

Wanderpass | Hiking pass

Gültig auf allen Bergbahnen und Ortsbussen (während der Bahnsaison) von Adelboden sowie auf der Luftseilbahn Elsigenalp. Valid for all cableways and local buses in Adelboden (during the cablecar season time), including cableway Elsigenalp.

Wanderpass Hiking pass	Normaltarif	† (6–15)
	CHF	CHF
1 Tag 1 day	37.–	20.–
2 Tage 2 days	64.–	36.–
3 Tage 3 days	87.–	49.–
4 Tage 4 days	108.–	61.–
5 Tage 5 days	122.–	69.–
6 Tage 6 days	140.–	79.–
13 Tage 13 days	192.–	110.–
14 Tage 14 days	198.–	113.–

Saisonabonnement Sommer 2011 | Season pass summer 2011

	313.–	179.–
--	-------	-------

Ermässigungen für Familien, Senioren, Einheimische, mit Halbtax oder GA (nur 1 und 2 Tage); Gruppen ab 10 Personen auf Voranmeldung. Weitere Tarife auf Anfrage.

Reduced prices (fares) for families, senior citizens, residents, with Halbtax or GA (only 1 and 2 days); groups of more than 10 people on reservation. Further rates on request.

Tarifbestimmungen | Tariff Conditions
Alle Tarife sind inkl. MwSt. Angaben, Schlechtwetter, unvorhergesehene Abreise, Betriebsunterbrüche (Infolge Witterungsverhältnisse oder technischer Art) geben keinen Anspruch auf Rückerstattung. Verlängerung oder Umtausch des Tickets. Alle Karten sind persönlich und nicht übertragbar. Keine Kumulation von Rabatten. Unkorrektes Benehmen und missbräuchliche Benutzung haben den sofortigen Entzug ohne Entschädigung und unter Umständen eine Busse zur Folge. Irrtum, Änderungen und Auslassungen vorbehalten. Im Übrigen gelten die Bestimmungen der Bergbahnen in Adelboden-Frutigen.
All tariffs incl. VAT. Prices. No entitlement to refunds, extensions or exchange of passes in the event of bad weather, early departure, interruption of service (due to adverse weather conditions or technical failure). Discounts are not cumulative. Improper conduct or wrongful use may result in immediate confiscation without right to compensation and a possible fine. No liability accepted for error, omissions or changes. Terms and conditions of the Adelboden cableways otherwise apply.

Wanderpass und Punktekarte nicht gültig. Alle Kurse mit Umsteigen in Achseten Post, nur auf Anmeldung beim Busshalter oder Chauffeur. Voranmeldung Gruppen bei Elsigenalp-Bahnen, Tel. +41 33 671 33 33

Elsgen–Metsch
Saison Season 28.5.–23.10.2011
<div> Elsigbach–Elsigenalp</div> <div>Mai/Juni/September May/June/September 8.15–17.00 h</div> <div>Juli/August July/August 8.15–17.30 h, Oktober October 9–17 h</div> <div> ohne Anmeldung without reservation</div>

Prächtige Aussichten auf dem Elsighorn. Je höher Sie hinaufsteigen, umso toller werden die Aussichten. Die Berner Alpen sind zum Greifen nah, der Thunersee liegt zu Füssen, in der Ferne sind die Jurahöhen und bei klarer Sicht ist sogar der Schwarzwald zu sehen. Im Winter über 28 km präparierte Skipisten, Kleinod für Kenner. The higher you get the better the beautiful views: the Bernes Alps, the lake of Thun, the Jura and even the Black Forest. In winter more than 28 km of prepared pistes. Perfect for families.

Erlebnistipps | Experiences
– Brandsee, Elsigseelein, Elsighorn (Baden auf eigene Verantwortung) | (Bathing at your own risk)
– Käsereibesichtigungen (Juli/Aug.)
– Visit the cheesemakers (July/Aug.)
– Tag der offenen Sennhütten und Bergdorfet (14.8.2011)
– Day of the open farm houses (14.8.2011)

Hitangebote | Hit offer
Gegen Vorweisung des Luftseilbahnbilletts gibt’s am gleichen Tag im Gasthaus Elsigbach Kaffee und Meringues zum Spezialpreis von CHF 7.– oder im Berghaus Elsigenalp ein Café-Spezial zum Preis von CHF 5.–.
Showing your cableway ticket you’ll get at the same day in the restaurant Elsigbach Coffee and meringues CHF 7.– special price or in the mountain restaurant Elsigenalp: a special coffee for CHF 5.–.

Gastronomie am Berg | Mountain restaurants
– Berghaus Elsigenalp, Tel. +41 33 671 10 26
– Elsighütte, Tel. +41 33 671 46 80 (geöffnet während Alpzeit)
(Open during summer grazing season)
– Gasthaus Elsigbach, Tel. +41 33 671 13 45 (Mittwoch und Donnerstag Ruhetag) (Wednesday and Thursday closed)

Anreise | Arrival
Öffentliche Verkehrsmittel Sommer: Bus Frutigen–Adelboden ab Bahnhof Frutigen bzw. Bus Adelboden–Frutigen bis Achseten mit Anschluss an Pendelbus Achseten–Elsigbach.
Public transportation in summer: bus Frutigen–Adelboden dep. from train-station Frutigen or bus Adelboden–Frutigen to Achseten with connection to shuttle bus Achseten–Elsigbach.

