

INFO GUIDE

Sommer Summer 2022

ISENFLUH 

SULWALD

STECHELBERG 

TRÜMMELBACHFÄLLE



Jungfrau Region 

LAUTERBRUNNEN 

STAUBBACHFALL

TRÜMMEL- BACH- FÄLLE

Berner Oberland · Lauterbrunnen-Tal
20 km von Interlaken

Zehn Gletscherwasserfälle im Berginnern mit Tunnel-Lift zugänglich gemacht und beleuchtet. Der Trümmelbach allein entwässert die riesigen Gletscherwände von Eiger (3970m), Mönch (4099m) und Jungfrau (4158m) aus seinem Einzugsgebiet von 24km², das zur Hälfte mit Schnee und Eis bedeckt ist, mit bis zu 20'000 Liter Wasser pro Sekunde. Als Teil des UNESCO Weltnaturerbe dieser Region sind es die einzigen Gletscherwasserfälle Europas im Berginnern und trotzdem zugänglich. Bundesinventar der Naturdenkmäler von nationaler Bedeutung.

Ten glacier-waterfalls inside the mountain made accessible by tunnel-lift and illuminated. The Trümmelbach alone drains the mighty glacier defiles of Eiger (3970m), Mönch (4099m) and Jungfrau (4158m). Its drainage area is 24km², half of it covered by snow and glaciers with up to 20'000 litres of water per second. The only glacier-waterfalls in Europe inside the mountain and still accessible. The Trümmelbach Falls are part of the UNESCO World Heritage Jungfrau Aletsch, as well as listed in the Federal Inventory of Monuments and Landscapes of natural importance.

TRÜMMELBACHFÄLLE · 3822 TRÜMMELBACH

Telefon 033 855 32 32 · www.truemmelbachfaelle.ch

Post-Bus-Service: Lauterbrunnen-Trümmelbach-Stecheberg



TOM DURRER

Resort Director Lauterbrunnen Tourismus

HERZLICH WILLKOMMEN IN LAUTERBRUNNEN, ISENFLUH UND STECHELBERG

Es ist uns eine Freude Sie in Lauterbrunnen, einem der eindrucksvollsten Trogtäler der Alpen zwischen gigantischen Felswänden und Gipfeln zu begrüssen. Mit 72 tosenden Wasserfällen, imposanten Talabschlüssen, bunten Alpwiesen, einsamen Berggasthöfen und Bahnen auf die Talschultern ist das Lauterbrunnental eines der grössten Naturschauspiele der Schweiz.

«Lauter Brunnen» – allein schon der Dorf- und Talname deutet auf eine Einzigartigkeit dieser Landschaft hin: Wahrzeichen ist der Staubbachfall, der sich von einer überhängenden Felswand fast 300 Meter in die Tiefe stürzt, einer der höchsten frei fallenden Wasserfälle Europas. Johann Wolfgang von Goethe, der 1779 das Tal besuchte, liess sich von den tosenden Wassermassen zu seinem «Gesang der Geister über den Wassern» inspirieren. Auch J.R.R. Tolkien wurde für Rivendell in Herr der Ringe inspiriert.

Ein anderes ohrenbetäubendes Naturschauspiel bieten die Trümmelbachfälle im Innern des Berges «Schwarzer Mönch» hinter mächtigen Felswänden versteckt. Bis zu 20000 Liter Wasser pro Sekunde stürzen über die zehn Gletscherfälle in der engen Schlucht mit einer Gesamthöhe von rund 200 Metern in die Tiefe. Das Schauspiel kann mit einem Tunnellift erreicht werden. Dies sind nur einige Highlights vom Lauterbrunnental.

VORWORT INTRODUCTION

A WARM WELCOME TO LAUTERBRUNNEN, ISENFLUH AND STECHELBERG

It is our pleasure to welcome you to one of the most impressive trough valleys in the Alps, between gigantic rock faces and mountain peaks. With its 72 thundering waterfalls, secluded valleys, colourful alpine meadows and lonely mountain inns, the Lauterbrunnen Valley is one of the biggest nature conservation areas in Switzerland.

The very name «Lauter Brunnen» («many fountains») suggests the magnificence of this landscape. There are 72 waterfalls in the Lauterbrunnen Valley, the most famous being the Staubbach Falls. Plunging almost 300 metres from an overhanging rock face, they are one of the highest free-falling waterfalls in Europe. In 1779, Johann Wolfgang von Goethe visited the valley, and was inspired by the roaring waters to write his well-known poem «Spirit song over the waters». J.R.R. Tolkien was also inspired for Rivendell in Lord of the Rings.

Another deafening natural phenomenon are the Trümmelbach Falls in the «Black Monk» mountain, hidden behind mighty rock faces. Up to 20000 litres of water per second cascade over the ten glacier falls from a total height of about 200 metres. This spectacle can only be reached in summer by tunnel lift. Those are only a few highlights from the Lauterbrunnen-Valley.

INFO GUIDE SOMMER 2022

HERAUSGEBER PUBLISHED BY

Lauterbrunnen Tourismus, www.lauterbrunnen.swiss

LAYOUT LAYOUT

Jungfrau Region Tourismus AG

GESTALTUNG UND DRUCK DESIGN AND PRINT

Merkur Druck AG, Langenthal



Switzerland.
got.natural.



INHALT

CONTENTS

INHALT

CONTENTS

- 06 **WILLKOMMEN**
WELCOME
- 15 **GUT ZU WISSEN**
GOOD TO KNOW
- 23 **TOP EVENTS**
TOP EVENTS
- 27 **TRANSPORT & PÄSSE**
TRANSPORT & PASSES
- 33 **WANDERN**
HIKING
- 43 **MOUNTAINBIKE**
MOUNTAINBIKING
- 47 **ABENTEUER**
ADVENTURE
- 55 **AUSFLÜGE**
EXCURSIONS
- 65 **AKTIVITÄTEN**
ACTIVITIES
- 69 **GASTRONOMIE**
GASTRONOMY
- 73 **UNTERKÜNFTE**
ACCOMMODATION
- 77 **VORSCHAU WINTER**
WINTER PREVIEW





WILLKOMMEN IN LAUTERBRUNNEN WELCOME TO LAUTERBRUNNEN

Ferien im Tal der 72 Wasserfälle, welches bereits Goethe und J.R.R. Tolkien inspirierte. In dieser Broschüre finden Sie Informationen rund um Ihren Aufenthalt in Lauterbrunnen, Isenfluh und Stechelberg. Wir freuen uns, wenn Sie Angebote und Veranstaltungen entdecken, die Sie interessieren und laden Sie schon jetzt ein, unsere Angebote rege zu benutzen. Gerne beantworten wir Ihre Fragen und nehmen uns speziellen Wünschen an. Kommen Sie bei uns im Tourismusbüro vorbei! Geniessen Sie Ihre Ferien inmitten eindrucklicher Wasserfälle und der gigantischen Gebirgswelt der Jungfrau Region!

Holidays in the Valley of the 72 waterfalls, that already inspired Goethe and J.R.R. Tolkien. In this brochure you will find information to help you to plan your stay in Lauterbrunnen, Isenfluh and Stechelberg. We are sure you will discover activities that interest you and would be pleased if you joined in with some of our events. If you have any questions or requests, please call our Tourist Information Office where we will be happy to answer your questions. We hope you enjoy your holidays amidst the impressive waterfalls and the magnificent mountains of the Jungfrau Region!

HÖHEM Ü.M. METERS ABOVE SEA LEVEL

800

FLÄCHE AREA

12.3 km²

EINWOHNER POPULATION

793

GÄSTEBETTEN GUEST BEDS

1320

SPRACHE LANGUAGE

DEUTSCH GERMAN



GESCHICHTE

1240 Erste schriftliche Erwähnung als «in claro fonte»

14. Jhr. Hauptkolonie der Löttscherniederlassungen im Oberland

1487 Erster Kirchenbau ohne Erlaubnis von Pfarrei

1528 Lauterbrunnen wird eine eigene Kirchgemeinde

1669 Grosse Pest im Berner Oberland

18. Jhr. Einführung Strumpfweberei durch Joseph Brunner

18. Jhr. Zunahme von Bergfreunden und fremden Besuchern

1830 Bau der neuen Kirche

1877 Erschliessung der Trümmelbachfälle

1890 Erschliessung durch Berner Oberlandbahn (BOB)

1901 Gründung des Verkehrsvereins Lauterbrunnen

1913 Bau des Tunnellifts Trümmelbachfälle

1928 Das Infernorennen wird ins Leben gerufen

1939 Bau Schwimmbad

1975 Luftseilbahn Isenfluh–Sulwald wird fertiggestellt

1983 Fertigstellung der Sportanlage Eyelti

1986 Bau der obersten Tunnel-Treppe mit Galerie und Ausgucks-Stollen bei den Trümmelbachfällen

1987 Bau Seilbahn vom Sandweidli nach Isenfluh (Dezember)

1996 Kauf des Staubbachhubels durch die Gemeinde und Öffnung für Besucher

1998 Einweihung der Beleuchtung des Staubbachfalls

2001 Schliessung des Staubbachhubels wegen Steinschlaggefahr

2006 Eröffnung der neuen Staubbachgalerie

2008 Gründung des Hoteliervereines Mürren–Lauterbrunnen

HISTORY

1240 First mentioned in a romance language meaning clear springs

14. Jhr. Main colony of the 'Löttschen Parish'

1487 First church built without permission of the parish

1528 Lauterbrunnen becomes an independent parish

1669 The plague hits the Bernese Oberland

18. Jhr. Joseph Brunner opens a sock weaving factory in the valley

18. Jhr. The first visitors and alpinists visit the valley

1830 The new church is built

1877 The Trümmelbach Falls are developed

1890 The Bernese Oberland Bahn is developed to Lauterbrunnen

1901 Establishment of Lauterbrunnen Tourism

1913 A lift is installed at the Trümmelbach Falls

1928 The first Inferno race takes place

1939 The outdoor swimming pool is opened

1975 A temporary cable car is built from Isenfluh to Sulwald due to a landslide closing the road access

1983 Tennis and minigolf are opened at Eyelti

1986 The Trümmelbach Falls gallery and viewing platform are built

1987 A cable car is built from Sandweidli to Isenfluh

1996 Purchase of the 'Staubbachhubel' and opening to visitors

1998 Inauguration of the Staubbach Falls being illuminated at night

2001 Staubbach Falls closed due to rock fall

2006 Opening of the new Staubbach gallery

2008 Establishment of the Mürren–Lauterbrunnen Hoteliers Association

LAUTERBRUNNEN

STAUBBACHFALL



- 1** Tourist-Information 
- 2** Bank, Bankomat ATM
- 3** Post Post office
- 4** Doktor Doctor
- 5** Polizei Police
- 6** Spielplatz Playground 
- 7** Schwimmbad  Swimming pool
- 8** Gemeindeverwaltung  Council administration
- 9** Klöppelzentrum  Lace making center
- 10** Talmuseum  Valley museum
- 11** Sportanlage  Sommer: Tennis, Minigolf
Winter: Langlauf, Eisbahn
Cross-country ski, Ice rink
- 12** Kirche Church
- 13** Friedhof Cemetery
- 14** Tankstelle Petrol station
- 15** Autogarage
- 17** Trümmelbachfälle

- 1** Hotel Steinbock 
- 2** Hotel Silberhorn 
- 3** Valley Hostel
- 4** Hotel Oberland 
- 5** Hotel Crystal
- 6** Hotel Schützen 
- 7** Hotel Jungfrau 
- 8** Hotel Staubbach
- 9** Hotel Horner 
- 10** Chalet Rosa
- 11** Chalet Rohr
- 12** Alpinebase
- 13** Camping Jungfrau 
- 14** Camping Schützenbach
- 15** Camping Breithorn
- 16** Camping Ruetti

- 17** Airtime Internetcafé 
 - 18** Base Café 
 - 19** Anna's Chalet 
 - 20** Food Point 
 - 21** Hotel Stechelberg 
 - 22** Alpenhof Bed & Breakfast
 - 23** Berghaus* Trachsellaunen 
 - 24** Berggasthaus* Tschingelhorn 
 - 25** Berghotel* Obersteinberg 
 - 26** Mutthornhütte* SAC 
- * Mountain hut Cabane de montagne

-  Gondelbahn Cable car
-  Bahn Railway
-  Grillstelle Barbecue

- P** Parking
-  Aussichtspunkt View point
-  Bus-Stop (● = nur/only Winter)

Illustration & Plan: 1zigartig.ch 1.2015





ISENFLUH

SULWALD



WILLKOMMEN IN ISENFLUH/SULWALD

Das kleine, ursprüngliche Bergdorf Isenfluh liegt an sagenhafter Lage oberhalb von Lauterbrunnen und bietet ein faszinierendes und bezauberndes Panorama auf die imposanten Bergriesen Eiger, Mönch und Jungfrau. Das Dorf liegt abseits der grossen Touristenpfade und bietet einen eigenen Charme.

