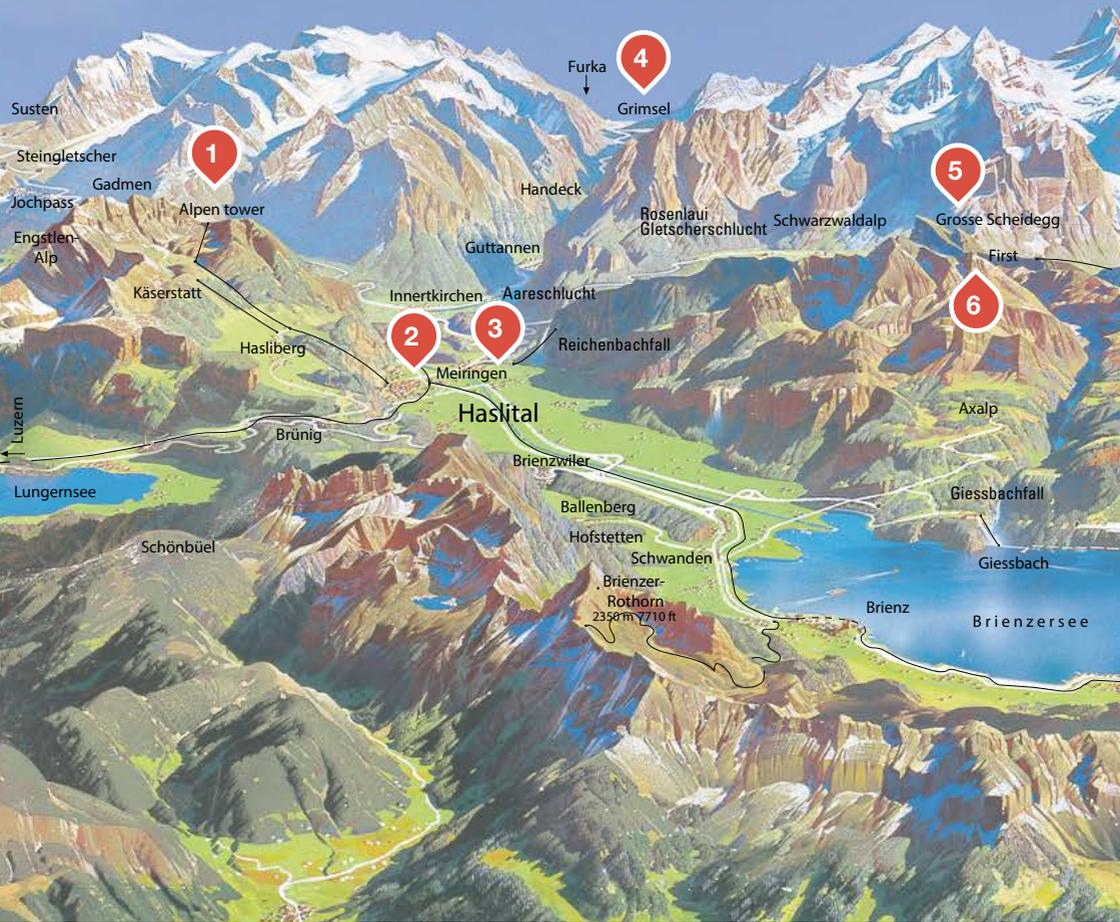
Wir freuen uns auf dich!

Die Betriebszustände der Bahnen, der Status der Wanderwege, Informationen über Events, das Wetter und die Reiseplanung, die Top-Attraktionen im Überblick, Webcams und Karten der Jungfrau Region, die neusten Spezialangebote: Das und vieles mehr findest du auf unserer Willkommenseite.

jungfrauregion.swiss/willkommen



Wetterhorn
3701 m 12139 ft



Alpen tower-Hasliberg

Meiringen

Aareschlucht

Grimselwelt



Gletscherschlucht Grindelwald



Jungfraujoch-Top of Europe



Männlichen-Royal Experience



Wengen



Eiger
3970 m 13022 ft

Mönch
4099 m 13445 ft

Jungfrau
4158 m 13638 ft



Grosse Scheidegg

First-Top of Adventure

Pfingstegg

Grindelwald



Lauterbrunnen

Trümmelbachfälle

Mürren

Schilthorn - Piz Gloria





DAS MUSST DU ERLEBEN



TOP 5 - IN DER HÖHE



1 TOP OF EUROPE

Der Bahnhof auf dem Jungfrauoch ist mit 3454 m ü. M. der höchstgelegene Bahnhof Europas. Die Strecke führt durch einen sieben Kilometer langen Tunnel durch Eiger und Mönch. Am Ziel angekommen befindest du dich inmitten einer Wunderwelt aus Eis, Schnee und Fels.

2 AUF DEN SPUREN VON JAMES BOND

1969 war das Schilthorn Drehort des James-Bond-Klassikers «Im Geheimdienst Ihrer Majestät». Das heutige 360°-Restaurant diente als Basis für den Bösewicht Blofeld und erhielt den Namen Piz-Gloria – der bis heute geblieben ist.





3 BLICK AUF 401 BERGGIPFEL

Hoch über dem Haslital, auf 2250 m ü M., steht majestätisch der Alpen tower. Die 360°-Panoramansicht ist einmalig. Von hier aus siehst du bei gutem Wetter weit über die Berner Oberländer und Zentral-schweizer Hochalpen hinaus.

4 TOP OF ADVENTURE

Auf First kommt der Nervenkitzel nicht zu kurz. Hier warten Aktivitäten wie der First Cliff Walk, der First Flyer oder der First Glider auf dich. Oder aber du wanderst in weniger als einer Stunde zum malerischen Bachalpsee.



5 KÖNIGLICH

Der Royal Walk führt dich von der Bergstation auf den Gipfel des Männlichen – zur Aussichtsplattform in Form einer Krone. Das Panorama auf das Dreigestirn Eiger, Mönch und Jungfrau ist schlicht... royal.



TOP 5 - BERGSEEN

Sie sind auf Wanderungen ein beliebtes Ziel. Die Bergseeli. Hier gönnst du dir eine Pause, isst etwas aus dem Rucksack, manchmal umrundest du sie, dienen sie dir als Erfrischung oder ganz einfach «nur» als Fotosujet. In der Jungfrau Region kannst du jede Menge Bergseeli ansteuern. Allein in der Grimselwelt warten acht Speicherseen auf dich.

Einer davon ist der **Engstlensee**. Viele Wege führen zu ihm. Wir empfehlen dir die rund 3,5-stündige Wanderung vom Alpen tower – erreichbar mit der Gondelbahn ab Meiringen – über den Horizontweg. Kleiner Tipp: Am See stehen Ruderboote bereit, die du an der Reception des Hotels Engstlenalp mieten kannst.

Das **Grauseeli** erblickst du bei einer Fahrt mit der Schilthorn Seilbahn bereits aus der Vogelperspektive. Und natürlich kannst du es auch zu Fuss besuchen. Die leichte Wanderung führt von der Station Birg über die Seewlifuhre hinunter zum Bergseeli. Die malerische Lage des Sees mit der Spiegelung der Berge darin ist ein beliebtes Fotosujet.

A propos Fotosujet: Der **Bachalpsee** ist der meistbesuchte Bergsee in der Jungfrau Region. Nicht ohne Grund trägt er den Übernamen «blaues Juwel». Von der Bergstation der Firstbahn ist er in weniger als einer Stunde zu Fuss erreichbar.

Oder wie wäre es mit einer Wanderung zum **Sulsseeli**? Rund 1,5 Stunden benötigst du von der Bergstation der Seilbahn Isenfluh – Sulwald zum Bergsee. In der nahe gelegenen Lobhornhütte musst du unbedingt einkehren – und die Aussicht geniessen. Eiger, Mönch und Jungfrau sind hier zum Greifen nah.

Eher unbekannt aber nicht minder schön ist der **Gadelausee**. Seinen Anblick musst du dir aber zuerst verdienen, dafür hast du beim See angekommen deine Ruhe. Für die rund 4,5-stündige Wanderung ab Talstation Tällibahn brauchst du eine gute Kondition.



GRAUSEELI



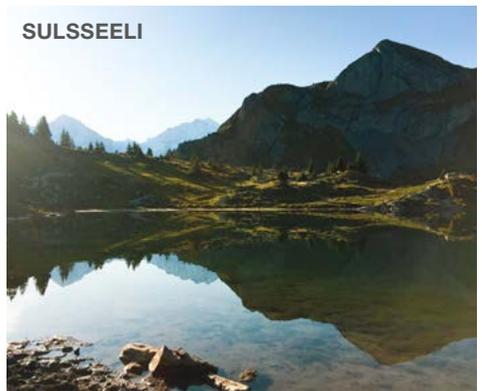
BACHALPSEE



ENGSTLEENSEE



GADELAUIENSEE



SULSSEELI

TOP 5 - WASSERFÄLLE UND SCHLUCHTEN



1 TRÜMMELBACHFÄLLE

Die zehn Gletscher-Wasserfälle im Berginnern, durch einen Tunnel-Lift zugänglich gemacht, machen die Trümmelbachfälle einzigartig. Sie gelten als die grössten unterirdischen Wasserfälle Europas. Hier bist du fasziniert von der Kraft des Wassers, vom ohrenbetäubenden Lärm. Der Trümmelbach entwässert allein die riesigen Gletscherwände von Eiger, Mönch und Jungfrau mit bis zu 20 000 Litern Wasser pro Sekunde.

2 STAUBBACHFALL

Der 297 Meter hohe Wasserfall ist das Wahrzeichen von Lauterbrunnen – und der höchste freifallende Wasserfall der Schweiz. Wegen der häufig auftretenden Thermik wird das Wasser in alle Richtungen verstäubt, was dem Wasserfall seinen Namen gab. Während der Hochsaison ist er beleuchtet. Und im Sommer

kannst du ihn dank einer speziell angelegten Galerie von hinten besichtigen. Der Eintritt ist kostenlos. Sogar der weltbekannte Dichter Johann Wolfgang von Goethe liess sich vom imposanten Wasserfall inspirieren und verfasste 1779 das Gedicht «Gesang der Geister über den Wassern.»