Tarife | Rates
Elsigbach–Elsigenalp (Bergfahrt) | ride up (one way up)
† CHF 14.– † CHF 7.50 (mit Juniopass gratis)
Retour | ride up and down (return)
† CHF 18.– † CHF 9.50 (mit Juniopass gratis)

Elsigenalp-Bahnen
Tel. +41 33 671 33 33, www.elsigen-metsch.ch



Elsgen

Fahrplan Busse (Auszug) Timetable Buses (extract)					
Adelboden–Gilbach–Geils 11.6.–16.10.2011 alle Kurse Tel. +41 33 673 10 66	0830	0930	1030	1130	1330 1430 1530 1630
Adelboden, Bus-Station ab dep.	0835	0935	1035	1135	1335 1435 1535 1635
Gilbach, Des Alpes ab dep.	0840	0940	1040	1140	1340 1440 1540 1640
Bergläger ab dep.	0850	0950	1050	1150	1350 1450 1550 1650
Geils an arr.	0900	1000	1100	1300	1400 1500 1600 1700
Bergläger ab dep.	0910	1010	1110	1310	1410 1510 1610 1710
Gilbach, Des Alpes ab dep.	0915	1015	1115	1315	1415 1515 1615 1715
Adelboden, Bus-Station an arr.	0925	1025	1125	1325	1425 1525 1625 1725
Wanderpass und Tageskarte Silleren/Hahnenmoos gültig, Einzelbillette bitte direkt im Bus lösen. Voranmeldung Gruppen am Vortag bis 17 Uhr. E. Portenier AG, Tel. +41 33 673 10 66, www.portenier-carreisen.ch					

Ausserschwand–Bus-Station–Oey–Boden–Unter dem Birg (Engstligenalp) 26.4.–10.12.2011 einzelne Kurse Disp. Tel. +41 33 673 74 74
Ausserschwand, Schulhaus ab | dep. 0845 0945¹² 1045 1145¹² 1305 1405¹² 1505¹² 1605 1705 18.05¹²
Adelboden, Bus-Station ab | dep. 0755 0855¹² 0955 1055¹² 1155 1315 1415¹² 1515¹² 1615 1715¹²
Mineralquelle ab | dep. 0757 0857¹² 0957 1057¹² 1157 1317 1417¹² 1517¹² 1617 1717¹²
Dürrenegge ab | dep. 0759 0859¹² 0959 1059¹² 1159 1319 1419¹² 1519¹² 1619 1719¹²
Boden, Wendeplatz ab | dep. 0805 0905¹² 1005 1105¹² 1205 1325 1425¹² 1525¹² 1625 1725¹²
Unter dem Birg an | arr. 0813 0913¹² 1013 1113¹² 1213 1333 1433¹² 1533¹² 1633 1733¹²
Unter dem Birg ab | dep. 0815 0915¹² 1015 1115¹² 1235 1335 1435¹² 1535¹² 1635 1735¹²
Boden, Wendeplatz ab | dep. 0823 0923¹² 1023 1123¹² 1243 1343 1443¹² 1543¹² 1643 1743¹²
Dürrenegge ab | dep. 0825 0925¹² 1025 1125¹² 1245 1345 1445¹² 1545¹² 1646 1746¹²
Mineralquelle ab | dep. 0828 0928¹² 1028 1128¹² 1248 1348 1448¹² 1548¹² 1648 1748¹²
Adelboden, Bus-Station ab | dep. 0835 0935¹² 1035 1135¹² 1255¹² 1355¹² 1455¹² 1555 1655 1755¹²
Ausserschwand, Schulhaus an | arr. 0843 0943¹² 1043 1143¹² 1303¹² 1403¹² 1503¹² 1603 1703 1803¹²
¹² 26. April – 8. Mai 2011, 11. Juni – 16. Oktober 2011, 10. Dezember 2011
Wanderpass während Bahnsaison gültig, Einzelbillette bitte direkt im Bus lösen. Voranmeldung Gruppen am Vortag bis 17 Uhr.
Automobilverkehr Frutigen-Adelboden AG, Tel. +41 33 673 74 74, www.afa-busbetrieb.ch

Adelboden/Frutigen–Achseten–Elsigbach (Elsigenalp) 28.5.–23.10.2011

Adelboden, Bus-Station ab | dep. 0750 0850 0950 1050 11.50 1250 1350 1450 1550 1650
Frutigen Bahnhof ab | dep. 0731 0831 0931 1031 11.31 1231 1313 1431 1531 1631
Achseten ab | dep. 0805 0905 1005 1105 11.50 1305 1405 1505 1605 1705
Elsigbach an | arr. 0815 0915 1015 1115 1315 1415 1515 1615 1715
Elsigbach ab | dep. 0835 0935 1035 1135 1335 1435 1535 1635 1735¹²
Achseten an | arr. 0845 0945 1045 1145 1345 1445 1545 1645 1745¹²
Frutigen Bahnhof an | arr. 0922 1022 1122 1222 1422 1522 1622 1722 1822
Adelboden, Bus-Station an | arr. 0903 1003 1103 1203 1403 1503 1603 1703 1803
¹² 1. Juli – 28. August 2011

