

INFO GUIDE

Sommer Summer 2024

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 Alpweiden, 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 20'000 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, set 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, it is 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». The valley also served as inspiration for Rivendell in The Lord of the Rings when J.R.R. Tolkien visited in 1911.

Another deafening natural phenomenon are the Trümmelbach Falls in the «Black Monk» mountain, hidden behind mighty rock faces. Up to 20,000 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 made more accessible by tunnel lift. These are only a few highlights from the Lauterbrunnen-Valley.

INFO GUIDE SUMMER 2024

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**
MOUNTAIN BIKING
- 47 **ABENTEUER**
ADVENTURE
- 55 **AUSFLÜGE**
EXCURSIONS
- 65 **AKTIVITÄTEN**
ACTIVITIES
- 69 **GASTRONOMIE**
GASTRONOMY
- 73 **UNTERKÜNFTE**
ACCOMMODATION
- 79 **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 72 Waterfalls, the source of inspiration for Goethe and J.R.R. Tolkien. In this brochure you will find information to help you plan your stay in Lauterbrunnen, Isenfluh and Stechelberg. We are sure you will discover activities that interest you and invite you to make active use of our services. If you have any questions or requests, please visit our Tourist Information Office where we will be happy to help. We hope you enjoy your holidays amidst the impressive waterfalls and the magnificent mountains of the Jungfrau Region!

HÖHE M.Ü.M. METERS ABOVE SEA LEVEL

800

FLÄCHE AREA

12.3 km²

EINWOHNER POPULATION

782

GÄSTEBETTEN GUEST BEDS

1320

SPRACHE LANGUAGE

DEUTSCH GERMAN



GESCHICHTE

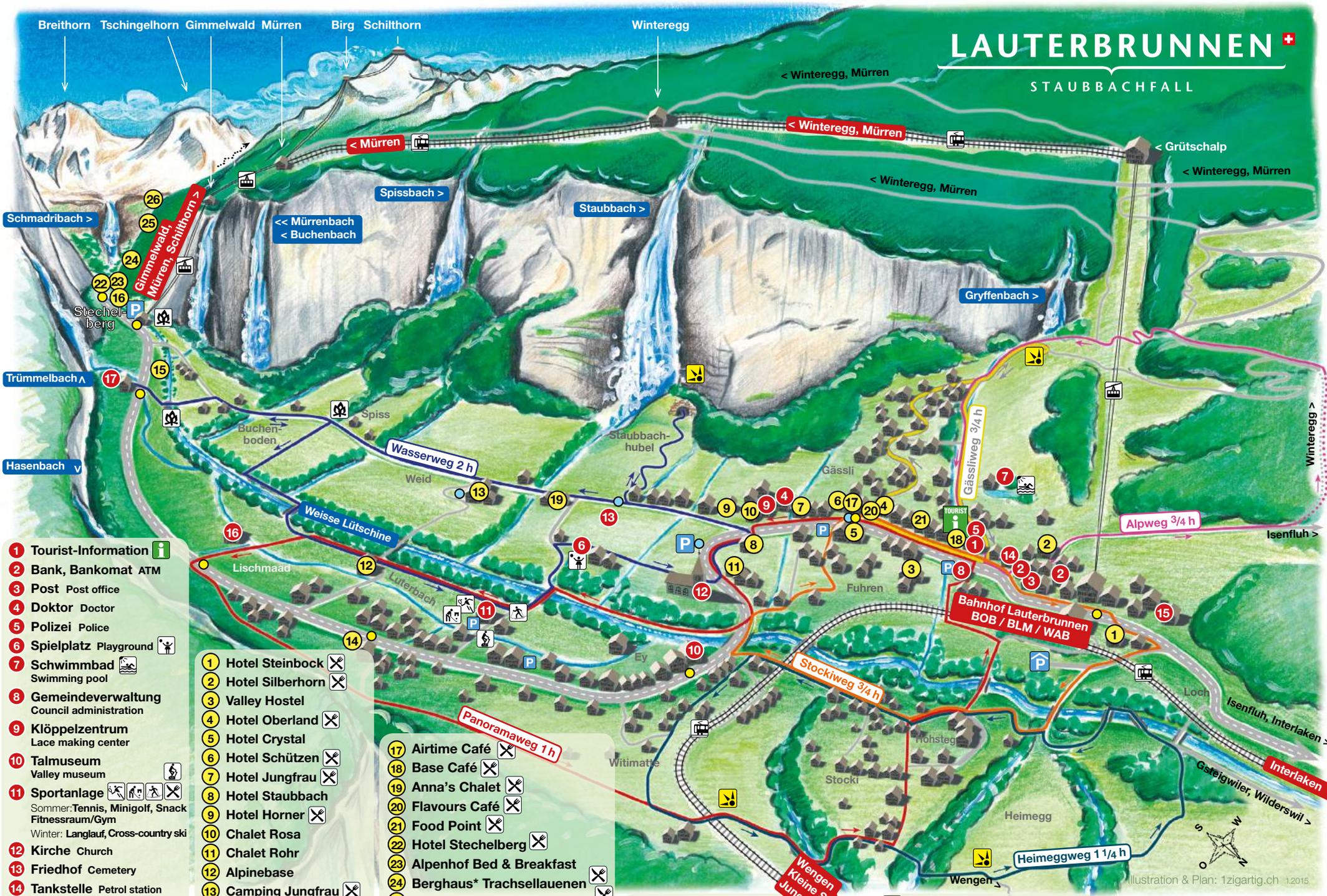
- 1240** Erste schriftliche Erwähnung als «in claro fonte»
- 14. Jhr.** Hauptkolonie der Löttscherniederlassungen im Oberland
- 1487** Erster Kirchenbau ohne Erlaubnis von Pfarrei
- 1528** Lauterbrunnen wird eine eigene Kirchgemeinde
- 1669** Grosse Pest im Berner Oberland
- 18. Jhr.** Einführung Strumpfweberei 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 Hotelvereines Mürren-Lauterbrunnen