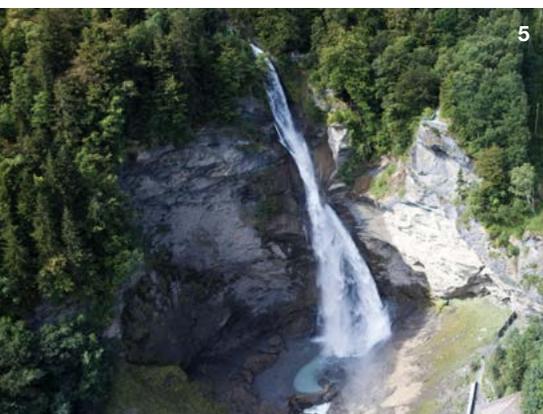
3 AARESCHLUCHT

Im Haslital, zwischen den Ortschaften Meiringen und Innertkirchen, hat sich die Aare in Zehntausenden von Jahren ihren Lauf durch die Kalkfelsen gebahnt. Entstanden ist eine 1,4 Kilometer lange und bis zu 200 Meter tiefe Schlucht, die streckenweise nur 1 bis 2 Meter breit ist. Die Aareschlucht ist sowohl von Meiringen wie auch von Innertkirchen durchgehend begehbar. Tipp: In den Monaten Juli und August ist sie jeweils freitags und samstags mit Beleuchtung bis 22 Uhr geöffnet.



4 GLETSCHERSCHLUCHT GRINDELWALD

Die einst von Gletschereis überdeckte Schlucht des unteren Grindelwaldgletschers ist durch Felsgalerien und Tunnel begehbar. Für den besonderen Nervenkitzel sorgt ein Netz, das etwa auf halbem Weg über die Schlucht gespannt ist. Auf diesem kannst du deinen Mut beweisen und über die tosende Lütschine laufen. Oder von einer Plattform an einem Seil befestigt in die Tiefe springen und wie ein überdimensionales Pendel durch die Schlucht schwingen. Adrenalin pur. Jeweils freitags ist die Gletscherschlucht Grindelwald bis 22 Uhr geöffnet.



5 REICHENBACHFALL

Auge um Auge mit dem wilden Bach und dem mächtigen, 120 Meter hohen Wasserfall, fährst du hier mit dem originalgetreu 24-plätzigem Holzwagen der Nostalgiebahn aus dem 19. Jahrhundert in die Höhe. Oben angekommen kannst du auf drei Aussichtsterrassen den atemberaubenden Blick auf den Wasserfall und das Haslital genießen. Für Sherlock-Holmes-Fans ist dieser Ausflug schon fast ein Muss. Hier forderte der berühmte Detektiv seinen Erzfeind Professor Moriarty zum Kampf – das heftige Handgemenge endete mit einem Fall in die Tiefe. In genau diesen Wasserfall.

TOP 5 - WANDERUNGEN



1

1 «ROMANTIKWEG» MÄNNLICHEN – ALPIGLEN



Mittel



2 h



0 hm



608 hm



7.35 km



Männlichen



Alpiglen

jungfrauregion.swiss/romantikweg



2

2 LAUBERHORNTAIL: KLEINE SCHEIDEGG – WENGEN



Mittel



2 h 49 min



260 hm



1045 hm



8.16 km



Kleine Scheidegg



Wengen

jungfrauregion.swiss/lauberhorntrail



3

3 VON GIMMELWALD AUF DAS TANZBÖDELI

- Mittel 5 h 40 min
 980 hm 1440 hm
 12.32 km
 Gimmelwald
 Stechelberg
jungfrauregion.swiss/tanzboedeli

4 MOUNTAIN VIEW TRAIL GRÜTSCHALP – ALLMENDHUBEL

- Leicht 2 h
 492 hm 68 hm
 5.1 km
 Station Grütschalp
 Allmendhubel
jungfrauregion.swiss/mountainviewtrail



5 RUNDWANDERUNG GELMERSEE

- Mittel 3 h
 199 hm 199 hm
 8.96 km
 Handegg, Talstation Gelmerbahn
 Handegg
jungfrauregion.swiss/gelmersee

TOP 5 - KLETTERSTEIGE



1 MÜRREN



K3



3h

0hm
(15min)340hm
(2h 45min)

Mürren, Schilthornbahn



Gimmelwald, Schilthornbahn

jungfrauregion.swiss/viaferratamuerren

2 TÄLLI



K3



6h 30min

1050hm
(4h)1050hm
(2h 30min)

Berggasthaus Tällihütte



Berggasthaus Tällihütte

jungfrauregion.swiss/viaferratataelli





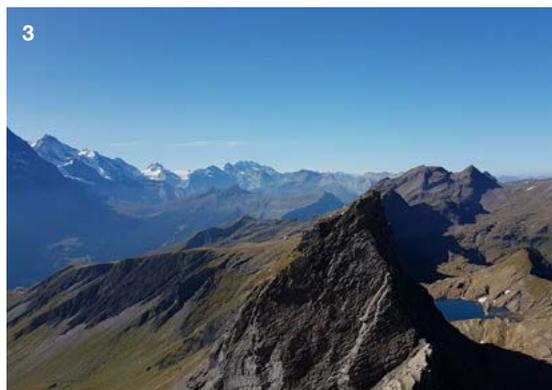
3 SCHWARZHORN

	K2-3 (T3)		5 h
	928 hm (3h 15min)		928 hm (1 h 45 min)

First

First

jungfrauregion.swiss/viaferrataschwarzhorn



4 TIERBERGLI

	K4 (T3)		5 h 20 min
	933 hm (3h 5min)		933 hm (2h 15min)

Parkplatz Umpol

Parkplatz Umpol

jungfrauregion.swiss/viaferratatierbergli

5 ROTSTOCK

	K2 (T4+)		2 h 45 min
	450 hm (2h)		450 hm (45 min)

Station Eigergletscher

Station Eigergletscher

jungfrauregion.swiss/viaferratarotstock



TOP 5 - MOUNTAINBIKE TRAILS



1 GRÜTSCH TRAIL

	Schwer		16 min
	0hm		601 hm
	2.97 km		
	Grütschalp		
	Lauterbrunnen		
	jungfrauregion.swiss/gruetschtrail		

2 GADMEN LOOP

	Mittel		3h
	1239hm		1239 hm
	28.8km		
	Innertkirchen, Bahnhof		
	Innertkirchen, Bahnhof		
	jungfrauregion.swiss/gadmenloop		



3 FIRST LOOP

-  Mittel  3 h 30 min
-  1213 hm  1213 hm
-  26.47 km
-  Grindelwald, Bahnhof
-  Grindelwald, Bahnhof
jungfrauregion.swiss/firstloop

4 MÜRREN MITTELBERG

-  Leicht  1 h 30 min
-  368 hm  368 hm
-  7.53 km
-  Mürren, Station Schilthornbahn
-  Mürren, Station Schilthornbahn
jungfrauregion.swiss/mittelberg

5 KLEINE SCHEIDEGG LOOP

-  Schwer  5 h 30 min
-  1775 hm  1775 hm
-  42.26 km
-  Grindelwald Bahnhof
-  Grindelwald Bahnhof
jungfrauregion.swiss/kleinescheideggloop



TOP 5 - TRAIL RUNNING

1 GEMSEN TROPHY

-  Schwer
  1 h 30 min
 497 hm
  0 hm
 4.67 km
 Talstation Luftseilbahn
 Wengen-Männlichen
 Bergstation Luftseilbahn
 Wengen-Männlichen
jungfrauregion.swiss/gemsentrophy



2 CHASING WATERFALLS

-  Mittel
  3h 40 min
 500hm
  500 hm
 11.04 km
 Alpines Sportzentrum Mürren
 Alpines Sportzentrum Mürren
jungfrauregion.swiss/chasingwaterfalls



3 UPHILLTRAIL PFINGSTEGG

 Leicht  39 min

 410hm  60 hm

 2.5 km

 Grindelwald Sportzentrum

 Bergstation Pfingstegg
jungfrauregion.swiss/uphillpfingstegg



4 ABENDRUNDE GRINDELWALD

 Leicht  1 h 43 min

 386 hm  386 hm

 9.31 km

 Grindelwald Sportzentrum

 Grindelwald Sportzentrum
jungfrauregion.swiss/abendrunde



5 AM FUSSE DES DREIGESTIRNS

 Schwer  6 h 31 min

 1938 hm  1938 hm

 30.18 km

 Grindelwald Sportzentrum

 Grindelwald Sportzentrum
jungfrauregion.swiss/trailrun31



TOP 5 - REGENWETTER

Auch in der Jungfrau Region sind wir vor schlechtem Wetter und Niederschlag nicht immer gefeit. Das ist aber noch lange kein Grund zur Sorge. Erstens macht der Regen die zahlreichen Wasserfälle und Schluchten umso attraktiver, und zweitens – wenn wir doch lieber ein Dach über dem Kopf haben – gibt es genug Orte, wo wir auch im Trockenen unterhalten werden.

1 KINO WENGEN

Die neusten Hollywood-Blockbuster, spannende Dokumentationen, nationale Leinwandproduktionen und Spezialvorstellungen: Hier werden Filmliebhaber*innen fündig. Das Kino in Wengen feiert 2023 sein 60-jähriges Bestehen.

Telefonnummer: +41 33 855 21 61
kinowengen.ch

2 TAL- UND SAGENMUSEUM LAUTERBRUNNEN

Das Museum befindet sich in einem der ältesten Häuser von Lauterbrunnen. Hier erfährst du Wissenswertes zur Geschichte, Kultur und gesellschaftlichen Entwicklung im Lauterbrunnental. Und wie Mythen und Sagen das Leben der Menschen im Tal prägten. Zudem werden Wanderungen zu Orten im Tal organisiert, an welchen wundersame Ereignisse stattgefunden haben sollen.