Hier erwartet Sie unberührte Natur mit besonderen geologischen Verhältnissen und gelebte Kultur.

WELCOME TO ISENFLUH/SULWALD

The small charming mountain village of Isenfluh lies about 400 meters above the valley of Lauterbrunnen on a sunny terrace, which offers magnificent views of the Eiger, Mönch and Jungfrau mountains.

The village is off the beaten track and far from the hustle and bustle of the main tourist attractions. Here you can appreciate true Swiss Alpine nature, enchanting panoramic views and true Swiss rural culture still alive.

HÖHEM Ü.M. METERS ABOVE SEA LEVEL

 **1091**

FLÄCHE AREA

 **24 km²**

EINWOHNER POPULATION

 **66**

GÄSTEBETTEN GUEST BEDS

 **160**

SPRACHE LANGUAGE

 **DEUTSCH GERMAN**

GESCHICHTE

1333	Wird Isenfluh in einem Kaufbrief Urkundlich erwähnt
1927 / 29	Verbauungsprojekt Sengiswald–Riseten
1936	Elektrifizierung des Dorfes: 3 öffentliche Strassenlampen!
1948	Dürreschäden
1945 / 1958	Überschwemmung Sagibach
1973	Gründung Genossenschaft Luftseilbahn Isenfluh-Sulwald
1978	Kredit von 1.26 Mio. für Bau der Guferwaldstrasse
1982	Gründung des Schittelclub Isenfluh: Einziger Verein im Dorf
1983	Hangrutsch im Trippi–Isenfluh 1 Monat abgeschnitten
1987	Hangrutsch im Ritt, Isenfluhstrasse muss gesperrt werden Seilbahn ab 23. Dezember 1987 nach Isenfluh Süd
1992	Bau der neuen Strasse vom Sandweidli nach Isenfluh
1997	Einweihung des neuen Magazins in Isenfluh (Bus, Wehrdienste, Zivilschutzraum, Wegmeistermagazin)
2005	Renovation der Luftseilbahn
2009	Einweihung des Themenweges Isenfluh–Sulwald (Natur, Sagen, Kraftorte)
2012	Sanierung der Isenfluhstrasse

HISTORY

1333	Mentioned in a bill of sale
1927 / 29	Building project Sengiswald–Riseten
1936	The village is provided with electricity for 3 street lamps
1948	Drought damage
1945 / 1958	Flooding of the Sagibach
1973	Establishment of the cable car cooperative
1978	A credit is given for the building of Guferwald road
1982	Establishment of the sledging club: The only club in Isenfluh
1983	Landslide in 'Trippi' leaving Isenfluh cut off for one month
1987	Landslide in 'Ritt' leaves the road to Isenfluh closed. A temporary cable car is installed from the valley
1992	A new road is built to Isenfluh including the unique tunnel
1997	Initiation of the new storage bunkers (bus, atom, bunker, trail works etc)
2005	Renovation of the cable car
2009	Inauguration of the 'theme path' Isenfluh–Sulwald (Nature and legends)
2012	Upgrade of the road to Isenfluh



STECHELBERG

TRÜMMELBACHFÄLLE



WILLKOMMEN IN STECHELBERG WELCOME TO STECHELBERG

Die tosenden Trümmelbachfälle sind die einzigen Gletscherwasserfälle Europas im Berginnern und bilden somit eine einzigartige Sehenswürdigkeit. Der gut ausgeschilderte UNESCO-Trail führt in eines der grössten Naturschutzgebiete der Schweiz, welches durch seine Abgeschiedenheit und durch eine wilde Alpenlandschaft besticht. Umrahmt wird das Gebiet von einem beeindruckenden Gipfelpanorama mit mehreren Drei- und Viertausendern. Erholung in erfrischender Bergluft und intensive Naturerlebnisse sind hier garantiert. Die drei einsam gelegenen Berghotels sind nur zu Fuss erreichbar und bieten ein nostalgisches Übernachtungs-Erlebnis.

The Trümmelbach falls attract many guests from near and far – come and experience the only glacial waterfalls within a mountain. The UNESCO trail leads into one of the largest nature reserves in Switzerland, an area that captivates with its isolation and the wilderness of the Alpine landscape. The whole region is surrounded by a panorama of peaks of 3000/4000m. Relaxation in the fresh mountain air, and the opportunity to experience nature up close, are guaranteed here. The three isolated mountain hotels are only accessible on foot and offer the possibility of a very nostalgic over-night stay.

HÖHE M.Ü.M. METERS ABOVE SEA LEVEL

 **910**

FLÄCHE AREA

 **50.9 km²**

EINWOHNER POPULATION

 **201**

GÄSTEBETTEN GUEST BEDS

 **800**

SPRACHE LANGUAGE

 **DEUTSCH GERMAN**

GESCHICHTE

Stechelberg ist ein kleines Bergdorf im Lauterbrunnental, welches mit seiner Schönheit und der wilden Landschaft Besucher aus der ganzen Welt begeistert. Das Tal ist umgeben von atemberaubenden Berggipfeln, die zum Wandern und Entspannen einladen.

Das Dorf wurde erst um 1750 besiedelt. In dieser Zeit taucht erstmals der Dorfname «Stechelberg» in den Akten auf. Die Bezeichnung ist abzuleiten vom mittelhochdeutschen Adjektiv «stechel», das so viel heisst wie stechend oder jäh/steil. Steil und jäh sind nämlich die Felswände Mürrenfluh und Schwarzmönch, welche das Dorf von beiden Seiten einrahmen. Um 1868 wurde das Schulhaus Stechelberg erbaut. Im Jahre 1950 hat man die Postautolinie von Lauterbrunnen nach Stechelberg eröffnet und mit dem Bau der Schilthornbahn wurde Stechelberg 1965 an den Fremdenverkehr angeschlossen.

Im hinteren Teil von Stechelberg, in Trachsellaunen war früher eine Erzverhüttungsanlage und es wurde Erz abgebaut. Heute gibt es dort ein riesiges Naturschutzgebiet. Die Bewohner von Stechelberg leben hauptsächlich von der Landwirtschaft und dem Tourismus.

HISTORY

Stechelberg is a small alpine village in the Lauterbrunnen Valley. The wild beauty of the landscape astounds people from all over the world. The valley is surrounded by stunning mountain peaks inviting you to hike or relax amongst nature.

The first settlers arrived in Stechelberg around 1750 which is also the year when the name 'Stechelberg' appears for the first time in historical records. The name describes the sharp cliffs of the 'Mürrenfluh' and 'Schwarzmönch' which surround the village. In 1868, the Stechelberg school house was built. In 1950, the Post Bus route between Stechelberg and Lauterbrunnen began operation and with the construction of the Schilthorn cable car in 1965, the village of Stechelberg became easily accessible for tourism.

The remains of an iron ore smelting plant can be found at Trachsellaunen. The area was declared a protected nature reserve to preserve its present condition. The residents of Stechelberg live mainly from traditional farming and tourism.

GUT ZU WISSEN

GOOD TO KNOW



GUT ZU WISSEN

Es gibt wichtige Informationen, welche Sie über das Dorf, die Anreise und das Leben in Lauterbrunnen, Isenfluh und Stechelberg wissen müssen.

GOOD TO KNOW

There are a lot of interesting facts you just need to know.

LAUTERBRUNNEN TOURISMUS

Tourismusbüro Tourist Office
T 033 856 85 68 info@lauterbrunnen.swiss
› www.lauterbrunnen.swiss

STECHELBERG TOURISMUS

T 033 855 10 32 info@stechelberg.ch
› www.stechelberg.ch

SOCIAL MEDIA



/Lauterbrunnen-Switzerland



/lauterbrunnen

LINKS

› www.lauterbrunnen.swiss

› www.isenfluh.ch

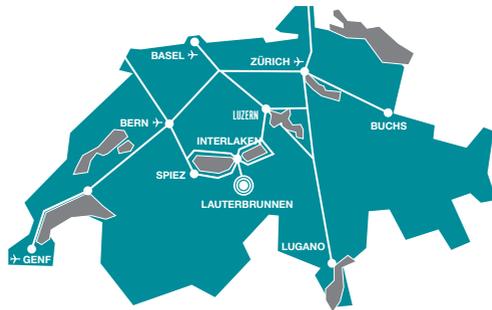
› www.stechelberg.ch

› www.schilthorn.ch

› www.jungfrau.ch

ANREISE

HOW TO GET THERE



ÖV PUBLIC TRANSPORT

Innerhalb der Schweiz gelangen Sie mit Intercity-Zügen direkt von Basel nach Interlaken Ost und von dort weiter nach Lauterbrunnen. Von Zürich und Genf müssen Sie in Bern umsteigen.

There are connections from all major train stations such as Geneva, and Zürich changing in Bern and Interlaken Ost. There are direct trains from Basel to Interlaken Ost from where it is a further 20 minute journey to Lauterbrunnen.

AUTO BY CAR

Sie gelangen mit dem Auto von Basel, Zürich oder Genf über Bern oder Luzern/Brünigpass (Sommer und Winter offen) nach Wilderswil bei Interlaken. Folgen Sie dort den Strassenschildern zur Jungfrau Region und Lauterbrunnen.

Take the main motorways from Basel/Zürich/Geneva via Bern or Lucerne/Brünig Pass to Wilderswil near Interlaken. From there follow the road signs to the Jungfrau Region and Lauterbrunnen.



PARKIEREN

PARKING

PARKHAUS LAUTERBRUNNEN PARKING LAUTERBRUNNEN

T 033 828 74 00

» www.jungfrau.ch

Sie finden das Parkhaus Lauterbrunnen am Eingang des Dorfes, Bahnhof Lauterbrunnen. Parkplätze können ab 3 Tage online reserviert werden im Sommer. Bitte geben Sie bei der Anreise den Parking-Code ein. Für jedes Auto muss eine separate Reservation erfolgen.

The Lauterbrunnen car park is located at the outskirts of the village, just before the train station. Parking spaces can be reserved for a minimum of 5 days online (winter). Please enter the parking code upon arrival. A separate reservation must be made for each vehicle.