HISTORY

- 1240** First written mention as "In claro fonte" 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** Cable car Isenfluh-Sulwald is completed
- 1983** Tennis and minigolf are opened at Eyelti Sport Centre
- 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, Snack
Fitnessraum/Gym
Winter: Langlauf, Cross-country ski
- 12** Kirche Church 
- 13** Friedhof Cemetery 
- 14** Tankstelle Petrol station
- 15** Autogarage
- 16** Heliport
- 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 Café 
 - 18** Base Café 
 - 19** Anna's Chalet 
 - 20** Flavours Café 
 - 21** Food Point 
 - 22** Hotel Stechelberg 
 - 23** Alpenhof Bed & Breakfast
 - 24** Berghaus* Trachsellaunen 
 - 25** Berggasthaus* Tschingelhorn 
 - 26** Berghotel* Obersteinberg 
- * Mountain hut Cabane de montagne

-  Gondelbahn Cable car
-  Bahn Railway
-  Grillstelle Barbecue

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

Illustration & Plan: 1zigartig.ch 12015



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, offering 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 being kept alive.

HÖHEM Ü.M. METERS ABOVE SEA LEVEL

 **1091**

FLÄCHE AREA

 **24 km²**

EINWOHNER POPULATION

 **75**

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 Triptli–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 'Triptli' leaves 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, military services, civil defense, 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 in Europe. 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 3000m and 4000m peaks. Relaxation in the fresh mountain air, and the opportunity to experience nature up close, are guaranteed here. The three isolated 'candle hotels' are only accessible on foot and offer a very nostalgic over-night stay.

HÖHE M.Ü.M. METERS ABOVE SEA LEVEL

910

FLÄCHE AREA

50.9 km²

EINWOHNER POPULATION

199

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 amazes people from all over the world. The valley is surrounded by stunning mountain peaks inviting you to hike or relax amidst nature.

The first settlers arrived in Stechelberg around 1750; this is also the year when the name 'Stechelberg' appears in historical records for the first time. The name describes the sharp cliffs of the 'Mürrenfluh' and 'Schwarzmönch' which surround the village. In 1868, the Stechelberg schoolhouse was built. In 1950, the bus route between Stechelberg and Lauterbrunnen began operation and with the construction of the Schilthorn cable car in 1965, the village of Stechelberg became more 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 to know about the village and life in Lauterbrunnen.

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

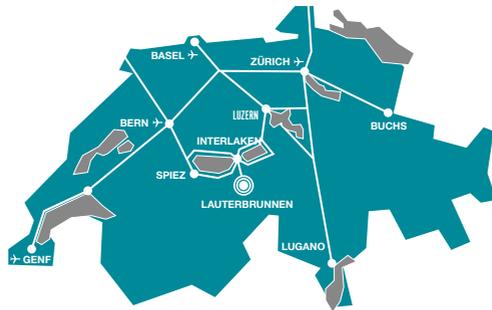
› www.stechelberg.ch

› 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, Zürich, 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 from a minimum of 3 days in the summer. Please enter the parking code upon arrival. Separate reservations must be made for each vehicle.

GEBÜHREN RATES



PARKPLATZ SCHILTHORNBAHN PARKING SCHILTHORN CABLEWAY

T 033 856 21 42

› www.schilthorn.ch

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

You can find parking at the Schilthorn Cableway station in Stechelberg.

GEBÜHREN RATES



PARKPLATZ BEI DER KIRCHE PARKING AT THE CHURCH

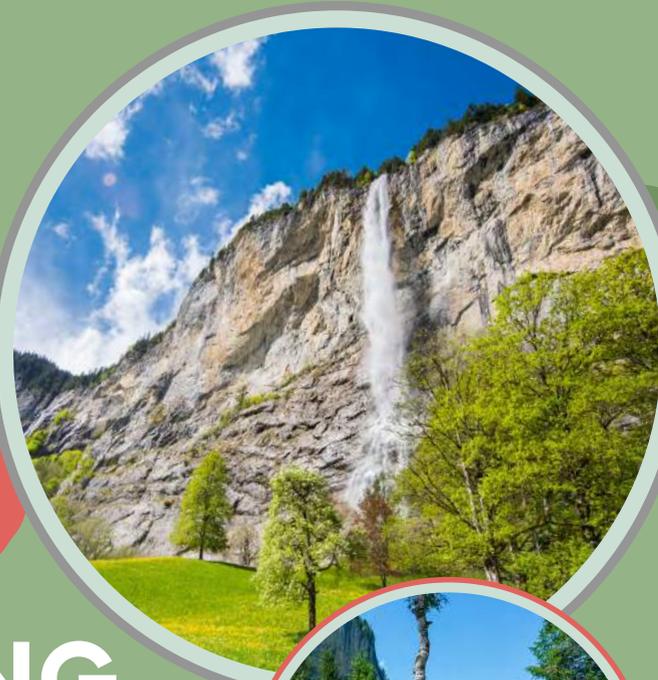
GEBÜHREN RATES

» 0h–1h		CHF6
» 1h–2h		CHF8
» 2h–3h		CHF9
» 3h–10h	zusätzlich CHF 1 pro stunde	additional CHF 1 per hour
» 24h		CHF15

ab dem 8. Tag, zusätzlich CHF 10 pro Tag
as of 8th day, additional CHF 10 per day



