



- Winterwanderweg
Chemins d'hiver
Winter hiking trail
- Schneeschuhwandern
Randonnées à raquettes
Snowshoeing
- Langlauf, klassisch
Ski de fond classique
Cross-country skiing, classic
- Langlauf, skating
Ski de fond skating
Cross-country skiing skating
- Schlittelweg | Piste de luge | Sledge run
- Airboard
- Luftseilbahn
Téléphérique
Cable car
- Gondelbahn | Télécabine | Gondola
- NEU Kombi-Bahn
NOUVEAU Télécabine-Télesiège
NEW Gondola-Chairlift
- Gruppenumlaufbahn
Télécabines
Group cable car
- Sesselbahn | Télesiège | Chairlift
- Pistenkreuzung
Croisement de pistes de ski
Skiing piste crossing
- Rettungsstation
Service sauvetage
Rescue center
- Lawinenschüttelbereich
Site d'entraînement de recherche de victimes d'avalanches
Avalanche victim search area
- Wildschutzzone
Zone naturelle protégée
Wildlife reserve
- Mietcenter | Centre à louer | Ski rental
- Wasserfall | Cascade | Waterfall
- Eisklettern | Grimper sur glace | Ice climbing
- Schlittenhundefahrt
Traîneau tiré par des chiens
Dog sledding
- Snowtube
- Fondue-Iglu | Fondue dans l'igloo
Fondue in the igloo
- Gleitschirm | Parapente | Paragliding
- Hotel | Hôtel | Hotel
- Restaurants
- Schneebar | Snow bar | Snow-bar
- Information | Office du tourisme
Tourist Center
- Parkhaus | Parking | Parking
- Parkplatz | Parking | Parking
- Bus
- Bahnhof | Gare | Railway
- Hallenbad | Piscine couverte | Indoor pool
- Eishalle | Patinoire | Indoor ice rink
- Eislauf im Iglu | Patinoire dans l'igloo
Ice rink in the igloo
- Curlinghalle | Curling | Indoor Curling
- Kino | Cinéma | Cinema

Winterwandern | Randonnée en hiver | Winter hiking

- 80** Hahnenmoos - Geils
→ 30 min ← 50 min ↓ 250 m 1,7 km
Der Winterwanderweg ist gleichzeitig auch der Schlittelweg | Le sentier d'hiver est également la piste de luge | The winter footpath is also used simultaneously as a sledging trail
- 81** Geils - Bärglärer
→ 40 min ← 1 h ↓ 220 m 3,5 km
- 82** Sillerenbühl - Geils
→ 45 min ← 1 h ↓ 270 m 4 km
- 83** Sillerenbühl - Aebi
→ 1 h ← 1 h 30 min ↓ 430 m 3,5 km
- 84** Chuenisbärgli - Bärglärer
→ 1 h ← 1 h 30 min ↓ 250 m 2,5 km
- 85** Sillerenbühl - Bärglärer (Schlittelweg)
→ 1 h 15 min ← 1 h 30 min ↓ 480 m 5 km
- 90** Tschentenalp - Schwandfeldspitz - Schärmtanne
→ 1 h 15 min ← 1 h 45 min ↓ 600 m 2,2 km

- 91** Tschentenalp - Schwandfeldspitz - Tschentenalp
↻ 45 min ↑ 75 m ↓ 75 m 1 km
- 95** Engstligenalp
↻ 1 h ↑ 20 m ↓ 20 m 4,3 km
- 100** Hörnliweg
↻ 2 h ↑ 210 m ↓ 210 m 5 km
- 101** Adelboden - Steinige Brücke - Müntli - Adelboden
↻ 1 h ↑ 80 m ↓ 80 m 2,5 km
- 102** Adelboden - Weidli - Heinrichseggen - Adelboden
↻ 45 min ↑ 80 m ↓ 80 m 2 km
- 103** Adelboden - Stiegelschwand - Schärmtanne
↻ 45 min → 45 min ← 35 min ↑ 130 m ↓ 130 m 2,5 km
- 104** Adelboden - Fluhweid - Schärmtanne
→ 1 h 30 min ← 1 h 20 min ↑ 260 m ↓ 130 m 4 km

