

Spiez Thun Bern **Blausee Frutigen Kiental**

- ◆ Wanderwege / Hiking trails / Sentier de randonnée
- ◆ Bergwege / Mountain hiking trails / Les chemins de montagne
- Alpine Routen / Alpine trails / Les routes pour les alpinistes
- ⚡ Mountainbike-Routen / Mountain-bike trails / Route VTT
- ☺ Bergrestaurant
- 🏠 Bergrestaurant mit Übernachtung
- 🚗 Kinderwagentauglich / Buggy path Accessible aux poussettes
- ♿ Rollstuhlgängig / Wheel chair path Accessibles aux fauteuils roulants
- 👴 Für Senioren geeignet / Suitable for seniors / Adaptés aux seniors
- 👉 Steile Bergwege / Steep mountain hiking trails / Sentiers escarpés
- 🔄 Rundweg / Circular route / Boucle
- 👉 Gleicher Weg zurück / Same route back / Retour par le même chemin
- 🏔 Passübergang / Mountain pass / Col
- 👁 Panoramaweg / Panorama route Sentier panoramique
- 📍 Aussichtspunkt / Viewpoint / Point de vue
- ⚠ Bei Nässe ungeeignet / Unsuitable when wet / Non adapté par temps de pluie
- 🏥 Arzt / Doctor / Le médecin
- 🏔 Via Alpina
- 👨 Via Cook
- 🏢 Büro Kandersteg Tourismus / Tourist Office / Office de tourisme
- 🏊 Schwimmbad / Swimming pool / Piscine
- 🏠 Rudern / Rowing / Rameur
- 🏹 Curling
- 🏒 Eishalle / Ice-Rink / Patinoire
- 👨 Arzt / Doctor / Le médecin
- 👦 Kinderspielplatz / Children's playground
- 🏠 Rastplatz, Feuerstelle / Barbecue area / L'étape pour le foyer
- 🏋 Fitness Parcours / Fitness trail Le parcours de pleine forme
- 🏂 Gleitschirm / Paragliding / Le parapente
- 🚆 Bahnhof / Train station / La gare
- 🐟 Fischen / Fishing / La pêche
- 🏠 Pfadfinderzentrum / Scout center
- 🏠 Centre des scouts
- ☀ Sommerdelbahn / Summer tobogganing / Piste de la luge d'été
- 🏠 Kletterwand in der Halle / Indoor climbing / Escalade à l'intérieur

Für alle Wanderungen empfehlen wir Ihnen die Wanderkarte «Kandersteg» 1:25000 oder die Panoramakarte. Bitte tragen Sie Sorge zur unverdorbenen Natur. Besten Dank. Pour toutes ces randonnées, nous recommandons d'utiliser la carte routière pour randonnées «Kandersteg» 1:25000 ou la carte panoramique. Merci de respecter la nature qui est restée intacte. For all these hikes we recommend the «Kandersteg» hiking map 1:25000 or the panorama map. Please take good care of our unspoilt nature. Thank you.

Wander-/Bergwege

- 1 **Bergstation Gondelbahn – Oeschinensee**
→ 20 min ↑ 104 m ↓ 104 m
- 2 **Bergstation – Heuberg – Oberbärgli – Unterbärgli – Oeschinensee**
→ 3h ↑ 300 m ↓ 300 m
Eindrückliche Rundwanderung durch die Bergflora. Atemberaubendes Panorama vom Aussichtspunkt Heuberg über den Oeschinensee und in das Unesco Welterbe.
- Mountain station – Heuberg – Oberbärgli – Unterbärgli – Oeschinen Lake** → 3h ↑ 300 m ↓ 300 m
Impressive circular walk through mountain flora. Breathtaking panorama from Heuberg across Oeschinen Lake and the Unesco World Heritage region.
- 3 **Bergstation – Oeschinensee – Fründenhütte SAC**
→ 2 h 45 min ↑ 984 m ↓ 984 m
- 4 **Oeschinensee – Hochtürli – Blümlisalphütte SAC – Griesalp**
→ 6 h 30 min ↑ 1250 m ↓ 1200 m
- 5 **Kandersteg – Bäretritt – Biberg – Waldhotel Doldenhorn**
→ 2 h 45 min ↑ 350 m ↓ 350 m
- 6 **Spazierweg Kühmatti**
→ 30 min ↑ 30 m ↓ 30 m
- 7 **Kandersteg – Oeschwald – Oeschinensee**
→ 1 h 15 min ↑ 400 m ↓ 400 m

