

# WANDERERLEBNISSE FÜR ZIELGERICHTETE UND ORIENTIERUNGSLOSE

Abwechslungsreiche Wanderideen für  
Familien – mit der Post



**DIE POST** 

Hauptpartnerin der:



Schweizer Wanderwege  
Suisse Rando  
Sentieri Svizzeri  
Sendas Svizras



# Inhaltsverzeichnis

Entdecken Sie neue Pfade!	2
Wettbewerb PostCard Creator	3
Unterwegs mit Andreas Staeger	4
Wandern macht glücklich	5

<b>10 Wanderideen:</b> Mit der Post die Schweiz entdecken	6
<b>Hägendorf (SO):</b> Himmlisch schöne Teufelsschlucht	8
<b>Remigen (AG):</b> Ein Scheinberg und ein antiker Rebberg	12
<b>Kartause Ittingen (TG):</b> Klosterbrüder, Rittersleute und Weinbauern	16
<b>St. Gallen (SG):</b> Brücken und Stege an der Sitter	20
<b>Val da Camp (GR):</b> Blaues Juwel im grünen Bergwald	24
<b>Maderanertal (UR):</b> Wilde Schönheit der Urner Berge	28
<b>Val Calnègia (TI):</b> Urtümliche Tessiner Bergwelt	32
<b>Saastal (VS):</b> Höhenweg mit Gletschersicht	36
<b>Diemtigal (BE):</b> Der Klassiker im Naturpark	40
<b>Versoix (VD):</b> Verwunschene Paradieswälder	44

<b>Tipps und Tricks:</b> Für glückliche Kinder am Berg	48
«Wie weit ist es noch?»	48
Natur-Schnitzeljagd	50
Warten ist langweilig	51
PostAuto – Transportpartner der Schweizer Wanderwege	52
Was tun bei Gewitter?	53
Der Zauber des Regens	54
«Alice im Wanderland»: Der Wanderspass der besonderen Art	55
Wandern Sie ins Netz	56

# UNSERE WANDERHIGHLIGHTS FÜR ENTDECKER UND ABENTEUERER



**Hägendorf (SO)** 8  
Himmlich schöne  
Teufelsschlucht

3 h 55 min



**Remigen (AG)** 12  
Ein Scheinberg und ein  
antiker Rebberg

3 h 30 min



**Kartause Ittingen (TG)** 16  
Klosterbrüder, Rittersleute  
und Weinbauern

3 h 55 min



**Diemtigtal (BE)** 40  
Der Klassiker im Naturpark

3 h 55 min



**Versoix (VD)** 44  
Verwunschene  
Paradieswälder

3 h 25 min



**St. Gallen (SG)** 20  
Brücken und Stege  
an der Sitter

4 h 20 min



**Saastal (VS)** 36  
Höhenweg mit  
Gletschersicht

4 h 10 min



**Val Calnègia (TI)** 32  
Urtümliche Tessiner  
Bergwelt

2 h 50 min



**Maderanertal (UR)** 28  
Wilde Schönheit der  
Urner Berge

3 h 35 min



**Val da Camp (GR)** 24  
Blaues Juwel im  
grünen Bergwald

1 h 50 min

# Entdecken Sie neue Pfade!

Wandern ist die liebste Freizeitbeschäftigung der Schweizerinnen und Schweizer – und das zu Recht. Denn Wandern ist Erholung pur und sorgt für unvergessliche Erlebnisse: Picknicken auf dem Gipfel, die Füsse im Bergsee abkühlen oder mit den Kindern Bäche stauen. Dies und noch viel mehr können Sie entlang der gelben Wegweiser quer durch die ganze Schweiz erleben.

Als Hauptpartnerin der Schweizer Wanderwege setzt sich die Post für dieses einzigartige Wegnetz ein. Dabei verbindet die Schweizer Wanderwege und die Post weit mehr als nur die Farbe Gelb. Die Wegweiser an den Wanderwegen gehören genauso zur Schweiz wie die Post. Über Sprachgrenzen, Regionen und gar Generationen hinweg stehen Wanderwege und Post für ein Stück Schweizer Identität, für Qualität und für Zuverlässigkeit.

Lassen Sie sich auf Neues ein! Gerne geben wir Ihnen ein paar Anregungen dazu. Wir haben Ihnen in dieser Broschüre einige tolle Wanderungen zusammengestellt.

Wir wünschen Ihnen viele schöne Wandererlebnisse!