- 105** Adelboden - Schärmtanne - Aebi
- Gilbach - Adelboden
→ 2 h 40 min ↑ 180 m ↓ 180 m 6,5 km
- 106** Adelboden - Müntli - Gilbach - Bärglärer
→ 1 h ← 1 h ↑ 210 m ↓ 80 m 3 km
- 107** Adelboden - Fuhre - Eselmoos - Bärglärer
↻ 1 h 20 min ← 1 h 15 min ↓ 80 m ↑ 210 m 3,5 km
- 108** Adelboden - Hahnenmoosstrasse - Rehärti - Schärmtanne
→ 1 h ← 1 h ↑ 130 m 3 km
- 109** Adelboden - Ausserschwand - Bütschegge - Egereschwand
→ 1 h 10 min ← 1 h 10 min ↑ 50 m ↑ 50 m 3,5 km
- 110** Adelboden - Ausserschwand - Holzachseggen - Blatti
→ 1 h 15 min ← 1 h 25 min ↓ 260 m 4 km

- 111** Adelboden - Schönbühl (Ausserschwand)
↻ 30 min ← 30 min ↑ 40 m ↓ 40 m 1 km
- 112** Adelboden - Ausserschwand - Zwüschpörtere - Margeli - Schmittegraben - Adelboden
→ 1 h 30 min ↑ 100 m ↓ 100 m 3,5 km
- 113** Adelboden - Oey (Schützenbrücke) - Bunderle - Ahorni
→ 1 h 20 min ← 1 h 10 min ↑ 120 m ↓ 170 m 3 km
- 114** Adelboden - Oey (Schützenbrücke) - Bunderle - Hirzbodenport - Margeli
→ 2 h 30 min ← 2 h 20 min ↑ 250 m ↓ 250 m 6 km
- 115** Adelboden - Oey (Schützenbrücke) - Boden - Unter dem Birg
→ 1 h 35 min ← 1 h 30 min ↑ 190 m ↓ 120 m 4,5 km

- 116** Adelboden - Steinige Brücke - Mühlbrücke (Boden) - Walezube - Oey (Schützenbrücke) - Adelboden
→ 1 h 45 min ↑ 150 m ↓ 150 m 4,5 km
- 117** Adelboden - Oey (Schützenbrücke) - Hohllebe
→ 1 h 15 min ← 1 h 10 min ↑ 200 m ↓ 100 m 3 km
- 118** Adelboden - Höreli - Möser (Talstation) - Tschentenalp
→ 1 h 45 min ↑ 270 m 4 km
- 119** Alte Strasse: Adelboden - Hirzboden - Elsigbach - Frutigen
→ 4 h ← 4 h 30 min ↑ 200 m ↓ 710 m 12 km
- 130** Rundweg Elsigenalp
↻ 15 - 45 min ↑ 30 - 50 m 2 km
- 131** Höchst - Zwüschebäch - Seewlisweid - Senggi - Höchst
↻ 3 h ↑ 210 m ↓ 210 m 5,5 km

- Empfohlene Ausrüstung für Winterwanderer**
- Wanderstöcke
 - Gutes und warmes Schuhwerk
 - Anti-Slider oder Schuhketten
 - Sonnenschutz
 - Geeignete Kleidung
- Équipement recommandé pour les randonneurs**
- Bâtons de randonnée
 - Bonnes chaussures chaudes
 - Anti-Slider ou chaînes pour chaussures
 - Protection solaire
 - Vêtements adaptés
- Recommended equipment for winter hiking**
- Metal walking sticks
 - Strong and warm footwear
 - Anti-slider
 - Sun protection
 - Suitable clothing

Entdecken Sie eine der schönen Loipen in der vielfältigen Berglandschaft von Adelboden. Adelboden bietet seinen Gästen im Boden, auf der Engstligenalp und auf der Elsigenalp verschiedene Langlaufloipen. Die Kondition kann auf allen Schlaufen getestet werden. Geniesser sind zum Skiwandern willkommen.

Découvrez une des belles pistes de ski de fond dans le paysage montagneux si diversifié d'Adelboden. Adelboden offre à ses visiteurs différentes pistes de ski de fond, que ce soit dans le Boden, sur l'Engstligenalp ou sur l'Elsigenalp. La condition physique peut être testée sur toutes les boucles, les amoureux de la randonnée à ski sont également les bienvenus.

