

Sabrina Bigler & Lea Seiler

30 WANDERUNGEN
IN DER SCHWEIZ,
DIE MAN
**EINMALIM
LEBEN**
GEMACHT HABEN MUSS



DROSTE




AKTIV – ERLEBNISREICH – UNVERGESSLICH



Sabrina Bigler/Lea Seiler


30 WANDERUNGEN
IN DER SCHWEIZ,
DIE MAN
**EINMAL IM
LEBEN**
GEMACHT HABEN MUSS

DROSTE




gelb: Wanderwege

Allgemein zugängliche Wege; keine besonderen Anforderungen.



weiß-rot-weiß: Bergwanderwege

Teils unwegsames Gelände; überwiegend steil und schmal, z. T. exponiert; schwierige Passagen mit Seilen oder Ketten gesichert; Wandernde müssen trittsicher und schwindelfrei sein.




weiß-blau-weiß: Alpinwanderwege

Anspruchsvolle Bergwanderwege; z. T. wegloses Gelände oder Fels mit kurzen Kletterstellen; Wandernde müssen trittsicher und schwindelfrei sein; Erfahrung im Klettern unter Zuhilfenahme der Hände erforderlich.



pink: Winterwanderwege

Allgemein zugängliche, präparierte und kontrollierte Wege; entspricht dem technischen Anspruch eines gelb markierten Wanderwegs.



pink mit Schneeschuh-Symbol: Schneeschuhroute

Allgemein zugänglich und für mit Schneeschuhen gehende Personen bestimmt; meist abseits präparierter Wege, nicht gespurt; besonders schwierige Passagen i. d. R. gesichert.



ÜBERSICHTLICH

AKTIV ... ERLEBNISREICH ... UNVERGESSLICH

- | | |
|---|----|
| 1. Terrasses de Lavaux | 9 |
| Durch die Weinberge oberhalb des Genfersees | |
| 2. Chemin du Gruyère | 15 |
| Schoki-Käse-Wanderung in Gruyère | |
| 3. Rundweg Creux du Van | 21 |
| Zum Grand Canyon der Schweiz | |
| 4. Jura-Höhenweg | 27 |
| Überquerung der Jurakette | |
| 5. Aufstieg zur Lämmerenhütte | 33 |
| Über eine alpine Aue von nationaler Bedeutung | |
| 6. Seenweg Zermatt | 39 |
| Am Fuße des Matterhorns | |
| 7. Lötschberger Südrampe | 45 |
| Wanderklassiker im Wallis | |
| 8. Stockalperweg | 51 |
| Auf Säumers Spuren am Simplonpass | |
| 9. Höhenweg Aletschgletscher | 57 |
| Über einen Kamm oberhalb des Eisstroms | |
| 10. Rundweg Fafleralp | 63 |
| Farbenprächtige Route hoch zur Anenhütte | |
| 11. Rundweg Gantrisch | 69 |
| Passwanderung am Rand der Berner Voralpen | |
| 12. Passweg Hohtürli | 75 |
| Auf der Königsetappe der Via Alpina | |
| 13. Höhenweg Mürren | 81 |
| Eiger, Mönch und Jungfrau als stete Begleiter | |
| 14. Rundweg Lobhörner | 87 |
| Die Dolomiten der Schweiz | |
| 15. Aufstieg zum Niederhorn | 93 |
| Schneeschuhtour oberhalb des Thunersees | |