Susanne Ruoff  
Konzernleiterin der  
Schweizerischen Post



Werner Luginbühl  
Präsident Schweizer Wanderwege  
Ständerat

# Individuelle Postkarten verschicken

## PostCard Creator

**Ob Gipfelpanorama oder Schnappschuss von unterwegs – mit der PostCard Creator App erstellen und versenden Sie jederzeit und überall Ihre eigenen, echten Postkarten.**

### So funktioniert's

1. PostCard Creator im App Store oder bei Google Play herunterladen
2. Foto schießen oder Bild aus der Fotogalerie auswählen und den gewünschten Bildausschnitt anpassen – fertig ist die Vorderseite
3. Grusertext für die Rückseite verfassen und die Empfängeradresse eingeben
4. Auftrag abschicken – Ihre Postkarte trifft schon bald im Briefkasten Ihrer Liebsten ein



**Selbst ausprobieren:** App herunterladen und eigene Postkarte verschicken.

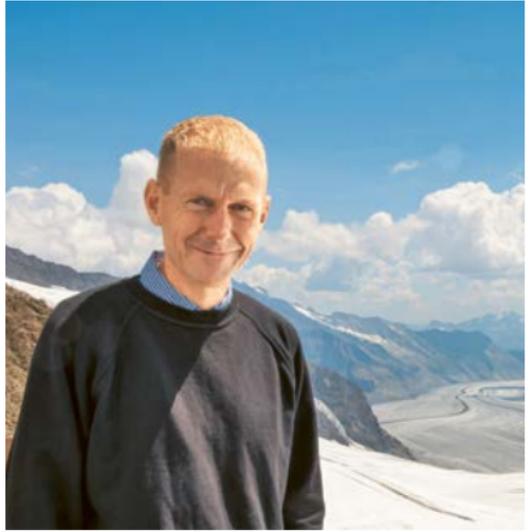


## Wettbewerb

**Gewinnen Sie mit etwas Glück jeden Monat einen von fünf Gutscheinen à 100 Franken von postshop.ch.**

Nehmen Sie an einem in dieser Broschüre definierten Fotospot ein Selfie auf und senden Sie das Foto via PostCard Creator (Anleitung siehe oben) an folgende Adresse: Post CH AG, Live-Kommunikation, Wettbewerb Wandern, Wankdorfallée 4, 3030 Bern

Die eingeschickten Postkarten werden durch eine unabhängige Jury bewertet und die besten werden prämiert. Die Gewinnerinnen und Gewinner werden monatlich informiert. Gültig bis Ende 2018 (nur solange Vorrat). Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Über den Wettbewerb wird, ausser mit den Gewinnerinnen und Gewinnern, keine Korrespondenz geführt.



## Unterwegs mit Andreas Staeger

Andreas Staeger, der Autor unserer Wandervorschläge, lebt in Brienz im Berner Oberland, wo er als Texter, Journalist und Kommunikationsberater tätig ist. In seiner Freizeit unternimmt er oft und gerne Wanderungen in allen Regionen der Schweiz. Er ist Autor von Wanderbüchern und veröffentlicht in verschiedenen Zeitungen und Zeitschriften regelmässig Wanderreportagen. «Es macht mir immer wieder viel Freude, wenn ich andere Menschen für das Wandern begeistern kann», erklärt er. Dabei legt er grossen Wert darauf, Routen vorzustellen, die ein breites Publikum ansprechen – also leichte bis mittelschwere Wanderungen, die viel Abwechslung bieten, durch reizvolle Natur- und Kulturlandschaften führen und sich auch für Familien eignen. Nach diesem Grundsatz hat er die vorliegenden zehn Wanderungen sorgfältig ausgewählt. Jede einzelne Route ist von ihm eingehend geprüft worden.

© Die Fotos zu den Wanderungen (S. 8 bis 47) wurden von Andreas Staeger gemacht, sofern nicht anders angegeben.

# Wandern macht glücklich



**Immer mehr junge Menschen haben das Wandern in der Natur wiederentdeckt und zu einer modernen Sportart gemacht. Wanderprofi Andreas Staeger hat exklusiv für die Schweizerische Post zehn neue Wanderrouten zusammengestellt und stellt sie in dieser Broschüre vor.**

Das Wandern ist nicht nur des Müllers, sondern auch des Schweizers Lust. Mehr noch: In der westlichen Welt ist Wandern zu einer der populärsten Freizeitaktivitäten geworden, die allein, in der Gruppe und als Familie möglich ist. Immer öfter zeigen sich selbst Models, Filmstars und Instagram-Berühmtheiten auf sozialen Medien gerne dabei. Und das kommt nicht von ungefähr. Fernab der Stadt vereint das Wandern neben dem perfekten Naturerlebnis auch die Gesundheitsförderung und den Sport nahtlos miteinander. Über Stock und Stein, Bächen und Seen entlang den Berg hinaufzugehen kommt einem Ganzkörper-Workout nahe. Dabei schüttet der Körper Glückshormone aus, und die physische Belastung hilft beim Abbau von Stress. Jetzt aber genug der vielen Worte, lassen Sie uns hinausgehen in die Natur. Neben zehn neuen Wanderideen präsentieren wir Ihnen Tipps und Tricks für tolle Wandererlebnisse.

# 10 WANDERIDEEN MIT DER POST DIE SCHWEIZ ENTDECKEN





## Legende

-  Wanderweg
-  Bergwanderweg
-  Art der Wanderung
-  Körperliche Anforderung
-  Dauer
-  Distanz
-  Aufstieg
-  Abstieg
-  Höhepunkte
-  Historische Bauten
-  Feuerstelle
-  Zug
-  Postauto
-  Schiff
-  Drahtseilbahn
-  Einkaufen
-  Restaurant
-  Übernachtung



# Hägendorf

## Himmlisch schöne Teufelsschlucht

Wo einst eine wilde Teufelsschar ihr Unwesen getrieben haben soll, zieht sich heute ein gut ausgebauter Wanderweg durch eine malerische Schlucht.