GEBÜHREN RATES

» 0.0–0.5h	CHF0	» 13 Tage Days	CHF143
» 0.5–2.0h	CHF3	» 14 Tage Days	CHF151
» 2.0–3.0h	CHF5	» 15 Tage Days	CHF158
» 3.0–4.0h	CHF7	» 16 Tage Days	CHF165
» 4.0–5.0h	CHF9	» 17 Tage Days	CHF172
» 5.0–6.0h	CHF11	» 18 Tage Days	CHF179
» 6.0–9.0h	CHF14	» 19 Tage Days	CHF186
» 9.0–24.0h	CHF17	» 20 Tage Days	CHF193
» 2 Tage Days	CHF30	» 21 Tage Days	CHF200
» 3 Tage Days	CHF42	» 22 Tage Days	CHF207
» 4 Tage Days	CHF54	» 23 Tage Days	CHF214
» 5 Tage Days	CHF66	» 24 Tage Days	CHF221
» 6 Tage Days	CHF76	» 25 Tage Days	CHF228
» 7 Tage Days	CHF88	» 26 Tage Days	CHF235
» 8 Tage Days	CHF97	» 27 Tage Days	CHF242
» 9 Tage Days	CHF105	» 28 Tage Days	CHF249
» 10 Tage Days	CHF115	» 29 Tage Days	CHF256
» 11 Tage Days	CHF126	» 30 Tage Days	CHF263
» 12 Tage Days	CHF135	» 31 Tage Days	CHF270

PARKPLATZ SCHILTHORNBAHN PARKING SCHILTHORN CABLEWAY

T 033 856 21 42

» www.schilthorn.ch

Sie finden den Parkplatz bei der Schilthornbahn-Station in Stechelberg.

There is a car park at the Schilthorn Cableway station in Stechelberg.

GEBÜHREN RATES

» bis up to 1h	gebührenfrei free	» 48–60h	CHF22
» 1h–02h	CHF4	» 3 Tage 3 Days	CHF25
» 02–04h	CHF6	» 4 Tage 4 Days	CHF32
» 04–08h	CHF7	» 5 Tage 5 Days	CHF38
» 08–12h	CHF8	» 6 Tage 6 Days	CHF44
» 1Tag1Day	CHF11	» 7 Tage 7 Days	CHF50
» 24–36h	CHF15		
» 2Tage2Days	CHF19		

PARKPLATZ BEI DER KIRCHE PARKING AT THE CHURCH

GEBÜHREN RATES

» 1h–4h	CHF1.50/Std. hour
» ab from 5–12h	CHF1/Std. hour
» 12–24h	CHF14 Pauschal flat rate
» 8–12h	CHF8 Pauschal flat rate
» ab from 24h	CHF14/Tag day
» ab dem 8. Tag from the 8th day	CHF11/Tag day



Campsite - Restaurant Weidstübli - Supermarket



- Chalets
- Bungalows
- Mobilehomes
- Cabins / Hostel
- Tourist information & Ticketing
- Traditional Swiss Restaurant
- Summer & Winter
- Free WiFi



Camping Jungfrau, Weid 406, CH-3822 Lauterbrunnen
Tel: +41 (0)33 856 20 10, www.campingjungfrau.swiss, info@campingjungfrau.swiss

KURTAXEN & GÄSTEKARTE

Jeder in Lauterbrunnen, Isenfluh und Stechelberg weilende Gast ist zur Entrichtung der Kurtaxe und der kantonalen Beherbergungsabgabe verpflichtet. Diese ist in den Hotels/Pensionen meistens im Übernachtungspreis inbegriffen und wird bei Ferienwohnungen je nach Vertrag zur Wohnungspauschale erhoben. Als Gegenleistung erhalten Sie eine Gästekarte. Mit dieser Karte erhalten Sie in der ganzen Jungfrau Region in diversen Geschäften, bei Miete oder Kauf Rabatte und teilweise sogar Gratisentritte. Verlangen Sie die Gästekarte an der Hotelrezeption oder vom Ferienwohnungsvermieter.

REDUKTIONEN MIT DER GÄSTEKARTE

- Schwimmbad Lauterbrunnen
- Minigolfanlage Lauterbrunnen
- Tennisplatz Lauterbrunnen
- Aktivitäten von Lauterbrunnen Tourismus
- Trümmelbachfälle
- Luftseilbahn Isenfluh-Sulwald
- Schynige Platte-Bahn und Luftseilbahn Wengen-Männlichen 30% Rabatt auf regulären Preis
- 20% Ermässigung Pfingsteggbahn Grindelwald
- Kostenloser Eintritt Talmuseum
- Weitere Reduktionen auf dem Gästekarten Flyer

KURTAXEN LAUTERBRUNNEN / ISENFLUH

FERIENWOHNUNG Erwachsene CHF 2.20 · Kinder CHF 1.10
HOTEL Erwachsene CHF 2.40 · Kinder CHF 1.20
CAMPING Erwachsene CHF 1.80 · Kinder CHF 0.90
GRUPPENUNTERKÜNFTE
 Erwachsene CHF 2.40 · Kinder CHF 1.20

KURTAXEN STECHELBERG

ERWACHSENE CHF 1.50
KINDER CHF 0.80
 Zudem erhebt der Kanton Bern für die Förderung des Tourismus eine kantonale Abgabe von CHF 1.– pro erwachsene Person/Nacht.

VISITOR'S TAXES & GUESTCARD

The visitor's tax and the accommodation tax are compulsory for every guest staying in Lauterbrunnen, Isenfluh or Stechelberg. In the hotels and pensions the visitor's tax usually is included in the overnight price. For guests in holiday apartments the tax may be included in the rental fee depending on the contract. The payment of the visitor's tax entitles you to the local guestcard, offering discounts in some shops and rental outlets in the Jungfrau region, as well as free entrance at some venues. Please ask at the hotel reception or your landlord for the guestcard.

REDUCTIONS WITH YOUR GUESTCARD

- Swimmingpool Lauterbrunnen
- Minigolf Lauterbrunnen
- Tennis Lauterbrunnen
- Lauterbrunnen Tourism activities
- Trümmelbachwaterfalls
- Cablecar Isenfluh-Sulwald
- Schynige Platte-Bahn und Cable car Wengen-Männlichen 30% reduction on regular prices
- 20% reduction Pfingsteggbahn Grindelwald
- Free entrance valley museum
- Further reductions on the guest card flyer

VISITOR'S TAX LAUTERBRUNNEN / ISENFLUH

HOLIDAY APPARTMENT Adults CHF 2.20 · Children CHF 1.10
HOTEL Adults CHF 2.40 · Children CHF 1.20
CAMPING Adults CHF 1.80 · Children CHF 0.90
GROUP ACCOMMODATION
 Adults CHF 2.40 · Children CHF 1.20

VISITOR'S TAX STECHELBERG

ADULTS CHF 1.50
CHILDREN CHF 0.80
 In addition the canton of Bern levies a charge of CHF 1.– per adult per night for the promotion of tourism.

› **NOTRUF & ÄRZTE** EMERGENCY & DOCTORS

FEUERWEHR FIRE STATION



118

SANITÄT NOTRUF MEDICAL EMERGENCY



144

POLIZEI NOTRUF POLICE EMERGENCY



117

RETTUNGSFLUGWACHT AIR RESCUE



1414

ALPINE RETTUNG BERN SEKTION LAUTERBRUNNEN

T 033 856 45 55

REGIONALSPITAL INTERLAKEN HOSPITAL

T 033 826 25 00

NOTFALLDIENST ACCIDENT & EMERGENCY DOCTOR

T 033 856 26 26

ARZTPRAXIS LAUTERBRUNNEN DOCTOR'S SURGERY

Dokterhuus · 3822 Lauterbrunnen · T 033 856 26 26

› **BAHNHÖFE** TRAIN STATIONS

LAUTERBRUNNEN

T 033 828 70 38 › www.jungfrau.ch

BLM LAUTERBRUNNEN

T 033 828 74 41 › www.jungfrau.ch

LUFTSEILBAHN ISENFLUH – SULWALD

T 033 855 22 49 › www.isenfluh.ch

SCHILTHORNBAHN STECHELBERG

T 033 826 00 07 › www.schilthorn.ch

› **GEPÄCKTRANSPORT & TAXI** TRANSPORT & TAXI

JUNGFRAU TAXI, WENGEN AIRPORT TRANSFER

T 079 334 41 31/079 336 15 15

TAXI GERTSCH, STECHELBERG AIRPORT TRANSFER

T 033 855 12 64

› **KIRCHEN** CHURCHES

EVANGELISCH REFORMIERTE KIRCHE PROTESTANT CHURCH

T 033 855 46 13 › www.kg-lauterbrunnen.ch

› **INTERNET**

AIRTIME INTERNETCAFÉ FREE WIFI

T 033 855 15 15 › www.airtime.ch

FLAVOURS INTERNETCAFÉ FREE WIFI

T 033 855 36 52 › www.flavours.ch

TRAVELERS WIFI

T 033 856 85 68 › www.travelerswifi.com

› **WÄSCHEREI** LAUNDRY

VALLEY HOSTEL SELF SERVICE 09.00 – 21.00H

T 033 855 20 08 › www.valleyhostel.ch

› **POST** POST OFFICE

POST LAUTERBRUNNEN POST OFFICE LAUTERBRUNNEN

T 058 454 60 65 › www.post.ch

Mo–Fr Mon–Fri 09.00–11.30h/14.00–17.30h · Sa Sat 09.00–11.00h · Feiertage geschlossen Closed on Public Holidays

› **SPORTGESCHÄFTE** SPORTS SHOPS

ALPIA SPORT LAUTERBRUNNEN Täglich geöffnet Open Daily

T 033 855 32 92 › www.alpiasport.ch

IMBODEN BIKE SHOP OUTDOOR EQUIPMENT

T 033 855 21 14 › www.imboden-bike.ch

› **ESSWAREN** GROCERIES

COOP

Zwischensaison Low season

Mo–Fr Mon–Fri 08.00–18.30h

Sa Sat 08.00–17.00h · So geschlossen Sun closed

Saison

Mo–So Mon–Sun 08.00–19.00h

T 033 856 06 10 › www.coop.ch

BÄCKEREI/KONDI TOREI VON ALLMEN BAKER/PASTRY SHOP

T 033 855 33 33

Mo–Fr Mon–Fri 06.15–19.00h · Sa–So Sat–Sun 07.00–19.00h

METZGEREI FUCHS BUTCHER

T 033 855 54 04

Mo–Fr Mon–Fri 08.00–12.00h/14.00–18.00h

Sa Sat 08.00–12.00h/14.00–16.00h

So geschlossen Sun closed

SHOP/KIOSK CAMPING JUNGFRAU

T 033 856 20 10 › www.camping-jungfrau.ch

› **GESUNDHEIT** HEALTH

APOTHEKE LAUTERBRUNNEN PHARMACY LAUTERBRUNNEN

T 033 856 26 26 › www.caremed.ch

Mo–Fr Mon–Fri 08.00–11.30h/14.00–18.00h

› **BANKEN & GELDWECHSEL** BANKS & CURRENCY EXCHANGE

BANK EKI

T 033 855 36 55 › www.bankeki.ch

Mo/Fr Mon/Fri 08.00–12.00h/13.30–17.00h · Di–Do Tue–Thu 08.00–12.00h

RAIFFEISENBANK

T 033 828 82 88 › www.raiffeisen.ch

Mo–Fr Mon–Fri 14.00–17.00h

› **COIFFEUR** HAIRDRESSER

BIANCA'S SPIEGELSAAL

T 033 855 41 31

› www.biancas-spiegelsaal.ch

› **DIVERSE GESCHÄFTE** VARIOUS SHOPS

BOU TIQUE IM GADEN SOUVENIR SHOP

T 033 855 17 79

GÄRTNEREI HEINIGER GARDENER

T 033 855 19 19

SOUVENIR SHOP CAMPING JUNGFRAU

T 033 856 20 10

SOUVENIRS BREGENZER SOUVENIR SHOP

T 079 126 59 52

UHREN BIJOUTERIE, GARVUR ATELIER CLOCKS, ENGRAVING STUDIO T 033 855 45 66



TOP EVENTS

TOP EVENTS



Hinweis: Wegen dem Corona-Virus, kann es sein, dass einzelne Events abgesagt werden müssen.

Note: Due to the Corona virus, some events may have to be cancelled.