Camping Jungfrau



CAMPING

in the Lauterbrunnen valley

CHALETS & BUNGALOWS
CABINS / HOSTEL
TOURIST INFORMATION &
TICKETING
TRADITIONAL SWISS RESTAURANT
SUMMER & WINTER
FREE WI-FI

SCAN ME



WWW.CAMPINGJUNGFRAU.SWISS

+41 33 856 20 10

Weid 406, CH-3822 Lauterbrunnen

GUT ZU WISSEN
GOOD TO KNOW



KURTAXEN & GÄSTEKARTE

Jeder in Lauterbrunnen, Isenfluh und Stechelberg weilende Gast ist zur Entrichtung der Kurtaxe 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 Grátis-eintritte. Verlangen Sie die Gästekarte an der Hotelrezeption oder vom Ferienwohnungsvermieter.

REDUKTIONEN MIT DER GÄSTEKARTE

- Schwimmbad Lauterbrunnen
- Minigolfanlage Lauterbrunnen
- Tennisplatz Lauterbrunnen
- 20% Aareschlucht Meiringen
- Trümmelbachfälle
- Luftseilbahn Isenfluh-Sulwald
- Schynige Platte-Bahn 20% und Luftseilbahn Wengen-Männlichen 23% Rabatt (nur Retourfahrten) auf regulären Preis
- 20% Ermässigung Pfingsteggbahn Grindelwald
- Kostenloser Eintritt Talmuseum
- Weitere Reduktionen im 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

KINDER

CHF 1.50

CHF 0.80

VISITOR'S TAXES & GUESTCARD

The visitor's are compulsory for every guest staying in Lauterbrunnen, Isenfluh or Stechelberg. In the hotels and pensions, the visitor's tax is usually 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 your hotel reception or your host for your guestcard.

DISCOUNTS WITH YOUR GUESTCARD

- Swimmingpool Lauterbrunnen
- Minigolf Lauterbrunnen
- Tennis Lauterbrunnen
- 20% off Aareschlucht in Meiringen
- Trümmelbachwaterfalls
- Cablecar Isenfluh-Sulwald
- Schynige Platte-Bahn 20% and Cable car Wengen-Männlichen 23% reduction (only on there and back tickets) reduction on regular prices
- 20% reduction Pfingsteggbahn Grindelwald
- Free entrance Valley Museum
- See more reductions in the guestcard-flyer

VISITOR'S TAX LAUTERBRUNNEN / ISENFLUH

HOLIDAY APARTMENT 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

CHILDREN

CHF 1.50

CHF 0.80

› **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 ALPINE RESCUE BERN

T 033 855 45 55

REGIONALSPITAL INTERLAKEN HOSPITAL

T 033 826 25 00

NOTFALLDIENST EMERGENCY DOCTOR

T 033 856 26 26

ARZTPRAXIS LAUTERBRUNNEN DOCTOR'S OFFICE

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 033 856 21 42

› www.schilthorn.ch

SCHILTHORNBAHN INTERLAKEN

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 14.30–17.00h · 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 Täglich geöffnet Open Daily

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 High season

Mo–So Mon–Sun 08.00–19.00h

T 033 856 06 10

› www.coop.ch

BÄCKEREI/KONDITOREI 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.onedoc.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/14.00–17.00h · 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

BOUTIQUE 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, GRAVUR ATELIER CLOCKS, ENGRAVING STUDIO T 033 855 45 66

TOP EVENTS

TOP EVENTS

TOP EVENTS
TOP EVENTS



JULI JULY

» **FOLKLOREABENDE** FOLKLORE EVENINGS · CA. 4x

Jeweils Freitags · 20.30 Uhr Friday evenings · 8.30 pm

AUGUST AUGUST

» **BUNDESFEIER 1**

Nationalfeiertag Lauterbrunnen mit Folklore-Darbietungen und Feuerwerk
National Day Lauterbrunnen with folklore performances and fireworks

» **FOLKLOREABENDE** FOLKLORE EVENINGS · CA. 2x

Jeweils Freitags · 20.30 Uhr Friday evenings · 8.30 pm

» **PLATZKONZERT DER MUSIKGESELLSCHAFT LAUTERBRUNNEN 16.**

Concert by the Music Club Lauterbrunnen
» www.mg-lauterbrunnen.ch

» **INFERNO-TRIATHLON UND HALBMARATHON 16. – 17.**

Das unvergleichliche Naturerlebnis in einer einmaligen Bergwelt und die familiäre Stimmung machen den INFERNO zu einem der eindrucklichsten Wettkämpfe. Sport vor der schönsten Kulisse der Welt.

The incomparable experience of nature in a unique mountain world and the family atmosphere make the INFERNO one of the most impressive competitions. Sport in front of the most beautiful scenery in the world.

LINKS

» www.lauterbrunnen.swiss

Ankommen und loslassen.