Telefonnummer: +41 33 855 35 86
talmuseum-sagenwelt-lauterbrunnen.ch



3 MUSEUM DER LANDSCHAFT HASLI

Brauchtum und Kulturgüter gehen in der heutigen schnelllebigen Zeit leider viel zu oft verloren. Das Haslimuseum in Meiringen sammelt und dokumentiert diese Zeitzeugen. In Sonderausstellungen werden Episoden und historische Ereignisse aus dem Haslital beleuchtet.

haslimuseum.ch



4 ALPINES SPORTZENTRUM MÜRREN

Ein Schwimmbad, ein Wellness-Zentrum mit Sauna, Massage und Beauty, ein Fitnesszentrum, eine Sport- und eine Curlinghalle sowie ein Kinderparadies. Oder hast du Lust auf eine virtuelle Schneeballschlacht im Sommer? Virtual Fun Mürren macht es möglich. Im Café Hugs & Cups wirst du zudem kulinarisch verwöhnt. Und auch unser Tourist Center befindet sich im Alpinen Sportzentrum Mürren.

Telefonnummer: +41 33 856 86 86
sportzentrum-muerren.ch



5 SPORTZENTRUM GRINDELWALD

Vom Hallenbad über die Sauna Oase bis zur Eishalle, vom Boulderraum, einem Indoor-Seilpark über den Krafraum bis zur Gymnastikhalle. Von Badminton bis Ping Pong. Das und mehr – zum Beispiel unser Tourist Center – findest du im Sportzentrum Grindelwald.

Telefonnummer: +41 33 854 12 30
sportzentrum-grindelwald.ch



TOP 5 - FILMWELTEN

Die Jungfrau Region ist das Hollywood der Schweiz. Imposante Wasserfälle, schneebedeckte Gipfel, tiefblaue Bergseen – die perfekte Filmkulisse. Kein Wunder also, dass unsere Region Autoren und Regisseure als Inspiration diente. Das Ergebnis lässt sich in Form von zahlreichen Blockbustern sehen.

1 WO SHERLOCK HOLMES IN DIE TIEFE STÜRZTE

Fasziniert von den Reichenbachfällen integrierte Arthur Conan Doyle, der Schöpfer des brillianten Detektivs, Meiringen und die Wasserfälle in den Roman «The Final Problem».



2 WO JAMES BOND FÜR ACTION SORGTE

Auf dem Schilthorn-Piz Gloria, dem Hauptquartier von Bösewicht Blofeld, lieferten sich 007 und seine Gegner in «Im Geheimdienst Ihrer Majestät» 1969 einen spannenden Schlagabtausch.





3

3 WO DIE MACHT MIT DIR IST

Die Bergwelt rund um den Bachalpsee diente als Grundlage für den Planeten Alderaan, der Heimat von Prinzessin Leia in den «Star Wars»-Filmen.

4 WO TOLKIEN INSPIRIERT WURDE

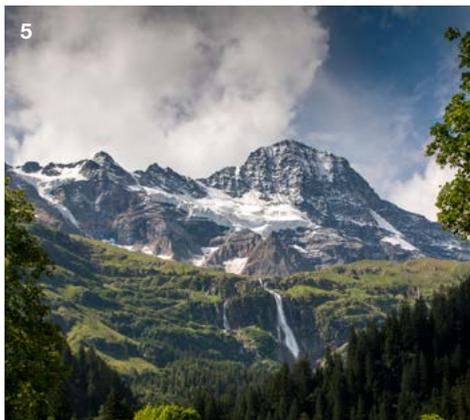
Schriftsteller J.R.R. Tolkien liess sich bei seinem Besuch in der Jungfrau Region inspirieren. Rivendell in «Der Herr der Ringe» hat denn auch grosse Ähnlichkeit mit dem Lauterbrunnental.



4

5 WO SICH EIN ORT UND EIN ZAUBERER DEN NAMEN TEILEN

Am Ende von «Fantastic Beasts: The Crimes of Grindelwald» versteckt sich Gellert Grindelwald auf seinem Schloss Nurmengard. Den Standort siehst du von Wengen aus.



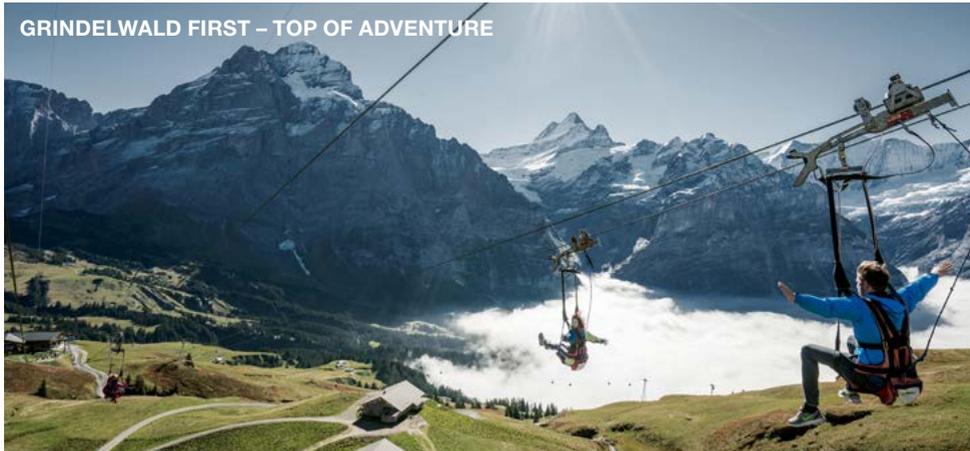
5

TOP 5 - ABENTEUER

Die Lust auf Nervenkitzel, schlummert sie nicht in uns allen? Die Lust auf dieses Gefühl, wenn nach der anfänglichen Angst plötzlich unerwartet Glückshormone freigesetzt werden? In der Jungfrau Region findest du zahlreiche Angebote, die für einen Adrenalinschub sorgen. Du kannst mit bis zu 120 km/h durch eine Gletscherschlucht pendeln, dich in einen Canyon abseilen oder in einem Gurtzeug sitzend, bis zu 50 Meter über dem Boden, an einem Stahlseil zu Tale rasen. Das und vieles mehr wartet auf dich. Auf geht's.



GRINDELWALD FIRST – TOP OF ADVENTURE



CANYONING GRIMSEL



PARAGLIDING



TOP 5 - FAMILIEN



1 DER KLEINE HAUSBERG VON MÜRREN

In vier Minuten führt eine Standseilbahn von Mürren auf den Allmendhubel, wo sich der Abenteuerspielplatz «Flower Park» – mit riesigen Alpblumen, Gräsern und überdimensionalen Insekten – befindet. Gleich daneben wird im Frühsommer das Wasserlabyrinth neu gebaut. Ein Spielparadies vor eindrucklicher Bergkulisse.

2 EIN ZWERGENSPIELPLATZ

Abtauchen in die mythische Welt der Zwerge. Das ist am Hasliberg möglich. Auf dem neu erbauten Zwergenspielplatz Bidmi dreht sich alles um die kleinen Fabelwesen. Ein Kinderparadies mit vielen kreativen und geschichtsbezogenen Elementen.

3 EINE BEGEHBARE RIESENKUH

Im Zentrum des Sennenspielplatzes auf dem Männlichen steht eine 8,5 m hohe Kuh. Ihr Innenleben lässt Kinderaugen erleuchten. Und ihre Kuhfladen sind in Wahrheit kleine Trampoline. Reinspringen erlaubt.

4 DIE KUGELBAHN CHALLENGE

Je nachdem, welchen Weg durch die Kugelbahn sich die Kugel bahnt, erhältst du mehr oder weniger Punkte gutgeschrieben. Wer gewinnt, nimmt an der Verlosung von tollen Preisen teil. Die zehn Bahnen befinden sich in und um Wengen. Kugeln sind im Tourist Office erhältlich.



5 RODELSPASS FÜR GROSS UND KLEIN

Eine kleine Luftseilbahn bringt dich in weniger als fünf Minuten von Grindelwald auf die Alp Pfingstegg. Hinter der Bergstation befindet sich eine 725 m lange Rodelbahn. Worauf wartest du noch?



smarTrails®

smarTrails sind digitale Rätsel- und Erlebniswege, die dir an verschiedenen Orten in der Jungfrau Region kostenlos zur Verfügung stehen.

Ob ein multimedialer Spaziergang zu den Highlights von Lauterbrunnen oder ein interaktiver Rätsel-Trail durch Meiringen – mit smarTrails erlebst du die Jungfrau Region auf eine neue Art und Weise.

Alles, was du für die Teilnahme brauchst, ist ein internetfähiges Smartphone. Über eine virtuelle Karte wirst du zu verschiedenen Posten geführt. Sobald du dich bei den entsprechenden Koordinaten befindest, werden die digitalen Inhalte auf dem Handydisplay angezeigt.

jungfrauregion.swiss/smartrails



NACHHALTIGKEIT

Tourismus und Nachhaltigkeit lassen sich nicht vollständig vereinen. Die Jungfrau Region aber ist bestrebt, positiv Einfluss zu nehmen auf Natur, Gesellschaft und Wirtschaft.

SCHÜTZENSWERTES ÖKOSYSTEM

Imposante Bergketten, urige Täler und das grösste zusammenhängend vergletscherte Gebiet der Alpen. Das UNESCO Welterbe Schweizer Alpen Jungfrau-Aletsch gehört zu den spektakulärsten Hochgebirgslandschaften der Welt und repräsentiert mit Eiger, Mönch und Jungfrau sowie dem grossen Aletschgletscher auf 824 km² das Herz der Alpen. Die Region vereint die unterschiedlichsten Lebensräume vom Gletscher bis zur Felsensteppe, und zeigt die Auswirkungen des Klimawandels eindrücklich auf. Eine dementsprechend wichtige Rolle spielte die Landschaft in der europäischen Literatur, Kunst, dem Bergsteigen und dem alpinen Tourismus. Nur wenige andere Orte auf diesem Planeten können eine vergleichbare Vielfalt an Kontrasten und Kostbarkeiten bieten.