JULI JULY

- » **FOLKLOREABENDE** FOLKLORE EVENINGS · CA. 4x
Jeweils Freitags · 20.30Uhr Friday evenings · 8.30pm

AUGUST AUGUST

- » **FOLKLOREABENDE** FOLKLORE EVENINGS · CA. 2x
Jeweils Freitags · 20.30 Uhr Friday evenings · 8.30pm
- » **PLATZKONZERT DER MUSIKGESELLSCHAFT LAUTERBRUNNEN**
Concert on the square music club Lauterbrunnen
» www.mg-lauterbrunnen.ch

LINKS

» www.lauterbrunnen.swiss

Die neue Virtual Reality Attraktion für Familien im JungfrauPark Interlaken

virtual-arena.ch



Das grösste Indoor & Outdoor Kinderparadies der Region

Informationen zum *Mysty Land* im
JungfrauPark Interlaken unter:

www.jungfraupark.ch
+41 (0)33 827 57 57



Hinweis: Wegen dem Corona-Virus, kann es sein, dass
einzelne Events abgesagt werden müssen.

Note: Due to the Corona virus, some events may have to be
cancelled.



SEPTEMBER SEPTEMBER

» JUNGFRAU MARATHON

Die schönste Marathonstrecke der Welt
The most beautiful marathon run in the world
› www.jungfrau-marathon.ch

» SULWALD CHILBI

Sulwald mountain festival
› www.isenfluh.ch

» CHÄSMÄRT STECHELBERG

Cheese market Stechelberg
› www.stechelberg.ch

OKTOBER OCTOBER

» KÄSETEILET WINTEREGG

Cheese market Winteregg
› www.lauterbrunnen.swiss



KLETTERSTEIG VIA FERRATA

MÜRREN-GIMMELWALD



Geführte Touren ab
Guided tours from CHF 149.-

Buche online | Book online

oder rufe an | or call +41 33 224 07 01



TRANSPORT & PÄSSE

TRANSPORT & PASSES

TRANSPORT & PÄSSE
TRANSPORT & PASSES



TRANSPORT & PÄSSE

Im Sommer gibt es in der gesamten Jungfrau Region viel zu erkunden. Finden Sie die passende Lösung und holen Sie das Beste aus Ihrer Zeit im Lauterbrunnental heraus.

TRANSPORT & PASSES

During your summer vacation there is a lot to explore in the Jungfrau Region. Find the best solution for you with one of our travel passes.

Foto: Photos: Jungfrau-Bahnen

LINKS

› www.schilthorn.ch

› www.jungfrau.ch



TRANSPORT

TRANSPORT



STANDSEILBAHN ALLMENDHUBEL

Mürren–Allmendhubel
› schilthorn.ch

- › 09.00–17.00h, Fahrten alle 20min (XX.00/XX.20/XX.40)
- 09.00–17.00h, connections every 20min (XX.00/XX.20/XX.40)

REVISIONEN MAINTENANCE

Frühling Spring	04.04.–10.06.2022
Herbst Fall	17.10.–09.12.2022

LUFTSEILBAHN SCHILTHORN

Stechelberg–Gimmelwald–Mürren–Birg–Schilthorn
› schilthorn.ch

- › Fahrten alle 30min Stechelberg–Schilthorn, ab 07.25–16.25h
Connections every 30min from Stechelberg, from 07.25–16.25h
- › Bergfahrten ab Stechelberg jeweils XX.25/XX.55h
Departures to the peak from the valley at 25&55min past the hour
- › Talfahrten ab Schilthorn jeweils XX.03/XX.33h
Departures to the valley from the peak at 3&33min past the hour
- › Letzte Fahrt 17.55h Last ride 17.55h
- › Berg/Talfahrten Stechelberg–Gimmelwald–Mürren
letzte Fahrt So–Do 23.45h, Fr&Sa 00.55h
Departures Stechelberg–Gimmelwald–Mürren
last departure Sun–Thu 23.45h, Fri&Sat 00.55h

TICKET INKLUSIVE BRUNCH TICKET INCLUSIVE BRUNCH

	ERWACHSENE ADULTS	HALBTAX HALF FARE
Stechelberg–Schilthorn (bis until 8.55h) (nach after 8.55–11.55h)	CHF 118 CHF 129	CHF 85 CHF 85
Mürren–Schilthorn (bis until 9.10h) (nach after 9.10–12.10h)	CHF 99 CHF 108	CHF 74 CHF 74

REVISIONEN MAINTENANCE

Frühling Spring	25.04.–29.04.2022
Herbst Fall	14.11.–09.12.2022

BLM BERGBAHN LAUTERBRUNNEN MÜRREN

Lauterbrunnen–Grütschalp–Winteregg–Mürren · 20min
› jungfrau.ch

- › 04.04.22–01.05.22 + 21.05.22–01.07.22 + 29.10.22–09.12.22
Halbstundentakt every 30 mins
- › 18.12.21–03.04.22 + 02.07.22–09.10.22
Viertelstundentakt every 15 mins

REVISIONEN MAINTENANCE

Frühling Spring	02.05.–20.05.2022
Herbst Fall	10.10.–28.10.2022

Hotel-Restaurant Stechelberg

Fam. Otto und Marianne Gertsch - Koller
Tel: 033 855 29 21 hotel@stechelberg.ch
www.hotel-stechelberg.ch

Gutbürgerliche Küche und preisgünstige Zimmer
Das gemütliche Hotel-Restaurant mit schönem Biertgarten am Tor zum Wandergebiet



REISEPÄSSE

TRAVEL PASSES

FERIENPASS MÜRREN-SCHILTHORN

01.05.–31.10.2022
› schilthorn.ch

Gültig für beliebige Fahrten an 4 oder 6 aufeinander folgenden Tagen auf dem Streckennetz der Schilthornbahn, die Postautostrecke Lauterbrunnen-Isenfluh und für die Luftseilbahn Isenfluh-Sulwald.

Valid for as many journeys as desired on 4 or 6 consecutive days on the Schilthornbahn Cable Car, for the busline Lauterbrunnen-Isenfluh and the Cableway Isenfluh-Sulwald.

TAGE DAYS	4	6
ERWACHSENE ADULTS	CHF 150	170
HALBTAX HALF FARE	CHF 98	108

JUNIOR- / KINDER-MITFAHRKARTE

JUNIOR TRAVELCARD

1 Jahr gültig · CHF30 Valid for 1 year · CHF30
› sbb.ch/kinder

Mit der Junior- und Kinder-Mitfahrkarte sind Kinder ab 6 Jahren bis vor dem 16. Geburtstag ein ganzes Jahr lang in Begleitung einer erwachsenen Person mit gültigem Fahrausweis in öffentlichen Verkehrsmitteln kostenlos unterwegs.

With the Junior Travelcard for CHF30, children from the age of six up to their 16th birthday can travel free on public transport for a whole year, accompanied by a parent with a valid ticket.

REGIONALPASS BERNER OBERLAND

01.04.–31.10.2022
› regionalpass-berneroberland.ch

Der Pass für Ausflüge mit Bahn, Schiff, Bus und Bergbahnen auf ausgewählten Linien im Berner Oberland.

A ticket for excursions by train, boat, bus and cable car on selected routes within the Bernese Oberland.

	ERWACHSENE		ERMÄSSIGT**	
	2. Klasse	1. Klasse	2. Klasse	1. Klasse
3 TAGE DAYS	CHF 230	267	150	180
4 TAGE DAYS	CHF 270	324	175	210
6 TAGE DAYS	CHF 330	396	215	260
8 TAGE DAYS	CHF 370	445	240	290
10 TAGE DAYS	CHF 399	479	259	309

** Inhaber von: Swiss Travel Pass, Swiss Half Fare Card, Halbtaxabo, Gernerlabo.

KINDER/HUNDE CHILDREN/DOGS

Für Kinder 6-16 Jahren und Hunde wird ein Regional-Pass für CHF30 angeboten. Die Junior-Karte, Kinder-Mitfahrkarte und STS Familienkarte sind nicht gültig. Für Kindergruppen (z.B. Schulreisen) können keine Regionalpässe gekauft werden.

For children 6-16 years and dogs a Regional pass is offered for CHF30 The Junior Card, children's ticket and STS family tickets are not valid.

SCHWEIZWEIT THROUGHOUT SWITZERLAND

Mehr Informationen Further Information
› switzerlandtravelcentre.com

- ›› Swiss Half Fare Card
- ›› Swiss Travel Pass
- ›› Swiss Travel Pass Flex
- ›› Swiss Family Card



JUNGFRAU TRAVEL PASS

15.04.–23.10.2022
› jungfrau.ch

Holen Sie sich jetzt Ihren Jungfrau Travel Pass. Fahren Sie während der gewünschten Anzahl aufeinanderfolgender Tage so oft Sie wollen auf dem unten aufgeführten Streckennetz. Mit dem 5 bis 8-Tages Pass ist zudem die Bahnfahrt Interlaken Ost–Interlaken West und die Schifffahrt auf dem Thuner- und Brienzsee sowie die Zentralbahn Interlaken Ost–Brienz inklusive. Als Inhaber eines Jungfrau Travel Pass erhalten Sie das Anschlussticket zum Jungfrau-joch–Top of Europe zu einem Sonderpreis.

Pick up your Jungfrau Travel Pass now. Travel for the desired number of consecutive days as often as you want, on the route network listed below. The pass for 5 up to 8 days includes the trains between Interlaken Ost and Interlaken West and boat trips on Lake Thun and Brienz, as well as the train between Interlaken Ost and Brienz. In addition, you get the conjunction ticket up to the Jungfrau-joch–Top of Europe for a special price.

TAGE DAYS	3	4	5	6	7	8
ERWACHSENE ADULTS	CHF 190	215	250	270	290	310
ERMÄSSIGT REDUCED*	CHF 145	160	190	205	220	235
KINDER CHILDREN (6–15)	CHF 30	30	30	30	30	30

* Ermässigt mit reduced with: Halbtax, Swiss Half Fare Card, GA, Swiss Travel Pass, Swiss Travel Pass Flex (validiert validated)

GÜLTIG AUF FOLGENDEN STRECKEN VALID ON THE FOLLOWING ROUTES

JAHRESBETRIEB YEAR-ROUND OPERATION

Berner Oberland Bahn Bernese Oberland Railway
Interlaken Ost–Lauterbrunnen
Interlaken Ost–Grindelwald

Wengernalpbahn Wengernalp Railway
Lauterbrunnen–Kleine Scheidegg–Grindelwald

Eiger Express
Grindelwald Terminal–Eigergletscher
Wartungsarbeiten vom 07.–11.11.2022
Maintenance from 07.–11.11.2022

Jungfraubahn Jungfrau Railway
Kleine Scheidegg–Jungfrau-joch–Top of Europe

Bahn Lauterbrunnen Mürren Lauterbrunnen–Mürren railway
Lauterbrunnen–Grütschalp–Winteregg–Mürren

SAISONBETRIEB SEASONAL OPERATION

Schnynige Platte Bahn Schynige Platte Railway
26.05.–23.10.2022: Wilderswil–Schynige Platte

Harderbahn Harder Railway
15.04.–27.11.2022: Interlaken–Harder Kulm

Firstbahn First Cableway
15.04.–23.10.2022: Grindelwald–Grindelwald-First

Luftseilbahn Wengen Männlichen
Aerial cableway Wengen Männlichen
26.05.–23.10.2022: Wengen–Männlichen

Gondelbahn Grindelwald Männlichen
Gondola cableway Grindelwald Männlichen
26.05.–23.10.2022



WANDERN

HIKING



WANDERN

500 Kilometer Wanderwege erstrecken sich durch die Jungfrau Region. Ein «Zvieri» in einem der vielen Bergrestaurants der Jungfrau Region schmeckt beim Wandern besonders gut und wer müde ist, lässt sich bequem mit einer der Bergbahnen ins Tal zurück bringen.

HIKING

A total 500km of footpaths extend over the Jungfrau Region. An afternoon snack in one of the mountain restaurants of the Jungfrau region tastes particularly good. Those who are tired can easily go down with one of the train or cable car.

