



- Parkplatz
- Information
- Bus
- Berghotel/Lodge
- Restaurant
- Feuerstelle
- Aussichtspunkt
- Freibad
- Tennis
- Spielplatz
- Boulder Schür
- Waldlehrpfad
- Trottibike
- Marmel-Trail
- AlpRundweg Leiterli
- Via Alpina
- Jodlerweg
- Alpine Bike
- Nordic Walking
- Kinderwagen
- Parkhaus
- Gondelbahn
- Bahnhof
- Berghütte SAC
- Schutzhütte
- Wasserfall
- Gleitschirm
- Wallbad
- Pumtrack
- Eisenbahn Strubeli
- Kino
- GEOPfad
- Mountain Cart
- Luchs-Trail
- Alpenblumenweg
- Höhenrundweg Gryden
- Mountainbike
- Kinderwagen geländetauglich

WANDERERLEBNISSE

AUSWAHL DER SCHÖNSTEN WANDERUNGEN AUS DER PANORAMAKARTE

1 Lenk (1068 m) – St. Stephan (996 m) – Zweisimmen (941 m)	3 h 30
2 Lenk (1068 m) – Simmenfälle (1102 m)	1 h 10
3 Lenk (1068 m) – Wallbachschlucht (1220 m) – Wallegg (1320 m) – Lenk (1068 m)	1 h 30
4 Lenk (1068 m) – Bad (1103 m) – Uf der Seefuh (1197 m) – Lenk (1068 m)	1h
5 Lenk (1068 m) – Iffigfall (1340 m) Variante: weiter bis Iffigenalp (1584 m)	1 h 45 1 h 15
6 Stoss (1634 m) – Lenk (1068 m)	1 h 15
7 Leiterli (1943 m) – Stoss (1634 m)	1h
8 Leiterli (1943 m) – Wallegg (1320 m) – Lenk (1068 m)	2 h 30
9 Leiterli (1943 m) – Trütsbergpass (2038 m) – Obere Lochberg (1913 m) – Wallegg (1320 m) – Lenk (1068 m)	4 h
10 Leiterli (1943 m) – Tungepass (2084 m) – Stigetschberg (2381 m) – Iffigsee (2065 m) – Iffigenalp (1584 m)	5 h
11 Iffigenalp (1584 m) – Langermatte (1856 m) – Reziberg (1405 m) – Siebenbrunnen (1405 m) – Simmenfälle (1102 m) Variante: Langermatte (1856 m) – Oberlauchhorn (1999 m)	3 h 30 Min