Wanderpass und Punktekarte nicht gültig. Alle Kurse mit Umsteigen in Achseten Post, nur auf Anmeldung beim Busshalter oder Chauffeur. Voranmeldung Gruppen bei Elsigenalp-Bahnen, Tel. +41 33 671 33 33

Silleren–Hahnenmoos
Saison Season 11.6.–23.10.2011
<div> Oey–Adelboden</div> <div>Montag–Samstag 9–17 h, Sonntag 8–17 h, mind. alle 15 Min.</div> <div>Monday–Saturday 9–17 h, Sunday 8–17 h, at least every 15 min</div> <div> ohne Anmeldung without reservation</div>

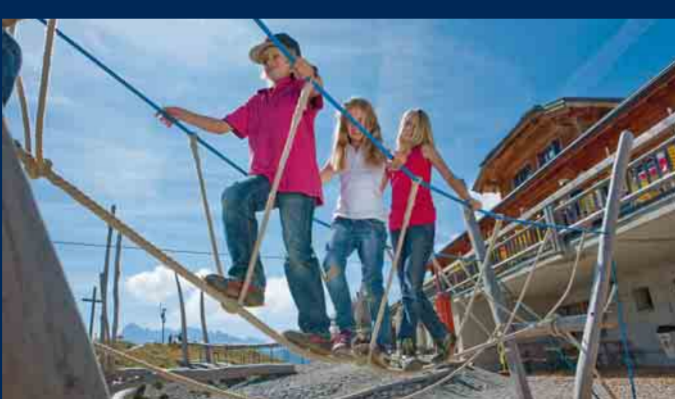
Oey–Bergläger–Sillerenbühl
Montag–Samstag 9–17 h, Sonntag 8–17 h
Station Eselmoos geschlossen
Monday–Saturday 9–17 h, Sunday 8–17 h
Station Eselmoos closed
 ohne Anmeldung | without reservation

Geils–Hahnenmoos
Montag–Sonntag 8.50–16.50 h | Monday–Sunday 8.50–16.50 h

Adelboden–Gilbach–Bergläger–Geils

Erlebnistipps | Experiences
– Trottiland mit 45 km markierten Abfahrten
– Blumenweg Hahnenmoos-Sillerenbühl; alpine Flora und herrliches Panorama auf einfachem Wanderweg
– Sillerenbühl Restaurants: jeden Sonntag reichhaltiges Frühstücksbuffet und volkstümliche Live-Musik; grosser Erlebnis-Spielplatz.
– Sillere-Päckli: Menu und Getränk zum Fixpreis von nur CHF 19.95
– Scooter land with 45 km routes
– Floral mountain trail: Hahnenmoos-Sillerenbühl: alpine flowers and stunning views along the way.
– Sillerenbühl restaurants: each Sunday large breakfast buffet and live Swiss folk music; big playground for children.
– For the price of only CHF 19.95, you get a menu with beverage.

Hitangebote (gültig Montag–Samstag) |
Senioren-Hit: Bahn-Tageskarte, Tagesteller
Hit offers (monday–saturday): Seniors-Hit: 1-day ticket mountain transport Silleren–Hahnenmoos, lunch
CHF 37.– pro Person | per person
(F > 64, M > 65 Jahre | years



Spielplatz



Sillerenbühl Restaurants

Events Sommer 2011 (Auszug) | Events Summer 2011 (extract)

10.6. Bärgrächniq (Bergrechnung) Adelboden
Herdman’s Audit

19.6. Geschenker Tag – Bahn fahren für nur CHF 10.–
Tschanten, Engstligen, Elsgen; gilt nicht für Silleren-Hahnenmoos | Day of Joy – Use the cableways for only CHF 10.– Tschanten, Engstligen, Elsgen; not valid for Silleren-Hahnenmoos

18./19.6. Wandernacht Tschanten
Night Walking Tschanten

Ende Juni Alpaufzug Engstligenalp (witterungsabhängig)
Cattle procession Engstligenalp (weather permitting)

3.7. Tschentendorfet mit Jodlerclub Adelboden

4.7.–21.8. 8. Alpine Wellness Tage Adelboden
8th Alpine Wellness Days Adelboden

9.7. 5. Gauklerfestival Adelboden
5th Street Artists Festival Adelboden

9./10.7. Drehorfestival Engstligenalp/Dorf
Hurdy-Gurdy Festival Engstligenalp

17.7. 8. Vogellisi Berglauf Adelboden-Silleren
8th Vogellisi mountain trek Adelboden-Silleren

24.7. Bergdorfet im Berghaus Bärtschi Engstligenalp
Bergdorfet in the Berghaus Bärtschi Engstligenalp

1.8. 1.-August-Feier mit Festumzug und Feuerwerk in Adelboden | National Holiday with fireworks in Adelboden

14.8. Tag der offenen Sennhütten Elsigenalp/Frutigen
Day of the open farm houses

14.8. Engstligschwinget
Engstlig Swiss-style wrestling

Wanderpass und Punktekarte nicht gültig. Alle Kurse mit Umsteigen in Achseten Post, nur auf Anmeldung beim Busshalter oder Chauffeur. Voranmeldung Gruppen bei Elsigenalp-Bahnen, Tel. +41 33 671 33 33