LINKS

› www.lauterbrunnen.swiss

› www.stechelberg.ch

› www.isenfluh.ch

› www.schilthorn.ch

› www.jungfrau.ch



LAUTERBRUNNENTAL

LAUTERBRUNNEN-VALLEY



LAUTERBRUNNEN – STECHELBERG

Lauterbrunnen – Trümmelbachfälle – Stechelberg · 1½ h
 · www.lauterbrunnen.swiss

Eine einfache, meist flache Wanderroute, die an Wasserfällen und imposanten Felsen vorbeiführt. Der Blick ins Hintere Lauterbrunnental ist atemberaubend. Der Weg führt von Lauterbrunnen am Staubbachfall vorbei.

This is an easy, mostly flat walk, which takes you past many waterfalls and imposing cliffs. The view of the rear Lauterbrunnen Valley is breathtaking. The walk starts in Lauterbrunnen past the Staubbach Fall.



ISENFLUH – LOBHORNHÜTTE

Isenfluh – Sulwald – Suls – Lobhornhütte · 2½ h
 · www.lauterbrunnen.swiss

Von Isenfluh mit der Luftseilbahn nach Sulwald, links zur Chüebodmi vorbei zur Alp Suls, weiter zum Sulssee und zur Lobhornhütte. Hier informiert ein Themenweg über Natur, Sagen und Kraftorte vor Ort.

From Isenfluh take the cable car to Sulwald. Turn left at the Chüebodmi and continue to the Alp Suls, right to lake Suls to the viewpoint at Lobhornhütte. The walk of themes informs about nature, legends and hotspots.



LAUTERBRUNNEN – MÄNNLICHEN

Lauterbrunnen – Wengen – Männlichen · 5 h
 · www.lauterbrunnen.swiss

Der Aufstieg nach Wengen führt durch Bergwald. Es folgt der steile Aufstieg an der Männlichen-Flanke. Tipp: Aufstieg am frühen Morgen, im Schatten des Männlichen, wenn Rehe und Gemsen zu beobachten sind.

The path to Wengen climbs up through forest, followed by a steep climb up to the Männlichen. Early in the morning in the shade of the Männlichen, deer and chamois can be seen not far from the path.

MÜRREN–SCHILTHORN

MÜRREN–SCHILTHORN REGION



MOUNTAIN VIEW TRAIL

Mürren – Grütschalp · 2 h
 · www.muerrren.swiss

Ausgangspunkt dieser von der Aussicht auf Eiger, Mönch und Jungfrau geprägten Wanderung ist der Allmendhubel. Durch Alpweiden führt der Trail über den Dorenhubel und die Pletschenalp bis auf die Grütschalp.

From Allmendhubel go up to Höhelücke, go down on the right towards Maulerhubel, pass behind to Dorenhubel to Pletschalp. Go down to the right towards Rinderhütte and return via the meadows and forest to Grütschalp.



NORTH FACE TRAIL

Allmendhubel – Blumental – Schiltalp – Spielbodenalp – Mürren · 2 ½ h
 · www.muerrren.swiss

Das Besondere an diesem Trail sind die Ausblicke auf die imposanten, teilweise mit Schnee bedeckten Nordwände der Berner Alpen. 12 Infotafeln vermitteln viel Wissenswertes über die Geschichte dieser Berge.

Its outstanding feature is the breathtaking view of the impressive, often snow-capped North faces of the Bernese Alps. Along the trail 12 information panels provide details of the history of these mountains.



BLUMENTAL PANORAMA TRAIL

Allmendhubel – Suppenalp – Mürren · 1 h
 · www.muerrren.swiss

Oberhalb der Schilthornbahnstation in Mürren über die Brücke des Mürrenbaches, rechts hoch über den Children's-Adventure Trail zum Restaurant Suppenalp – durchs Blumental auf den Allmendhubel.

Above the Schilthorn cable car station in Mürren, go over the Mürrenbach bridge, up to the right to the Children's-Adventure Trail to Suppenalp restaurant and continue via Blumental to Allmendhubel.

JUNGFRAU REGION

JUNGFRAU REGION



PANORAMAWEG

Männlichen–Kleine Scheidegg · 1½h
• www.jungfrau.ch

Ab Männlichen folgt man diesem Höhenweg. Der Ostflanke des Tschuggens entlang, immer auf gleicher Höhe, erreicht man die Honegg, das Bergrestaurant Grindelwaldblick und von da die Kleine Scheidegg.

From Männlichen along the east side of the Tschuggen and to Honegg. The trail now coils around the Lauberhorn and eventually ends at the Rotstöcki, from where the Kleine Scheidegg is within easy reach.



EIGERTRAIL

Alpiglen–Eigergletscher · 2h 50min
• www.jungfrau.ch

Der Trail führt durch die malerische Landschaft, vorbei an Wildbächen und bizarren Gesteinsformationen. Die mystische Eigernordwand ist so nah, dass man ihre geheimnisvolle Ausstrahlung spüren kann.

The trail winds through a picturesque landscape, passing streams and bizarre rock formations. The notorious Eiger North Wall is so close that you can actually sense its mystical and legend-laden aura.



ÖPFELCHÜECHLIWEG

Holenstein–Brandegg · 1½h
• www.maennlichen.ch

Ein abwechslungsreiches Erlebnis am Männlichen welches das Thema Obst mit dem Erleben der Landschaft verbindet. Im Restaurant Brandegg warten die besten Öpfelchüechli der Region auf Sie.

The Apple Fritter Trail is a memorable experience on Männlichen, combining fascinating facts on fruit with a spectacular landscape. The hike is crowned with a delicious finale at the Brandegg mountain restaurant, which serves some of the world's best apple fritters.

JUNGFRAU
TOP OF EUROPE

Jungfraujoch

TOP OF EUROPE



Must See Tour

16 HIGHLIGHTS IN DER JUNGFRAU REGION MIT
DEM TOP OF EUROPE PASS ENTDECKEN.

TOP OF EUROPE PASS
AB CHF 159.–*

3 Tage freie Fahrt und unlimitiert
aufs Jungfraujoch – Top of Europe
Top of Europe Pass erhältlich als 3–8 Tagespass

TOP OF EUROPE
PASS

* Ermässigt mit GA, Halbtax, Saisonpass Jungfrau Ski Region 2021/22, Top4 2021/22

jungfrau.ch



Sonnenterrasse mit schöner Aussicht

Das gemütliche Bergrestaurant auf der Allmend, im Herzen der Jungfrau-Region, lädt zum entspannten Verweilen ein.



Auf der grosszügigen Sonnenterrasse oder im rustikalen Restaurant geniessen Sie im Sommer wie auch im Winter traditionelle Schweizer Gerichte.

Kommen Sie vorbei und fühlen Sie sich «ir Allmi daheime».

- ☞ Eat & Charge (E-Bikes)
- ☞ Beautiful view
- ☞ Playground
- ☞ Swiss food
- ☞ Sunny terrace
- ☞ Next to the station / hiking trail

☎ +41 33 855 45 45 / ✉ info@allmend-bergrestaurant.ch

🌐 www.allmend-bergrestaurant.ch

THEMENWEGE THEME TRAILS



ISENFLUH / SULWALD

Isenfluh – Sulwald · 3½h
 › www.isenfluh.ch

Lernen Sie die Natur und die sagenumwobenen und kraftvollen Orte kennen. Der Weg startet in Isenfluh. Mit der Luftseilbahn geht es hoch nach Sulwald. Wanderwegweiser führen Sie zu den Themenwegstationen.

You will be captivated by the views and by the insights into the natural phenomena and the legends of the area. The path starts in Isenfluh. A cable car will take you up to Sulwald. Hiking trail signs lead you to the trail stations.



UNESCO WELTERBE UNESCO WORLD HERITAGE

Stechelberg – Hinteres Lauterbrunnental
 › www.stechelberg.ch

Der Weg führt vom Tor des UNESCO Welterbes in Stechelberg hinein ins Naturschutzgebiet Hinteres Lauterbrunnental. Lassen Sie sich auf den beschilderten Wegen zu neuen Erfahrungen führen.

The trail leads from the gateway to the UNESCO World Heritage in Stechelberg into the rear Lauterbrunnen Valley. Visit waterfalls, Alpine farming and mountain hotels.



Wetterhorn 3701 m Schreckhorn 4078 m Finsteraarhorn 4274 m Eiger 3970 m Mönch 4107 m Jungfrau 4158 m Ebnefluh 3960 m Mittaghorn 3895 m Grosshorn 3762 m Breithorn 3782 m

Klettersteig Schwarzhorn
Klettergarten mit Kletterseil
für Selbstsicherung notwendig

Schwarzhorn
2928 m

Jungfrauoch
Top of Europe
3454 m

Klettersteig Rotstock
Klettergarten mit Kletterseil
für Selbstsicherung notwendig

Eigerletscher
2320 m

Grosse Scheidegg
1961 m

Kleine Scheidegg
2061 m

Grindelwald
1034 m

Männlichen
2227 m

Winteregg
1645 m

Cliff Walk
2168 m

First
1955 m

Lauterbrunnen
1274 m

Waldspitz
1919 m

Bussalp
1792 m

Zweilütschinen
1540 m

Schnige Platte
2068 m

Wilderswil
1322 m

Iseltwald
1322 m

Bönigen
567 m

Interlaken Ost
567 m

Interlaken West
567 m

Harder Kulm
1322 m

Ringgenberg
567 m

Goldswil
567 m

Unterseen
567 m





MOUNTAINBIKE

MOUNTAINBIKING



BIKEN VOR EIGER, MÖNCH UND JUNGFRAU

Etwas Kondition gehört beim Biken auf insgesamt 160 Kilometer Mountainbike-Trails in der Jungfrau Region dazu – doch zum Glück gibt es auch Bergbahnen, die den Aufstieg erleichtern. Spektakulär ist der Blick auf Eiger, Mönch und Jungfrau.

BIKING IN FRONT OF EIGER, MÖNCH AND JUNGFRAU

The 160 km of mountain bike trails in the Jungfrau Region do require a certain level of fitness – but thankfully there are always trains and cable cars which can take the strain out of many climbs. The view of the Eiger, Mönch and Jungfrau is spectacular.

LINKS

› www.lauterbrunnen.swiss

› www.stechelberg.ch

› www.bikearena.ch



ROUTEN TRACKS



MÜRREN RUNDTOUR MÜRREN ROUND TRIP

Distanz Distance 26km
Höhendifferenz Difference in altitude 1000m

Abwechslungsreiche Tour via Isenfluh hoch nach Mürren. Von Isenfluh aus führt der Bergweg zu einem Abstecher ins Saustal. Schöner trickiger Singlettrail von Gimmelwald nach Stechelberg.

Varied tour up to Mürren via Isenfluh. In Isenfluh you have the possibility to bike up to Saustal. Nice tricky single trail from Gimmelwald to Stechelberg.



MÜRREN MIT SCHILTHORNBAHN

Distanz Distance 10km Höhendifferenz Difference in altitude 75m

Mit der Schilthornbahn bis Gimmelwald, dann auf der Bergstrasse bis Mürren hoch, leicht ansteigend nach Winteregg und rasante Abfahrt nach Lauterbrunnen.

Climb from Mürren to Winteregg. Downhill to Lauterbrunnen. Or from Gimmelwald to Mürren, Lauterbrunnen–Stechelberg Schilthorn cable car–Cable car ride via Gimmelwald to Mürren–Winteregg–Lauterbrunnen.



LAUTERBRUNNEN – TRACHSELLAUENEN

Distanz Distance 10.5km
Höhendifferenz Difference in altitude 450m

Tour auf schwach ansteigender Nebenstrasse entlang der 72 Wasserfälle nach Stechelberg. Weiterfahrt auf einer Forststrasse hinauf ins hintere Lauterbrunnental bis nach Trachsellaunen.