ALPINE SPA – WELLNESS IN DEN BERGEN



Alpine Spa

- > Biologische und Finnische Sauna
- > Dampfbad
- > Tauchbecken
- > Kneippanlage
- > Ruheraum



Sporthalle

- > 44x22m
- > unterteilbare Trainingshalle in 1/3 und 2/3
- > Tennis & Badminton Feld



Massage & Kosmetik

- > Teil- und Ganzkörpermassagen
- > Kosmetik
- > Gesichtsbehandlung/ Peeling
- > Craniosacral Therapie
- > Coaching



Eisbahn

- > 9 Curling Rinks total
- > davon 3 Rinks überdacht
- > Eishockey
- > Eiskunstlauf



Fitness

- > Laufband
- > Hanteln
- > Spinnbike
- > Trainingbank und mehr



Outdoor Whirlpool

- > 37°C Wassertemperatur
- > Aussicht auf die Berge
- > Zeit zum relaxen



Hallenbad

- > 25m Sportschwimmbecken
- > Massagepool
- > Kinderbecken



Time out Bistro

- > kalte & warme Drinks
- > kalte & warme Snacks
- > Gebäck/ Süsses
- > Apéro auf Vorbestellung

TOP EVENTS TOP EVENTS



SEPTEMBER SEPTEMBER

» JUNGFRAU MARATHON 6.–7.

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

» SULWALD CHILBI

Sulwald Mountain Festival
> www.isenfluh.ch

» CHÄSMÄRT STECHELBERG 28.

Cheese market Stechelberg
> www.stechelberg.ch

OKTOBER OKTOBER

» KÄSETEILET WINTEREGG

Cheese market Winteregg
> www.lauterbrunnen.swiss



Kontakt Daten

Alpines Sportzentrum Mürren
+41 33 856 86 86
info@sportzentrum-muerren.ch
www.sportzentrum-muerren.ch



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

There is a lot to explore in the Jungfrau region in the summer. Make the most out of your trip and find the best solution for you with one of our travel passes.

LINKS

› www.schilthorn.ch

› www.jungfrau.ch

Foto: Photo: Jungfrau Bahnen



TRANSPORT

TRANSPORT



LUFTSEILBAHN SCHILTHORN

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

- » Fahrten alle 30min Stechelberg–Schilthorn, ab 07.25–16.25 h
Connections every 30min from Stechelberg, from 07.25–16.25h
- » Bergfahrten ab Stechelberg jeweils XX.25/XX.55 h
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)	CHF 120.00	87.00
(nach after 8.55–11.55h)	CHF 131.00	87.00
Mürren–Schilthorn (bis until 9.10h)	CHF 101.00	76.00
(nach after 9.10–12.10h)	CHF 110.00	76.00

REVISIONEN MAINTENANCE

Frühling Spring	22.04.–26.04.2024
-----------------	-------------------

BLM BERGBAHN LAUTERBRUNNEN MÜRREN

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

- » 08.04–04.05.2024 Halbstundentakt
every 30 mins
- » 01.06.–20.10.2024 Viertelstundentakt
every 15 mins

REVISIONEN MAINTENANCE

Frühling Spring	05.05.–31.05.2024
Herbst Fall	21.10.–08.11.2024

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	08.04.–07.06.2024
Herbst Fall	21.10.–06.12.2024



REISEPÄSSE

TRAVEL PASSES

FERIENPASS MÜRREN-SCHILTHORN

01.05.–31.10.2024
› [schilthorn.ch](https://www.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.

Enjoy unlimited trips 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 · CHF30.00 Valid for 1 year · CHF30.00
› [sbb.ch/kinder](https://www.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 for free on public transport for a whole year, accompanied by a parent with a valid ticket.

REGIONALPASS Berner Oberland

01.04.–31.12.2024
› [regionalpass-berneroberland.ch](https://www.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 240	288	168	202
4 TAGE DAYS	CHF 280	336	196	236
6 TAGE DAYS	CHF 350	420	254	305
8 TAGE DAYS	CHF 395	474	287	345
10 TAGE DAYS	CHF 435	522	316	380

** 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 More Information
› [switzerlandtravelcentre.com](https://www.switzerlandtravelcentre.com)

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



JUNGFRAU TRAVEL PASS

29.03.–27.10.2024
› [jungfrau.ch](https://www.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. Als Inhaber eines Jungfrau Travel Pass erhalten Sie das Anschlusssticket zum Jungfraujoch – Top of Europe zu einem Sonderpreis.

Pick up your Jungfrau Travel Pass now. Travel for the desired number of consecutive days as you like on the route network listed below. In addition, you get the add-on ticket up to the Jungfraujoch – Top of Europe at a discounted price.

TAGE DAYS	3	4	5	6	7	8
ERWACHSENE ADULTS	CHF 210.00	235.00	270.00	290.00	310.00	330.00
ERMÄSSIGT REDUCED*	CHF 165.00	180.00	210.00	225.00	240.00	255.00
KINDER CHILDREN (6–15)	CHF 30.00	30.00	30.00	30.00	30.00	30.00

* 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

Bahnverbindungen Rail connections

Interlaken Ost–Interlaken West
Interlaken Ost–Brienz

Schiffahrt Ferries

Schiffahrt Thunersee
Schiffahrt Brienzsee (in Betrieb ab operates from 12.04.2024)