Die Rundwanderung von Hägendorf zum Allerheiligenberg bietet Spass und Abenteuer am Wasser sowie eine prachtvolle Aussicht.



### Die Höhepunkte

- A) Wildromantische Teufelsschlucht:** Der Cholersbach sprudelt über gefurchte Steinplatten und stürzt über meterhohe Felswände in die Tiefe. Dazwischen fließt er durch breite, aber höchstens knietiefe Becken ruhig dahin.
- B) Picknickplätze:** Bereits unten beim Eingang in die Schlucht steht ein erster, gut ausgebauter Rastplatz bereit. Weiter oben folgen weitere Picknickplätze mit Feuerstellen.
- C) Aussichtspunkt Allerheiligenberg:** Von der gleichnamigen Bergwirtschaft sieht man nicht nur nach Olten hinunter, sondern auch zum Gipfelkranz der Alpen.
- D) Spritzbrunnen:** Die zierliche Fontäne im oberen Teil der Teufelsschlucht schießt nur dank natürlichem Wasserdruck in die Höhe.

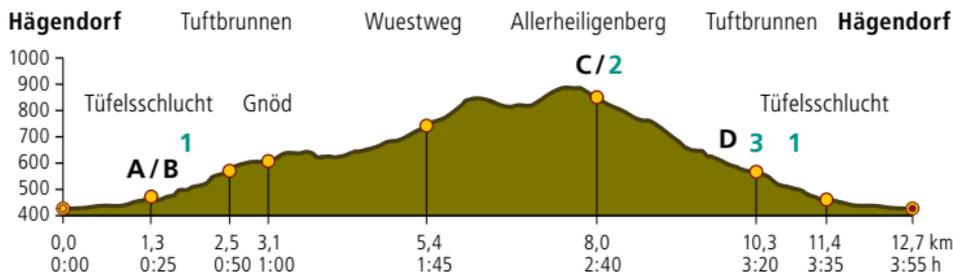


Welcher Gletscher hat den Findling beim Felsentor in der Schlucht hergebracht?  Rhonegletscher  Aaregletscher  Reussgletscher



	<b>Hägendorf</b>	<b>Start</b>	
	Tüfesschlucht	0 h 25 min	
	Tuftbrunnen	0 h 50 min	
	Gnöd	1 h 00 min	
	Wuestweg	1 h 45 min	
	Allerheiligenberg	2 h 40 min	
	Tuftbrunnen	3 h 20 min	
	Tüfesschlucht	3 h 35 min	
	<b>Hägendorf</b>	<b>3 h 55 min</b>	

	mittel
	3 h 55 min
	12,7 km
	595 m
	595 m





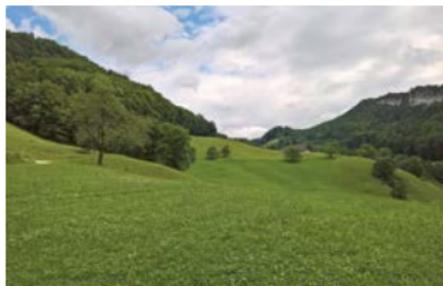
## Postkarten-Wettbewerb

Schiessen Sie ein Selfie an einem der Fotospots:

- (1) Feuerstelle unter dem grossen Felsvorsprung
- (2) Terrasse der «Bärgwirtschaft Allerheiligenberg»
- (3) Picknickplatz Tuftbrunnen

Alle Infos zum Wettbewerb finden Sie auf Seite 3.

## Impressionen



**Tipp:** Unter dem grossen Felsvorsprung mitten in der Teufelsschlucht lässt es sich selbst bei Regenwetter perfekt bräteln.



## Wandern im Kanton Solothurn

Über das Kantonsgebiet von Solothurn erstreckt sich ein herrliches Wandergebiet mit 1300 Kilometern markierter Wege. Durch die eigenwillige Form des Kantons führen viele Wanderrouten in oder durch Hoheitsgebiete der Nachbarkantone bis an die französische Grenze.

### Empfehlung aus der Region

Rasch, sicher und bequem erreicht man mit der Seilbahn die Sonnenterrasse Weissenstein. Überwältigend ist hier der Blick auf das schweizerische Mittelland und hinüber zur gewaltigen Alpenkette vom Säntis bis zum Mont-Blanc. Der Planetenweg ist ein Erlebnis für die ganze Familie. Zahlreiche Feuerstellen sorgen dafür, dass die Kinder nicht zu kurz kommen. Alternativ kann man ein zweistündiges Trekking mit Alpakas machen.

### Hätten Sie es gewusst?

Um die Wanderwege im Kanton Solothurn kümmert sich der Verein Solothurner Wanderwege. Freiwillige Helferinnen und Helfer strömen jeden Frühling mit Farbkübel, Pinsel und Werkzeug aus, um die Wanderwege zu unterhalten. Eine Mitgliedschaft für eine Familie kostet 50 Franken pro Jahr.