Easy climb, on the back road alongside the 72 waterfalls to Stechelberg, then gravel road up to the rear Lauterbrunnen valley to Trachsellaunen.



GRÜTSCH TRAIL

Distanz Distance 3km
Höhendifferenz altitude difference 600m

In wenigen Minuten gelangen Sie mit der Luftseilbahn (BLM) hoch zur Grütschalp. Die vielseitige Strecke mit einem Gefälle von 20% garantiert fortgeschrittenen Bikern 10–20 Minuten Fahrspass pur!

In a few minutes you reach Grütschalp by cable car (BML). The varied route has a mean gradient of 20%, which guarantees advanced bikers 10–20 minutes of pure cycling pleasure!



LAUTERBRUNNEN – GRINDELWALD

Lauterbrunnen–Wengen–Kleine Scheidegg–Grindelwald
Distanz Distance 25km · Höhendifferenz Difference in altitude 1500m

Der Weg von Lauterbrunnen nach Wengen ist sehr steil (Zugfahrt empfohlen). Danach im stetem Anstieg auf die Kleine Scheidegg. Tolle Abfahrt nach Grindelwald.

The trail from Lauterbrunnen to Wengen is very steep (train ride recommended). From Wengen, it's a gradual climb to Kleine Scheidegg. Great ride down to Grindelwald.



EIGER BIKE CHALLENGE 22 KM

Distanz Distance 22 km
Höhendifferenz Difference in altitude 1000m

Grindelwald Bahnhof–Grosse Scheidegg–First–oberhalb Bort–Holenwang–Holzmatten–Bussalp–Under Lager–Weidli–Oberäll–Oberhaus–Regenmatte–Bort–Unterer Lauchbühl–Moos–Stählisboden–Wetterhorn–Sulz–Marmorbruch–Gletscherschlucht–Grindelwald

Asphalt- und Forststrassen, einige kurze knifflige Singletrails.

Tarmac and gravel roads, some short, tough single trails.



ABENTEUER

ADVENTURE

ABENTEUER

Wer den Kick sucht ist bei uns am richtigen Ort. Mit dem Gleitschirm über das Lauterbrunnental fliegen oder beim Klettersteig den Adrenalinkick spüren?

ADVENTURE

If thrill seeking is your thing, this is the place to be. Glide over the Lauterbrunnen Valley or get your kick at the Via Ferrata Mürren-Gimmelwald.

LINKS

› www.lauterbrunnen.swiss

KLETTERN

CLIMBING



KLETTERSTEIG MÜRREN–GIMMELWALD VIA FERRATA MÜRREN–GIMMELWALD

Mürren–Gimmelwald · 01.06.2022–31.10.2022
www.klettersteig-muerren.ch

Am Seil gesichert die steile Felswand entlang marschieren–der Adrenalin-Kick schlechthin. Der Klettersteig führt von Mürren nach Gimmelwald hinunter. Die spektakuläre Aussicht auf die Berner 4000er ist gratis inbegriffen. Hoch über dem Lauterbrunnental beginnt der Klettersteig, der in einen steilen Abgrund führt. In der Regel geht's bei Klettersteigen aufwärts. Hier hingegen geht es Richtung Gimmelwald runter. 300 Höhenmeter und 2.2km Klettersteig werden innert ca. 3 Stunden zurückgelegt.

Walking along a steep rock face secured by a rope–this is the ultimate adrenalin kick! The spectacular views of the 4000m Bernese Alps are of course included! The via ferrata starts high above the Lauterbrunnen Valley and from there it leads steeply downwards. Usually via ferratas lead upwards but in contrast, this one leads from Mürren down to Gimmelwald. The via ferrata usually takes about three hours and covers 2.2km with an altitude difference of 300m.

UNGEFÜHRTE TOUREN SELF GUIDED TOURS

Die Begehung des Klettersteigs ist kostenlos. Der Verein Klettersteig Mürren–Gimmelwald ist jedoch für einen finanziellen Beitrag dankbar. Beim Klettersteig sind Kassen zur Deponierung der freiwilligen Beiträge montiert. Die Tyrolienne kann nur mit einem Bergführer benutzt resp. kann mittels Seilbrücke umgangen werden.

Use of the via ferrata is free of charge. However the Association for the Via Ferrata Mürren-Gimmelwald would be grateful for any financial contribution. There are payment boxes along the via ferrata for voluntary contributions. Use of the tyrolienne is only permitted when accompanied by a mountain guide but can be avoided by crossing rope bridges.

MIETE AUSTRÜSTUNG EQUIPMENT RENTAL

Intersport Stäger Sport, Mürren	CHF 25
Alfred's Sporthaus, Mürren	CHF 22

GEFÜHRTE TOUREN GUIDED TOURS

Täglich Daily 9.10h und and 14.10h von 01.06.–31.10.2022
 Preis Price CHF 149/Person Person

Voraussetzungen: ab 50kg und mindestens 10 Jahre alt.
 Auf Anfrage bei Mürren Tourismus.

Requirements: from 50kg and at least 10 years old.
 On request at the Tourist Office Mürren.

KLETTERGARTEN RIGGLI

Nähe Near Schilthornhütte · Schwierigkeitsgrad Difficulty 4–6b
www.muerrren.swiss

Der Klettergarten Riggli liegt in unmittelbarer Nähe der Schilthornhütte. Die Hütte und der Klettergarten sind von der Bergstation Birg (Station der Schilthornbahn) aus erreichbar. Den Klettereinstieg findet man am Wegrand vor der Hütte. Im Klettergarten gibt es Routen mit den Schwierigkeitsgraden 4 bis 6a.

The climbing wall Riggli is right next to the Schilthorn Hut and offers you routes from 4 to 6b. To reach the climbing wall you take the Schilthornbahn to Birg.

KLETTERGARTEN GIMMELWALD

Gimmelwald · Schwierigkeitsgrad Difficulty 6c–7c
www.gimmelwald.ch

Der Zugang zum Klettergarten Gimmelwald führt durch das Dorf Gimmelwald in Richtung Sefinental. Nach ca. 45 Minuten, bei einer Sitzbank, folgen Sie dem Wegweiser nach oben.

You find the access to the climbing wall if you walk through the village of Gimmelwald and follow the sign to the Sefinental, after 45 minutes there is a bench where you take the path up.

WEITERE KLETTERSTEIGE MORE VIA FERRATAS

• grindelwald.swiss
 • outdoor.ch

- › Klettersteig Ostegg, Grindelwald
- › Klettersteig Rotstock, Grindelwald
- › Klettersteig Schwarzhorn, Grindelwald
- › Indoor Seilpark, Grindelwald

ADRENALIN

ADRENALINE



ADVENTURE PARK INTERLAKEN

Kinder Children CHF31 · Erwachsene Adults CHF42
www.outdoor.ch

Einsteiger und jüngere Kinder vergnügen sich auf bodennahen Parcours, während sich Abenteuerlustige 20 Meter über Boden in die Baumwipfel getrauen.

The Adventure Park is a forest adventure of rope bridges, Tarzan swings and zip lines, all set high up in the tree tops. Nine courses of varying difficulty provide different challenges.



RIVER RAFTING INTERLAKEN

ab from CHF125 · 4h · www.outdoor.ch

Die mächtige Lütschine bietet eines der besten Wildwasser Rafting der Schweiz! Ihr navigiert unter dem Kommando eures erfahrenen Guides sicher durch die wilden Stromschnellen. Die Tour endet im türkisblauen Brienersee.

The mighty Lütschine offers some of the best white-water rafting in the Swiss Alps. Straight from the start below the Eiger North Face, continuous rapids surge down from the mountains and out into the Interlaken valley and the Lake of Brienz.



CANYONING INTERLAKEN

ab from CHF125 · 3h · www.outdoor.ch

Klettere, rutsche, seile dich ab und springe in tiefe Wasserbecken. Sollte ein Element zu schwierig für dich sein, hast du immer eine angenehme Alternative nach unten zu kommen.

Travel through tall, narrow gorges and get up close and personal with nature. Short and sweet, this half day canyon will whet your appetite for more and it is only a short five-minute drive from our base.



CANYON SWING GRINDELWALD

ab from CHF149 · 3h · www.outdoor.ch

Hast du den Mut von einer Plattform in 90 Meter über dem Boden in den Abgrund zu springen? Und anschliessend mit bis zu 120km/h durch die schmale Gletscherschlucht zu pendeln?

Standing on the platform 90 meters above the canyon is on it's own enough to make your legs weak, but then to step off into the abyss, freefall towards the ground and then scream at 120km/h between the canyon walls is easily the most scary ride money can buy.



FALLSCHIRM SKYDIVE

www.skydive-xdream.ch

Mit dem Helikopter in die Höhe steigen und mit einem erfahrenen Tandemmaster in die Freiheit springen! Ein atemberaubendes Erlebnis.

Climb high above the valley in a helicopter and leap out into freedom with an experienced tandem master! A breathtaking experience!



TANDEMFLUG TANDEM FLIGHT

· www.airtime-paragliding.ch
 · www.paragliding-jungfrau.ch

Einem Adler gleich durch die Lüfte gleiten und die imposante Bergwelt aus der Vogelperspektive erleben. Buche deinen Flug bei Lauterbrunnen Tourismus und fliege über das spektakuläre Lauterbrunnental.

Soundlessly gliding through the air like an eagle and experiencing the mountain scenery from a bird's view. Book your flight at the Tourist Office Lauterbrunnen and fly over the spectacular Lauterbrunnen-Valley.

Mendelssohn Musikwoche Wengen

20. bis 27. August 2022



6 Kammermusikkonzerte:
 20. 8.: Guarneri Trio Prag
 21. 8.: Maria Gabrys-Heyke, Klavier
 23. 8.: Julia Malischnig, Gitarre &
 Thomas Ragossnig, Cembalo
 24. 8.: Ardemus Saxophon Quartett
 26. 8.: Walter Trio
 27. 8.: Bennewitz Quartett
 Infos: Tourist Information, CH-3823 Wengen
 Tel. + 41 33 856 85 85
 info@wengen.swiss, www.wengen.ch



Geöffnet von Juni bis September BERGHOTEL OBERSTEINBERG, Fam. von Allmen, 3824 Stechelberg
 033 855 20 33



KURSE & MIETMATERIAL COURSES & RENTAL EQUIPMENT

MIETMATERIAL RENTAL EQUIPMENT

ALPIA SPORT WENGEN	T 033 855 26 26	➔ www.alpiasport.ch
CENTRAL SPORT	T 033 855 23 23	➔ www.centraisport.ch
MOLITOR SPORT Keine Mountainbikes No mountain bikes	T 033 855 21 31	➔ www.molitorsport.ch
WYSS SPORT KLEINE SCHEIDEGG	T 033 855 15 45	➔ www.wyss-sport.ch

BERGSTEIGEN MOUNTAIN CLIMBING

OUTDOOR	T 033 224 07 07	➔ www.outdoor.ch
----------------	-----------------	--

TENNIS

PIERRE LANZ	T 079 447 19 08
URSULA SIEBER	T 079 512 53 23

WANDERN HIKING

DORIS SCHMIED	T 079 689 98 16	➔ www.doris-hike.ch
PIERRE LANZ	T 079 447 19 08	





AUSFLÜGE

EXCURSIONS



ABWECHSLUNGSREICHE FREIZEITANGEBOTE

Nebst einem vielfältigen Angebot an Aktivitäten bietet Lauterbrunnen die perfekte Ausgangslage um die weltberühmten Ausflugsorte in der Jungfrau Region zu besuchen. In Lauterbrunnen, Isenfluh und Stechelberg finden Sie ein abwechslungsreiches Programm mit Aktivitäten für jedermann. Weitere einmalige Veranstaltungen werden laufend bei Lauterbrunnen Tourismus oder auf dem TV Panorama Kanal vom Kabelfernsehen publiziert.