Das Welterbe Label ist die höchste Auszeichnung an eine Naturlandschaft und gleichzeitig eine Verpflichtung, diese für die nächste Generation zu erhalten. «Das Gebiet soll in seiner gesamten Vielfalt für die heutige und für die kommenden Generationen erhalten werden. Eine wirtschaftliche, gesellschaftliche und ökologische nachhaltige Entwicklung ist das Ziel.» So steht es denn auch in der Charta, welche die 23 Standortgemeinden – 15 aus dem Kanton Wallis, 8 aus dem Kanton Bern, davon 6 aus der Jungfrau Region – unterzeichnet haben. Das Gesuch des Schweizer Bundesrats um Aufnahme in die Liste des UNESCO-Welterbes wurde 2001 gutgeheissen – und Schweizer Alpen Jungfrau-Aletsch somit zum ersten Naturerbe des Alpenraums. Es besteht hauptsächlich aus Naturlandschaften des Hochgebirges. 85 Prozent der Fläche liegen auf einer Höhe von über 2000 m ü. M. Rund 50 Berggipfel sind höher als 3500 m, neun sogar höher als 4000 m. Der Anteil unproduktiver Vegetation und vegetationsloser Flächen beträgt fast 90 Prozent. Das Welterbe-Gebiet ist mit wenigen Ausnahmen (z.B. Forschungsstation und Bahnstation Jungfraujoch, SAC-Hütten, das hintere Lauterbrunnental oder einige Vieh-Alpen) nicht oder nur saisonal bewohnt.



FACT

Der grosse Aletschgletscher ist mit einer Länge von fast 20 Kilometern der grösste Eisstrom der Alpen. Am Konkordiaplatz hat er eine Eisdicke von rund 800 Metern. Gute Sicht auf das «ewige» Eis hat man vom Jungfraujoch aus.



FACT

In der Schweiz gibt es 1463 Gletscher. Noch. Seit den 1970er-Jahren sind mehr als 700 Gletscher weggeschmolzen. Vom UNESCO Welterbe Schweizer Alpen Jung-

frau-Aletsch sind aktuell rund 280 km² von Gletschereis bedeckt. Gehen wir von einem Temperaturanstieg von 3 bis 5 Grad aus, werden im Jahr 2100 noch rund 10 bis 20 % davon übrig sein. Alles eine Folge des Klimawandels.

AUCH IM KLEINEN STIL

Geschaut wird in der Jungfrau Region aber auch zu weniger grossen Flächen. Mit dem Kulturlandschaftspreis werden jedes Jahr besonders wertvolle Landschaften ausgezeichnet und gefördert. Die ökologische und ästhetische Qualität der Gewinnerfläche werden prämiert – und gleichzeitig der Einsatz der Bauern zugunsten unserer schönen Landschaft.





UNTERWEGS MIT...

Kindern die Natur näherbringen, Nachhaltigkeit und Biodiversität thematisieren. Das ist die Aufgabe von Biologin Alessandra Lochmatter, wenn sie mit Schulklassen das UNESCO-Welterbe Schweizer Alpen Jungfrau-Aletsch (SAJA) besucht. Wir haben den Welterbe-Guide bei der Arbeit begleitet, auf einer Wanderung von der Grossen Scheidegg zur First.

Zum Artikel:
jungfrauregion.swiss/alessandra



INTERAKTIVES RÄTSEL-ERLEBNIS

Auf unserem smarTrail «Wo bist du, kleiner Challifloh?» begleitest du Rösi, den Sudeten-Mohrenfalter auf einem wunderschönen Rundgang durch die Gegend oberhalb von Grindelwald – und lernst dabei allerlei Spannendes über die Natur und die Tiere, die hier leben. Das Spiel eignet sich besonders für Familien mit Kindern ab fünf Jahren – aber nicht nur. Da es unterwegs knifflige Rätsel zu lösen gibt, macht das Abenteuer auch Erwachsenen Spass.

jungfrauregion.swiss/challifloh



MIT SONNE, WASSER UND HOLZ STROM ERZEUGEN

Aus natürlichen Ressourcen Energie produzieren – mit ihren 13 Wasserkraftwerken und acht Speicherseen, in welchen rund 195 Millionen Kubikmeter Wasser gespeichert werden können, tun dies die Kraftwerke Oberhasli AG in der Grimselwelt im grossen Stil. Dieses Energielager entspricht der gleichen Menge Wasser, die knapp vier Millionen Einwohner der Schweiz pro Jahr im eigenen Haushalt verbrauchen. Oder 975 Millionen randvollen Badewannen.

UNTERWEGS MIT...

Luzius Gartmann führt seit zehn Jahren Besucher*innen durch Kraftwerke, Stolten und über Baustellen der Grimselwelt. Ein Traumjob für den Meiringer.

Zum Artikel:
jungfrauregion.swiss/luzius



FACT

Auf der Grimsel-Passhöhe liegt die europäische Wasserscheide. Das Wasser fliesst hier entweder durch Aare und Rhein in die Nordsee oder durch die Rhone

ins Mittelmeer. Oder anders ausgedrückt: Hier könnten wir gleichzeitig in zwei Meere pinkeln. Könnten, denn Wildpinkeln ist in der Schweiz verboten.

Holzwärme Grindelwald wiederum gewinnt Energie aus Holz. Mit der CO²-neutralen Fernwärme aus einheimischen Holzschnittzeln versorgt sie über 50 Hotels, öffentliche Gebäude sowie private Haushalte mit thermischer Energie. Auch viele Bahnen, Hotels und Erlebnisanbieter*innen stellen Energie aus natürlichen Ressourcen her.





UMWELTBEWUSSTE BAHNEN

Mehr Bahn, weniger Strasse. Die Jungfrau Region ist hervorragend an den ÖV angeschlossen. Auch aus dem Ausland. Viele Bahnen betreiben zusätzlich nachhaltige Massnahmen. Mit Mürren und Wengen sind zwei der schönsten Dörfer nahezu autofrei.

MADE IN JUNGFRAU REGION

Gemüse, Früchte, Fleisch, Milchprodukte, Honig, Tee, Bier, Kleider, Souvenirs und vieles mehr: Wer einheimische Produkte herstellt und kauft, trägt einen wesentlichen Beitrag zur Nachhaltigkeit bei.

Viel Kleines ergibt zusammen etwas Grosses – zahlreiche weitere Betriebe schreiben Nachhaltigkeit gross. Verschaff dir auf unserer Webseite zum Thema Nachhaltigkeit einen Überblick. Hier findest du detaillierte Informationen zu den bereits erwähnten Themen und erfährst weitere spannende Facts.



Alles zum Thema Nachhaltigkeit:
jungfrauregion.swiss/nachhaltigkeit

SWISSTAINABLE

Als Tourismusorganisation gehen wir mit gutem Beispiel voran und unterstützen das Nachhaltigkeitsprogramm Swisstainable von Schweiz Tourismus. Das Level 1 haben wir beantragt – und erhalten. Die Jungfrau Region Tourismus AG bekennt sich somit zu einer nachhaltigen Unternehmensführung und entwickelt den Betrieb laufend in Richtung Nachhaltigkeit weiter.

MACH AUCH DU MIT!

Hinterlasse die Natur so, wie du sie vorgefunden hast. Oder noch besser: Mach sie sauberer! Wenn du zum Beispiel unterwegs am Wegrand Abfall entdeckst: Schüttele

nicht nur den Kopf, sondern nimm dir kurz Zeit, ihn einzusammeln. Der nächste Abfalleimer ist bestimmt nicht weit. Die Natur wird es dir danken.

stnet.ch/swisstainable



REISEZIELE AUF EINEN BLICK



KrimiSpass

Jungfrau-Region

BEIM DIGITALEN OUTDOOR-ABENTEUER «KRIMISPASS» KÖNNEN BEGEISTERTE HOBBY-DETEKTIVE IN DIE ROLLE EINES KOMMISSARS SCHLÜPFEN UND IN DER JUNGFRAU REGION EINEN KRIMINALFALL LÖSEN. DIE TEILNAHME AM SPIEL IST KOSTENLOS.

DER FALL «FREDU STAUB»

Anlässlich des 30-jährigen Firmenjubiläums verbringt die Staub & Sauger GmbH aus Thun ein verlängertes Wochenende in der Jungfrau Region. Am zweiten Tag verschwindet Gründer und Inhaber Fredu Staub spurlos. Die Suche beginnt. Mit dir in der Hauptrolle. Als Kommissar führst du die Ermittlungen. Auf deinem Smartphone wirst du zu verschiedenen Schauplätzen in der Jungfrau Region geführt. Die Vernehmungen der Verdächtigen, brisante Zeugenaussagen oder Aufnahmen von Überwachungskameras helfen dir, dem Geheimnis auf die Spur zu kommen. Gelingt es dir, das Rätsel zu lösen?

WEITERE FÄLLE

Auf einem Waldparkplatz macht ein Förster eine schreckliche Entdeckung. In ihrer Wohnung wird eine Frau leblos aufgefunden. An einem abgelegenen Ort findet ein Spaziergänger eine Leiche. Ein Rennfahrer verunglückt tödlich. Noch viele weitere ungelöste Fälle warten auf dich. Auch in der Jungfrau Region. Jene in Meiringen und Grindelwald sind im Vergleich zum KrimiSpass Jungfrau Region jedoch schneller gelöst. Die Schauplätze sind allesamt zu Fuss erreichbar. Der perfekte Tagesausflug also, denn länger als einen halben Tag benötigst du nicht, um das Verbrechen aufzuklären.

ALLES WISSENSWERTE RUND UM DIE INTERAKTIVEN ERLEBNIS-KRIMIS GIBT ES HIER:

jungfrauregion.swiss/krimispass



GRINDELWALD

JUNGFRAUJOCH, FIRST UND PFINGSTEGG

In Grindelwald, im Dorf am Fuss des Eigers, steht der modernste Terminal der Alpen – mit zwei Seilbahnen, Anschluss an den öffentlichen Verkehr sowie einem Parkhaus und Shoppingcenter. Der Eiger Express, die modernste 3S-Bahn der Welt, bringt pro Stunde maximal 2200 Gäste in nur 15 Minuten zur neuen Bergstation Eigerletscher auf 2328 m ü. M – und somit mitten ins Wandergebiet. Und hier können die Gäste direkt auf die Jungfrauabahn Richtung Jungfrauoch – Top of Europe umsteigen, wo es einen Eispalast und den Aletschgletscher, den grössten Gletscher der Alpen, zu bestaunen gibt.

Mitten im Dorf steht die Talstation der Gondelbahn Grindelwald-First. Die Wanderung von der Bergstation zum Bachalpsee gehört zu den absoluten Highlights. Auf First kommen auch Abenteuer*innen auf ihre Kosten. Der First Flyer und der First Glider sorgen für einen Adrenalinschub.