# Remigen

## Ein Scheinberg und ein antiker Rebberg

Ausgedehnte Wälder, viel Wiesland und kompakte Dörfer: Abseits des betrieb-samen Aaretals gibt es im Aargau ausgesprochen ländliche Gebiete. Die Wande-rung von Wil (AG) über den Laubberg nach Remigen führt in eines der ältesten Weinbaugebiete der Schweiz.



### Die Höhepunkte

- A) Laubberg:** Der «Gipfel» ist zwar nicht einmal 650 Meter hoch, vermittelt aber dank toller Aussicht gleichwohl Bergfeeling. 200 Meter südlich der Kapelle gibt es einen Rastplatz mit Feuerstelle.
- B) Bürerhorn:** Auf der grossen und aussichtsreichen Lichtung wurde im Zweiten Weltkrieg ein Artilleriebeobachtungsbunker eingerichtet, der heute Teil eines Festungsmuseums ist.
- C) Museumsrebbberg Remigen:** Das Dorf verfügt über ähnliche klimatische Gegebenheiten wie das Burgund. Für die Versorgung ihrer Legionäre bauten die Römer hier bereits vor 2000 Jahren Trauben an. In der Reblage «Horn» ist vor einigen Jahren ein kleiner antiker Rebberg angelegt worden. Die Trauben-stöcke werden dort wie in der Antike an langen Holzpfählen gezogen.



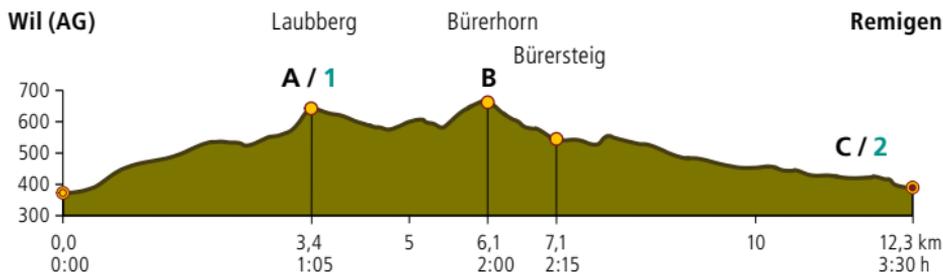
Welche Rebsorte wird in Remigen nicht angebaut?

- Meyer-Aargau    Müller-Thurgau    Blauburgunder



	<b>Wil (AG)</b>	<b>Start</b>	
	Laubberg	1 h 05 min	
	Bürerhorn	2 h 00 min	
	Bürersteig	2 h 15 min	
	<b>Remigen</b>	<b>3 h 30 min</b>	

	mittel
	3 h 30 min
	12,3 km
	440 m
	420 m





## Postkarten-Wettbewerb

Schiessen Sie ein Selfie an einem der Fotospots:

- (1) Bei der Kapelle auf dem Laubberg
- (2) Beim Museumsrebbberg in Remigen

Alle Infos zum Wettbewerb finden Sie auf Seite 3.

## Impressionen



Tipp: Auf dem Legionärspfad Vindonissa bei Brugg erfährt man, wie die römischen Legionäre vor 2000 Jahren lebten.



## Wandern im Kanton Aargau

Vom Wein-Wanderweg über Themenwege bis zu den vielen Burgen und Schlössern: Entdecken Sie auf einem Wanderwegnetz von 1650 Kilometern die Naturperlen und Landschaftsjuwelen des Kanton Aargau und lernen Sie die kulturellen und historischen Orte kennen.

### Empfehlung aus der Region

In der grünen Schatzkammer zwischen Aarau, Brugg und Laufenburg gibt es im Jurapark Aargau einiges zu entdecken. Besonders beliebt bei den Kindern sind die drei Perimukwege. Auf jedem Rundweg gibt es Rätsel zu lösen, und auf zwei Wegen wartet am Ende eine Belohnung. Alternativ kann man auf einer familienfreundlichen Rundwanderung das Staffeleggtal kennenlernen und dabei ein vorgängig bestelltes Picknick mit lokalen Produkten genießen.

### Hätten Sie es gewusst?

Die rund 86 freiwilligen Helferinnen und Helfer des Vereins Aargauer Wanderwege kümmern sich nicht nur um den Unterhalt des Wegnetzes, sondern organisieren auch ein vielfältiges Wanderprogramm. Die Wandernden sollen ein einwandfrei signalisiertes Wegnetz vorfinden und dieses ohne Hilfsmittel benutzen können. Eine Familienmitgliedschaft kostet 30 Franken.