VARIED LEISURE ACTIVITIES

Besides a great variety of activities, Lauterbrunnen is the perfect spot to explore the worldwide popular attractions in the Jungfrauregion. For you, our guest, we have created a big diversity of activities for the whole family in and around Lauterbrunnen, Isenfluh and Stechelberg. More events are published at Lauterbrunnen Tourist Office or at the TV panoramic channel.

LINKS

› www.lauterbrunnen.swiss

› www.stechelberg.ch

› www.isenfluh.ch

› www.schilthorn.ch

› www.jungfrau.ch



TRÜMMELBACHFÄLLE LAUTERBRUNNEN

Erwachsene Adults CHF 14 · Kinder Children CHF 6
Kinder 0-4/Hunde kein Zutritt. No entry for toddlers 0-4/dogs.
· truemmelbachfaelle.ch

Mit den 10 Gletscherwasserfällen im Innern des Berges, die über einen Tunnellift zugänglich sind, sind die Trümmelbachfälle einzigartig in Europa und Teil des UNESCO-Weltnaturerbes.

With its 10 glacial waterfalls inside the mountain, illuminated and made accessible by tunnel-lift, the Trümmelbach Falls are unique in Europe. Trümmelbach is part of the UNESCO World Natural Heritage site.



STAUBBACHFALL

Juni–Oktober June–October T 033 856 85 68
· www.lauterbrunnen.swiss

Das Wahrzeichen von Lauterbrunnen und der höchste freifallende Wasserfall der Schweiz kann mittels speziell angelegter Galerie von hinten besichtigt werden. Während der Hochsaison abends beleuchtet.

Lauterbrunnen's landmark and Switzerland's highest free-falling waterfall can be explored from behind by way of a purposely-built rock gallery. During the high season, the Staubbachfall is illuminated in the evening.



SULWALD–ISENFLUH

Luftseilbahn Isenfluh-Sulwald LIS · T 033 855 22 49
· www.isenfluh.ch

Das Bergdorf ist Ausgangspunkt für diverse Wanderungen. Eine fast schon historische Luftseilbahn bringt die Gäste hoch nach Sulwald. Mit den Monster-Trottis geht's wieder runter nach Isenfluh.

This village is a starting point for many hikes. The almost historic cable car takes guests up to Sulwald to see the fantastic panorama. The descent back down to Isenfluh on one of the Monster Scooters is fast and fun.



JUNGFRAUJUCH TOP OF EUROPE

Jungfraubahn · Täglich Daily
· jungfrau.ch

1.5h Bahnfahrt von Lauterbrunnen–Wengen–Kleine Scheidegg und von dort zur höchstgelegenen Bahnstation Europas. Erkunden Sie den Eispalast, die Sphinx mit Aussichtsplattform und vieles mehr.

In 1.5h the train takes you from Lauterbrunnen–Wengen–Kleine Scheidegg up to the highest station of Europe into the glacier world of Jungfrau-joch. Enjoy the Ice Palace, Sphinx and much more.



SCHILTHORN–PIZ GLORIA

Schilthornbahn · Täglich Daily
· schilthorn.ch

Nur 20 Minuten dauert die Fahrt mit der Luftseilbahn ab Mürren auf den Gipfel des 2970m hohen Schilthorns. Das erste Drehrestaurant der Alpen bietet beste Sicht auf die imposante Bergwelt. Das Gastronomie-Angebot ist ebenso spektakulär!

The cableway ride to the 2970-metre-high Schilthorn summit takes just 20 minutes from Mürren. The first revolving restaurant in the Alps offers the best views of the magnificent peaks – and the food is just as spectacular!



MÄNNLICHEN

Männlichenbahn · Täglich Daily 26.05.–23.10.2022
· maennlichen.ch

Von Wengen mit der Gondelbahn Royal Ride per Balkonfahrt zum Männlichen Gipfel hochfahren. Nebst traumhafter Aussicht ist hier der Ausgangspunkt vieler Wanderungen wie dem Liselotteweg.

From Wengen with the gondola Royal Ride – roof ride to Männlichen. There you can enjoy the magnificent views or do various hikes like the Lieselotte-Trail.



KLEINE SCHEIDEGG

Wengernalpbahn · Täglich Daily
· www.jungfrau.ch

Mit der Bahn gelangen Sie von Wengen in 30 Minuten zur Kleinen Scheidegg. Die Eigernordwand ist hier zum Greifen nah. Genießen Sie den Ausblick und lassen Sie sich in einem der Restaurants verwöhnen.

Within 30 min, you travel by train from Wengen to Kleine Scheidegg. Close to the Eiger Northface, you can enjoy the view, or let yourself be spoiled in one of the restaurants.



GRINDELWALD-FIRST TOP OF ADVENTURE

Firstbahn · Täglich Daily bis until 23.10.2022
· jungfrau.ch

Auf First finden Sie Abenteuer: Auf den beiden Flying-Fox-Varianten First Flieger und First Glider, auf der Hängebrücke vom First Cliff Walk, auf den Mountain Carts oder dem Trottbike.

Up on First, you will encounter adventures: On both Flying-Fox versions First Flyer and First Glider, on the suspension bridge of First Cliff Walk, on the Mountain Carts or Trottbike.



SCHYNIGE PLATTE

Schynige Platte-Bahn · Täglich Daily 26.05. – 23.10.2022
· www.jungfrau.ch · www.alpengarten.ch

Die Zahnradstrecke überwindet 1420 Höhenmeter. Unterwegs beeindruckt die Natur: Wälder, Alpweiden und die Aussicht auf die Landschaften des Berner Oberlandes mit Thuner- und Brienersee.

The cog railway climbs 1420m. Along the way: forests, alpine meadows and the superb view of the famous Bernese Oberland landscape with Lakes Thun and Brienz.





Folge dem Trail und erreiche die schönsten Fotoplätze im Lauterbrunnental.

Follow the trail and reach the most beautiful photo spots in the Lauterbrunnen Valley

Digitaler Foto-Hotspots Trail

Digital photo hotspots trail



TALMUSEUM VALLEY MUSEUM

Juni bis Oktober June to October

› www.talmuseum-sagenwelt-lauterbrunnen.ch

Das Talmuseum Lauterbrunnen sammelt Gegenstände einheimischen Schaffens und Gebrauchs, Bücher, Dokumente und Objekte historischer, wissenschaftlicher und künstlerischer Natur.

The Museum collects items of local production and use, particularly those from older times. Also books, documents and objects of historical, scientific and artistic nature affecting the Lauterbrunnen Valley.



GROSSE SCHEIDEGG

Grindelwald Bus - Täglich Daily 21.05. – 23.10.2022

› www.grindelwaldbus.ch

Wetterhorn, Eiger und Engelhörner bieten eine umwerfende Kulisse und die Strasse ist weitgehend autofrei. Beliebte ist die Wanderung zur First oder Rosenlaui-schlucht. Im September findet das Alpkäsefest statt.

The Wetterhorn, Eiger and Engelhörner offer an incredible backdrop and the road is largely free of traffic. The walks to First or Rosenlaur Gorge are very popular. The Alpine cheese festival takes place every September.



HARDER KULM TOP OF INTERLAKEN

Harderbahn - 15.04. – 27.11.2022

› www.jungfrau.ch

Ab Interlaken Ost gelangen Sie mit der Standseilbahn hoch auf den Harder Kulm. Geniessen Sie den Ausblick auf den Briener- und den Thunersee. Auch verschiedene Wanderung können unternommen werden.

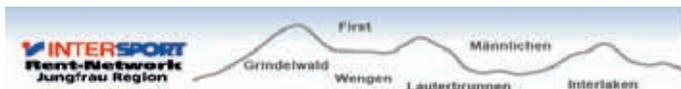
From Interlaken Ost, you reach Harder Kulm on the funicular. Enjoy the panoramic view over the Lake of Thun and Brienz. It is as well an ideal place to start some beautiful hikes.

alpiaSPORT

wengen * lauterbrunnen

Telefon Wengen 033 855 26 26
Telefon Lauterbrunnen 033 855 32 92

alpia@alpiasport.ch
www.alpiasport.ch



Hotel Regina · 3825 Mürren · T. +41 33 855 42 42 · reginamuerren.ch

Jetzt auch als
Kapseln für Ihre
Nespresso®-Maschine.



Hergestellt im
Berner Oberland 



Dä vo hie!



hr-kaffee.ch

AUSFLÜGE EXCURSIONS



ST. BEATUS-HÖHLEN ST. BEATUS CAVES

01.04. – 31.10.2022

› www.beatushoehlen.swiss

Tropfsteinhöhlen – ein in Millionen von Jahren entstandenes Naturwunder im Innern des Niederhornmassivs. Per Bus, Schiff oder Auto ab Interlaken West.

Stalactite caves – a natural wonder, created in millions of years, inside the Niederhorn. Reachable by bus, boat or car.



FREILICHTMUSEUM BALLEMBERG OPEN-AIR MUSEUM

14.04. – 30.10.2022

› www.ballenberg.ch

Über 100 originale, jahrhundertalte Gebäude aus allen Landesteilen, Vorführungen traditioneller Handwerke, viele Spezialveranstaltungen und 250 einheimische Bauernhoftiere machen die Vergangenheit auf dem Ballenberg zum Erlebnis.

Over 100 original century-buildings from all over the country, demonstrations of traditional crafts, various special events and 250 native farm animals, make the experience of the past at Ballenberg come alive.



KLÖPPELSTUBE LACE MAKING WORKSHOP

› www.lauterbrunnen.swiss

Schauen Sie den Klöpplerinnen über die Schulter und erfahren Sie von den Frauen aus dem Lauterbrunnental mehr über das traditionelle Spitzenklöppeln, das hier seit 1670 gepflegt wird.

Watch the lace makers at work and at the same time learn a little from the local ladies about the traditional lace making which has been practised here since 1670.



AKTIVITÄTEN ACTIVITIES



AKTIVITÄTEN

Kühlen Sie sich vor einmaliger Aussicht nach einer Wanderung im Schwimmbad ab, unternehmen Sie eine Fahrt mit dem Summer Gemel® auf dem Männlichen oder spielen Sie eine Runde Minigolf oder Tennis bei unserer Sportanlage.

ACTIVITIES

Cool down with an excellent view in our swimming pool, hop on the Summer Gemel® to sled along smooth mountain slopes or play minigolf or tennis in our sports center.

LINKS

› www.lauterbrunnen.swiss



FREIBAD

› www.lauterbrunnen.swiss

Das etwas oberhalb des Dorfes gelegene Freibad lädt im Sommer zum Schwimmen oder einem kleinen Snack vor der gigantischen Kulisse des Lauterbrunnentals ein. Vom Bahnhof aus sind es 5 min zu Fuss. Das Schwimmbad ist geheizt und immer 23 Grad warm. Es stehen diverse Wasserspielzeuge und eine Wasserslackline zur kostenlosen Benützung zur Verfügung.

Von Anfang Juni bis ca. Anfang September, je nach Witterung, täglich von 10.30 bis 18.00 Uhr geöffnet. Kurzfristige Schliessung des Bades bei schlechten Witterungsverhältnissen vorbehalten.

PREISE

ERWACHSENE	
Einzeleintritt	CHF 6
Saisonabonnement	CHF 60
KINDER	
Einzeleintritt	CHF 4
Saisonabonnement	CHF 40

Mit Gästekarte CHF 1.– Reduktion auf Einzeleintritte.
Hunde nicht erlaubt

SWIMMING POOL

› www.lauterbrunnen.swiss

The swimming pool is located slightly above the village and in summer will tempt you for a swim or a snack with the magnificent Lauterbrunnen Valley as backdrop. The pool is 5 mins walk from the railway station. The swimming pool is heated and has a temperature of 23 degrees. There are different water toys and a water slackline for free usage, free of charge

Open daily from the beginning of June to approx. beginning of September, depending on the weather, from 10.30 to 18.00h. In bad weather the swimming pool may be closed at short notice.