Berner Oberland Bahn Bernese Oberland Railway

Interlaken Ost–Lauterbrunnen
Interlaken Ost–Grindelwald

Wengernalpbahn Wengernalp Railway

Lauterbrunnen–Kleine Scheidegg–Grindelwald
Grindelwald–Kleine Scheidegg
Revisionsarbeiten Maintenance work
06.05.–17.05.2024 & 21.10.–03.11.2024

Eiger Express

Grindelwald Terminal–Eigerletscher

Jungfraubahn Jungfrau Railway

Kleine Scheidegg–Eigerletscher

Bahn Lauterbrunnen Mürren Lauterbrunnen–Mürren railway

Lauterbrunnen–Grütschalp–Winteregg–Mürren
Revisionsarbeiten Maintenance work
06.05.–31.05.2024 & 21.10.–08.11.2024

SAISONBETRIEB SEASONAL OPERATION

Schynige Platte Bahn Schynige Platte Railway

15.06.–20.10.2024: Wilderswil–Schynige Platte

Harderbahn Harder Railway

29.03.–01.12.2024: Interlaken–Harder Kulm

Firstbahn First Cableway

16.12.–27.10.2024: Grindelwald–Grindelwald-First

Luftseilbahn Wengen Männlichen

Aerial cableway Wengen Männlichen
Ab As of 25.05.2024: Wengen–Männlichen

Gondelbahn Grindelwald Männlichen

Gondola cableway Grindelwald Männlichen
Ab As of 25.05.2024



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 of 500km of hiking trails stretch over the Jungfrau Region. An afternoon snack in one of the mountain restaurants tastes particularly good. Those who are tired can easily go down with one of the trains or cable cars.

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 waterfalls and imposing cliffs. The view into the back of the 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.

Take the cable car from Isenfluh to Sulwald. Turn left at the Chüebodmi and continue to the Alp Suls, right to Lake Suls to the viewpoint at Lobhornhütte. The informational trail educates 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 the 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, then 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 follow along the east side of the Tschuggen and to Honegg. The trail will coil 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 Eiger Nordwand 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 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.



Scanne den QR-Code
Scan the QR-code

Folge dem digitalen Weg und lerne mehr über das BASE-Jumping in Lauterbrunnen!

Follow the digital path and learn more about BASE-jumping in Lauterbrunnen!



Lauterbrunnen Tourismus | Stutzli 460 | 3822 Lauterbrunnen
+41 33 856 85 68 | lauterbrunnen.swiss

 @lauterbrunnenvally  @lauterbrunnen



THEMENWEGE

THEME TRAILS



NATUR - SAGEN - KRAFTORTE

NATURE - LEGENDS - HOTSPOTS

Isenfluh–Sulwald · 3½ h
 › 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.

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 back of the Lauterbrunnen Valley. Visit waterfalls, alpine farming and mountain hotels.

- Wanderweg - Easy hiking trail - Sentier pédestre
- Bergweg - Mountain trail - Itinéraire de montagne
- Transport

Klettersteig Schwarzhorn
Klettergurt mit Kletterseil
für Selbstsicherung notwendig