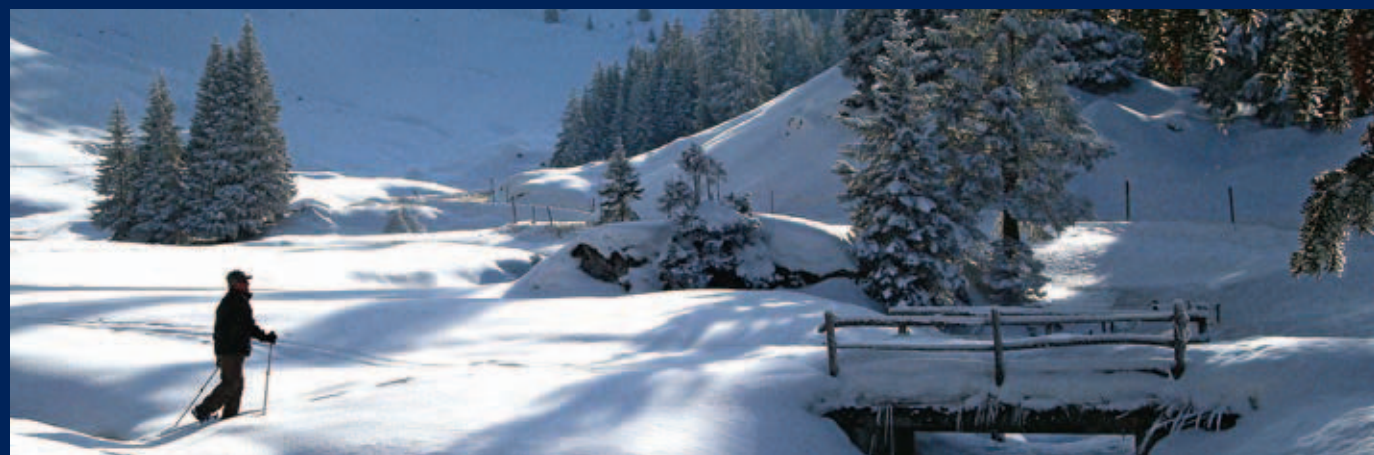
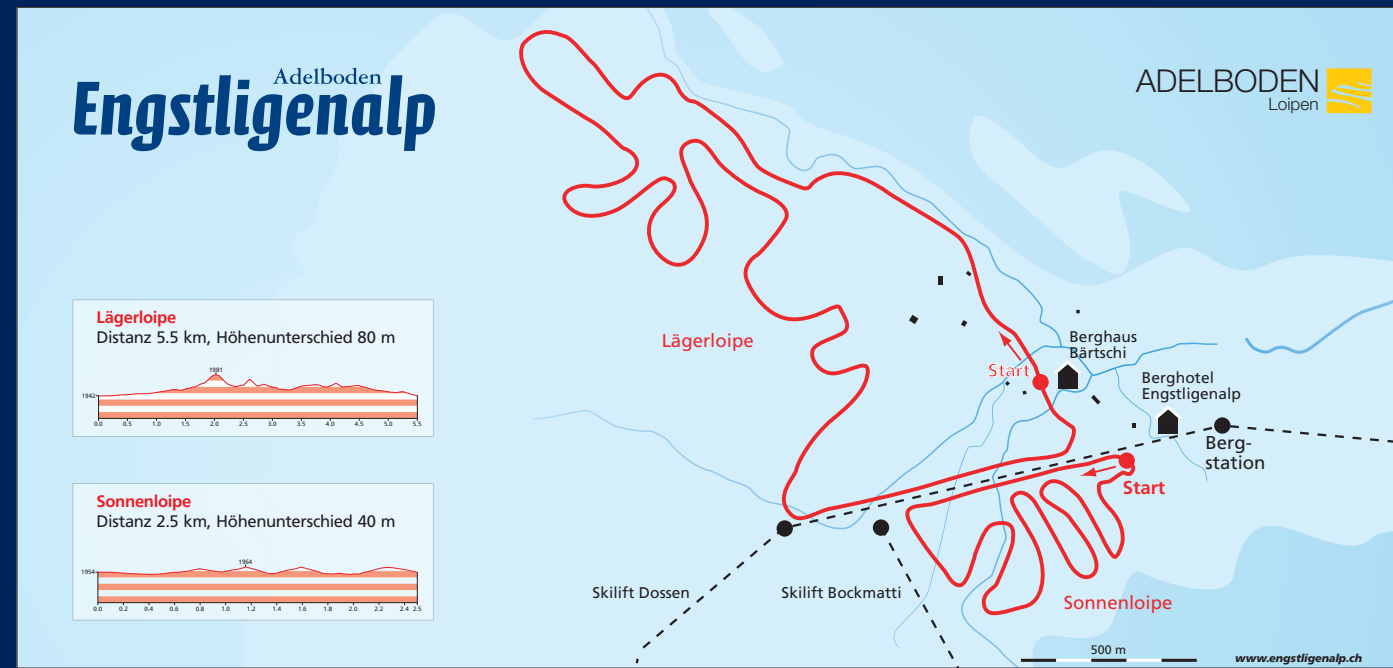
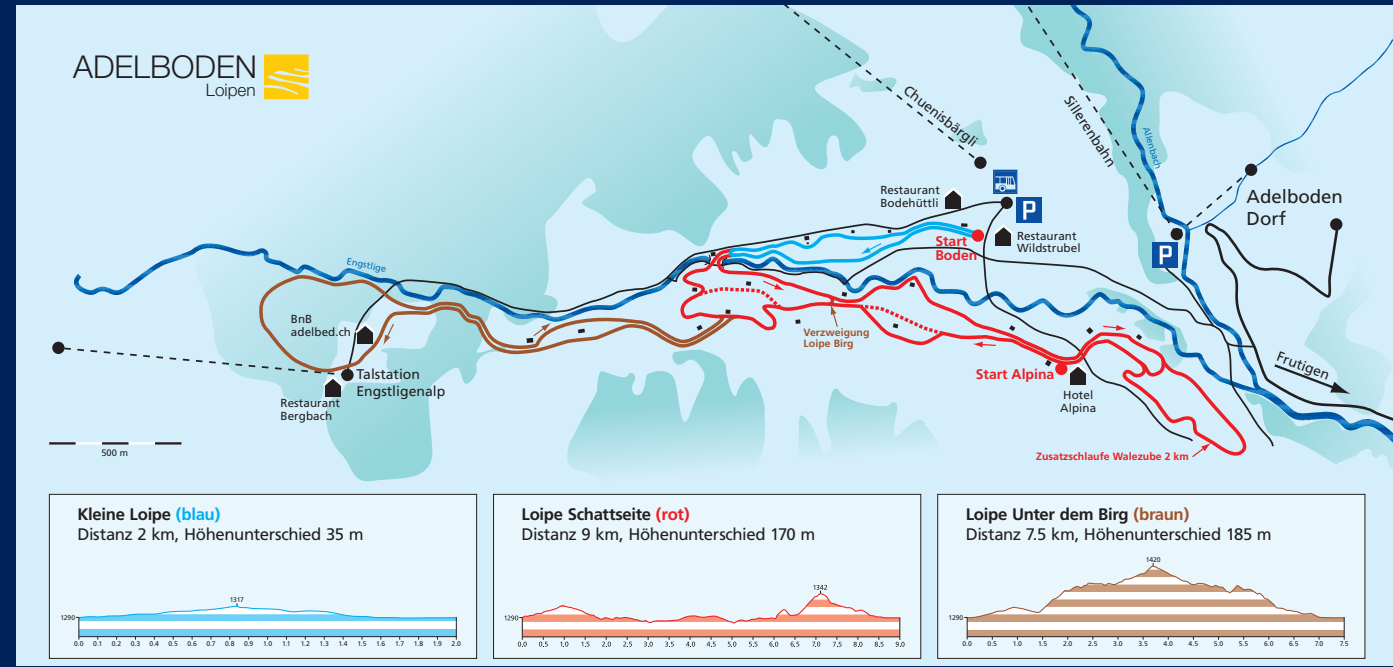
Discover one of the most beautiful cross-country ski tracks in the versatile mountain terrain of Adelboden. Adelboden offers guests a selection of cross country ski trails in Boden, on Engstligenalp and on Elsigenalp. Test your stamina on all the trails or try ski-walking if you prefer.