12 Simmenfälle (1102 m) – Reziberg (Siebenbrunnen) (1405 m) Variante: Reziberg (1405 m) – Flueseeli (2045 m)	1 h 10 1 h 20
13 Variante: Flueseeli (2045 m) – Tierbergsattel (2654 m) – Wildstrubelhütte SAC (2791 m) – Iffigenalp (1584 m)	5 h 45
14 Metsch (1470 m) – Lauenen (1530 m) – Nessli (1645 m) – Simmenfälle (1102 m)	2 h 30
15 Metsch (1470 m) – Gruebi (1147 m) – Lenk (1068 m)	1 h
16 Metsch (1470 m) – Bühlberg (1664 m)	1 h 10
17 Lenk (1068 m) – Bühlberg (1664 m) Variante: Bühlberg – Hahnenmoos (1957 m) Variante: Hahnenmoos (1957 m) – Metschstand (2100 m)	1 h 40 1 h 10 45 Min
18 Bühlberg (1664 m) – Würtnere (1837 m) – Seewle (2079 m) – Laubbärgli (1848 m)	2 h
19 Laubbärgli (1848 m) – Schathore (2070 m)	45 Min
20 Höhenrundweg Gryden: Leiterli (1943 m) – Stübli (2109 m) – Gryden – Leiterli (1943 m)	2 h 30
21 Rundweg Leiterli (1943 m) – Steinross – Agematte – Leiterli (1943 m)	1 h
22 Obersimmentaler Hausweg. Der Themenweg für Architektur-Liebhaber. Der Weg ist mit braunen Wegweisern gekennzeichnet. Informationen im Prospekt «Obersimmentaler Hausweg».	
23 Rundweg Metschstand (2100 m) – Speichersee Brenggen – Bummerepass/Wallislegi – Metschstand (2100 m)	1 h 15
24 Metschstand (2100 m) – Metschhorn (1901 m) – Metsch (1470 m)	1 h 35
25 Metschstand (2100 m) – Schattwy – Speichersee Brenggen – Metsch (1470 m)	1 h 45
26 Metschstand (2100 m) – Luegli – Aeuigi – Ammertenspitze (2613 m) – Ammertenspass – Ammertenspitze (2613 m) – Ammertenspass – Ammertenspitze (2613 m) – Ammertenspass – Ammertenspitze (2613 m)	5 h 05
27 Simmenfälle (1102 m) – Ammertenspass (2443 m) – Engstligenalp Bergstation Luftseilbahn (1962 m)	4 h 55
28 Laubbärgli (1848 m) – Albristhorn (2762 m) – Fermalat – Matten (St. Stephan) Bhf. (1026 m)	6 h 40
29 Dürrenwald (1654 m) – Fläschhorn (2079 m) – Eggmatte (1663 m) – Dürrenwald (1654 m) jodlerweg.ch	2 h 45
30 Iffigenalp (1584 m) – Chesseli (1936 m) – Iffighorn (2378 m) – Iffigsee (2065 m) – Iffigenalp (1584 m)	4 h 10
31 Iffigenalp (1584 m) – Iffigsee (2065 m) – Wildhornhütte SAC (2303 m)	2 h 30

SIGNALISATION WEGE

Wanderwege stellen keine hohen Anforderungen. Zur Ausrüstung gehören ein festes Schuhwerk und der Witterung angepasste Kleidung. Wanderwege können in der Regel gefahrlos begangen werden.

Bergwanderwege erschliessen oft unwegsames Gelände und stellen dadurch höhere Anforderungen an Ausdauer, Bergtätigkeit, Trittsicherheit, zuweilen auch bezüglich Schwindelfreiheit. Zur Ausrüstung gehören: Feste Bergschuhe mit griffiger Sohle, Kälte-, Sonnen-, Wind- und Regenschutz. Gute Dienste leisten Taschenapotheken, Karten, Kompass und Höhenmesser.

Alpinwanderwege sind sehr anspruchsvolle Bergwanderwege. Sie führen im Gebirge teilweise durch wogeloses Gelände, über Schneefelder und Gletscher sowie durch Felsen mit kurzen Kletterstellen. Die Begehung setzt Bergerfahrung oder den Beizug eines Bergführers voraus.

bit.ly/signalisation-wege

Steile Wege (Trittsicherheit und Schwindelfreiheit vorausgesetzt)

Alpine Route (Trittsicherheit, Schwindelfreiheit und Bergerfahrung vorausgesetzt)

Wanderungen mit Kinderwagen

Die Wege auf dem Talboden sind für Kinderwagen bestens geeignet.

Mit besonders geländetauglichen Kinderwagen sind auch die Wanderwege Leiterli – Stoss (Murmeli-Trail), der AlpRundweg Leiterli sowie Metsch – Lauenen möglich (nicht für Neugeborene und Säuglinge geeignet).