TschantenAlp
Saison Season 2.6.–23.10.2011
<div> Adelboden–TschantenAlp</div> <div>9–17 h, täglich alle 20 min Daily every 20 min</div> <div>Monday–Saturday 9–17 h, Sunday 8–17 h, at least every 15 min</div> <div> ohne Anmeldung without reservation</div>

Gastronomie am Berg | Mountain restaurants
– Sillerenbühl Restaurants, Tel. +41 33 673 38 40
– Berghotel Hahnenmoospass, Tel. +41 33 673 21 41
– Restaurant Aebi, Tel. +41 33 673 13 56 (offen ab 10.9.2011)
(Open from September 10, 2011 on)
– Restaurant Geilsbrüggli, Tel. +41 33 673 21 71 (Dienstag und Mittwoch Ruhetag) (Tuesday and Wednesday closed)

Tarife | Rates
Tageskarte Silleren–Hahnenmoos gültig auf Gondelbahn Silleren, Dorfbahn, Gondelbahn Hahnenmoos, Bus Bergläger–Geils für unbeschränkte Anzahl Fahrten während einem Tag.
1-day ticket Silleren–Hahnenmoos valid on cableway Silleren, cableway Dorf, cableway Hahnenmoos, bus Bergläger-Geils for unlimited number of rides on one day.
† CHF 32.– † CHF 18.60

ermässigt (mit Halbtax, GA, Familien, Senioren) | Reduced
† CHF 28.– † CHF 15.50

Weitere Tarife und Einzelfahrten auf Anfrage.
Further rates and single fares on request.

Bergbahnen Adelboden AG
Tel. +41 33 673 90 90, www.adelboden-silleren.ch

Gastronomie am Berg | Mountain restaurants
Bergrestaurant TschantenAlp, Tel. +41 33 673 16 53

Tarife | Rates
Gruppenumlaufbahn TschantenAlp ab Talstation Tschanten
Cableway TschantenAlp dep. station Tschanten
† → CHF 15.– † CHF 22.– † → CHF 9.– † CHF 13.–

Mit ½-Tax und Gästekarte
† → CHF 12.– † CHF 17.– † → CHF 7.50 † CHF 10.–

1-Tages-Karte Bike | 1-day bike ticket
† CHF 27.– † CHF 16.–

Gruppenumlaufbahn TschantenAlp ab Adelboden Oey (inkl. Dorfbahn)
Cableway Dorf and TschantenAlp dep. station Oey
† → CHF 18.80 † CHF 28.50 † → CHF 11.20 † CHF 16.80



Ermässigte Tarife für Familien und Gruppen.

Tschantenbahnen AG
Tel. +41 33 673 11 06, www.tschantenalp.ch

Trottiplausch im Alp-Traum Silleren Das Trottinet ist wesentlich erweitert mit neuen Strecken für noch mehr Fahrspass – sogar bis ins Dorf. (45 km markierte Abfahrten)
Tarif Trottinett Tagespass gültig auf allen Trottinettstrecken für eine unbeschränkte Anzahl Fahrten während einem Tag CHF 15.– pro Trottinett zuglücklich Bahntageskarte CHF 32.– / 28.–

10.6. Bärgrächniq (Bergrechnung) Adelboden Herdman’s Audit	14.8. Line Dance TschantenAlp Line Dance TschantenAlp
19.6. Geschenker Tag – Bahn fahren für nur CHF 10.– Tschanten, Engstligen, Elsgen; gilt nicht für Silleren-Hahnenmoos Day of Joy – Use the cableways for only CHF 10.– Tschanten, Engstligen, Elsgen; not valid for Silleren-Hahnenmoos	11.9. Geschenker Tag – Bahn fahren für nur CHF 10.– Tschanten, Engstligen, Elsgen; gilt nicht für Silleren-Hahnenmoos Day of Joy – Use the cableways for only CHF 10.– Tschanten, Engstligen, Elsgen; not valid for Silleren-Hahnenmoos
18./19.6. Wandernacht Tschanten Night Walking Tschanten	17./18.9. 3. Hornusserfest auf der Engstligenalp 3 th Hornusser Event on Engstligenalp
Ende Juni Alpaufzug Engstligenalp (witterungsabhängig) Cattle procession Engstligenalp (weather permitting)	28.9.–7.10. Swiss Chamber Music Festival Adelboden
3.7. Tschentendorfet mit Jodlerclub Adelboden	6.10. Herbstmarkt in Adelboden Autumm Fair Adelboden
4.7.–21.8. 8. Alpine Wellness Tage Adelboden 8 th Alpine Wellness Days Adelboden	28.10. Herbstmarkt in Frutigen Autumm Fair Frutigen

9.7. 5. Gauklerfestival Adelboden 5 th Street Artists Festival Adelboden	
9./10.7. Drehorfestival Engstligenalp/Dorf Hurdy-Gurdy Festival Engstligenalp	<div>TschantenAlp</div>
17.7. 8. Vogellisi Berglauf Adelboden-Silleren 8 th Vogellisi mountain trek Adelboden-Silleren	
24.7. Bergdorfet im Berghaus Bärtschi Engstligenalp Bergdorfet in the Berghaus Bärtschi Engstligenalp	
1.8. 1.-August-Feier mit Festumzug und Feuerwerk in Adelboden National Holiday with fireworks in Adelboden	
14.8. Tag der offenen Sennhütten Elsigenalp/Frutigen Day of the open farm houses	
14.8. Engstligschwinget Engstlig Swiss-style wrestling	