31 Loipe Engstligenalp | Pistes de ski de fond à Engstligenalp | Engstligenalp trail

6 km Lägerloipe, leicht (klassisch und skating)
2 km Sonnenloipe, leicht (klassisch und skating)
Schneesichere Höhenloipe auf 2000 m ü.M.
Erreichbarkeit: Ortsbus nach Unter dem Birg Luftseilbahn Engstligenalp
6 km Lägerloipe, facile (classique et skating)
2 km Sonnenloipe, facile (classique et skating)
Piste à enneigement sûr à 2000 m d'altitude.
Accès: bus local vers Unter dem Birg, téléphérique Engstligenalp
6 km, Läger trail, easy (classic and skating)
2 km, Sonnen trail, easy (classic and skating)
Guaranteed snow on the trail at 2000 m above sea level.
Connections: local bus to Unter dem Birg, Engstligenalp cable car

35 Loipe Boden Raufmatte | Piste de ski de fond à Boden Raufmatte | Boden trail Raufmatte

9.0 km, leicht und mittelschwer (klassisch und skating)
Erreichbarkeit: Ortsbus bis Haltestelle Boden, Kreuzgasse oder Wendeplatz
9.0 km, facile et moyenne (classique et skating) Accès: bus local jusqu'aux arrêts Boden, Kreuzgasse ou Wendeplatz
9.0 km, easy and moderate (classic and skating)
Connections: local bus to Boden, Kreuzgasse or Wendeplatz



Schneeschuhwandern ist eine der vielen Traditionen, die in Adelboden auch heute noch gepflegt werden. Die altbewährte Sportart des Schneeschuhlaufens ermöglicht eine kräftesparende Fortbewegung im Tiefschnee und eignet sich für jede Altersgruppe. Fernab von der Zivilisation lassen sich ruhige und unbekannte Ecken entdecken. Les randonnées à raquettes sont une des nombreuses traditions qui sont entretenues encore aujourd'hui à Adelboden. Ce sport ancien permet d'avancer sans épuiser ses forces dans la neige profonde et est adapté à tous les âges. Loin de la civilisation, il permet de découvrir des coins calmes et inconnus.

Snowshoeing is one of the many traditions, still cultivated in Adelboden. The tried and tested sport of snowshoeing reduces the effort of walking in deep snow and is suitable for every age group. Discover peaceful and secluded corners, far away from the crowds.

Regeln und Ausrüstung für Schneeschuhwanderer

- Die Routen sind nicht speziell präpariert!
- Folgen Sie den pinkfarbenen Wegweisern!
- Bleiben Sie auf der markierten Route! (Wildschutz/ Unfallgefahr)
- Beachten Sie das Wetter! (starker Schneefall/Nebel/Lawinenbulletin Tel. 187)
- Tragen Sie solides Schuhwerk, warme Kleider und eine Sonnenbrille!
- Benützung auf eigenes Risiko!

Règles et équipement pour randonneurs en raquette

- Les routes ne sont pas préparées spécialement!
- Suivez les balises roses!
- Restez sur l'itinéraire balisé! (protection de la faune/ risques d'accident)

Knapp über dem Schnee gleiten und auf Glücksgefühlen schweben. Beim Schlitteln dürfen wir ein Leben lang Kind sein. Traditionelle Holzschlitten, Rennrodler oder Airboards können in verschiedenen Bahnhöfen oder Sportgeschäften gemietet werden. In Adelboden geniesst zudem der Skibock grosse Sympathie. Die Schlittelwege werden täglich mit Pistenfahrzeugen präpariert. Erkundigen Sie sich nach den attraktiven Schlitteltageskarten.

Glisser sur la neige et planer sur un sentiment de bonheur. Avec la luge, nous restons enfant toute une vie. Les luges en bois traditionnelles, des luges de courses ou des Airboards peuvent être loués dans différentes stations de remontées ou magasins de sport. A Adelboden, le Skibock plait également beaucoup. Les pistes de luge sont préparées tous les jours par les dameuses. Renseignez-vous, il existe des forfaits de luge à la journée à des prix intéressants.