- 8 **Talstation Gondelbahn Oeschinen – Hübli – Bergstation Oeschinen** → 1 h 15 min ↑ 500 m ↓ 500 m
- 9 **Kandersteg Dorfeingang – Forstweg – Forsthütte – Bergstation Oeschinen** → 1 h 30 min ↑ 510 m ↓ 510 m
- 10 **Kandersteg – Bibergplateau – Biberg – Doldenhornhütte SAC** → 2 h 30 min ↑ 740 m ↓ 740 m
- 11 **Rundweg – Stierenbergl – Sunnbüel** → 1 h 30 min ↑ 180 m ↓ 180 m
- 12 **Sunnbüel – Arvenwald – Sunnbüel** → 2 h ↑ 60 m ↓ 60 m
- 13 **Sunnbüel – Schwarenbach** → 1 h 10 min ↑ 230 m ↓ 230 m
- 14 **Sunnbüel – Daubensee** → 1 h 45 min ↑ 380 m ↓ 380 m

- 15 **Sunnbüel – Gemmipass** → 2 h 15 min ↑ 530 m ↓ 530 m
Der Gemmipass ist eine historische Verkehrsverbindung zwischen den Kantonen Bern und Wallis. Beliebte ist die Gemmiregion für ausgedehnte Wanderungen. Die Wanderwege sind sehr gepflegt. Am letzten Wochenende im Juli findet am Daubensee das bekannte Schäferfest statt.
- Sunnbüel to Gemmipass** → 2 h 15 min ↑ 530 m ↓ 530 m
The Gemmipass is an ancient route connecting Canton Bern with Canton Valais. The Gemmi region is great for long hikes and the trails are all well maintained. The famous Shepherds' Festival on Daubensee lake is held every year, the last weekend in July.
- Sunnbüel – Col de la Gemmi** → 2 h 15 min ↑ 530 m ↓ 530 m
Le col de la Gemmi est un lieu de passage historique entre le canton de Berne et le Valais. La région de la Gemmi est spécialement appréciée pour ses belles et grandes randonnées. Les chemins et sentiers sont très bien entretenus. Le dernier week-end de juillet a lieu la fameuse fête des bergers au lac de Dauben.

- 16 **Sunnbüel – Gurnigel – Gasterntal – Talstation**
→ 1 h 50 min ↑ 750 m ↓ 750 m
- 17 **Sunnbüel Bergstation – Gällihorn**
→ 1 h 30 min ↑ 350 m ↓ 320 m
- 18 **Sunnbüel – Üschenental – Vorderüschenen – Talstation**
→ 3 h ↑ 990 m ↓ 990 m
- 19 **Sunnbüel – Üschenengrät – Schwarenbach**
→ 3 h ↑ 550 m ↓ 320 m
- 20 **Sunnbüel – Rote Chumme – Engstligenalp**
→ 5 h 30 ↑ 370 m ↓ 340 m
- 21 **Sunnbüel – Unteres Tadelishorn**
→ 3 h ↑ 570 m ↓ 570 m
- 22 **Gemmipass – Lämmerenboden – Lämmerenhütte**
→ 2 h ↑ 190 m ↓ 190 m
- 23 **Kandersteg Pfadfinderheim – Üschenental / Üschene**
→ 1 h 30 min ↑ 400 m ↓ 400 m
- 24 **Üschenental – Allmenalp Luftseilbahn**
→ 1 h 30 min ↑ 200 m ↓ 80 m
- 25 **Allmenalp – Bunderspitz – Adelboden**
→ 4 h 30 min ↑ 740 m ↓ 1100 m
Stille Bergwanderung über blumenreiche Alpen. Von der Allmenalp in westlicher Richtung durch das Tal hinauf auf den Bunderspitz. Von dort über die Bunderalp nach Adelboden, oder via **Bunderchrinde** zurück nach Kandersteg.
- Allmenalp – Bunderspitz – Adelboden**
→ 4 h 30 min ↑ 740 m ↓ 1100 m
A peaceful hike across flower-strewn meadows. From Allmenalp, set off westward through the valley and from there continue up the Bunderspitz and over Bunderalp to Adelboden, or via **Bunderchrinde** back to Kandersteg.
- Allmenalp – Bunderspitz – Adelboden**
→ 4 h 30 min ↑ 740 m ↓ 1100 m
Randonnée tranquille en montagne qui vous fera traverser des alpages fleuris. D'Allmenalp en direction de l'ouest en passant par la vallée et montée au Bunderspitz. De là, continuer vers Adelboden via Bunderalp, ou via **Bunderchrinde** pour revenir à Kandersteg.
- 26 **Allmenalp – Steintal – First – Elsigental**
→ 4 h ↑ 825 m ↓ 1100 m