## Kartause Ittingen – Stammheim

### Klosterbrüder, Rittersleute und Weinbauern

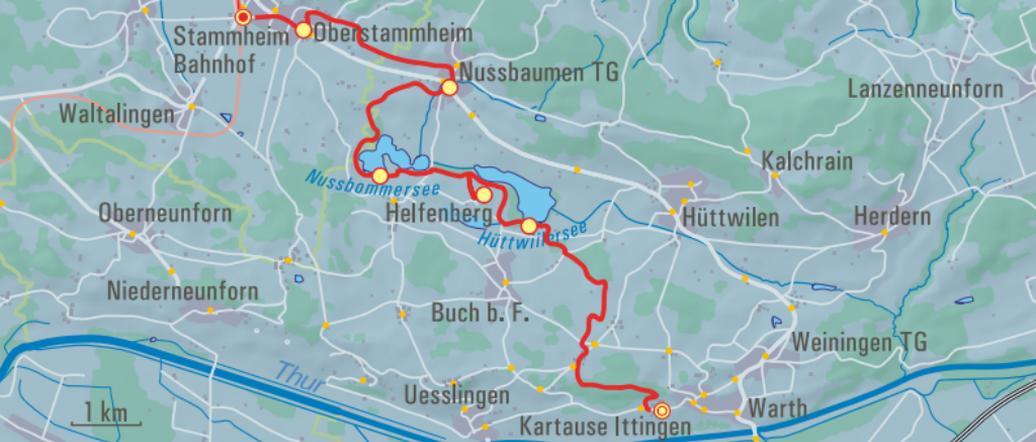
Ein altes Kloster, eine mächtige Burgruine und prachtvolle Rebberge säumen die leichte, zu praktisch jeder Jahreszeit lohnende Wanderung von der Kartause Ittingen nach Stammheim im Zürcher Weinland. Nach einem kurzen Aufstieg am Anfang verläuft die Route meist ebenen Wegs.

### Die Höhepunkte

- A) Kartause Ittingen:** Während rund sieben Jahrhunderten lebten und arbeiteten hier Mönche des Kartäuserordens. 1848 wurde das Kloster aufgehoben. Heute beherbergt die weitläufige Anlage ein Seminarzentrum samt Restaurant sowie das Thurgauer Kunstmuseum.
- B) Ruine Helfenberg:** Die malerische mittelalterliche Anlage eignet sich bestens für eine aussichtsreiche Rast: Sie ist mit einer grossen Feuerstelle ausgestattet, von der man den Gipfelkranz vom Tödi bis zu den Berner Hochalpen überblickt.
- C) Nussbommersee:** Wanderer können sich bei heissem Wetter an verschiedenen öffentlichen Badeplätzen erfrischen.
- D) Oberstammheim:** Zahlreiche gut erhaltene Riegelbauten prägen das Gesicht des Weinbaudorfs.

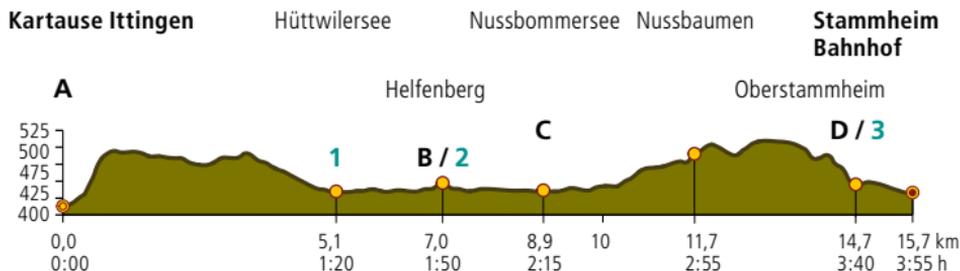


Zu welchem Preis (in Franken) hat der Kanton Thurgau die Burg Helfenberg 1978 gekauft?  1.–  100 000.–  800 000.–



	<b>Kartause Ittingen</b>	<b>Start</b>	
	Hüttwilersee	1 h 20 min	
	Helfenberg	1 h 50 min	
	Nussbommersee	2 h 15 min	
	Nussbaumen	2 h 55 min	
	Oberstammheim	3 h 40 min	
	<b>Stammheim Bahnhof</b>	<b>3 h 55 min</b>	

	mittel
	3 h 55 min
	15,7 km
	225 m
	205 m





## Postkarten-Wettbewerb

Schiessen Sie ein Selfie an einem der Fotospots:

- (1) Auf dem Holzsteg am Hüttwilersee
- (2) Bei der Ruine Helfenberg
- (3) An der Hauptstrasse in Oberstammheim

Alle Infos zum Wettbewerb finden Sie auf Seite 3.

## Impressionen



Tipp: Im Klosterladen der Kartause Ittingen gibt es Brot, Käse, Wurst, Obst und weitere Leckereien für ein Picknick.



## Wandern im Kanton Thurgau

Das hügelige Tanzapfenland, die Seeufer mit ihren Fischerdörfern und zur Blütezeit die Obstkulturen im Oberthurgau: Dieser Kanton ist ein ideales Wandergebiet für Jung und Alt. Rund 1000 Kilometer Wanderwege führen durch die vielfältigen Landschaften mit ihren Riegelhäusern und trutzigen Burgen.

### Empfehlung aus der Region

Selten bietet das Wandern allen Familienmitgliedern so viel Spass wie auf dem Thurgauer Fabelweg, oberhalb des westlichen Bodenseeufer. Der ausichtsreiche Höhenweg von Steckborn über Oberfruthwilen nach Ermatingen vereint auf 11 Kilometern Naturgenuss mit Märchenvergnügen. 18 Stationen entführen in die Welt der Fabeln.