- 4 Hahnenmoos-Geils 2 km
- 5 Sillerenbühl-Bärglärer (ab 13 Uhr) 5 km
- 6 Schlittelpiste Kleinskilift Gody 150 m
- 7 Schlittelweg leicht Tschentenalp 2,2 km
- 8 Schlittelweg mittel Tschentenalp 2 km
- 8a Talstation Sesselbahn-Aebi Aebi-Bütschegge (Fussmarsch) 0,9 km
Bütschegge-Schulhaus (Fahren bei genügend Schnee, Achtung Autos) 0,45 km
- 9 Airboard Tschentenalp 2 km
- 10 Schlittelweg Luftseilbahn Elsigenalp (bis 15.30 Uhr) 3,5 km
- 11 Snowtube Engstligenalp 1 km
- 12 Hohllebe 1,5 km



Gültig auf allen Bergbahnen und Ortsbussen (während der Bahnsaison) von Adelboden sowie auf der Luftseilbahn Elsigenalp. Valable sur toutes les remontées et bus locaux (pendant la saison des remontées) d'Adelboden ainsi que sur le téléphérique Elsigenalp. Valid for all cableways and local buses in Adelboden (during the cablecar season time), including cableway Elsigenalp.

	Erwachsene CHF Adultes Adults	Kinder CHF Enfants Children (6-15)	Senioren CHF Retraités Senior citizens F>64, M>65
1 Tag 1 jour 1 day	37.–	20.–	30.–
2 Tage 2 jours 2 days	66.–	37.–	52.–
3 Tage 3 jours 3 days	90.–	51.–	71.–
4 Tage 4 jours 4 days	112.–	63.–	88.–
5 Tage 5 jours 5 days	132.–	74.–	104.–
6 Tage 6 jours 6 days	147.–	83.–	116.–
7 Tage 7 jours 7 days	157.–	89.–	124.–
13 Tage 13 jours 13 days	196.–	110.–	154.–
14 Tage 14 jours 14 days	200.–	113.–	157.–
Saison Saison Season	335.–	185.–	285.–

8–12 Tage auf Anfrage. Ab 9 Tagen mit Foto (Fotoerstellung direkt an der Kasse). Der Wanderpass ist gültig für Wanderer, Schlittelfahrer und Langläufer. Wanderpass gültig auf Ortsbussen. Ermässigte Tarife für Familien und Gruppen auf Anfrage. Preise inkl. MwSt. Depot Key Card 5.–
8–12 jours sur demande. A partir de 9 jours avec photo (la photo est effectuée directement à la caisse). Le forfait randonnée est valable pour les randonneurs, les adeptes de la luge et les skieurs de fond. Le forfait est valable dans les bus locaux. Tarifs réduits pour les familles et les groupes sur demande. Prix TVA incluse: Caution pour la Key Card 5.–
8–12 days on request. From 9 days with photo (photo directly at point of sale). Winter hiking pass valid for hikers, bobsleigh riders and cross-country skiers. Winter hiking pass valid on local buses (excl. Lenk-Bühlberg). Adelboden only: reduced rates for families, groups and senior citizens. Prices incl. VAT. Keycard deposit CHF 5.–

Anlagen für Fussgänger | Aménagements pour piétons | Installations for hikers

ID	↑	↔	↓	↑	↕
C1 Geils-Hahnenmoos	13	26	13	8.70	15.20
C5 Dorf-Oey	6	12	6	3.80	6.50
C7 Oey-Bärglärer	20	40	20	13.70	23.80
C8 Bärglärer-Sillerenbühl	13	26	13	8.70	15.20
Oey-Sillerenbühl	33	66	33	22.30	32.–
C9 Aebi-Sillerenbühl**	12	–	–	8.70	–
C14 Boden-Chuensibärgli	13	26	13	9.30	15.–
D1 Adelboden-TschentenAlp	16	28	12	15.–	22.–
D3 Möser-Tschentenegg**	10	–	–	8.–	–
E1 Unter dem Brig-Engstligenalp	18	36	18	19.–	28.–
F1 Elsibach-Elsigenalp	16	22	6	14.–	18.–

* Normaltarif Erwachsene | Tarif normal adultes | Adults
** Nur Bergfahrt möglich | Seule la remontée est possible | only ascent possible

Punktekarte | Ticket de Point | Point card

Punkte Points	Erwachsene CHF Adultes Adults	Kinder CHF Enfants Children
240	154.–	84.–
480	273.–	149.–

Die Punktekarte ist nur unter Erwachsenen oder unter Kindern übertragbar und ist ab dem Kauf 2 Jahre gültig. Abzüge für Einzelfahrten pro Sektion zwischen 1–20 Punkte. Die Punktekarte ist auf den Ortsbussen nicht gültig. La carte à points est uniquement transférable entre adultes ou entre enfants et est valable 2 ans à partir de sa date d'achat. Retrait pour un trajet par section entre 1–20 points. La carte à points n'est pas valable dans les bus locaux.