- Hotel/Restaurant**
- A Berghotel Oeschinensee Telefon +41 (0)33 675 11 19
 - B Berghaus am Oeschinensee Telefon +41 (0)33 675 11 66
 - C Panorama Restaurant zur Sennhütte Telefon +41 (0)33 675 16 42
 - D Restaurant Bergstübi Telefon +41 (0)33 675 11 66
 - E Blümlisalphütte SAC Telefon +41 (0)33 676 14 37
 - F Fründenhütte SAC Telefon +41 (0)33 675 14 33
 - G Doldenhornhütte SAC Telefon +41 (0)33 675 16 60
 - H Bergrestaurant Sunnbüel Telefon +41 (0)33 675 13 34
 - I Berghotel Schwarenbach Telefon +41 (0)33 675 12 72
 - K Berghotel Wildstrubel Telefon +41 (0)27 470 12 01
 - L Alpbeizli Allmenalp Telefon +41 (0)33 675 16 86
 - M Restaurant Lohner Telefon +41 (0)33 675 22 92

- Notfallnummern**
- Oeschinensee Telefon +41 (0)33 675 11 18
 - Sunnbüel Telefon +41 (0)33 675 81 41
 - Kandersteg Tourismus Telefon +41 (0)33 675 80 80
 - Polizei Kanton Telefon +41 (0)33 675 11 17
 - Arztpraxis Kandersteg Telefon +41 (0)33 675 14 24
 - Rega Telefon 1414

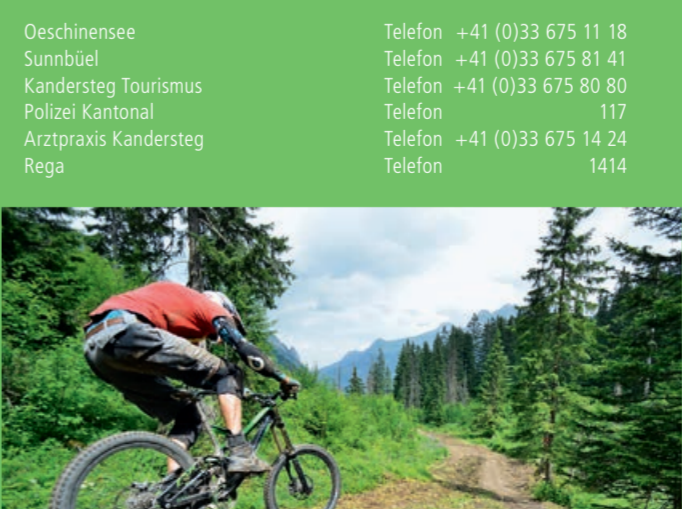
Freeride Trail Sunnbüel – Kandersteg

Der Freeride Trail (4,7 km, Höhendifferenz 720 m) eignet sich für Downhill-Cracks sowie für Allround-Biker. Highlights: Jumps (Table), Jumpline, Northshores, Steilwandkurven



- Bahnen/Transportbetriebe**
- A Gondelbahn Kandersteg-Oeschinensee
 - B Rodelbahn Oeschinensee
 - C Bootsverleih
 - D UNESCO Elektro Mobil
 - E Luftseilbahn Kandersteg-Sunnbüel
 - F Luftseilbahn Kandersteg-Allmenalp
 - G Ortsbus
 - H Nordic-Walking-Trails Sunnbüel
 - J Freeride Trail Sunnbüel

- Informationen**
- Gondelbahn Kandersteg Oeschinensee**
8er Gondeln, Rollstuhlgängig, für Senioren und Kinderwagen tauglich
Telefon +41 (0)33 675 11 18, Fax +41 (0)33 675 12 87
gondelbahn@oeschinensee.ch, www.oeschinensee.ch
10. Mai (Auffahrt) – 21. Oktober 2018 09.00 – 16.50* Uhr / 17.00** Uhr
16. Juni – 9. September 2018 08.00 – 17.50* Uhr / 18.00** Uhr
22. Oktober – 20. Dezember 2018 geschlossen
- Sommerdelbahn Oeschinensee**
10. Mai (Auffahrt) – 21. Okt. 2018 09.30 – 16.30 Uhr
16. Juni – 9. September 2018 09.30 – 17.15 Uhr
22. Oktober – 11. Mai 2019 geschlossen
- Luftseilbahn Kandersteg – Sunnbüel** (rollstuhlgängig)
Telefon +41 (0)33 675 81 41, Fax +41 (0)33 675 81 42
info@sunnbuel.ch, www.sunnbuel.ch
2. – 29. Juni 2018 08.30 – 17.00 (letzte Talfahrt)
19. Mai – 15. Juni 2019 08.00 – 18.00 (letzte Talfahrt)
16. Juni – 19. August 2018 08.00 – 18.00 (letzte Talfahrt)
20. August – 9. September 2018 08.30 – 18.00 Uhr
10. September – 21. Oktober 2018 08.30 – 17.30 (letzte Talfahrt)
- Die Bahn fährt alle 30 Min. (xx.00 Uhr / xx.30 Uhr)
- Bergrestaurant Sunnbüel**
Telefon +41 (0)33 675 13 34
- Luftseilbahn Kandersteg – Allmenalp**
Klettersteig: 1200 bis 1700 Meter m.ü.M.
Telefon +41 (0)33 675 16 90, www.allmenalp.ch
- Betriebszeiten / Opening hours**