Wer warm bekommen hat, gönnt sich einen Sprung ins kühle Nass in einem der beiden Strandbäder von Steckborn oder Ermatingen.

### Hätten Sie es gewusst?

Rund 750 Wegweiser sowie zahlreiche Richtungszeiger und gelbe Markierungen weisen den Wandernden im Thurgau den richtigen Weg. Dafür sorgen über 70 Wegverantwortliche des Vereins Thurgauer Wanderwege. Mit einem Jahresbeitrag von 45 Franken sind Sie dabei!



# St. Gallen

## Brücken und Stege an der Sitter

Spannende Kontraste bietet die Wanderung entlang der Sitter von St. Gallen Hagen nach Wittenbach: Zuerst gibt es auf dem St. Galler Brückenweg eine unglaubliche Vielfalt von Flussübergängen zu entdecken. Danach folgt man dem Wasserlauf durch eine zauberhafte Naturlandschaft.



### Die Höhepunkte

- A) Hagensteg:** Die filigrane Fachwerkbrücke aus Eisen gilt mit knapp 100 Metern Höhe als höchster Steg Europas.
- B) Holzbrücke Kubel:** Wegen der vielen Inschriften an den Balken wird die gedeckte Brücke über die Urnäsch auch «sprechende Brücke» genannt.
- C) Ganggelibrogg:** Mit seinen hübschen Eisenguss-Elementen ist der 1882 erbaute, seither kaum veränderte Hängesteg ein historisches Kleinod.
- D) Picknickplätze Ochsenweid und Erlenholz:** Dank befestigten Feuerstellen lässt sich hier wunderbar in der Nähe des Wassers rasten, bräteln und spielen.

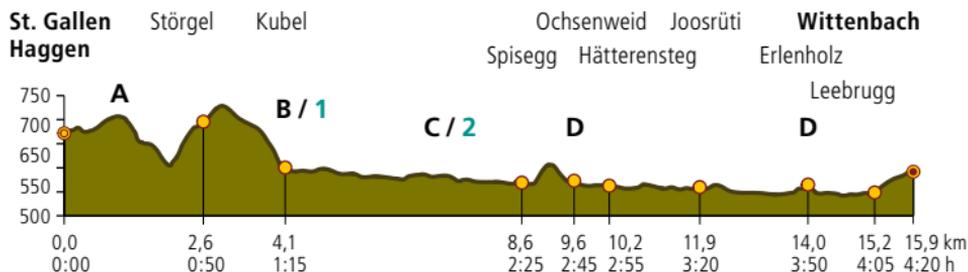


Aus welchem Material besteht der Träger zwischen den beiden Hauptpfeilern des Sitter-Eisenbahnviadukts?  Beton  Holz  Stahl



	<b>St. Gallen Haggen</b>	<b>Start</b>	
	Störgel	0 h 50 min	
	Kubel	1 h 15 min	
	Spiseegg	2 h 25 min	
	Ochsenweid	2 h 45 min	
	Hätterensteg	2 h 55 min	
	Joosrüti	3 h 20 min	
	Erlenholz	3 h 50 min	
	Leebrugg	4 h 05 min	
	<b>Wittenbach</b>	<b>4 h 20 min</b>	

	mittel
	4 h 20 min
	15,9 km
	415 m
	495 m





## Postkarten-Wettbewerb

Schiessen Sie ein Selfie an einem der Fotospots:

**(1)** Holzbrücke und Viadukt Kubel

**(2)** Rechensteg/Ganggelibrogg

Alle Infos zum Wettbewerb finden Sie auf Seite 3.

## Impressionen



© Viktor Styger



Tipp: Im Hochsommer locken an der Sitter zahlreiche idyllische Badeplätze.



## Wandern im Kanton St. Gallen

Der Kanton St. Gallen kann auf 4400 Kilometern Wander-, Bergwander- und Alpinwanderwegen erkundet werden. Dies entspricht einer Strecke quer durch Amerika. Tiefster Punkt des Wanderwegnetzes ist mit 395 Metern das Bodenseeufer, und der höchste auf (Alpin-)Wanderwegen erreichbare Punkt ist auf 2844 Metern der Pizol, südwestlich von Bad Ragaz.

### Empfehlung aus der Region

Abwechslungsreich, familientauglich und mit schöner Aussicht lässt es sich zur Thurwis bei Wildhaus wandern. Picknicken, Bäche stauen, ja vielleicht sogar kurz baden im eisigen Wasser – am Fusse des Säntis vergeht die Zeit wie im Flug. Erreicht wird die Thurwis mit der Gamplütbahn von Wildhaus aus. Sie fährt auf Verlangen und bringt einen zum Berghaus, wo der Thurweg beginnt. Wer es abenteuerlich mag, kann ab Bergrestaurant Gamplüt per Trotti-nett oder Monsterbike ins Tal sausen.

### Hätten Sie es gewusst?

Der Verein St. Galler Wanderwege ist im Kanton für die Signalisierung der Wanderwege zuständig. Rund 100 Kilogramm Farbe werden jährlich allein für die Auffrischung der unzähligen Farbzeichen benötigt. Mit einem Jahresbeitrag von 20 Franken können Sie den Verein unterstützen.