- | | |
|---|-----|
| 16. Begehung der Schrattenfluh Durch karstige Mondlandschaft hoch zum Hengst | 99 |
| 17. Überquerung des Seewligrats Karibik-Feeling im Urner Hochgebirge | 107 |
| 18. Überschreitung des Brisens Abenteuer auf der Gratwanderung | 113 |
| 19. Weg der Schweiz Fjordähnliche Landschaft am Urnersee | 119 |
| 20. Aufstieg zum Grossen Mythen Über 47 Kehren hoch zum Gipfel | 125 |
| 21. Säumerweg Chrüzlipass Wanderung über das Gotthardmassiv | 131 |
| 22. Rundweg auf der Rigi Die Königin der Berge im weißen Winterkleid | 137 |
| 23. Naturlehrpfad Tremorgio Rundwanderung auf dem Boden des Urmeeres | 145 |
| 24. Im Val Verzasca Smaragdgrüner Fluss mit steinigen Bogenbrücken | 151 |
| 25. Aufstieg zum Chäserrugg Über Karstfelder hoch zum Churfürsten-Gipfel | 157 |
| 26. Blüten-Sepp Blueschtwanderung in „Mostindien“ | 163 |
| 27. Aufstieg zum Segnespass Quer durch die Tektonikarena Sardona | 169 |
| 28. Durchquerung des Flimserwalds Via türkisfarbenen Caumasee zur Rheinschlucht | 175 |
| 29. Aufstieg zur Chamanna Boual Wo der Herbst auf Gletschereis trifft | 181 |
| 30. Aufstieg zum Crap da Radons Schneeschuhtour mit Aussicht aufs Gipfelmeer | 187 |

**Willkommen im
Wanderparadies Schweiz**



Liebe Wander- begeisterte,

einen Wanderführer mit den schönsten 30 Touren in der Schweiz zu schreiben, stellt schon zu Beginn eine große Herausforderung dar: Wie sollen wir uns entscheiden können ob der unzähligen Routen, welche die Schweiz durchziehen? Über 65.000 Kilometer Wege – davon ca. 22.000 Bergwanderwege – warten darauf, entdeckt zu werden. Dazu kommt, dass das Wegenetz verlockend vielseitig ist. Nicht nur hohe und aussichtsreiche Berggipfel wollen bestiegen werden, auch Grate wollen mutig überquert, hügelige Landschaften durchschritten, UNESCO-Welterbestätten bestaunt und türkisfarbene Bergseen besucht werden. Hinzu kommt, dass die vier Jahreszeiten dank ihrer starken Ausprägungen frühlingshafte Einsteigertouren im Flachland, sommerliche Zweitagestouren in alpinem Gelände, weitsichtige Panoramarouten durch ein herbstliches Farbenspektakel und pulvriges Stapfen im Winterwunderland Schweiz erlauben.

Eine Einigung haben wir nach zahlreichen durchgeführten Wanderungen und noch mehr Diskussionen rund um diese erzielt. Das Resultat davon halten Sie in den Händen: den Wanderführer mit den 30 schönsten und abwechslungsreichsten Wanderungen in der Schweiz!

Erwandern Sie zusammen mit uns die schönsten Ecken in einem Land voller „Chäs, Schoggi und Bärge“: Wanderschuhe geschnürt und los geht's!

Herzlichst

Sabrina Bigler
Lea Seiler

Traumkulisse Terrassen de Lavaux



Durch die Weinberge oberhalb des Genfersees

Ein Erlebnis für alle Sinne: Die Wanderung durch das UNESCO-Welterbe „Terrasses de Lavaux“ von Saint-Saphorin nach Lutry liefert dank Degustationsmöglichkeiten Weinliebhabern und Weinliebhaberinnen eine wahre Gaumenfreude. Für das Auge verleihen Einblicke in traditionelle Winzerdörfer, Ausblicke auf den grenzenlos erscheinenden Genfersee und in die ferne Bergwelt der Savoyer Alpen dieser genussreichen Wanderung einen runden Abgang.

Ausgangspunkt unserer Halbtageswanderung ist das Städtchen Saint-Saphorin, welches zwischen Lausanne und Vevey gelegen

Terrasses de Lavaux

Durch die Weinberge oberhalb des Genfersees

optimal mit öffentlichen Verkehrsmitteln erreichbar ist, darunter auch mit dem Schiff. Hier nehmen wir uns Zeit und bestaunen das charakteristische Winzerdorf am Fuße des Mont Pèlerin mit seinen engen Gassen, den einladenden Gaststätten, die lokale Spezialitäten anbieten, und dem markanten Kirchturm. Letzterer hat es übrigens zu ein klein wenig Berühmtheit gebracht – auf vielen Weinetiketten prangt er quasi als Leuchtturm dieser Gegend.