Schwarzhorn
2928 m



Wetterhorn
3701 m

Schreckhorn
4078 m

Finsteraarhorn
4274 m

Eiger
3970 m

Mönch
4107 m

Jungfrau
4158 m

Ebneflüh
3960 m

Mittaghorn
3895 m

Grosshorn
3762 m

Breithorn
3782 m

Fiescherhörner
4049 m

**Jungfrau
Top of Europe**
3454 m

Silberhorn
3695 m

Schilthorn
3454 m

Eismeer
3160 m

Klettersteig Rotstock
Klettergurt mit Kletterseil
für Selbstsicherung notwendig

Eigerletscher
2320 m

Grosse Scheidegg
1961 m

Pfingstegg
1391 m

Kleine Scheidegg
2061 m

Gimmelwald
1367 m

Cliff Walk First
2166 m

Grindelwald
1034 m

Männlichen
2227 m

Mürren
1645 m

Waldspitz
1919 m

Bussalp
1792 m

Holenstein
1529 m

Wengen
1274 m

Staubbachfall

Winteregg

Sulwald
1540 m

Isenfluh
1034 m

Zweilütschinen

Schnige Platte
2068 m

Wilderswil

Bänigen

Interlaken Ost
567 m

Interlaken
567 m

Interlaken West

Harder Kulm
1322 m

Unterseen

Niederried

Ringgenberg

Goldwil

Thun

BRIENZERSEE

THUNERSEE

Brünig-Luzern
Grimsel-Susten

Giessbach

Isetwald

Oberried

Brienz

Oberjoch
2501 m

Hagelseel

Bachalpsee
2265 m

Sägistalsee
1937 m

Brünig-Luzern
Grimsel-Susten

Giessbach

Isetwald

Oberried

Brienz

Gemsberg

Schlitz

Oberjoch
2501 m

Hagelseel

Bachalpsee
2265 m

Sägistalsee
1937 m

Brünig-Luzern
Grimsel-Susten

Giessbach

Isetwald

Oberried

Brienz

Engelhörner

Oberlager

Oberjoch
2501 m

Hagelseel

Bachalpsee
2265 m

Sägistalsee
1937 m

Brünig-Luzern
Grimsel-Susten

Giessbach

Isetwald

Oberried

Brienz

Glecksteinhütte
SAC 2317 m

Vogelpark

Oberjoch
2501 m

Hagelseel

Bachalpsee
2265 m

Sägistalsee
1937 m

Brünig-Luzern
Grimsel-Susten

Giessbach

Isetwald

Oberried

Brienz

Milchbach

Oberlager

Oberjoch
2501 m

Hagelseel

Bachalpsee
2265 m

Sägistalsee
1937 m

Brünig-Luzern
Grimsel-Susten

Giessbach

Isetwald

Oberried

Brienz

Milchbach

Oberlager

Oberjoch
2501 m

Hagelseel

Bachalpsee
2265 m

Sägistalsee
1937 m

Brünig-Luzern
Grimsel-Susten

Giessbach

Isetwald

Oberried

Brienz

Milchbach

Oberlager

Oberjoch
2501 m

Hagelseel

Bachalpsee
2265 m

Sägistalsee
1937 m

Brünig-Luzern
Grimsel-Susten

Giessbach

Isetwald

Oberried

Brienz

Milchbach

Oberlager

Oberjoch
2501 m

Hagelseel

Bachalpsee
2265 m

Sägistalsee
1937 m

Brünig-Luzern
Grimsel-Susten

Giessbach

Isetwald

Oberried

Brienz

Milchbach

Oberlager

Oberjoch
2501 m

Hagelseel

Bachalpsee
2265 m

Sägistalsee
1937 m

Brünig-Luzern
Grimsel-Susten

Giessbach

Isetwald

Oberried

Brienz

Milchbach

Oberlager

Oberjoch
2501 m

Hagelseel

Bachalpsee
2265 m

Sägistalsee
1937 m

Brünig-Luzern
Grimsel-Susten

Giessbach

Isetwald

Oberried

Brienz

Milchbach

Oberlager

Oberjoch
2501 m

Hagelseel

Bachalpsee
2265 m

Sägistalsee
1937 m

Brünig-Luzern
Grimsel-Susten

Giessbach

Isetwald

Oberried

Brienz

Milchbach

Oberlager

Oberjoch
2501 m

Hagelseel

Bachalpsee
2265 m

Sägistalsee
1937 m

Brünig-Luzern
Grimsel-Susten

Giessbach

Isetwald

Oberried

Brienz

Milchbach

Oberlager

Oberjoch
2501 m

Hagelseel

Bachalpsee
2265 m

Sägistalsee
1937 m

Brünig-Luzern
Grimsel-Susten

Giessbach

Isetwald

Oberried

Brienz

Milchbach

Oberlager

Oberjoch
2501 m

Hagelseel

Bachalpsee
2265 m

Sägistalsee
1937 m

Brünig-Luzern
Grimsel-Susten

Giessbach

Isetwald

Oberried

Brienz

Milchbach

Oberlager

Oberjoch
2501 m

Hagelseel

Bachalpsee
2265 m

Sägistalsee
1937 m

Brünig-Luzern
Grimsel-Susten

Giessbach

Isetwald

Oberried

Brienz

Milchbach

Oberlager

Oberjoch
2501 m

Hagelseel

Bachalpsee
2265 m

Sägistalsee
1937 m

Brünig-Luzern
Grimsel-Susten

Giessbach

Isetwald

Oberried

Brienz

Schwarzhorn
2928 m

Gemsberg

Schlitz

Oberjoch
2501 m

Hagelseel

Bachalpsee
2265 m

Sägistalsee
1937 m

Brünig-Luzern
Grimsel-Susten

Giessbach

Isetwald

Oberried

Brienz

Engelhörner

Oberlager

Oberjoch
2501 m

Hagelseel

Bachalpsee
2265 m

Sägistalsee
1937 m

Brünig-Luzern
Grimsel-Susten

Giessbach

Isetwald

Oberried

Brienz

Glecksteinhütte
SAC 2317 m

Vogelpark

Oberjoch
2501 m

Hagelseel

Bachalpsee
2265 m

Sägistalsee
1937 m

Brünig-Luzern
Grimsel-Susten

Giessbach

Isetwald

Oberried

Brienz

Milchbach

Oberlager

Oberjoch
2501 m

Hagelseel

Bachalpsee
2265 m

Sägistalsee
1937 m

Brünig-Luzern
Grimsel-Susten

Giessbach

Isetwald

Oberried

Brienz

Milchbach

Oberlager



MOUNTAINBIKE

MOUNTAIN BIKING



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 require a certain level of fitness – but thankfully there are always trains and cable cars that can take the strain out of many climbs. The views of the Eiger, Mönch and Jungfrau are 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 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 backroad 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 22km
Höhendifferenz Difference in altitude 1000m

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

Asphalt- und Forststrassen, einige kurze knifflige Singletrails.

Asphalted 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, you're in the right place. Paraglide 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 · 01.06.2024–31.10.2024
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 in Mürren and leads steeply downwards 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 Via Ferrata Mürren-Gimmelwald Association is grateful for any financial contribution. There are payment boxes along the via ferrata for voluntary contributions. Use of the zipline is only permitted when accompanied by a mountain guide and can be averted by crossing rope bridges.

MIETE AUSTRÜSTUNG EQUIPMENT RENTAL

Intersport Stäger Sport, Mürren CHF 25.00

GEFÜHRTE TOUREN GUIDED TOURS

Täglich Daily 9.10h und and 14.10h von Juni–Oktober
 Preis Price CHF 159.00/Person Person

Voraussetzungen: ab 50kg und mindestens 12 Jahre alt.
 Requirements: from 50kg and at least 10 years old.