Klein aber fein, das passt ganz gut zur Pfingstegg. Von Grindelwald aus mit einer Seilbahn in weniger als fünf Minuten erreichbar, befindet sich hier eine 725 m lange Rodelbahn sowie eine Fly-Line. Und auch eine imposante Gletscherschlucht ist in Grindelwald, nicht weit vom Dorfzentrum entfernt, besuchbar.

GESCHICHTE

ALS GRINDELWALD BRANNT

Der 18. August 1892 geht als dunkles Kapitel in die Geschichte Grindelwalds ein. Es herrscht Gluthitze, der Regen hat sich mal wieder eine längere Auszeit gegönnt. Und dann zieht auch noch ein orkanartiger Föhnsturm auf. Als das Dach des Gasthofs Bären Feuer fängt, geht es plötzlich ganz schnell. Ein Haus nach dem anderen geht in Flammen auf. Grindelwald brennt lichterloh. Selbst die Sonne ist verdunkelt an diesem 18. August. 116 Gebäude fallen innert zwei Stunden den Flammen zum Opfer. Mehr als 400 Einheimische werden beim Brand von 1892 obdachlos.

DAS DRAMA AM EIGER

«Wenn die Wand zu machen ist, machen wir sie – oder bleiben drin!» Diese Aussage von Edi Rainer und Willy Angerer 1936 über die Eignordwand bewahrheitet sich für die beiden – sie bleiben drin. Aus dem Erstbesteigungsversuch im Sommer 1936 wird das wohl bekannteste Drama der Eignordwand. Gemeinsam mit Andreas Hinterstoisser und Toni Kurz aus Deutschland kommen die beiden Österreicher in der Wand um. 1938 ist die Durchsteigung der Eignordwand dann Tatsache.

EMPFEHLUNGEN



- » Erdnuss Salty, Apfel Mandel, Kokos Chia oder Banane Kakaonibs – die handgemachten Naturriegel von Mel et Fel kommen ganz ohne Zusatzstoffe aus. Erhältlich sind sie im Qraftwerk an der Dorfstrasse 123.
- » Firstfilter, Jungfraucoffee oder Eiger-espresso – in der kleinen, aber feinen Rösterei EigerBean an der Dorfstrasse 195 schmeckt der Kaffee besonders gut.



- » Im Bienenkorb – Blick auf die Eiger-nordwand bietet diese spezielle Übernachtungsmöglichkeit der Jugendherberge. Freie Sicht auf den Sternenhimmel beim Einschlafen inklusive.
- » Im Stroh – Das etwas andere Schlaf-erlebnis. Bei Familie Wyss kannst du im Stroh übernachten – und am nächsten Morgen ein Frühstück mit vielen Hofprodukten geniessen.



- » So lokal wie möglich – Vom Frühstück bis zum Dessert werden im Boutique Hotel Glacier möglichst regionale Produkte angeboten.
- » Sommerzeit ist Glacezeit – Die Gelateria di Marco hat 18 verschiedene – darunter auch vegane – Eissorten in ihrem Sortiment.



GEHEIMTIPP!

CHRISTIAN BIGLER | BÄCKERMEISTER KONDITOREI- CAFÉ RINGGENBERG

Wanderung zum Berghaus Bäregg

Zum Start der Wanderung geht es mit der Luftseilbahn auf die Pfingstegg. Sportliche können den steilen Anstieg vom Dorf aus zur Bergstation natürlich auch zu Fuss in Angriff nehmen. Von der Pfingstegg verläuft der Weg hoch über der imposanten Gletscherschlucht dem Mettenberg entlang. Der Blick über ganz Grindelwald talaus-

wärts ist atemberaubend. Unterwegs findet man wertvolle Informationen über den Klimawandel und das UNESCO Welterbe Schweizer Alpen Jungfrau-Aletsch. Nach dem steilen Schlusssaufstieg verpflege ich mich meistens im Berghaus Bäregg – und genieße die eindruckliche Aussicht über den unteren Grindelwaldgletscher und die Fiescherwand. Von hier aus kann man auch das Challi sehen, wo früher – so wird erzählt – der Challigroosi gehaust hat. Ein Gletscherriese, der mich zum Backen des «sagenhaften» Challigroosi Chuechen inspiriert hat.

MÜRREN

GESCHICHTE

ZUFLUCHTSORT FÜR SOLDATEN

Zu Beginn des 20. Jahrhunderts beherbergt Mürren die ersten britischen Touristen. 1910/11 ist die Mürrenbahn erstmals auch im Winter durchgehend in Betrieb. Doch nach Ausbruch des ersten Weltkriegs kommt der Tourismus zum Erliegen. Der Entscheid, britische Soldaten in Hotels und Chalets zu internieren, entpuppt sich für Mürren als Glücksfall. Diese bringen nämlich ihre Skiausrüstungen mit und verwandeln das Dorf in ein wahres Skimekka. Nach der Rückkehr in ihre Heimat erzählen die ehemals Internierten von ihren Wintererlebnissen in Mürren – und machen den Ort so auf der ganzen Insel bekannt.

DAS ERSTE SLALOMRENNEN

«Hier setzte Arnold Lunn 1922 den ersten Slalom und organisierte 1931 die ersten Weltmeisterschaften in Abfahrt und Slalom», steht auf einer Gedenktafel in Mürren. Ja, der Brite Sir Arnold Lunn ist eng mit der Geschichte des modernen Slaloms und Mürrens verbunden. Auch er – wegen eines Kletterunfalls als untauglich befunden – landet während des ersten Weltkriegs in Mürren. Hier betreut er kranke und verletzte britische Soldaten und Offiziere. Ebenso unterhält er die Internierten mit Skikursen und Wettbewerben. Und er kämpft für die Anerkennung des alpinen Skirensports – mit Erfolg.

AUF DEN SPUREN VON JAMES BOND

Mürren (1650 m ü. M.) ist der höchstgelegene, ständig bewohnte Ort im Berner Oberland – und autofrei. Der Bond-Film «Im Geheimdienst ihrer Majestät» aus dem Jahr 1969 wurde hier gedreht. Der Erfolg des Films prägt bis heute das Dorf am Fuss des Schilthorn. Die Top Spots in Mürren sind das 360-Grad-Drehrestaurant auf dem Gipfel des Schilthorns und der Felsensteg Thrill Walk. Und auch die Standseilbahn auf den Allmendhubel, den Hausberg von Mürren sowie die Fahrt mit der Bahn von Mürren auf die Grütschalp gehören in Sachen Panorama zu den absoluten Highlights in der Jungfrau Region.



GEHEIMTIPP!

**BARBARA UND MARKUS
PFEFFERLI | KAUFFRAU
UND KAUFMANN AUS MÜRREN**

EMPFEHLUNGEN



- » **Vegane Snacks und süsse Leckereien** – Das Café LIV im Herzen des Dorfes ist klein aber oho.
- » **Heimisches Bier** – Im Biergarten der Pension Gimmelwald kannst du Gimmelwalds eigenes, preisgekröntes Bier «Schwarz Mönch» trinken. Nirgendwo sonst schmeckt ein Schwarzbier besser als am Fusse des Schwarzen Mönchs.



- » **Schlafen in einer Jurte** – Wenn du am Morgen die Türe des Nomadenzelts neben der Schilthornhütte öffnest, stehst du inmitten der wunderschönen Bergwelt von Eiger, Mönch und Jungfrau.
- » **Urchig** – das 1658 erbaute Ferienhaus Husmättli in Gimmelwald steht unter Heimatschutz. Entsprechend sorgfältig wurde es renoviert. Prunkstück ist der Sitzofen. Wohnen können hier bis zu sechs Personen.



- » **Souvenirs und Geschenke** – Stricksachen, selbst gepflückten Wildkräutertee, Sirup, Kräutersalz, Schönheitsprodukte, kleine Backwaren, einen offenen Bücherschrank. Das und mehr findest du im kleinen Shop MischMasch von Ursula von Allmen. Der «kleinste Laden mit der grössten Aussicht» befindet sich in Gimmelwald.
- » **Dorfladen und Bistro in einem** – Die Alti Metzg hat lokale und frische Produkte in ihrem Sortiment. Auf Anfrage werden Geschenkkörbe zubereitet. Und der Weinkeller kann für Apéros reserviert werden.

Die Käserei auf der Schiltalp

Ab Mürren oder Allmendhubel ist sie zu Fuss auf einer einfachen Wanderung erreichbar, die Schiltalp. Ein Ort, um die Seele baumeln zu lassen – und den wir immer wieder gerne besuchen. Ein «Lädell» und einige Tische laden zu einer Wanderpause ein mit schöner Aussicht auf das Bergpanorama. Ein sehr herzliches Team erwartet seine Gäste den

ganzen Sommer, vom Alpaufzug bis zum Alpabzug. Das Highlight für uns ist die Käserei. Dort verarbeiten sie die Milch von den Kühen, die im Sommer auf der Schiltalp leben, zu diversen, leckeren Käsesorten. Dabei bietet sich sogar die Chance einmal dabei zu sein, wenn der Käse herausgezogen und ins Järb eingearbeitet wird. Ein spannender Prozess mit einer faszinierenden Technik.

LAUTERBRUNNEN

DAS TAL DER 72 WASSERFÄLLE

Der 297 Meter hohe Staubbachfall ist das Wahrzeichen von Lauterbrunnen – und der höchste freifallende Wasserfall der Schweiz. Sogar der weltbekannte Dichter Johann Wolfgang von Goethe liess sich vom imposanten Wasserfall inspirieren und verfasste 1779 das Gedicht «Gesang der Geister über den Wassern». Ähnlich erging es 1911 dem damals 19-jährigen J.R.R. Tolkien, als er im Lauterbrunnental unterwegs war. Kaum jemand weiss, dass er sich hier seine Inspirationen für die Landschaften von «Der Herr der Ringe» geholt hat. Und tatsächlich: Wer die Bücher und Verfilmungen kennt, fühlt sich im Lauterbrunnental immer mal wieder nach Mittelerde versetzt. Neben dem Staubbachfall verdienen auch die Trümmelbachfälle besondere Erwähnung. Die zehn Gletscher-Wasserfälle im Berginfern sind mit einem Tunnel-Lift zugänglich. Sie gelten als die grössten unterirdischen Wasserfälle Europas. Und auch der mit 417 Meter höchste Wasserfall der Schweiz – der Mürrenbachfall – befindet sich im Lauterbrunnental. Neben dem Staubbachfall, den Trümmelbachfällen und dem Mürrenbachfall prägen 69 (!) weitere Wasserfälle das Bild des Lauterbrunnentals.