- Freeride Trail**

- Social Media**
- Facebook @MyKandersteg | Instagram #MyKandersteg

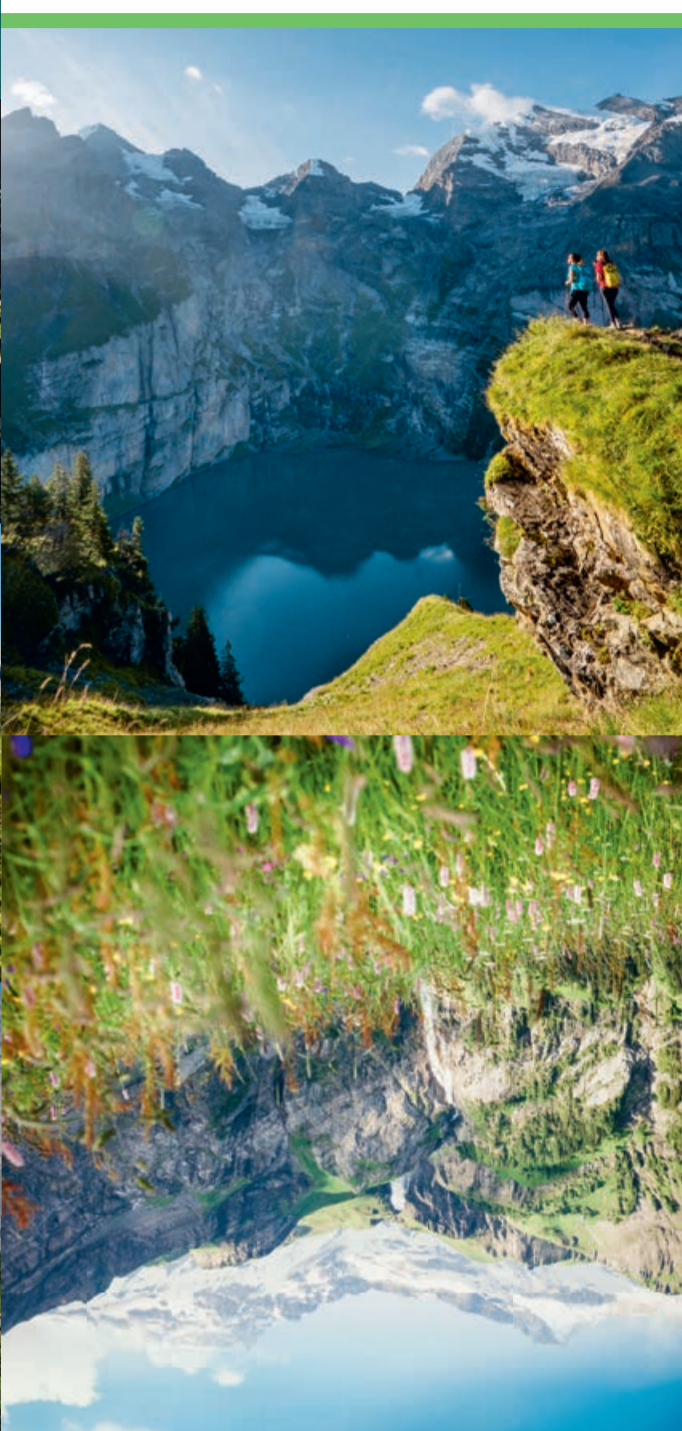


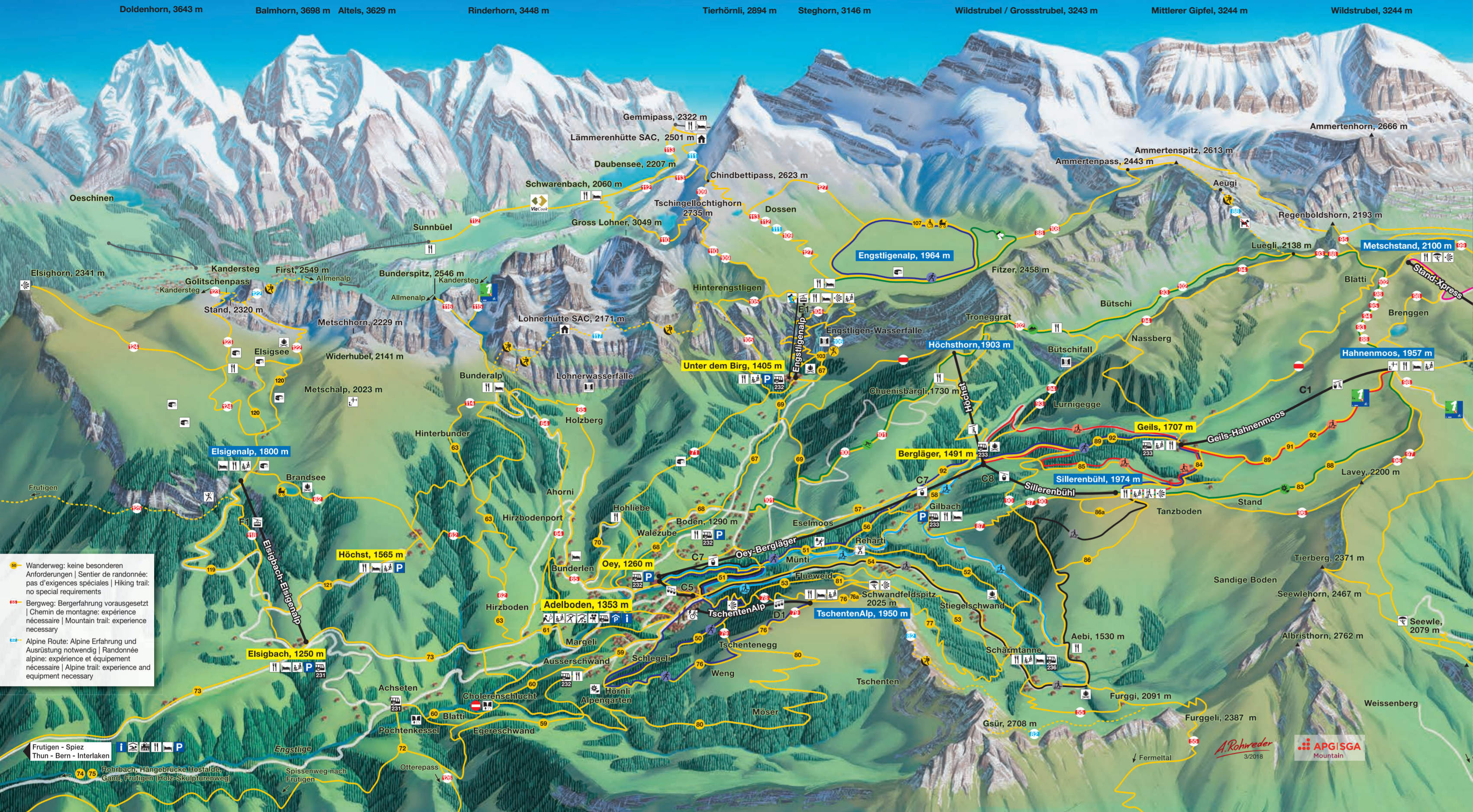
Ihr Schlüssel zur Alpenwelt
Rasch ins Routennetz mit dem Wanderpass: Dieses Angebot umfasst alle Ortsbusse, sämtliche Bergbahnen in Kandersteg und Adelboden sowie den Transfer zwischen den Ortschaften. Die meisten Hotels garantieren ebenfalls «Bergbahnen inklusive»: Den Wanderpass offerieren Gastgeber bereits ab einer Übernachtung. **Gültigkeit Wanderpass auf Bussen zwischen den Ortschaften: 10.5.–21.10.2018, ab Adelboden 8.52–15.52 Uhr, ab Kandersteg 8.58–15.58 Uhr.**

Your key to the Alpine world
Get connected quickly with the Hiking Pass! This offer includes all local buses, mountain lifts in Kandersteg and Adelboden, plus transfer between these destinations. Most hotels guarantee «Mountain Lifts Inclusive» – guests receive a free Hiking Pass from just one overnight stay. **Validity Hiking Pass on buses between the villages: 10.5.–21.10.2018, from Adelboden 8.52–15.52h, from Kandersteg 8.58–15.58h**

Notfallnummern

Freeride Trail





TschentenAlp

Tschentebahnen AG +41 33 673 11 06
Saison | Saison | Season 9.6.–15.10.2018

Adelboden – TschentenAlp
Täglich 9–17 h alle 20 Min. | chaque jour 9–17 h toutes les 20 min. | daily 9–17 h every 20 min

Zusätzliche Betriebsdaten (bei schöner Witterung) | Dates d'ouverture supplémentaires (par beau temps) | Further opening times (in fine weather)
10.–13.5.2018 9–17 h (Auffahrt)
19.–21.5.2017 9–17 h (Pfungsten)

ohne Anmeldung | sans réservation | without reservation

Engstligenalp

Bergbahnen Engstligenalp AG +41 33 673 32 70
Saison | Saison | Season 9.6.–21.10.2018