Engstligenalp
Saison Season 11.6.–23.10.2011
<div> Unter dem Birg–Engstligenalp</div> <div>11.6.–23.10.2011: 8.35–17.15 h</div> <div>25.6.–28.8.2011: 8.15–17.55 h</div> <div> ohne Anmeldung without reservation</div>

Das Wanderparadies vom Hausberg Adelboden mit vielen Wanderungen aller Schwierigkeitsgrade. Winter: kleines, feines, sympathisches Schneeparadies.

Hiking paradise on Adelbodens home mountain with trails of varying difficulty. Winter: Small but special snow paradise.

Erlebnistipps | Experiences
– Übernachten auf 2000 m ü. M. mit Hot Pot zum Entspannen
– Bergrestaurant mit grosser Panorama-Terrasse und atemberaubender Kulisse
– Feurige Grilladen und andere Spezialitäten
– Jeden Sonntag urchiger TschantenBrunch mit Brunchbuffet von 9.00–14.00 h
– Sleep at 2000 m above sea level with a Hot Tub for relaxing
– Mountain restaurant with large terrace and beautiful views
– Barbecue and other specialities
– Each Sunday traditional TschantenBrunch with Brunchbuffet from 9.00–14.00 h

Erlebnistipps | Experiences
– Hindernisfreier Rundwanderweg (kinderwagen- und rollstuhl-gängig)
– Bouldern für Familien
– Einzigtartiger Bergfrühling
– Alpkäseribesichtigung (Juli/August)
– Klettersteig Chälligang: einfacher Klettersteig durch die steile Felswand entlang des Wasserfalls
– Wellnessanlage im Berghotel Engstligenalp
– Trails accessible by wheelchair or stroller
– Family bouldering
– Unique mountain world in spring time
– Mountain Cheesry (July/Aug.)
– Climbing trail Chälli: easy climbing trail leading through the rocks besides the water fall
– Wellness at the mountain hotel Engstligenalp

Hitangebot | Hit offer
Bergsommerhit: Gschwellti, Mutsch (Bergkäse), Salat; inkl. Luftseilbahn retour
Potatoes, cheese, salad; including return journey by cablecar
CHF 27.–

Gastronomie am Berg | Mountain restaurants
– Berghotel Engstligenalp, Tel. +41 33 673 22 91
– Berghaus Bärtschi, Tel. +41 33 673 13 73
– Restaurant Bergbach, Tel. +41 33 673 32 00
– Adelbed, Tel. +41 33 673 05 93

Tarife
† → CHF 16.50 † CHF 24.– † → CHF 7.20 † CHF 10.–

Tarife ermässigt mit Halbtax, GA, Swiss Card, Swisspass, Regiopass | Reduced
† → CHF 8.20 † CHF 12.– † → CHF 3.70 † CHF 5.20

SBB Junior-Karte gültig | SBB Junior Card valid.
Ermässigte Tarife für Gruppen, Einheimische und Gästekarten

Bergbahnen Engstligenalp AG
Tel. +41 33 673 32 70, www.engstligenalp.ch



Engstligenalp



Wandersommer 2011 | Migrant Summer 2011

Erleben Sie die wanderbare Vielfalt von Adelboden – Frutigen im Wandersommer 2011. Bei Adelboden Tourismus oder direkt im Hotel können Sie Wanderpakete buchen. Für jede Wanderung erhalten Sie eine detaillierte Wanderbroschüre und bei Bedarf wird die Wanderung von einem Wanderprofi begleitet. Die Themenwanderungen sind so vielfältig, dass von Einzelpersonen über Familien bis zu Spaziergängern oder Alpinwanderern alle das passende Angebot finden, um die Natur und Kultur von Adelboden kennen zu lernen. Bestellen Sie noch Heute den Angebotskatalog mit den buchbaren Wanderpaketen bei Adelboden Tourismus. Zudem wird der Sommer von weiteren Aktivitäten geprägt wie zum Beispiel Diavortrügen und Gästeepéros. Voucherhefte für Wanderaccessoires können verscheknet werden oder möchten Sie bei Ihrem Hotelier ein tolles Lunchpaket für Ihren bevorstehenden Wandertag bestellen lassen?
Informationen: www.adelboden.ch/wandersommer oder Adelboden Tourismus +41 33 673 80 80

Wandersommer 2011: Wanderer auf der Seilbahn nach Frutigen

Experience the diversity of migratory in Adelboden – Frutigen in the migrant summer of 2011. In Adelboden tourism or call the hotel to book hiking packages. For each hike, you will receive a detailed brochure and walking the walk if necessary accompanied by a traveling professional. The topics are to walked walks, find that individuals are aware of families up as walkers or alpine hikers all the right offer, to learn about the nature and culture of Adelboden. You can even order the book with the offer hiking packages booked at Adelboden tourism.
In addition, the summer is dominated by other activities such as slide shows and guest receptions. Vouchers books for hiking accessories can be given away or if you wish to order at your hotel owner a great packed lunch for your upcoming hiking?
Information: www.adelboden.ch/summermigratory or Adelboden Tourism +41 33 673 80 80