KLETTERGARTEN RIGGLI

Nähe Nlear Schilthornhütte · Schwierigkeitsgrad Difficulty 4–6b
www.muerren.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 routes from 4 to 6b. To reach the climbing wall, 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 approximately 45 minutes you will reach a bench, follow the signs uphill from there.

WEITERE KLETTERSTEIGE MORE VIA FERRATAS

• grindelwald.swiss
 • outdoor.ch

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

ADRENALIN

ADRENALINE



SEILPARK INTERLAKEN

Kinder Children CHF31.00 · Erwachsene Adults CHF42.00
[· outdoor.ch](https://www.outdoor.ch)

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

The ropes 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 LÜTSCHINE

ab from CHF135.00 · 4h · [outdoor.ch](https://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 Brienzensee.

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 Lake Brienz.



CANYONING INTERLAKEN

ab from CHF135.00 · 3h · [outdoor.ch](https://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 CHF129.00 · 2.5h · [outdoor.ch](https://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 its own enough to weaken your legs, but then to step off into the abyss, freefall towards the ground and then scream at 120km/h between the canyon walls is just may be the scariest ride money can buy.



FALLSCHIRM SKYDIVE

www.skydiveinterlaken.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.

Täglich offen vom 29. März bis 3. November 2024

CH-3860 Meiringen
+41 33 971 40 48
www.aareschlucht.ch



Aareschlucht

Das Ausflugsziel bei jedem Wetter.

Mit der Gästekarte erhalten Sie
20 % Rabatt auf den Eintrittspreis.



 **Haslital**
BERNER OBERLAND



Geöffnet von Juni bis September

BERGHOTEL OBERSTEINBERG, Geschwister von Allmen, 3824 Stechelberg

ABENTEUER
ADVENTURE



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

GRINDELWALD SPORTS	T 033 224 07 01	→ outdoor.ch
--------------------	-----------------	--

TENNIS

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

WANDERN HIKING

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 Jungfrau region. For you, our guest, we have created a diverse list of activities for the whole family in and around Lauterbrunnen, Isenfluh and Stechelberg. More events are published at Lauterbrunnen Tourist Office or on 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. The Staubbachfall is illuminated in the evening during high season.



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 the 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.



JUNGFRAUJOCH TOP OF EUROPE

Jungfraubahn · Täglich Daily
· jungfrau.ch

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

In 2h the train takes you from Mürren to Lauterbrunnen–Wengen–Kleine Scheidegg up to the highest station in Europe into the glacier world of Jungfrauoch. Explore 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 · 25.05.–20.10.2024
· maennlichen.ch

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

From Wengen with the new 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.

Reach Kleine Scheidegg from Wengen within 30 minutes by train. 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 28.10.2024
 › 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.

Find your adventure on First: Flying-Fox versions First Flyer and First Glider, suspension bridge on the First Cliff Walk, the Mountain Carts or Trottbikes.



SCHYNIGE PLATTE

Schynige Platte-Bahn · Täglich Daily 15.06.–20.10.2024
 › 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 Brienzensee.

The cog railway climbs 1420m. Nature will impress you on the way: forests, alpine meadows, and the fantastic view of the famous Bernese Oberland landscape with the Lakes Thun and Brienz.

KLETTERSTEIG VIA FERRATA

MÜRREN-GIMMELWALD

**GEFÜHRTE TOUREN
GUIDED TOURS**

ab | from
CHF 169.–

Buche | Book online oder | or +41 33 224 07 01

OUTDOOR
BERGFÜHRER GRINDELWALD

lauberhorn.ch

LAUBER HORN

FIS Ski World Cup
+ Wengen

95. Internationale Lauberhorn- rennen Wengen

17.–19. Januar 2025



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, as well as books, documents and objects of historical, scientific, cultural and artistic significance to the Lauterbrunnen Valley.



GROSSE SCHEIDEGG

Grindelwald Bus - Täglich Daily Mai bis Oktober Mai to October

› 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.



AAESCHLUCHT MEIRINGEN AARE GORGE

Abendbeleuchtung floodlit illumination

jeden Fr & Sa vom 05.07. – 31.08.2024

Betriebszeiten Operating hours

29. März – 14. Juni 2024: 08.30 – 17.30 Uhr

15. Juni – 15. September 2024: 08.30 – 18.30 Uhr

16. September – 3. November 2024: 08.30 – 17.30 Uhr

› aaeschlucht.ch

Die Aareschlucht ist durchgehend begehbar, wenn beide Eingänge geöffnet sind.

The Aare Gorge is continuously accessible when both entrances are open.




Tierarztpraxis Waldegg
 Florastrasse 26
 3800 Interlaken
 Tel. 033 822 55 55
 vet-waldegg@hotmail.ch

Tierarztpraxis Waldegg



Wengen+Lauterbrunnen

Übrigens auch online erhältlich.




Dä vo hie!

Hergestellt im **Berner Oberland** 

Erhältlich in ausgewählten coop-Verkaufsstellen im Berner Oberland.




hr-kaffee.ch

AUSFLÜGE EXCURSIONS



ST. BEATUS-HÖHLEN ST. BEATUS CAVES

25.03. – 10.11.2024

› 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, formed over millions of years, inside the Niederhorn. Reachable by bus, boat or car.



FREILICHTMUSEUM BALLEMBERG OPEN-AIR MUSEUM

11.04. – 27.10.2024

› 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 old 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. Jeden Freitag beim alten Schulhaus von 13.30 Uhr bis 16.30 Uhr

Watch the lace makers at work and at the same time learn a little from the locals about the traditional lace making which has been practised here since 1670. Every Friday at the old schoolhouse from 1.30 p.m. to 4.30 p.m.