GESCHICHTE

DIE BERÜHMTE GLOCKE

Das Lauterbrunnental untersteht früher wirtschaftlich, gerichtlich und – als Teil der Pfarrei Gsteig bei Interlaken – auch kirchlich der Klosterherrschaft. 1487 errichten die Talbewohner ihre erste Kirche, ohne Erlaubnis der Pfarrei Gsteig. Von den Angehörigen im Lötschentäl werden sie tatkräftig unterstützt. Bereits fünf Jahre vor Baubeginn wird die Lötscherglocke gegossen. Zu Fuss wird die 200 Kilogramm schwere Glocke über die Wetterlücke getragen. Beim Abbruch der alten Kirche 1830 wird das Traggerüst gefunden, mit dem dieser Transport bewältigt wurde. Am unteren Rand wird die Glocke dabei beschädigt, weil sie bei den besonders steilen Passagen wahrscheinlich geschleift werden musste. Sie steht heute im Talmuseum.

DIE PEST

Im Jahre 1669 wütet die Pest im Lauterbrunnental. Innerhalb von vier Monaten sterben 360 der 580 Personen, die das Tal damals bewohnen.

EMPFEHLUNGEN



- » **Hausgemachtes mit lokalen Zutaten** – Vom Sauerteigbrot über French Croissants, vegane Sandwiches, Kuchen bis zu Zimtschnecken und Brownies. Von Barista Kaffee über Glühwein mit Bio-Wein und heisser Schokolade bis zu Kombucha. Und alles hergestellt ohne künstliche Zusatzstoffe. Das und mehr findest du im Airtime Café.
- » **Nur in Lauterbrunnen zu kaufen** – Das Valley Base Bier, ein Pale Ale gebraut im Tal der 72 Wasserfälle, ist im Horner Pub erhältlich.



- » **Spitzenklöppeln**, eine Tradition seit 1670 – Jeden Freitag kannst du beim alten Schulhaus in Lauterbrunnen Klöpplerinnen beim Ausüben dieser Handarbeitstechnik über die Schultern schauen.
- » **Marmelade, frische Alpprodukte und ein Milchautomat** – Das findest du im Camping Breithorn in Stechelberg.



GEHEIMTIPP!

**LISA HUTCHINS | MANAGERIN
LAUTERBRUNNEN ADVENTURE
& AIRTIME PARAGLIDING**
Aussichtspunkt Schwendi

Ich wohne jetzt seit zwölf Jahren im Lauterbrunnental – und es gibt hier so viele wunderschöne Orte, dass es mir schwerfällt, nur einen auszuwählen. Oft von Wanderern übersehen, die höher in die Berge wollen, liegt gleich hinter dem Ende der Strasse in Stechelberg die Schwendi. Hier gibt es ein «Bänkli», von dem ich immer wieder gerne die absolut atemberaubende Aussicht auf das Lauterbrunnental geniesse. Manchmal laufe ich danach noch weiter zum Mountain Hostel nach Gimmelwald, wo ich mir ein lokales Bier gönne. Für mich der perfekte Abschluss dieser kleinen, aber feinen Wanderung.



- » **Kein fließendes Wasser, keinen Strom**, stattdessen aber jede Menge Romantik und Nostalgie. Kerzenlicht und Petroleumlampen, bürgerliche Küche, eine eigene Alpkäserei sowie Maultiertransporte für Lebensmittel und Getränke – das ist das Berghotel Obersteinberg im hinteren Lauterbrunnental.
- » **Alles aus Holz** – Die Holz100-Zimmer im Hotel Silberhorn versprechen nicht zu viel. Sie sind zu hundert Prozent aus Holz konstruiert. Aus Mondholz, das nur bei abnehmendem Mond gefällt wird. Von einigen Holz100-Zimmern geniesst du einen einmaligen Blick auf den Staubbachfall.

WENGEN

DIE LAUBERHORNABFAHRT, DER ROYAL RIDE – UND KAUM AUTOS

Was für eine Strecke! Das können wir von der schönen Zugfahrt behaupten, welche von Grindelwald über die Kleine Scheidegg nach Wengen führt. Oder aber von der berühmt-berüchtigten Lauberhornabfahrt. Ihr verdankt das Dorf am Fuss der Jungfrau seine Berühmtheit. Schnell gefahren wird hier aber nur im Winter auf der Skipiste, denn Wengen ist nur mit dem öffentlichen Verkehr erreichbar. Autos verkehren im Dorf nur ganz wenige.

Im Sommer kannst du die längste Weltcupabfahrt der Welt zu Fuss bezwingen. Und Wengen ist auch etwas für Königinnen und Könige – oder solche, die sich einfach mal königlich fühlen wollen. Royal Ride nennt sich die Fahrt auf dem Freiluft-Balkon der Luftseilbahn Männlichen – Wengen. Oben angekommen führt der Royal Walk von der Bergstation auf den Gipfel des Männlichen – zur Aussichtsplattform in Form einer Krone.



**DANIEL BINDER | HOTELIER
HOTEL ALPENROSE WENGEN**

*Atemberaubende Aussicht ins
Lauterbrunnental*

Die leichte Wanderung führt von der Bahnstation Allmend in Richtung Dirrenberg/Brandmadweg. Auf dem Weg durchquert man den weltberühmten Slomhang und die Abfahrtsstrecke der Lauberhornrennen. Beim Aussichtspunkt Staubbachbänkli geniesse ich jeweils den wunderbaren Blick auf den Staubbachfall, die Bergwelt und ins Hintere Lauterbrunnental. Nicht selten sind dort auch Steinböcke in nächster Nähe zu bestaunen. In den Sommermonaten ist an den Wochenenden der Innerwengenlift in Betrieb. Ein besonderes Erlebnis ist die Talfahrt mit dem Sessellift von der Allmend in den Zielbereich der Lauberhornrennen – mit einem atemberaubenden Panorama übers Lauterbrunnental.

GESCHICHTE

DIE UNSICHTBARE FAHNE

Der Name Jungfrau wird erstmals im Jahr 1577, in Thomas Schöpfs «Chorographia ditionis Bernensis» erwähnt. In diesem Werk macht der Autor die Feststellung, dass die Jungfrau ein von ewigem Schnee und Eis starrender Berg, daher völlig unzugänglich sei – und die Einwohner deshalb den Namen gleichsam von einer unberührten Jungfrau herleiten. Es ist aber die Jungfrau, die am 3. August 1811 – von den Brüdern Johann-Rudolf und Hieronymus Meyer aus Aarau und den Walliser Bergführern Joseph Bortis und Alois Volken – als erster Viertausender der Schweiz bezwungen wird.

Am 1. August 1811 steigen die Meyers, gemeinsam mit den im Lötschental angeheuerten Gemsjägern, über die Lötschenlücke zum Konkordiaplatz auf – und gelangen so von Süden her zur Jungfrau. Über die heutige Normalroute erreichen sie den Gipfel. Die Erstbesteiger stecken zum Beweis ihres Erfolgs eine Stange mit einem schwarzen Leinentuch in den jungfräulichen Gipfelschnee. Blöd nur, dass die Fahne vom Tal her nicht sichtbar ist.

Ergo gibt es keinen Beweis. Die Gesellschaft glaubt nicht an den Erfolg. Ein Jahr später, am 3. September 1812, wiederholen die beiden Gemsjäger zusammen mit Gottlieb, dem Sohn von Johann-Rudolf, die Besteigung. Nun ist die gehisste Fahne vom Tal aus zu sehen – und dies noch bis 1842.

MENDELSSOHN UND DIE SKIZZE DER JUNGFAU

Insgesamt viermal bereist der deutsche Komponist, Organist und Pianist Felix Mendelssohn die Schweiz. Bei seinem Besuch im August 1842 entsteht die bekannte Skizze von Wengen und der Jungfrau. An der Stelle, wo diese entstand, steht heute ein Denkmal. Und auch musikalisch ist Wengen nach wie vor fest mit Mendelssohn verbunden. Jedes Jahr findet die Mendelssohn Musikwoche statt. Dann finden in der reformierten Kirche Wengens ihm zu Ehren während einer Woche diverse Konzerte statt.

EMPFEHLUNGEN



- » Top of Alpenruhe – Das höchstgelegene Zimmer im Hotel Alpenruhe ist ausgestattet mit einem «Max Moser Fauteuil» von Embru und einer neuen Version des legendären «Drei-Kant-Stabil-Schranks» von 1935. Und es besticht mit einem einzigartigen Panoramablick auf die Berner Alpen, die Jungfrau und das Lauterbrunnental. Zudem besitzt das Hotel eine Sammlung diverser Original-Plakate von Wengen und dem Berner Oberland aus dem 20. Jahrhunderts.
- » Natur pur – Authentisch, ruhig, fernab vom Trubel, ohne grossen Luxus: In den Yeti-Hütten kannst du so richtig abschalten.



- » Der Fondue-Rucksack – Bei Wengen Tourismus reservierst du dir einen Rucksack mit allen Zutaten, um auf einer beliebigen Wanderung ein Fondue zuzubereiten.
- » Näher geht's nimmer – ein hauseigener Garten, regelmässige Lieferungen von regionalen Bauernhöfen, Käsereien, Fischern und Jägern: Das Restaurant Bären setzt auf lokale Wertschöpfung.



- » Pralinen und Schokoriegel – Jungfrauspitzli, Eiger Grüessli, Lauberhörnli oder Gipfelwiiss heissen die Pralinen- und Schokoriegel-Kreationen der Bäckerei-Konditorei Vincenz. Oder wie wäre es mit einem Hundschopfbrot?
- » Wurst und Käse – aber auch noch vieles mehr. Und das Beste: Ab einem Einkauf von 50 Franken liefert dir der Dorflade Wengen die Einkäufe vor deine Haustüre. Wir empfehlen dir, die Staubachtrockenwurst zu probieren.