Unter dem Berg – Engstligenalp
8.30–17.10 h, täglich alle 20 Min. | chaque jour toutes les 20 min. | daily every 20 min
Letzte Bergfahrt 16.50 h / Letzte Talfahrt 17.10 h
Dernière montée 16.50 h / dernière descente 17.10 h
Last ascent 16.50 h / last descent 17.10 h

ohne Anmeldung | sans réservation | without reservation

Elsigen-Metsch

Elsigenbahnen AG +41 33 671 33 38
Saison | Saison | Season 2.6.–21.10.2018

Elsigbach – Elsigenalp
Juni | Juin | June 9–17 h
Juli/August | Juillet/Août | July/August 8.30–17 h
September-Oktober | Septembre-Octobre | September-October 9–17 h
alle 15 Min. | toutes les 15 min. | every 15 min

ohne Anmeldung | sans réservation | without reservation

<ul style="list-style-type: none"> Kinderwagentauglich Accessible aux poussettes Buggy path Nordic Walking Trail Trotti Trotinette Scooter Rollstuhlgang Accessibles aux fauteuils roulants Wheel chair path Alpine Route Randonnée alpin Alpine trail Klettersteig Via Ferrata 	<ul style="list-style-type: none"> Blumenweg Sentier des fleurs Flower Trail Höhleweg Chemin d'altitude High-altitude trail Weltcuptrail Parcours World Cup World Alpine Route Randonnée alpin Alpine trail Globi-Weg Sentier Globi Globi-Trail 	<ul style="list-style-type: none"> Information Tourist office Parkplatz Parking Parkhaus Parking garage Luftseilbahn Téléphérique Aerial cable car Gruppenumlaufbahn Télécabine Aerial gondola grouped Gondelbahn Télécabine Aerial gondola Kombi-Bahn Télécabine-Téléjeu Gondola-Chairlift Bus Buslinie No du bus Bus line Aussichtspunkt Point de vue Viewpoint Hotel, Unterkunft Hotel, logement Hotel, lodge Berghütte (SAC) Refuge Mountain hut Aerial (SAC) Fromagerie d'alpage Cheese dairy Restaurant Feuertable Aire de barbecue Campfire site Alpengarten Jardin alpin Alpine garden Wasserfall Cascade Water fall Schlucht Gorge Einbahn Sens unique One-way Hundeverbiet Défense de chiens Dogs forbidden Gletschim Parapente Paragliding Startplatz Modellflugzeuge Départ aéromodélisme Start model aircraft E-Bike Vermietung Location Hire Klettergarten Site d'escalade Crag Kletterturm Tour d'escalade Climbing tower Adventure Park Adelboden Globi Luftseilbahn Engstligenalp Téléphérique Globi Globi Cable Car Kinderspielfeld Aire de jeu Playground Via Parcours Parcoursvita Fitness trail Via Alpina Eishalle Patinoire Ice rink Curling Kino Cinema Via Cook Via Alpina
---	--	---