Mit dem Wissen, dass auf unserer Wanderung noch einige weitere charmante Winzerdörfer folgen, beginnen wir unseren Fußmarsch in Richtung Lutry auf dem gut ausgeschilderten und leider größtenteils asphaltierten Wanderweg „Terrasses de Lavaux“. Der Ausblick auf die uns umgebende überwältigende Landschaft lenkt vom wanderfeindlichen Untergrund ab. Uns erwartet eine reizvolle Durchquerung der weltweit bekannten terrassierten Weinberge. Diese wurden ab dem 12. Jahrhundert von Zisterzienser-Mönchen in mühseliger Arbeit am nordöstlichen Ufer des Genfersees angelegt und gehören seit dem Jahre 2007 zum **Welterbe der UNESCO**. Ausschlaggebend für die Eintragung in die Liste des Weltkulturerbes waren nicht nur die

TERRASSIERT

TERRASSES DE LAVAUX

von Menschenhand angelegten Terrassen und Rebberge, sondern auch die sicht- und spürbare harmonische Einheit zwischen Mensch und Natur. Das Gebiet ist mehr als 800 Hektar groß und gilt somit als eines der größten zusammenhängenden Weinbaugebiete der Schweiz. Das Klima hier am Genfersee ist für die Weinreben optimal. Die direkte Sonneneinstrahlung, die Reflexion der Sonnenstrahlen von der riesigen Wasserfläche und die nächtliche Abstrahlung der sich in den zahlreichen Steinmauern der Weinberge tagsüber gestauten Wärme tragen zu einer guten Traubenqualität bei. Die Sonne spüren übrigens nicht nur die Weintrauben, sondern auch wir, denn an einem schönen Sommertag wird es in den Reben drückend heiß. Schnell würden wir bei fehlendem Sonnenschutz so gefärbt wie rote Trauben. Wir sollten deshalb genügend Flüssigkeit (besser nicht Wein) und einen geeigneten Sonnenhut mit uns führen. Erfrischendes Wasser können wir übrigens mit gutem Gewissen an

INFO

Unterwegs informieren spannende Schautafeln über die Weinregion.

„Magnifique“, würde man hierzu sagen



Durch die Weinberge oberhalb des Genfersees

jedem Dorfbrunnen trinken und abfüllen, außer es wird explizit davon abgeraten. Sowieso empfehle ich den Herbst als optimale Wanderzeit. Nicht nur, weil die Sonne nicht mehr ganz so intensiv scheint, sondern auch weil die Reben nun in **goldgelben Herbstfarben** einen eindrucklichen Kontrast zum blauen Genfersee und den gegebenenfalls schon weißen Bergspitzen der Alpen abgeben. Zudem beginnt im Frühherbst die Lese der Trauben und bietet die Möglichkeit, dem emsigen Treiben der Traubenernte zuzuschauen. Die Weinlese in den abschüssigen Rebbergen ist trotz vermehrtem Einsatz von kleinen Rebtraktoren und vereinzelt Helikoptern zum Abtransport der gefüllten Behälter noch immer knochenharte Handarbeit und das alt-hergebrachte Prinzip des Anbaus der Reben ist unverändert geblieben. Die Trauben werden von den vielen meist freiwilligen Helfern und Helferinnen von Hand geschnitten, in Kisten gesammelt und anschließend zu den Traktoren getragen.

Unabhängig von der Jahreszeit wandern wir beeindruckt und entzückt von den malerischen Weinreben weiter in Richtung des nächsten Städtchens Rivaz. Bevor wir dort ankommen, sehen wir unter uns das wunderschön am Seeufer gelegene Château de Glérolles, das sich in Privatbesitz befindet. In Rivaz lohnt sich ein Abstecher ins **Weinerlebniszentrum „Vinorama“**. Im modernen Gebäude werden Hintergrundinformationen zum Weinbau multimedial vermittelt und bei Interesse stehen über 250 lokal erzeugte Weine zum Verkauf. **Weinverkostungen** sind möglich, vom Kauf zu vieler Flaschen rate ich zum jetzigen Zeitpunkt ab, außer jemand trägt gerne die schweren Weinflaschen durch die Rebberge. Wir verlassen Rivaz und sind nun mittendrin im Herzen des Lavaux. Wir wandern auf Serpentinaen im steten Auf und Ab vorbei an den hübschen kleinen Ortschaften Epesses, Riex und Grandvaux. Dabei bieten sich viele Aussichtspunkte und lauschige Rastmöglichkeiten an. Zur Zeit der Weinlese sind die Dörfchen von viel Leben erfüllt. Zwischendurch sehen wir

Das macht die Tour einzigartig!