Point cards are only transferable between adults or children and are valid for 2 years from date of purchase. Deduction for single trips: per 1-20 points. Point cards invalid on local buses.

Ermässigungen für Familien, Senioren, Einheimische, mit Halbtax oder GA (nur 1 und 2 Tage); Gruppen ab 10 Personen auf Voranmeldung. Weitere Tarife auf Anfrage. Réductions pour famille, seniors, locaux, avec demi-tarif ou AG (seulement 1 ou 2 jours); Groupes à partir de 10 personnes sur rendez-vous. Autres tarifs sur demande. 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 | Conditions des tarifs | Tarif 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 Benützung 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. Tous les tarifs incluent la TVA. Les données, le mauvais temps, un départ imprévu, des interruptions de fonctionnement des remontées (suite au mauvais temps ou à des problèmes techniques) ne donnent aucun droit à un remboursement, une prolongation ou à un échange du ticket. Toutes les cartes sont personnelles et non transmissibles. Pas de cumul de remise. Un comportement incorrect et une utilisation abusive ont pour conséquence un retrait immédiat et sans dédommagement du forfait, et le cas échéant, une amende. Sauf erreur et omission. Sous réserve de modifications. Les conditions des remontées d'Adelboden-Frutigen sont valables.

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.



Gratulation! Sie befinden sich am schönsten Talabschluss der Welt. Félicitations! Vous vous trouvez en haut de la plus belle extrémité supérieure de val du monde. Congratulations! You are on the most beautiful valley-end in the world.

Winterzauber

Magie de hiver | Winter magic 2013 | 14



Adelboden Tourismus
Dorfstrasse 23, CH-3715 Adelboden
Tel. +41 (0)33 673 80 80
info@adelboden.ch
www.adelboden.ch



Frutigen Tourismus
Dorfstrasse 18, CH-3714 Frutigen
Tel. +41 (0)33 671 14 21
info@frutigen-tourismus.ch
www.frutigen-tourismus.ch

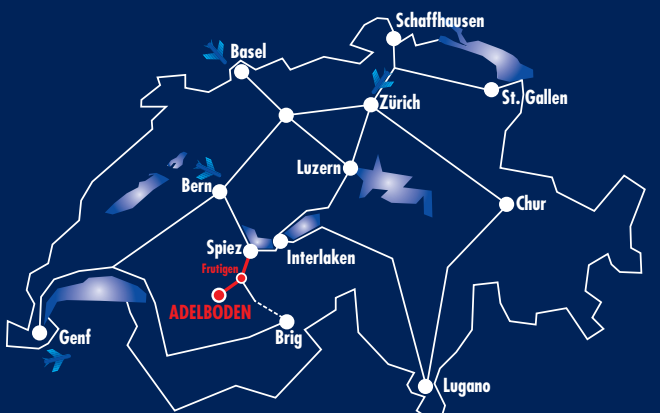


Informationen über offene und geschlossene Winterwanderwege/Schneeschuhtrails/Langlaufloipen/Schlittelwege: Informations sur les chemins de randonnées d'hiver/ pistes de raquettes/de ski de fond/de luge ouvertes ou fermées: Informations about open or closed winter hiking trails/Snowshoeing/Cross-country skiing slopes/Tobogganing runs:

www.adelboden.ch

Bergbahnen Adelboden AG +41 33 673 90 90
Bergbahnen Engstligenalp AG +41 33 673 32 70
Tschentenbahnen AG +41 33 673 11 06
Elsigenalpbahnen AG +41 33 671 33 33

Adelboden-Frutigen ist nah und mit öffentlichen Verkehrsmitteln oder PW schnell erreichbar | Adelboden-Frutigen est facilement accessible | Adelboden is easy to get to



Ausführliche Informationen zu allen Wintersportangeboten finden Sie im aktuellen Skiregionsprospekt «Adelboden-Lenk... dank!» oder im Inforama Saisonal Winter.

Vous trouverez de plus amples informations concernant toutes les offres de sports d'hiver dans l'actuelle brochure de ski de la région «Adelboden-Lenk... dank!» ou dans l'Inforama Saisonal Winter.

Detailed information concerning all the winter activities can be found in the latest «Adelboden-Lenk... dank!» ski region brochure or in the Inforama saisonal winter leaflet.