<p>80 Hörnliweg (Rundweg) → 2h ↑ 210m ↓ 210m</p> <p>81 Müntiweg (Rundweg) → 1h ↑ 310m ↓ 310m</p> <p>82 Adelboden – Münti – Schermtanne → 1h 10min ↑ 1h ↓ 130m</p> <p>83 Adelboden – Fluweid – Schermtanne → 1h 30min ↑ 1h 20min ↓ 260m ↓ 130m</p> <p>84 Adelboden – Schermtanne – Aebi – Gilbach – Adelboden (Fahrstrasse) → 2h 40min ↑ 180m ↓ 180m</p> <p>85 Schermtanne – Furggi – Furggeli – Matten → 5h 45min ↑ 6h ↓ 910m ↓ 1360m</p> <p>86 Adelboden – Münti – Gilbach – Berggläger → 1h ↑ 1h ↓ 140m</p> <p>87 Adelboden – Boden – Eselmoos – Berggläger (Gilbach) → 1h 20min ↑ 1h 15min ↓ 140m</p> <p>88 Adelboden – Gilbach – Berggläger (Fahrstrasse) → 1h ↑ 50min ↑ 140m</p> <p>89 Adelboden – Ausserschwand – Bütschegge – Egerschwend → 1h 10min ↑ 1h 10min ↓ 50m</p> <p>90 Adelboden – Ausserschwand – Cholerschluht – Pochtenkessel (Achtung: nur in eine Richtung begehbar) → 1h 20min ↑ 1h 45min ↓ 260m</p>	<p>61 Adelboden – Margeli – Hirzboden (Marchgraben) → 1h 15min ↑ 1h 15min ↑ 200m ↓ 100m</p> <p>62 Adelboden – Hirzboden – Hochtst – Elsigenalp → 2h 45min ↑ 2h 15min ↑ 550m ↓ 100m</p> <p>63 Sillerenbühl – Margeli – Hirzboden – Hinterbunder → 2h 20min ↑ 1h 50min ↑ 530m ↓ 100m</p> <p>64 Adelboden – Oey – Bunderlen – Bunderalp → 2h ↑ 1h 40min ↑ 550m ↓ 100m</p> <p>65 Adelboden – Oey – Bunderlen – Lohnerwasserfälle → 1h 30min ↑ 1h 15min ↑ 300m ↓ 90m</p> <p>66 Adelboden – Oey – Bunderlen – Hirzbodenport – Margeli – Adelboden → 2h 15min ↑ 250m ↓ 250m</p> <p>67 Adelboden – Oey – Unter dem Berg – Engstligenfälle → 1h 35min ↑ 1h 30min ↑ 190m ↓ 120m</p> <p>68 Adelboden – Oey (Schützenbrücke) – Müllbrücke (Boden) – Walezube – Oey (Schützenbrücke) – Adelboden → 1h 45min ↑ 150m ↓ 150m</p> <p>69 Adelboden – Boden – Eselmoos – Raufmattenbrücke – Unter dem Berg → 1h 45min ↑ 1h 45min ↑ 120m ↓ 100m</p> <p>70 Adelboden – Oey (Schützenbrücke) – Hohliebe → 1h 15min ↑ 1h 10min ↑ 200m ↓ 100m</p> <p>71 Adelboden – Oey – Hohliebe – Laeli – Unter dem Berg → 2h 30min ↑ 2h 30min ↑ 400m ↓ 360m</p>	<p>72 Adelboden – Ausserschwand – Egerschwend – Rinderwald – Ried – Frutigen (Spissenweg) → 5h ↑ 5h 30min ↓ 560m</p> <p>73 Adelboden – Hirzboden – Elsigbach – Frutigen (Alte Strasse) → 4h ↑ 4h 30min ↑ 200m ↓ 710m</p> <p>74 Rohrbach – Hängebrücke Hostalde → 30min ↑ 35min ↓ 30m</p> <p>75 Rohrbach – Hängebrücke Hostalde – Gand – Frutigen → 2h 15min ↑ 2h 20min ↓ 290m ↑ 130m</p> <p>76 Adelboden – Hörnli – Schwandfeldspitz – TschentenAlp → 2h 10min ↑ 1h 30min ↑ 600m</p> <p>78 TschentenAlp – Schwandfeldspitz – TschentenAlp → 2h ↑ 2h ↑ 75m ↓ 75m</p> <p>77 Adelboden – Schermtanne – Schwandfeldspitz – TschentenAlp → 2h 45min ↑ 2h 15min ↑ 600m</p> <p>79 Adelboden – Bannwald – TschentenAlp → 2h ↑ 1h ↑ 600m</p> <p>80 Adelboden – Ausserschwand – Möser – TschentenAlp → 3h ↑ 2h 15min ↑ 600m</p> <p>81 Schwandfeldspitz – Fluweid → 30min ↑ 1h 10min ↓ 365m</p> <p>82 TschentenAlp – Schwandfeldspitz – Furggeli (Gsürweg) → 2h ↑ 2h ↑ 440m</p>	<p>83 Sillerenbühl – Hahnenmoos (Blumenweg) → 1h ↑ 1h ↑ 50m ↓ 50m</p> <p>84 Sillerenbühl – Geils → 45min ↑ 1h ↓ 270m</p> <p>85 Sillerenbühl – Margeli – Berggläger (Strasse) → 1h 15min ↑ 1h 30min ↓ 480m</p> <p>86 Sillerenbühl – Aebi – Adelboden → 1h 45min ↑ 2h 45min ↓ 620m</p> <p>87 Sillerenbühl (Rundweg) → 30min ↑ 75m ↓ 75m</p> <p>88 Sillerenbühl – Gilbachegge – Gilbach – Adelboden → 1h 45min ↑ 2h 30min ↓ 620m</p> <p>89 Sillerenbühl – Hahnenmoos – Ammertenspitz – Engstligenalp (Aeugi-Weg) → 4h 30min ↑ 710m ↓ 710m</p> <p>90 Berggläger – Oey – Hahnenmoos → 1h 50min ↑ 1h 10min ↑ 460m</p> <p>91 Berggläger – Sillerenbühl → 1h 45min ↑ 1h ↓ 480m</p> <p>92 Sillerenbühl – Hahnenmoos – Ammertenspitz – Engstligenalp (Aeugi-Weg) → 4h 30min ↑ 710m ↓ 710m</p> <p>93 Berggläger – Sillerenbühl → 1h 45min ↑ 1h ↓ 480m</p> <p>94 Hahnenmoos – Geils → 30min ↑ 50min ↓ 250m</p> <p>95 Hahnenmoos – Geils – Berggläger – Steinige Brücke – Adelboden → 2h ↑ 2h 30min ↑ 600m</p> <p>96 Hahnenmoos – Bütschi – Lurnigegga – Berggläger – Adelboden → 2h 30min ↑ 3h ↑ 140m ↓ 750m</p>	<p>97 Hahnenmoos – Nassberg – Lurnigegga – Berggläger – Adelboden → 3h ↑ 3h 30min ↑ 140m ↓ 750m</p> <p>98 Hahnenmoos – Regenboldshorn → 50min ↑ 230m</p> <p>99 Hahnenmoos – Lavey – Sillerenbühl → 1h 30min ↑ 1h 30min ↑ 240m ↓ 230m</p> <p>100 Hahnenmoos – Laveygrat → 40min ↑ 240m</p> <p>101 Hahnenmoos – Bülberg – Metsch – Metschstand – Hahnenmoos → 2h 10min ↑ 450m ↓ 450m</p> <p>102 Hahnenmoos – Simmenfälle → 2h 30min ↑ 3h ↓ 850m</p> <p>103 Adelboden – Boden – Chuenisbärgli → 2h 15min ↑ 1h 20min ↑ 420m ↓ 50m</p> <p>104 Weltcup-Trail: Boden – Chuenisbärgli → 1h 40min ↑ 1h ↑ 440m</p> <p>105 Unter dem Berg – Engstligen Wasserfälle – Unter dem Berg (Rundweg) → 50min ↑ 50m ↓ 50m</p> <p>106 Unter dem Berg – Engstligenalp → 1h 45min ↑ 1h ↑ 610m</p>	<p>107 Unter dem Berg – Hinterengstigen – Engstligenalp → 1h 10min ↑ 1h 45min ↑ 700m ↓ 90m</p> <p>108 Klettersteig Chälängang: Unter dem Berg – Engstligenalp → 2h ↑ 500m</p> <p>109 Engstligenalp (Rundwanderweg) → 1h ↑ 20m ↓ 20m</p> <p>110 Engstligenalp – Ammertenspitz → 2h 40min ↑ 2h ↑ 600m ↓ 600m</p> <p>111 Engstligenalp – Ärtelengrat – Chindbettipass – Engstligenalp → 5h ↑ 700m ↓ 700m</p> <p>112 Engstligenalp – Dossen – Chindbettipass – Lämmerenhütte → 4h 30min ↑ 1060m ↓ 520m</p> <p>113 Engstligenalp – Chindbettipass – Rote Chume – Schwärenbach – Sunnbüel → 5h 30min ↑ 5h 30 ↑ 870 m ↓ 870 m</p> <p>114 Engstligenalp – Chindbettipass – Rote Chume – Gemmpass → 4h 30min ↑ 4h 30 ↑ 910 m ↓ 520 m</p> <p>115 Bunderalp – Hinterbunder → 40min ↑ 20m</p>	<p>116 Bunderalp – Bunderchrinde – Kandersteg → 4h 50min ↑ 6h ↑ 650m ↓ 1180m</p> <p>117 Bunderalp – Bunderspitz – Allmenalp → 3h 30min ↑ 3h 30min ↑ 790m ↓ 800m</p> <p>118 Bunderalp – Lohnerhütte – Engstligenalp (Lohnerweg) → 4h ↑ 4h 30min ↑ 900m ↓ 740m</p> <p>119 Elsigbach – Elsigenalp → 1h ↑ 45min ↑ 480m</p> <p>120 Elsigbach – Elsigenalp (Strasse) → 1h 15min ↑ 50min ↑ 480m</p> <p>121 Elsigbach – Elsigsee – Elsigenalp → 1h ↑ 100m ↓ 100m</p> <p>122 Elsigbach – Hochtst → 40min ↑ 230m</p> <p>123 Elsigbach – Stand – First – Allmenalp → 5h ↑ 750m ↓ 830m</p> <p>124 Elsigbach – Goltschenpass – Kandersteg → 3h 10min ↑ 390m ↓ 1020m</p> <p>125 Elsigbach – Elsighorn → 1h 30min ↑ 540m</p> <p>126 Elsigbach – Achsetberg – Frutigen (Panoramaweg) → 3h ↑ 60m ↓ 1020m</p> <p>127 Achseten – Otterepass – Grimmialp (Diertigtal) → 6h ↑ 1200m ↓ 1100m</p> <p>128 Engstligenalp – Dossenseeli – Engstligenalp (Seeli-Weg) → 3h 30min ↑ 350m ↓ 350m</p>
--	---	--	--	---	---	--



Unfall | Accident | Accident

Bei Unfall bitte Meldung bei der nächsten Station. Nach Betriebschluss bei der Polizei Telefon 117.
En cas d'un accident aviser la prochaine station, si le téléphérique est fermé prenez contact avec la police no. 117.
In case of accident please notify the nearest station.
After operating hours please notify the police on emergency no. 117.

TOURIST CENTER
Adelboden
Dorfstrasse 23
+41 33 673 80 80
Frutigen
Untere Bahnhofstrasse 14
+41 33 671 14 21

ALPINSCHULE ADELBODEN
Bergführer und Adventure-Park Adelboden
+41 79 363 19 62
www.adelboden.ch

SOCIAL MEDIA
Facebook www.facebook.com/adelboden
Instagram #myadelboden