RUNDWANDERUNGEN

MIT DEM ÖV ODER EINER GONDELBAHN ZUM AUSGANGSPUNKT ZURÜCK

- Bühlberg (1664 m) – Laubbärgli (1848 m)** 1 h 45
Lenk → Bühlberg und Laubbärgli → Lenk
- Leiterli (1943 m) – Tungepass (2084 m) – Iffigenalp (1584 m)** 5 h
Lenk → Leiterli und Iffigenalp → Lenk
- Leiterli (1943 m) – Lauenen (1252 m)** 3 h 10
Lenk → Leiterli und Lauenen → Gstaad → Lenk
- Leiterli (1943 m) – Rinderberg (2079 m)** 5 h 50
Lenk → Leiterli und Rinderberg → Zweisimmen → Lenk
- Leiterli (1943 m) – Wassergrat (1920 m)*** 4 h
Lenk → Leiterli und Wassergrat → Gstaad → Lenk

*Wassergrat-Bahn Betriebszeiten beachten: wassergrat.ch

Achtung: Fahrpläne & Betriebszeiten beachten. Die Rundwanderungen können in beide Richtungen gemastert werden.

HÜTTENTOUREN

Wandern mit einer Übernachtung in einer Hütte mitten in den Bergen.

- Wildhornhütte SAC, wildhornhuette.ch
- Wildstrubelhütte SAC, wildstrubelhuette.ch
- Fluhschütte, fluhssee.ch
- Berghaus Iffigenalp, iffigenalp.ch

Bitte beachten: Reservation obligatorisch!

BERGHAUS LEITERLI

ALPINE GEMÜTLICHKEIT

Ob eine schnelle Einkehr in der Selbstbedienung oder zum ausgiebigen Schlemmen im biederen Restaurant: Hoch über dem Tal und vor der imposanten Wildstrubel-Kulisse lädt das Berghaus Leiterli zu kulinarischen Gipfelträumen ein. Und während Sonnenanbeter die grosse Terrasse geniessen, toben sich Kids auf dem hauseigenen Spielplatz aus.

Lust, einmal auf fast 2000 Meter über Meer zu übernachten? Im Berghaus Leiterli nächtigen Gäste in unseren Doppel-, Vierbett- und Mehrbettzimmern. Bergbahnenbenützung, Sternenhimmel und magische Sonnenaufgänge inklusive.

Weitere Infos und Tischreservierungen unter: berghaus-leiterli.ch

Hike und Lunch Package

Für aktive FeinschmeckerInnen gibt es am Betelberg ein attraktives Angebot: Die Tageskarte Adelnboden-Lenk inkl. Mittagsmenü mit Suppe oder Salat im Berghaus Leiterli in der Selbstbedienung ist von Montag bis Freitag für CHF 57 (mit GA/1/2-Tax CHF 38) erhältlich



BERGRESTAURANT METSCHSTAND

360 GRAD BERGWELT

Das Bergrestaurant Metschstand trumpft mit einem einmaligen Panorama, lokaler und saisonaler Küche auf. Ob gemütlicher Spaziergang oder ambitionierte Bergtour – der Metschstand ist ein idealer Ausgangspunkt für traumhafte Wanderungen und der Ort für genussvolle Momente.

Öffnungszeiten
Das Restaurant ist jeweils von Mittwoch bis Sonntag zu den Betriebszeiten des Stand-Xpress geöffnet.

Weitere Infos und Tischreservierungen unter: metschstand.ch



BIKEREGION ADELBODEN-LENK

VERSUCHSBETRIEB

Unsere bezaubernde Region auf zwei Rädern erkunden und auf unserem ausgeschilderten Wegnetz unbekannte Ecken kennenlernen. Alle mit «v» gekennzeichneten Routen werden von der Ski- und Bikeregion Adelnboden-Lenk im «Versuchsbetrieb» unterhalten. Wandernde und Bikende nutzen die Wege gemeinsam.

TOURENTIPP SOMMERWALD

Strecke: **Lenk – Aegerten – Hasterberg – Leiterli – Aebi – Sommerwald – Pöschneried – Lenk**
Distanz: 27.6 km Auf-/Abstieg: 1'019hm | 1'019hm
Höchster Punkt: 1'942 m ü. M.
Tiefster Punkt: 1'088 m ü. M.

Ein detaillierter Bikeprospekt ist bei den Bergbahnen und im Tourist Center erhältlich.