Die Wucht und der Reiz einer Hochgebirgslandschaft sind auf der Engstligenalp, dem wunderlichen Talkessel mit seiner riesigen Dimension, vereint. Eisgepanzerte Gipfel, blumenübersäte Weiden und Hänge, gewaltige Wasserfälle und dazu die Ruhe in dieser in sich abgeschlossenen Bergwelt. Fernab von Stress und Lärm finden Sie bei uns die «Tankstelle» für Körper und Geist.
Winter: zwischen genüsslichem Nichtstun und fibrierendem Alletun wiegen Sie auf der Engstligenalp hin und her.
The magic and fascination of a unique mountain. Ice covered peaks, flowering pastures, impressive waterfalls. A world far away from every day’s life. Winter: Engstligenalp offers everything between no activity and full action!

Alpinschule Adelboden
Qualifizierte einheimische Bergführer bieten sommerliche Naturerlebnisse der Extraklasse

Adelboden – Lenk... *dänk!*



- Wanderweg / hiking path
- Kinderwagentauglich / buggy path
- rollstuhlgängig / wheel chair path
- Alpine Route / alpine trail
- Nordic Walking Trail
- Themenweg / special trail
- Bike Route / bike trail
- Trotti / scooter
- Hundeverbot / dogs forbidden
- Information / tourist office
- Parkplatz / parking
- Parkhaus / parking garage
- Luftseilbahn / aerial cable car
- Gruppenufahrbahn / aerial gondola grouped
- Gondelbahn / aerial gondola
- Bus / bus
- Buslinie / bus line
- Rösslipost / horse drawn carriages
- Hotel / hotel
- Berghütte (SAC) / mountain hut
- Schutzhütte / refuge
- Restaurant / restaurant
- Bar / bar
- Feuerstelle / barbecue area
- Alpengarten / alpine garden
- Wasserfall / water fall
- Schlucht / gorge
- Freibad / swimming pool
- Gletschirm / paragliding
- Fitnesspark / fitness trail
- Adventure Park Rehäti
- Kinderspielplatz / playground
- Tennis / tennis
- Eishalle / ice rink
- Curling / curling
- Kino / cinema
- Aussichtspunkt / viewpoint
- Via Alpina
- Alpin Bike

Bikerouten Biking Trails	
50	Adelboden - Schermtanne - Aebi - Gilbach - Rehäti - Adelboden → 1h 30min ↑ 180m ↓ 170m
51	Aebi - Sillerenbühl → 45min ← 15min ↑ 440m
52	Bergläger - Sillerenbühl → 45min ← 15min ↑ 480m
53	Bergläger - Geils - Hahnenmoos → 1h ← 20min ↑ 470m
54	Boden - Chuenisbärgli → 1h ← 20min ↑ 440m
55	Bergläger - Chuenisbärgli → 45min ← 15min ↑ 240m
56	Bergläger - Bütschi → 20min ← 10min ↑ 260m
57	Adelboden - Boden - Unter dem Birg → 30min ← 30min ↑ 120m ↓ 60m
58	Adelboden - Walezube - Boden - Adelboden → 30min ← 30min ↑ 60m ↓ 60m
59	Adelboden - Hohliebe → 20min ← 15min ↑ 100m ↓ 100m
60	Adelboden - Bunderlen - Ahorni - Hirzboden - Elsigbach - Frutigen → 1h 45min ← 2h ↑ 550m ↓ 550m
61	Adelboden - Möser - Tschentenegg - TschentenAlp → 1h 30min ← 30min ↑ 650m ↓ 650m

Die angegebenen Fahrzeiten sind Richtwerte. Alle Angaben ohne Gewähr. Die Bergbahnen transportieren Ihr Bike gratis. Die eingezeichneten Bikerouten sind auch für FLYER-Bikes geeignet.
Indicated times are guidelines. No liability for error, omissions or changes. Bike transport by cableways for free. The indicated bike routes are possible for FLYER Bikes.



Mountain-Biking Silleren

GPS (Global Positioning System)

300 km Wanderwege und 45 km Biketouren mit Höhenprofil können Sie auf ein Navigations-Handy herunterladen. Via Satellitensignale werden unterwegs die aktuellen Standortkoordinaten errechnet. Bei Adelboden Tourismus können Sie Navigations-Handys mieten. Die Karten können neu auch auf das Handy geladen werden.
300 km hiking paths and 45 km bike trails can be downloaded on a hand-held navigation devices. Rentable at Adelboden Tourismus. Maps can be downloaded on mobiles.

Schwierigkeit/Markierung Wanderwege | Difficulty of tracks

Wanderwege | Hiking path
Wanderwege stellen keine besonderen Anforderungen an die Benutzerinnen und Benutzer.
No special requirements.