# Val da Camp

## Blaues Juwel im grünen Bergwald

Einer der schönsten Bergseen im Alpenraum liegt im Val da Camp. Zum Lagh da Saseo führt eine einfache, abwechslungsreiche Bergwanderung von der Alp Camp. Am Weg liegt zudem mit dem Lagh da Val Viola gleich noch ein zweites Bergsee-Kleinod.



### Die Höhepunkte

- A) Lagh da Saseo:** Das Kronjuwel des Val Poschiavo wird als einer der schönsten Bergseen des ganzen Alpenraums gerühmt. Von Weitem schimmert das Wasser kobaltblau, doch wenn man am Ufer steht, erweist es sich als dermaßen klar, dass man fast jeden einzelnen Stein am Seegrund erkennen kann.
- B) Lagh da Val Viola:** ein weiteres Bergsee-Bijou. Über die türkisblaue Wasseroberfläche hinweg sieht man talauswärts bis zur vergletscherten Südflanke des Piz Palü. Die grosse, flache Weide westlich des Sees ist ein perfekter Rastplatz. Im Mündungsbereich des Bergbachs lässt sich zudem vortrefflich spielen, stauen und planschen.



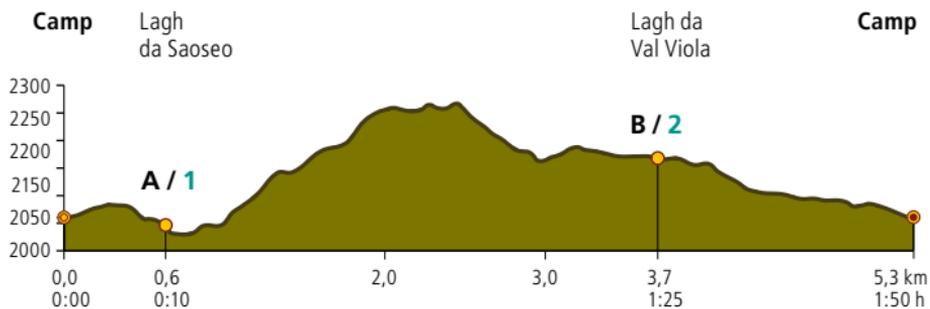
Welches Gewürz enthalten die Ringbrote im Restaurant Alpe Campo?

Curry    Anis    Rosmarin



	<b>Camp</b>	<b>Start</b>	
	Lagh da Saoseo	0 h 10 min	
	Lagh da Val Viola	1 h 25 min	
	<b>Camp</b>	<b>1 h 50 min</b>	

	mittel
	1 h 50 min
	5,3 km
	325 m
	325 m





## Postkarten-Wettbewerb

Schiessen Sie ein Selfie an einem der Fotospots:

**(1)** Am Ufer des Lagh da Saoseo

**(2)** Beim Lagh da Val Viola

Alle Infos zum Wettbewerb finden Sie auf Seite 3.

## Impressionen



Tipp: Die Route lässt sich ideal mit einem Abstieg von Camp via Salva Daint und Lagüzzon nach La Rösa kombinieren (plus 2 h Wanderzeit).



© Hans Lozza

## Wandern im Kanton Graubünden

150 Täler, 1000 Gipfel und 615 Seen sind eine vielversprechende Basis für ein attraktives Wanderwegnetz. Durch seine Alpenlage mit Ausrichtung nach Norden und Süden hat sich in Graubünden während Jahrhunderten eine vielfältige Kultur entwickelt, die tolle Wandererlebnisse garantiert.

### Empfehlung aus der Region

Der 1914 gegründete Schweizerische Nationalpark ist der älteste und bekannteste seiner Art. Der Besuch von Parks ist auch bei Kindern beliebt. Im Nationalparkzentrum in Zernez lassen sich Flora und Fauna auf spielerische Art und Weise entdecken. Weitere Highlights sind Naturlehrpfade, der Bärenerlebnisweg und der Kinderpfad «Champlönch». Für Familien mit Kindern ab sieben Jahren sind die Exkursionen «Natur(g)WUNDER» besonders spannend.

### Hätten Sie es gewusst?

Seit 1956 engagiert sich der Verein Bündner Wanderwege zusammen mit seinen rund 1600 Mitgliedern dafür, dass in Graubünden auf einheitlich signalisierten, gut unterhaltenen und attraktiven Wanderwegen sicher gewandert werden kann. Mit einer Familienmitgliedschaft von 85 Franken pro Jahr unterstützen Sie unser Engagement und profitieren von Vergünstigungen.



# Maderanertal

## Wilde Schönheit der Urner Berge

Eine Rundwanderung im Maderanertal bietet alles, was Bergwanderer lieben: Auf einen steilen Aufstieg folgt eine traumhaft schöne Höhenwanderung. Nach der Einkehr in der Windgällenhütte und dem wesentlich sanfteren Abstieg winkt ein erfrischendes Bad im malerisch gelegenen Golzerensee.