Traumkulisse am Genfersee

Typische Winzerdörfer

Weindegustationen

TERRASSIERT

TERRASSES DE LAVAUX

am oberen Rand des Lavaux immer wieder Züge vorbeifahren, welche von der Deutschschweiz nach Lausanne fahren. Aus eigener Erfahrung bin ich mir sicher, dass sich im Moment, wo der Zug aus dem Tunnel bei Puidoux herausfährt und die Reisenden erstmals das gleißende Licht des Genfersees und die Terrassen erblicken, jemand im Inneren des Zuges die Nase platt drückt aufgrund **der herrlichen Kulisse**, welche sich einem eröffnet.

Auf dem weiteren Weg sind „Pintes“ (kleine Waadtländer Restaurants) und „Caveaux“ (Weinkeller) zu entdecken, welche zu Verkostungen einladen. Die verbreitetste Rebsorte ist der Gutedel – hier besser bekannt als „Chasselas“. Der daraus gewonnene Weißwein hat in der Regel einen geringen Alkoholgehalt zwischen 11,5 und 12,5 Prozent – optimal, um unsere Wanderung noch stilsicher beenden zu können. Im Herbst empfehle ich zudem, den erfrischenden Traubensaft zu trinken. Wer eher hungrig unterwegs ist, der wird in den rustikalen Pintes auch auf seine Kosten kommen. Vom deftigen Waadtländer Nationalgericht Papet Vaudois (ein traditioneller Eintopf mit Lauch und Kartoffeln, dazu eine Kohlwurst) bis zu den leicht gebackenen „Filets de Perche“ (Flussbarsch oder Egli) aus dem See stehen vielseitige Speisen im Angebot.

Allenfalls leicht angeheitert marschieren wir nun weiter bis zu unserem Endziel Lutry. Wer ein Gläschen zu viel getrunken hat, dem ist allenfalls das Glück hold. Sofern es denn gerade vorbeituckert, kann er/sie das straßengebundene Touristenzüglein „Lavaux Express“ besteigen und sich in ihm statt auf eigenen Beinen an die Ufer des Genfersees hinunterchauffieren lassen. In Lutry genießen wir noch ausgiebig die **Riviera und das mediterrane Flair des Genfersees**. Für den Nachhauseweg bietet Lutry dank des guten Anschlusses ans Bus- und Zugnetz mehrere Möglichkeiten. Bei einem guten Timing können wir sogar den historischen Schaufelraddampfer „La Suisse“ besteigen, welcher elegant im Wasser liegend wahlweise in Richtung Lausanne oder Montreux gleitet. Und in diesem Fall stehen wir ganz bestimmt draußen an Deck und verabschieden uns leicht melancholisch von der unglaublichen Kulisse des UNESCO-Weltkulturerbes Lavaux. Die gemütliche Wanderung ist wahrhaftig ein vollmundiges Menü.

FAZIT

Eine entspannte Wanderung inmitten von Weinreben und mit stetem Blick auf den Genfersee und die umliegenden Berge. Besonders im Herbst sind die Lavaux-Terrassen nicht nur für den Gaumen, sondern auch für die Augen ein Spektakel sondergleichen.

GUT ZU WISSEN

1

VON: Saint-Saphorin

BIS: Lutry

LÄNGE: 11 Kilometer

HÖHENMETER: 400 (hoch und hinunter)

ETAPPEN: 1

MARKIERUNG: gelb

HÖCHSTER PUNKT: Aran, 465 Meter

DAS BRAUCHE ICH:

- viel Flüssigkeit und Sonnenschutz bei sonnigem Wetter
- etwas im Magen für eine eventuelle Weindegustation

Abenteuer 

Natur 

Schwierigkeit 

Durch malerische
Winzerdörfer