PRICES

ADULTS	
Entrance fee	CHF 6
Season ticket	CHF 60
CHILDREN	
Entrance fee	CHF 4
Season ticket	CHF 40

CHF 1.– reduction on entrance fee with the guest card.
Dogs not allowed

MINIGOLF

Mitte Mai–Mitte Oktober · Erwachsene CHF 5 · Kinder CHF 4
Mid May–mid October · Adults CHF 5 · Children CHF 4

Die Minigolfanlage befindet sich bei der Sportanlage Eyelti unterhalb der Kirche. Hier können sich Jung und Alt in ihren Balkkünsten messen. Die genauen Öffnungszeiten sind vor Ort angeschrieben.

The minigolf course is located at the Sports Centre Eyelti near the church. Here both kids and adults can test their skills! Opening times are marked at the sports centre.

TENNIS

Mitte Mai–Mitte Oktober · Platzmiete 1 h CHF 25
Mid May–mid October · Court rental 1 h CHF 25

Die Tennisanlage befindet sich bei der Sportanlage Eyelti unterhalb der Kirche. Es stehen zwei Hartplätze im Freien zur Verfügung. Tennisschläger und Bälle werden kostenlos zur Verfügung gestellt.

The tennis course is located at the Sports Centre Eyelti near the church. There are two outdoor hard courts. Tennis rackets and balls are provided at no extra charge. Opening times are marked at the sports centre.

BIKE TOUR JUNGFRAU REGION

Jeden Mittwoch · Mai–Oktober Every Wednesday · Mai–Oktober
› www.lauterbrunnen.swiss

Bereit für ein Abenteuer? Begeben Sie sich mit kundiger Führung auf eine Biketour im Lauterbrunnental.

Ready for an adventure? Join our bike tour with an expert guide in the Lauterbrunnen valley.

GASTRONOMIE

GASTRONOMY



GASTRONOMIE IN LAUTERBRUNNEN, ISENFLUH UND STECHELBERG

Ob kulinarisch-extravagante Höhenflüge oder bodenständige, urchig-lokale Kost: Geniessen Sie Schweizer Spezialitäten stets mit Blick auf die schnee- und gletscherbedeckten Berge der Jungfrau Region.

GASTRONOMY IN LAUTERBRUNNEN, ISENFLUH AND STECHELBERG

Whether you prefer to dine out in elegant surroundings or prefer a hearty meal in a wooden chalet-style restaurant, enjoy your meal in Lauterbrunnen with a view of the panoramic mountain range, with the Eiger, the Mönch, the Jungfrau and their glaciers.

LINKS

› www.lauterbrunnen.swiss

› www.stechelberg.ch

› www.isenfluh.ch



ZIEMLICH
GUT GEBRAUT.



Alkoholfreier Biergenuss aus dem Berner Oberland.

rugenbraeu.ch

» LAUTERBRUNNEN

RESTAURANTS

RESTAURANT / HOTEL OBERLAND	T 033 855 12 41	» www.hoteloberland.ch
RESTAURANT / HOTEL SCHÜTZEN	T 033 855 30 26	» www.hotelschuetzen.com
RESTAURANT / HOTEL SILBERHORN	T 033 856 22 10	» www.silberhorn.com
RESTAURANT / HOTEL STEINBOCK	T 033 855 12 31	» www.steinbocklauterbrunnen.ch
RESTAURANT / CAFÉ TRÜMMELBACH	T 033 855 32 32	» www.truemmelbachfaelle.ch
RESTAURANT WEIDSTÜBLI	T 033 856 20 10	» www.restaurantlauterbrunnen.ch
AIRTIME INTERNETCAFÉ	T 033 855 15 15	» www.airtime.ch
BASE CAFÉ	T 079 593 27 36	» www.basepointcafe.com
FLAVOURS	T 033 855 36 52	» www.flavours.ch
FOOD POINT	T 076 793 62 11	
HORNER PUB	T 033 855 16 73	» www.hornerpub.ch

BARS / CLUBS

HORNER BAR	T 033 855 16 73	» www.hornerpub.ch
------------	-----------------	--

» STECHELBERG

RESTAURANTS

RESTAURANT / HOTEL STECHELBERG	T 033 855 29 21	» www.hotel-stechelberg.ch
--------------------------------	-----------------	--

BERGRESTAURANTS MOUNTAIN RESTAURANTS

BERGGASTHAUS OBERSTEINBERG	T 033 855 20 33	» www.stechelberg.ch
BERGGASTHAUS TRACHSELLAUENEN	T 033 855 12 35	» www.stechelberg.ch
BERGGASTHAUS TSCHINGELHORN	T 033 855 13 43	» www.tschingelhorn.ch

» ISENFLUH / SULWALD

RESTAURANTS

RESTAURANT / HOTEL WALDRAND	T 033 855 12 27	» www.hotel-waldrand.ch
-----------------------------	-----------------	--

BERGRESTAURANTS MOUNTAIN RESTAURANTS

LOBHORNHÜTTE	T 079 656 53 20	» www.lobhornhuette.ch
RESTAURANT SULWALDSTÜBLI	T 033 855 12 51	» www.isenfluh.ch



BERG-BRUNCH



ROYAL WALK



SUNSET-BARBECUE



ROYAL VIEW



ROYAL RIDE



**THE ROYAL EXPERIENCE
EIGER, MÖNCH UND JUNGFRAU
ZUM GREIFEN NAH**

**THE ROYAL EXPERIENCE
EIGER, MÖNCH AND JUNGFRAU
CLOSE ENOUGH TO TOUCH**

LUFTSEILBAHN WENGEN-MÄNNLICHEN AG
3823 Wengen, Switzerland, T +41 33 855 29 33
info@maennlichen.ch, maennlichen.ch

[f](https://www.facebook.com/wengenmaennlichen) [i](https://www.instagram.com/wengenmaennlichen) [t](https://www.tiktok.com/@wengenmaennlichen) @wengenmaennlichen



UNTERKÜNFTE

ACCOMMODATION



UNTERKÜNFTE

In Lauterbrunnen, Stechelberg und Isenfluh haben Sie die Qual der Wahl: Insgesamt 11 Hotels, 88 Ferienwohnungen, 4 Campingplätze, 7 Hostels/Gruppenhäuser und 4 Berghütten und -hotels bieten Ihnen einen Platz für süsse Träume und entspannte Tage.

ACCOMMODATION

In Lauterbrunnen, Stechelberg and Isenfluh, you are spoiled for choice: A total of 11 hotels, 88 holiday apartments, 4 campsites, 7 hostels/group accommodations and 4 mountain huts offer you a place for spending relaxing days and dreamy nights.

LINKS

› www.lauterbrunnen.swiss

› www.stechelberg.ch



» LAUTERBRUNNEN

HOTELS

HOTEL HORNER	T 033 855 16 73	» www.hornerpub.ch
HOTEL OBERLAND** HOTEL CRYSTAL	T 033 855 12 41	» www.hoteloberland.ch
HOTEL SCHÜTZEN	T 033 855 30 26	» www.hotelschuetzen.com
HOTEL SILBERHORN***	T 033 856 22 10	» www.silberhorn.com
HOTEL STAUBBACH	T 033 855 54 54	» www.staubbach.ch
HOTEL STEINBOCK & BAHNHOF**	T 033 855 12 31	» www.steinbocklauterbrunnen.ch

PENSION, GÄSTEHAUS, GRUPPENUNTERKUNFT GROUP ACCOMMODATION

ALPINEBASE	T 079 820 79 18	» www.alpinebase.ch
CHALET IM ROHR	T 033 855 21 82	» www.chaletimrohr.ch
CHALET ROSA	T 033 855 10 73	» www.chaletrosabb.com
CAMPING JUNGFRAU	T 033 856 20 10	» www.camping-jungfrau.ch
CAMPING SCHÜTZENBACH	T 033 855 12 68	» www.schutzenbach.ch
VALLEY HOSTEL	T 033 855 20 08	» www.valleyhostel.ch

CAMPING

CAMPING SCHÜTZENBACH	T 033 855 12 68	» www.schutzenbach.ch
CAMPING JUNGFRAU	T 033 856 20 10	» www.camping-jungfrau.ch

» ISENFLUH

HOTELS

HOTEL WALDRAND	T 033 855 12 27	» www.hotel-waldrand.ch
----------------	-----------------	--

BERGHÜTTEN MOUNTAIN HUTS

LOBHORNHÜTTE	T 079 656 53 20	» www.lobhornhuette.ch
--------------	-----------------	--

» STECHELBERG

HOTELS

HOTEL STECHELBERG	T 033 855 29 21	» www.hotel-stechelberg.ch
ALPENHOF	T 033 855 12 02	» www.alpenhof-stechelberg.ch

CAMPING

CAMPING BREITHORN	T 033 855 12 25	» www.campingbreithorn.ch
CAMPING RÜTTI	T 033 855 28 85	» www.campingruetti.ch

BERGGASTHÄUSER MOUNTAIN GUEST HOUSES

BERGGASTHAUS OBERSTEINBERG	T 033 855 20 33	» www.stechelberg.ch
BERGGASTHAUS TRACHSELLAUENEN	T 033 855 12 35	» www.stechelberg.ch
BERGGASTHAUS TSCHINGELHORN	T 033 855 13 43	» www.tschingelhorn.ch

BERGHÜTTEN MOUNTAIN HUTS

GSPALTENHORNHÜTTE	T 033 676 16 29	» www.gspaltenhornhuette.ch
ROTTALHÜTTE	T 033 855 24 45	» www.sac-interlaken.ch
ROTSTOCKHÜTTE	T 033 855 24 64	» www.rotstockhuette.ch

VORSCHAU WINTER

WINTER PREVIEW

VORSCHAU WINTER
WINTER PREVIEW



93. INT. LAUBERHORNRENNEN

13.01. – 15.01.2023 · Audi FIS Ski World Cup
· www.lauberhorn.ch

Zigtausend Zuschauer werden jedes Jahr erwartet. Nicht nur um diese schnellen und spektakulären Rennen zu beobachten, sondern auch um die Atmosphäre rund um das Renngeschehen zu genießen.

This fast & spectacular event attracts a massive crowd every year – not only to watch the hazardous race, but also to enjoy the convivial atmosphere during this happening event.

79. INT. INFERNO RENNEN MÜRREN

18.01. – 21.01.2023
· www.inferno-muerren.ch

1850 Skifahrer und Skifahrerinnen starten jährlich am grössten Amateurrennen der Welt und bewältigen die 14.9 Kilometer lange Strecke vom Schilthorn bis nach Lauterbrunnen (Höhendifferenz 2170m).

Each year 1850 skiers take part in the world's biggest amateur race, which is a 14.9km course from the Schilthorn–Piz Gloria down to Lauterbrunnen (difference in altitude 2170m).

JUNGFRAU

TOP OF EUROPE

WENGEN 
AUDI FIS SKI
WORLD CUP



Club
5
SKI CLASSICS

Bild: Verein Int. Lauberhornrennen / Reto Nyffenegger

93. INTERNATIONALE LAUBERHORNRENNEN

LAUBERHORN.CH 13.-15. JANUAR 2023

FRESH.



TASTY.



LOCAL.



YUMMY.



ORIGINAL.



FUN.



GREAT FOOD. LAUTERBRUNNEN HOTELS

HOTEL SILBERHORN

SILBERHORN.COM +41 33 856 22 10

HOTEL OBERLAND

HOTELOBERLAND.CH +41 33 855 12 41

HOTEL STEINBOCK

STEINBOCK-LAUTERBRUNNEN.CH +41 33 855 12 31

MEMBERS OF
hotelberlin
since 1982

Swiss Skyline

Eiger . Mönch . Jungfrau

Schilthorn
Piz Gloria



www.schilthorn.ch