HASLITAL

DER ALPEN TOWER, DIE GRIMSELWELT – UND SHERLOCK HOLMES

Hoch über dem Haslital, auf 2250 m ü. M., steht majestätisch der Alpen tower. Die 360-Grad-Panoramansicht ist einmalig. Von hier sind bei gutem Wetter 401 Berggipfel zu sehen. Zudem punktet der Hasliberg mit vielen kinderfreundlichen Angeboten. Unter anderem zwei Zwerge Wege und ein Kugelweg machen ihn zum Familienparadies. Aber auch die Grimselwelt ist Teil des Haslitals. Aus insgesamt acht Speicherseen wird hier Strom produziert. Einer davon ist der Gelmersee. Er ist von Guttannen mit der Gelmerbahn erreichbar.

Mit einer Steigung von 106 Prozent ist sie die steilste offene Standseilbahn Europas. Die Aareschlucht in Meiringen und die Gletscherschlucht Rosenlauri im unberührten Reichenbachtal gehören ebenfalls zu den Sehenswürdigkeiten im Haslital. Und für Fans von Sherlock Holmes ist der Besuch des Reichenbachfalls ein Muss. Eine Nostalgiebahn mit originalgetreuen Holzwagen fährt dem Wasserfall entlang nach oben. Zum Punkt, wo Sherlock Holmes in seinen finalen Showdown in den Tod stürzte. Dem berühmten Meisterdetektiv von Autor Sir Arthur Conan Doyle ist in Meiringen zudem ein Museum gewidmet.



MENK RUFIBACH |
FILMEMACHER, MEIRINGEN
Belebender Wannisbordsee

Die flächenmässig riesige Berggemeinde Guttannen ist nicht eben arm an Bergseen. Wohl der Schönste von ihnen ist der Wannisbordsee auf 2103 m ü. M., einer meiner absoluten Lieblingssorte im Haslital. Ein Bergwanderweg führt auf der Sonnenseite des Dorfs hinauf zum See. Ich persönlich statte ihm am liebsten nach einer Bergtour aufs fast 3000 Meter hohe Mährenhorn einen Besuch ab. Beim Abstieg ist ein Sprung ins kühle Nass ein Muss. Der See ist auch bei hochsommerlichen Temperaturen belebend und erfrischend kalt.

GESCHICHTE

DAS ERSTE GASTHAUS DER SCHWEIZ

Inmitten karger Felslandschaft und über dem türkisblauen Grimselstausee steht das altehrwürdige Grimsel-Hospiz. 1142 wurde es als erstes Gasthaus des Landes urkundlich erwähnt. 1852 musste es, nach Brandstiftung durch den Wirt, neu errichtet werden. Der Bau der grossen Wasserkraftwerke in diesem Gebiet führte zu starken baulichen Veränderungen. So musste das alte Hospiz um 1930 dem Ausbau des Stausees weichen. Als Ersatz erstellten die Kraftwerke 1932 auf dem höher gelegenen Felskopf zwischen den beiden Staumauern ein neues Gasthaus. Bei der Eröffnung sorgte es als erstes elektrisch beheiztes Hotel Europas für Furore. Nach einem kompletten Umbau zwischen 2008 und 2010 ist aus dem ehemals trutzigen Bergarbeiter-Domizil ein äusserst geschmackvoll eingerichtetes Hotel geworden.

DIE ERSTE ALPINE LUTTRETTUNG DER WELT

Am 18. November 1946 startet in Wien eine amerikanische Dakota C-53 mit zwölf Passagieren zu einem Flug nach Pisa. Nach einer Zwischenlandung in München entscheidet der Pilot über die Schweizer Alpen zu fliegen – und schätzt dabei die Höhenverhältnisse falsch ein. Da die Maschine zu tief fliegt, streift sie mit 280 km/h auf einer Höhe von 3350 Metern den Gauligletscher. Sie schlittert durch den hohen Schnee, an Gletscherspalten vorbei und kommt letztlich zum Stillstand, ohne dass es lebensgefährliche Verletzte gibt. Die Besatzung kann mit dem noch intakten Funkgerät einen Notruf absetzen.

Jedoch weiss niemand, wo sich das Flugzeug befindet. Durch einen Zufall entdeckt erst nach Tagen ein B-29 Suchflugzeug das Wrack der Dakota. Endlich können die Rettungsarbeiten beginnen. Sie werden als grösste Rettungsaktion in den Alpen in die Geschichte eingehen. Nachdem verschiedene Versuche amerikanischer Gebirgsjäger, die Unfallstelle zu erreichen, gescheitert sind, übernimmt ein Schweizer Hauptmann das Zepter und koordiniert die Rettungsaktion aus der Luft – die Geburtsstunde der Rettungsfliegerei in den Alpen. Alle Insassen der Dakota können nach sechs Tagen vom Gletscher gerettet werden. Die Medien feiern die Rettungskräfte als Helden.

EMPFEHLUNGEN



- » Alles Wolle, oder was? – In Meiringen bietet das WollReich Produkte aus Wolle, Führungen und Filzkurse an.
- » Moderne Tradition – Das Märthüsli entwickelt traditionelle Hemden und Stoffe weiter – und interpretiert sie auf moderne Art.



- » Übernachten wie die Indianer – das kannst du im Tipidorf Meiringen.
- » Wildromantisch – So präsentiert sich die Berglandschaft rund um das geschichtsträchtige Hotel Rosenlauri.

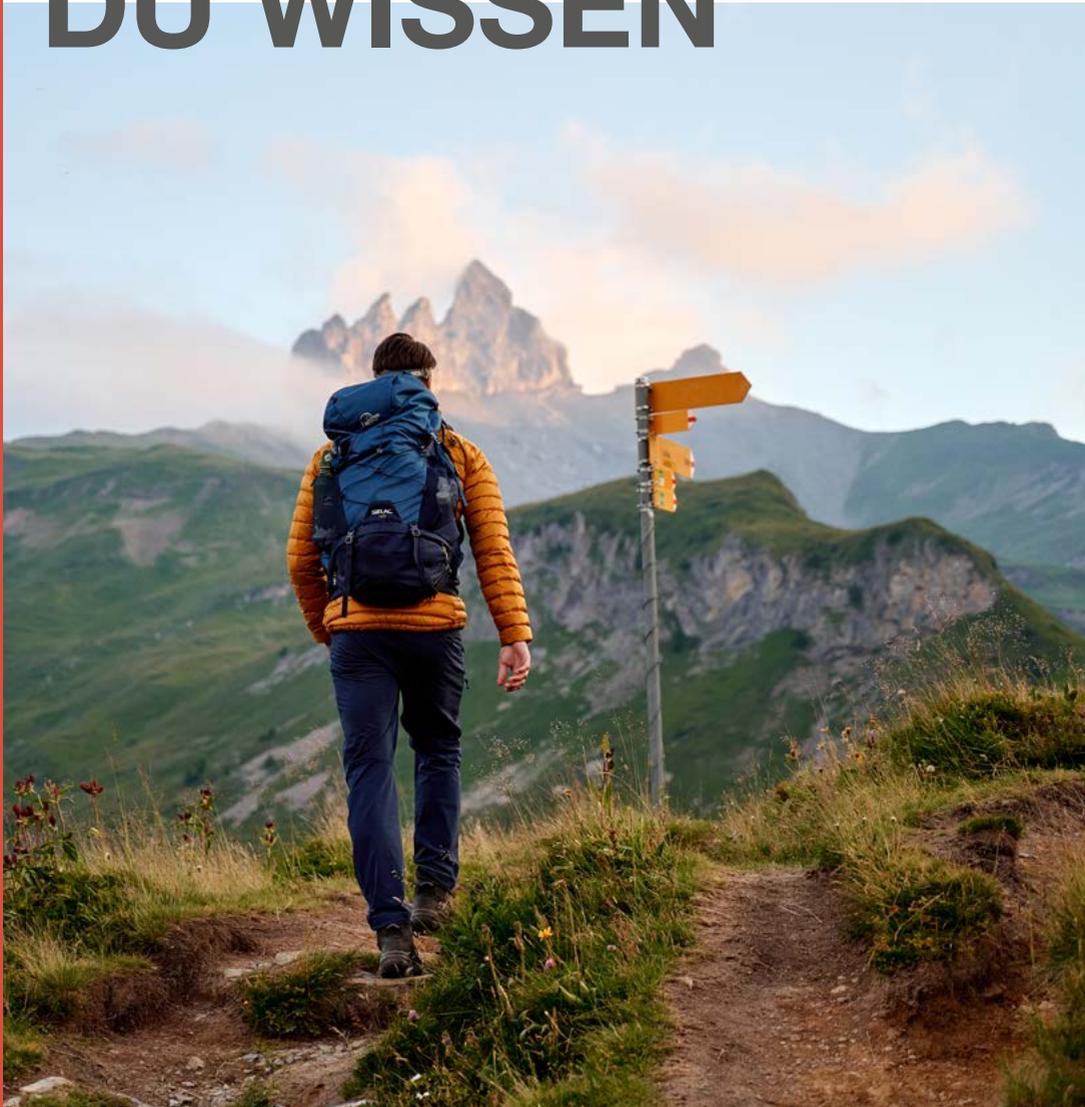


- » Mit viel Qualität und Liebe zum Detail – so verwöhnt dich die 15-Gault-Millau-Feld-, Wald- und Wiesenküche im Hotel und Naturresort Handeck.
- » Schlemmen vor toller Bergkulisse – Der Sonntagsbrunch im Bergrestaurant Käserstatt am Hasliberg ist ein Genuss für jeden Gaumen.