Bergwanderwege | Mountain trail
Benutzerinnen und Benutzer von Bergwanderwegen müssen trittsicher, schwindelfrei und in guter körperlicher Verfassung sein und die Gefahren im Gebirge kennen (Steinschlag, Rutsch- und Absturzgefahr, Wetterumsturz). Vorausgesetzt werden feste Schuhe mit griffiger Sohle, der Witterung entsprechende Ausrüstung und das Mitführen topografischer Karten.
Requires good physical condition and experience in hiking as well as knowledge about alpine dangers. Appropriate equipment necessary.

Alpine Route | Alpine trail
Benutzerinnen und Benutzer von Alpinwanderwegen müssen trittsicher, schwindelfrei und in sehr guter körperlicher Verfassung sein und den Umgang mit Seil und Pickel sowie das Überwinden von Kletterstellen unter zu Hilfenahme der Hände beherrschen. Sie müssen die Gefahren im Gebirge kennen. Zusätzlich zur Ausrüstung für Bergwanderwege werden Höhenmesser und Kompass, für Gletscherüberquerungen Seil und Pickel vorausgesetzt. Routenführerliteratur wird empfohlen.
Requires very good physical condition and good experience in alpine environment (behaviour) (climbing passages, glacier crossing etc.). Mountaineering equipment is necessary.

Wander- und Bergwanderwege sind auch für Nordic Walking geeignet.
Hiking paths and mountain trails are suitable for Nordic Walking too.

Weitere Routen sowie Details finden Sie auf der topographischen Wanderkarte Adelboden 1:25'000, erhältlich bei Adelboden Tourismus und Frutigen Tourismus.
You can find further routes and details on the topographical hiking map 1:25'000 at Adelboden Tourismus and Frutigen Tourismus.

50	Hörnliweg (Rundweg) → 2h ↑ 210m ↓ 210m
51	Müntiweg (Rundweg) → 1h ↑ 310m ↓ 310m
52	Adelboden - Münti - Schermtanne → 1h 10min ← 1h ↑ 130m
53	Adelboden - Flueweid - Schermtanne → 1h 30min ← 1h 20min ↑ 260m ↓ 130m
54	Adelboden - Schermtanne - Aebi - Gilbach - Adelboden (Fahrstrasse) → 2h 40min ↑ 180m ↓ 180m
55	Schermtanne - Furggi - Furggeli - Matten → 5h 45min ← 6h ↑ 910m ↓ 1360m
56	Adelboden - Münti - Gilbach - Bergläger → 1h ← 1h ↑ 140m
57	Adelboden - Boden - Eselmoos - Bergläger (Gilbach) → 1h 20min ← 1h 15min ↑ 140m
58	Adelboden - Gilbach - Bergläger (Fahrstrasse) → 1h ← 50min ↑ 140m
59	Adelboden - Ausserschwand - Bütschegge - Egerschwand → 1h 10min ← 1h 10min ↓ 50m
60	Adelboden - Ausserschwand - Cholerenschlucht - Pochtenkessel → 1h 20min ← 1h 45min ↓ 260m
61	Adelboden - Margeli - Hirzboden (Marchgraben) → 1h 15min ← 1h 15min ↑ 200m ↓ 100m

62	Adelboden - Hirzboden - Höchst - Elsigenalp → 2h 45min ← 2h 15min ↑ 550m ↓ 100m
63	Adelboden - Margeli - Hirzboden - Hinterbunder → 2h 20min ← 1h 50min ↑ 530m ↓ 100m
64	Adelboden - Oey - Bunderlen - Bunderalp → 2h ← 1h 40min ↑ 550m ↓ 100m
65	Adelboden - Oey - Bunderlen - Lohnerwasserfälle → 1h 30min ← 1h 15min ↑ 300m ↓ 90m
66	Adelboden - Oey - Bunderlen - Hirzbodenport - Margeli - Adelboden → 2h 15min ↑ 250m ↓ 250m
67	Adelboden - Oey - Unter dem Birg - Engstligenfälle → 1h 35min ← 1h 30min ↑ 190m ↓ 120m
68	Adelboden - Oey (Schützenbrücke) - Müllbrücke (Boden) - Walezube - Oey (Schützenbrücke) - Adelboden → 1h 45min ↑ 150m ↓ 150m
69	Adelboden - Boden - Eselmoos - Raufmattenbrücke - Unter dem Birg → 1h 45min ← 1h 45min ↑ 120m ↓ 100m
70	Adelboden - Oey (Schützenbrücke) - Hohliebe → 1h 15min ← 1h 10min ↑ 200m ↓ 100m
71	Adelboden - Oey - Hohliebe - Laeli - Unter dem Birg → 2h 30min ← 2h 30min ↑ 400m ↓ 360m