AKTIVITÄTEN ACTIVITIES



AKTIVITÄTEN

Kühlen Sie sich vor einmaliger Aussicht nach einer Wanderung im Schwimmbad ab, trainieren Sie in unserem Fitnessraum oder spielen Sie eine Runde Minigolf oder Tennis bei unserer Sportanlage.

ACTIVITIES

Cool down with an excellent view from our swimming pool, work out in our gym or play minigolf or tennis at the 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. Kurzfristige Schliessung des Bades bei schlechten Witterungsverhältnissen vorbehalten. Direkt beim Schwimmbad stehen keine Parkplätze zur Verfügung.

PREISE

ERWACHSENE

Einzeleintritt	CHF 8.–
Saisonabonnement	CHF 80.–

KINDER

Einzeleintritt	CHF 6.–
Saisonabonnement	CHF 60.–

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 and is heated to a temperature of 23 degrees. There are different water toys and a water slackline for free usage.

Open from the beginning of June to approx. beginning of September, depending on the weather. In bad weather the swimming pool may be closed at short notice. No parking spaces available directly at the pool.

PRICES

ADULTS

Entrance fee	CHF 8.–
Season ticket	CHF 80.–

CHILDREN

Entrance fee	CHF 6.–
Season ticket	CHF 60.–

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

MINIGOLF

Mitte Mai–Ende Oktober
mid May–end October

Die Minigolfanlage mit einem Imbiss-Restaurant befindet sich bei der Sportanlage Eyelti unterhalb der Kirche. Hier können sich Jung und Alt in ihren Ballkünsten messen. Die genauen Öffnungszeiten sind vor Ort angeschrieben.

The minigolf course with a snack-restaurant 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–Ende Oktober
mid May–end October

Die Tennisanlage mit einem Imbiss-Restaurant 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 with a snack-restaurant is also 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.

FITNESSRAUM / GYM

› www.lauterbrunnen.swiss

Der Fitnessraum von Lauterbrunnen Tourismus befindet sich bei der Sportanlage Eyelti im oberen Stock. Tickets können im Tourismusbüro oder bei der Sportanlage gekauft werden.

The gym of Lauterbrunnen Tourism is located on the upper floor of the Eyelti sports complex. Tickets can be purchased at the Tourist Office or at the sports centre.

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 and the Jungfrau and their glaciers.

LINKS

› www.lauterbrunnen.swiss

› www.stechelberg.ch

› www.isenfluh.ch

We take care of our environment!



Drohnen verboten
Drones forbidden
يُحظر استخدام الطائرات المسيرة



Motor abstellen
Switch off engine
أطفئ المحرك



Privatsphäre respektieren
Respect privacy
احترم الخصوصية



Fahrverbote beachten
Observe driving restrictions
التزم بحظر السير



Abfall nicht hinterlassen
Please take your litter with you
لا تترك القمامة



Nur vorgesehene Picknickstellen nutzen
Only use designated picnic areas
لا تستخدم إلا المناطق المخصصة للتنزه



Nicht auf Bahnübergängen stoppen
Do not stop on level crossings
لا تتوقف عند معابر الطرق المستوية



Camping nur auf den Campingplätzen
Camping only on the campsites
التخييم في الأماكن المخصصة للتخييم فقط



LAUTERBRUNNEN

STAUBBACHFALL

GASTRONOMIE
GASTRONOMY



» 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
IMBISS / SNACK RESTAURANT SPORTANLAGE EYELTI	T 033 855 35 33	» www.lauterbrunnen.swiss

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.lobhornhuetten.ch
RESTAURANT SULWALDSTÜBLI	T 033 855 12 51	» www.sulwaldstuebli.ch

#hiddengem

#beautiful #natural
#mountainparadise
#offthebeatentrack

#authentic #historical
#farmersvillage
#intheswissalps

#cozy #familiar
#vacationhome
#abovelauterbrunnenvally



Esthers GUESTHOUSE
Gimmelwald

T +41 33 855 54 88 | www.esthersguesthouse.ch

UNTERKÜNFTE

ACCOMMODATION

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 to spend 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



Wunderwelt im Fels

Wonderland in the rock

GANZJÄHRIG
GEÖFFNET
OPEN ALL
YEAR

Ticket-Shop



» 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

ROTSOCKHÜTTE T 033 855 24 64 > www.rotstockhuette.ch

Täglicher Fahrbetrieb
ins Wandergebiet • Themenweg • Monstertrotti •
Sulwald-Stübli mit Sonnenterrasse

Isenfluh – Sulwald

Luftseilbahn
Télécabine
Cablecar **UIS** Tel. 033 855 22 49
www.isenfluh.ch

VORSCHAU WINTER

WINTER PREVIEW

VORSCHAU WINTER
WINTER PREVIEW



95. INT. LAUBERHORNRENNEN

17.01 – 19.01.2025 · 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 this spectacular race, but also to enjoy the sociable atmosphere during this event.



81. INT. INFERNO RENNEN MÜRREN

22.01. – 25.01.2025
· 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, a 14.9 km course from the Schilthorn–Piz Gloria down to Lauterbrunnen (difference in altitude 2170m).

Swiss Skyline

Eiger . Mönch . Jungfrau

Schilthorn
Piz Gloria



www.schilthorn.ch