**AUF DER SUCHE
NACH WEITEREN
LOKALEN PRODUKTEN?**



DAS MUSST DU WISSEN



WICHTIGE NUMMERN

112 NOTRUF

117 POLIZEI

118 FEUERWEHR

144 AMBULANZ

145 TOXIKOLOGISCHES ZENTRUM (GIFTUNFÄLLE)

1414 SCHWEIZERISCHE RETTUNGSWACHT

PANNENDIENST TCS

+41 800 140 140

BUNDESAMT FÜR GESUNDHEIT BAG,
INFOLINE CORONAVIRUS

+41 58 463 00 00

HELPLINE EDA (EIDGENÖSSISCHES DEPARTEMENT
FÜR AUSWÄRTIGE ANGELEGENHEITEN)

+41 800 24 7 365/ +41 58 465 33 33

SPITAL INTERLAKEN

+41 33 826 26 26

WALK-IN-CLINIC INTERLAKEN

+41 33 826 21 00

SBB SCHWEIZERISCHE BUNDESBAHNEN

+41 848 44 66 88

SBB TRANSPORTPOLIZEI

+41 800 117 117

JUNGFRAUBAHNEN

+41 33 828 72 33

SCHILTHORNBAHN

+41 33 826 00 07

BERGBAHNEN MEIRINGEN-HASLIBERG

+41 33 550 50 50

ANREISE

GRINDELWALD

Mit dem öffentlichen Verkehr:

Ab Bahnhof Interlaken Ost erreichst du Grindelwald ohne umzusteigen mit der Berner Oberland Bahn (BOB). Wichtig: In den hinteren Teil des Zuges einsteigen, da sich dieser in Zweilütschinen teilt. Wer vorne einsteigt, landet in Lauterbrunnen. Die Fahrt dauert 29 Minuten bis Grindelwald Terminal (V-Bahn). Fünf Minuten später bist du an der Endstation im Dorf.

Mit dem Auto:

Ab Interlaken folgst du der Hauptstrasse nach Zweilütschinen. Hier biegst du links Richtung Grindelwald ab. Die ganze Fahrt dauert ca. 30 Minuten und führt über eine teilweise kurvige Strecke.

Parkieren:

Es gibt drei öffentliche Parkhäuser: Parkhaus Eiger+ (252 Parkplätze), Parkhaus Sportzentrum (160 Parkplätze) sowie das Terminal Parking (1000 Plätze) der V-Bahn. Alternativ kannst du auch den Parkplatz in Grindelwald Grund benützen.

WENGEN

Mit dem öffentlichen Verkehr:

Ab Bahnhof Interlaken Ost erreichst du Wengen in 37 Minuten. Mit dem blau-gelben Zug der Berner Oberland Bahn (BOB) gelangst du nach Lauterbrunnen. Wichtig: Du sitzt im vorderen Teil des Zuges, da sich dieser in Zweilütschinen teilt. Wer hinten Platz nimmt, macht einen Abstecher nach Grindelwald. In Lauterbrunnen steigst du in den gelb-grünen Zug der Wengernalpbahn (WAB) um. Dieser bringt dich in 11 Minuten nach Wengen.

Mit dem Auto:

Wengen ist autofrei. Wenn du mit dem Auto anreist, musst du dieses in Lauterbrunnen stehen lassen und den Zug nehmen. Die Fahrt von Interlaken nach Lauterbrunnen dauert ca. 20 Minuten.

Parkieren:

Direkt unterhalb des Bahnhofs Lauterbrunnen befindet sich ein mehrstöckiges Parkhaus. Alternativ kann der Parkplatz bei der Kirche Lauterbrunnen benutzt werden. Ab hier fährt jede halbe Stunde ein Bus zum Bahnhof. Zu Fuss benötigst du etwa 10 Minuten.



In Grindelwald gibt es drei Bahnhöfe (Terminal, Grund und Dorf). Die Endstation (Dorf) befindet sich im Zentrum von Grindelwald.

MÜRREN

Mit dem öffentlichen Verkehr:

Ab Bahnhof Interlaken Ost erreichst du Mürren in 53 Minuten. Mit dem blau-gelben Zug der Berner Oberland Bahn (BOB) gelangst du in 20 Minuten nach Lauterbrunnen. Du steigst in den vorderen Teil des Zuges ein, da der hintere Teil ab Zweilütschinen nach Grindelwald fährt. Danach hast du zwei Optionen. Via Grütschalp (Gondel und Zug): Am Bahnhof Lauterbrunnen überquerst du die Strasse und nimmst die Gondel zur Grütschalp. Hier steigst du in einen kleinen Zug um, welcher dich nach Mürren bringt. Die Fahrt von Lauterbrunnen nach Mürren dauert 20 Minuten. Oder aber via Stechelberg (Bus und Gondel): In Lauterbrunnen steigst du in den Bus Richtung Stechelberg und fährst bis zur Station der Schilthornbahn. Hier bringt dich die Gondel in 10 Minuten via Gimmelwald nach Mürren. Für diese Strecke benötigst du 30 Minuten.

Mit dem Auto:

Mürren ist autofrei. Wenn du mit dem Auto anreist, musst du dieses in Lauterbrunnen oder Stechelberg stehen lassen und den öffentlichen Verkehr benutzen. Die Fahrt von Interlaken nach Lauterbrunnen dauert ca. 20 Minuten, nach Stechelberg sind es 25 Minuten.

Parkieren:

In Stechelberg steht ein Parkplatz direkt bei der Talstation der Schilthornbahn zur Verfügung. Unterhalb des Bahnhofs in Lauterbrunnen befindet sich ein mehrstöckiges Parkhaus. Alternativ kann der Parkplatz bei der Kirche Lauterbrunnen benutzt werden. Ab hier fährt jede halbe Stunde ein Bus zum Bahnhof. Zu Fuss benötigst du etwa 10 Minuten.

LAUTERBRUNNEN

Mit dem öffentlichen Verkehr:

Die Fahrt mit dem blau-gelben Zug der Berner Oberland Bahn (BOB) von Interlaken Ost nach Lauterbrunnen dauert 20 Minuten. Du steigst in den vorderen Teil des Zuges ein, da sich dieser in Zweilütschinen teilt. Wer hinten einsteigt, fährt nach Grindelwald.

Mit dem Auto:

Die Fahrt von Interlaken nach Lauterbrunnen dauert ca. 20 Minuten.

Parkieren:

Direkt unterhalb des Bahnhofs Lauterbrunnen befindet sich ein mehrstöckiges Parkhaus. Alternativ kann der Parkplatz bei der Kirche Lauterbrunnen benutzt werden.

HASLITAL

Mit dem öffentlichen Verkehr:

Ab Interlaken (in 31 Minuten) und Luzern (in 70 Minuten) reist du bequem in den Panoramazügen der Zentralbahn direkt nach Meiringen. Ab Brünig-Hasliberg stehen dir mehrere Postautoverbindungen zur Verfügung.

Mit dem Auto:

Mit dem Auto kannst du von Basel/ Zürich/ Genf über Bern oder Luzern/Brünig (Sommer und Winter offen) ins Haslital fahren. Von Süden gelangst du via Grimsel- oder Sustenpass (nur im Sommer befahrbar) ins Haslital.

Parkieren:

Die Gemeinde Meiringen verfügt über 835 öffentliche Parkplätze im Dorfzentrum sowie bei der Talstation der Bergbahnen Meiringen-Hasliberg. Ein grosses Parkhaus befindet sich in Hasliberg-Wasserwendi direkt bei der Gondelbahn nach Käserstatt.

KONTAKT

GRINDELWALD TOURISMUS

Dorfstrasse 110
Postfach 124
CH-3818 Grindelwald

Tel. +41 33 854 12 12
info@grindelwald.swiss
grindelwald.swiss

WENGEN TOURISMUS

Wengiboden 1349B
CH-3823 Wengen

Tel. +41 33 856 85 85
info@wengen.swiss
wengen.swiss

MÜRREN TOURISMUS

Höhematte
CH-3825 Mürren

Tel. +41 33 856 86 86
info@muerren.swiss
muerren.swiss

LAUTERBRUNNEN TOURISMUS

Stutzli 460
Postfach 23
CH-3822 Lauterbrunnen

Tel. +41 33 856 85 68
info@lauterbrunnen.swiss
lauterbrunnen.swiss

STECHELBERG TOURISMUS

CH-3824 Stechelberg

Tel. +41 33 855 10 32
info@stechelberg.ch
stechelberg.ch

HASLITAL TOURISMUS

Tourist Center Meiringen
Bahnhofplatz 12
CH-3860 Meiringen

Tourist Center Hasliberg
Twing
CH-6084 Hasliberg

Tel. +41 33 972 50 50
info@haslital.swiss
haslital.swiss

Tourist Center Grimseltor
Grimselstrasse 2
CH-3862 Innertkirchen

Tel. +41 33 982 26 60
welcome@grimseltor.ch
grimseltor.ch

WICHTIGE LINKS

FAHRPLAN

ÖFFENTLICHER VERKEHR

» sbb.ch

JUNGFRAUBAHNEN

» jungfrau.ch

SCHILTHORNBahn

» schilthorn.ch

BERGBAHNEN

MEIRINGEN-HASLIBERG

» meiringen-hasliberg.ch

LUFTSEILBAHN MÄNNLICHEN

» maennlichen.ch

LUFTSEILBAHN

ISENFLUH-SULWALD

» isenfluh.ch

LUFTSEILBAHN PFINGSTEGG

» pfungstegg.ch

GRINDELWALD BUS

» grindelwaldbus.ch

GRIMSELWELT

» grimselwelt.ch

HOTELÜBERSICHT

» hotel-jungfrauregion.com

FERIENWOHNUNGEN

» apartment.jungfrauregion.swiss

BERNER OBERLAND PASS

» berneroberlandpass.ch

ÖFFNUNGEN ALPENPÄSSE

» ig-alpenpaesse.ch

LOKALE PRODUKTE

» jungfrauregion.swiss/lokal

GÄSTEKARTE ANGEBOTE

» jungfrauregion.swiss/gaestekarte

BILDQUELLEN

JUNGFRAUBAHNEN

» jungfrau.ch

SCHILTHORNBahn

» schilthorn.ch

BERGBAHNEN

MEIRINGEN-HASLIBERG

» meiringen-hasliberg.ch

LUFTSEILBAHN MÄNNLICHEN

» maennlichen.ch

SCHWEIZ TOURISMUS

» myswitzerland.com

KRIMISPASS

» © Alex / Fotolia



JUNGFRAUREGION.SWISS

Jungfrau Region 

SHARE YOUR ADVENTURES

#DINIWÄLT
#JUNGFRAUREGION

@jungfrauregion