72	Adelboden - Ausserschwand - Egerschwand - Rinderwald - Ried - Frutigen (Spissenweg) → 5h ← 5h 30min ↓ 560m
73	Adelboden - Hirzboden - Elsigbach - Frutigen (Alte Strasse) → 4h ← 4h 30min ↑ 200m ↓ 710m
76	TschentenAlp - Schwandfeldspitz - Hörnli - Adelboden → 1h 30min ← 2h 10min ↓ 600m
77	TschentenAlp - Schwandfeldspitz - Schermtanne - Adelboden → 2h 15min ← 2h 45min ↓ 600m
78	TschentenAlp - Bannwald - Adelboden (Wald-Lehrpfad) → 1h ← 2h ↑ 600m
79	TschentenAlp - Tschentenegg - Schlachtfluh - Adelboden → 1h 15min ← 2h 15min ↓ 600m
80	TschentenAlp - Möser - Ausserschwand - Adelboden → 2h 15min ← 3h ↓ 600m
81	Schwandfeldspitz - Flueweid → 30min ← 1h 10min ↓ 365m
82	TschentenAlp - Schwandfeldspitz - Furggeli (Gsürweg) → 2h ← 2h ↑ 440m
83	Sillerenbühl - Hahnenmoos (Blumenweg) → 1h ← 1h ↑ 50m ↓ 50m
84	Sillerenbühl - Geils → 45min ← 1h ↓ 270m
85	Sillerenbühl - Bergläger → 1h 15min ← 1h 30min ↓ 480m

86	Sillerenbühl - Aebi - Adelboden → 1h 45min ← 2h 45min ↓ 620m
87	Sillerenbühl - Gilbachegge - Gilbach - Adelboden → 1h 45min ← 2h 30min ↓ 620m
88	Sillerenbühl - Hahnenmoos - Ammertenspitze - Engstligenalp (Aeugli-Weg) → 4h 30min ↑ 710m ↓ 710m
90	Bergläger - Sillerenbühl → 1h 45min ← 1h ↑ 480m
91	Hahnenmoos - Geils → 30min ← 50min ↓ 250m
92	Hahnenmoos - Geils - Bergläger - Steinige Brücke - Adelboden → 2h ← 2h 30min ↓ 600m
93	Hahnenmoos - Bütschi - Lurnigegga - Bergläger - Adelboden → 2h 30min ← 3h ↑ 140m ↓ 750m
94	Hahnenmoos - Nassberg - Lurnigegga - Bergläger - Adelboden → 3h ← 3h 30min ↑ 140m ↓ 750m
96	Hahnenmoos - Lavey - Sillerenbühl → 1h 30min ← 1h 30min ↑ 240m ↓ 230m
97	Hahnenmoos - Laveygrat → 40min ↑ 240m
98	Hahnenmoos - Bühlberg - Metsch - Metschstand - Hahnenmoos → 2h 10min ↑ 450m ↓ 450m
100	Adelboden - Boden - Chuenisbärgli → 2h 15min ← 1h 20min ↑ 420m ↓ 50m

101	Weltcup-Trail: Boden - Chuenisbärgli → 1h 40min ← 1h ↑ 440m
102	Chuenisbärgli - Tronegrat - Bütschi - Hahnenmoos → 2h 15min ← 1h 45min ↑ 220m ↓ 170m
103	Unter dem Birg - Engstligen Wasserfälle - Unter dem Birg (Rundweg) → 50min ↑ 50m ↓ 50m
104	Unter dem Birg - Engstligenalp → 1h 45min ← 1h ↑ 610m
105	Unter dem Birg - Hinterengstligen - Engstligenalp → 2h 10min ← 1h 45min ↑ 700m ↓ 90m
106	Klettersteig Chäligang: Unter dem Birg - Engstligenalp → 2h ↑ 500m
107	Engstligenalp (Rundwanderweg) → 1h ↑ 20m ↓ 20m
108	Engstligenalp - Ammertenspitze → 2h 40min ← 2h ↑ 600m ↓ 600m
109	Engstligenalp - Ärtelengrat - Chindbettipass - Engstligenalp → 5h ↑ 700m ↓ 700m
110	Engstligenalp - Ärtelengrat - Schwarzgrättli - Schwarzbach → 5h ↑ 700m ↓ 600m
111	Engstligenalp - Dossen - Chindbettipass - Lämmerehütte → 4h 30min ↑ 1060m ↓ 520m

114	Bunderalp - Hinterbunder → 40min ↑ 20m
115	Bunderalp - Bunderchrinde - Kandersteg → 4h 50min ← 6h ↑ 650m ↓ 1180m
116	Bunderalp - Bunderspitz - Allmenalp → 3h 30min ← 3h 30min ↑ 790m ↓ 800m
117	Bunderalp - Lohnerhütte - Engstligenalp (Lohnerweg) → 4h ← 4h 30min ↑ 900m ↓ 740m
118	Elsigbach - Elsigenalp → 1h ← 45min ↑ 480m
119	Elsigbach - Elsigenalp (Strasse) → 1h 15min ← 50min ↑ 480m
120	Elsigenalp - Elsigsee - Elsigenalp → 1h ↑ 100m ↓ 100m
121	Elsigbach - Höchst → 40min ↑ 230m
122	Elsigenalp - Stand - First - Allmenalp → 5h ↑ 750m ↓ 830m
123	Elsigenalp - Goltschenpass - Kandersteg → 3h 10min ↑ 390m ↓ 1020m
124	Elsigenalp - Elsighorn → 1h 30min ↑ 540m
125	Elsigenalp - Achsetberg - Frutigen (Panoramaweg) → 3h ↑ 60m ↓ 1020m
126	Achseten - Otterepass - Girmialp (Diemtigtal) → 6h ↑ 1200m ↓ 1100m
127	Engstligenalp - Dossenseeli - Engstligenalp (Seeli-Weg) → 3h 30min ↑ 350m ↓ 350m