### Die Höhepunkte

- A) Höhenweg Oberchäseren–Windgällenhütte:** Die Aussicht auf den weiten Talhintergrund ist grandios. Die schroffen Wände und scharf gezackten Gipfel rund um das Maderanertal kontrastieren wunderbar mit dem Golzerensee, der in der Tiefe schimmert.
- B) Windgällenhütte:** Die aussichtsreiche Terrasse ist Treffpunkt von Wanderern, Alpinisten, Höhlenforschern und Naturliebhabern. Die Küche bringt Produkte von der Alp auf den Tisch. Für übernachtende Gäste stehen einfache Mehrbettzimmer zur Verfügung.
- C) Golzerensee:** Den idyllischen Bergsee sieht man während des Abstiegs immer wieder. Die ausgedehnten Wiesenflächen am Ufer eignen sich bestens für eine ausgiebige Rast.

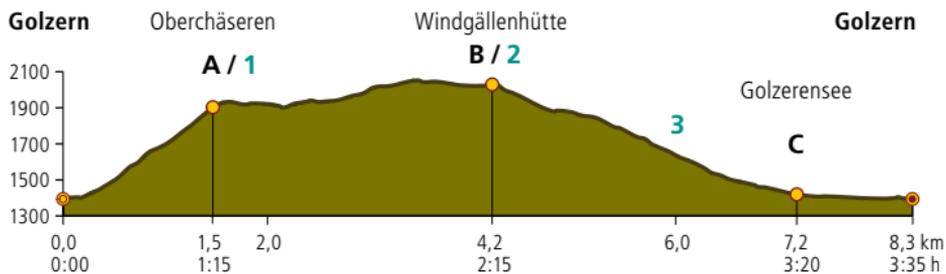


Wem gehört die Windgällenhütte?  Dem Kanton Uri  
 Dem SAC  Dem Akademischen Alpenclub Zürich



	<b>Golzern</b>	<b>Start</b>	
	Oberchäseren	1 h 15 min	
	Windgällenhütte	2 h 15 min	 
	Golzerensee	3 h 20 min	 
	<b>Golzern</b>	<b>3 h 35 min</b>	

- 
- mittel
- 3 h 35 min
- 8,3 km
- 790 m
- 790 m





## Postkarten-Wettbewerb

Schiessen Sie ein Selfie an einem der Fotospots:

- (1) Beim Wegweiser Oberchäseren
- (2) Bei der Windgällenhütte
- (3) Beim Abstieg zum Golzerensee

Alle Infos zum Wettbewerb finden Sie auf Seite 3.

## Impressionen



Tipp: Badekleider einpacken! Im Sommer empfiehlt sich zum Abschluss der Tour ein Bad im Golzerensee.



## Wandern im Kanton Uri

Auf insgesamt 1474 Kilometern Wanderwegen lässt sich der Kanton Uri erkunden. Das Urner Wanderwegnetz erschliesst Sehenswürdigkeiten, eindrucksvolle Landschaften, Berggasthäuser und Berghütten mit einfachen Wanderwegen, Bergwanderwegen und Alpinwanderwegen.

### Empfehlung aus der Region

Das Wandergebiet Arni bietet alles, was das Wandererherz begehrt: eine gemütliche Wanderung rund um den Arnisee, eine alpine Tages-Rundtour, einen Aufstieg auf das Sunnigrätli oder eine Wanderung ins Leitschachtal. An verschiedenen Grillplätzen mit vielen Tischen und Bänken lässt es sich am Arnisee gemütlich verweilen, und mit etwas Glück kann man unterwegs Murmeltiere, Gämsen oder Adler beobachten.

### Hätten Sie es gewusst?

Der Verein Urner Wanderwege koordiniert in enger Zusammenarbeit mit der kantonalen Fachstelle für Wanderwege, den Gemeinden und Korporationen den Unterhalt der Wege und deren Signalisation. Der Verein bietet seinen Mitgliedern viele Dienstleistungen. Besonders beliebt ist die Mobile App «Uri outdoor».



# Val Calnègia

## Urtümliche Tessiner Bergwelt

In der grossartigen, praktisch unberührten Berglandschaft des Val Calnègia gibt es einige Besonderheiten zu entdecken. Dazu gehören etwa ein untergetauchter Bach sowie verborgene Häuser. Vom Alpweiler Calnègia geht es auf gleichem Weg zurück zum Ausgangspunkt Foroglio.

### Die Höhepunkte

- A) Steinbogenbrücke Puntid:** Ein wunderschönes, zierliches Steinbogenbrücklein spannt sich oberhalb des Wasserfalls über den Bergbach Calnègia.
- B) Verschwundener Bach:** Im Gebiet Gerra zwischen Puntid und dem Alpstafel Calnègia füllt eine dicke Kiesschicht das Bachbett auf einer Länge von mehreren hundert Metern. Der Bergbach taucht deshalb vorübergehend in den Untergrund ab.
- C) Unsichtbare Häuser:** Unzählige gewaltige Felsblöcke liegen auf dem Talboden verstreut. Unter manchen davon wurden früher Käsekeller, Viehställe oder gar Wohnräume eingerichtet. Wer genau hinschaut, kann einige dieser «Splüi» (Felsbauten) noch heute entdecken.



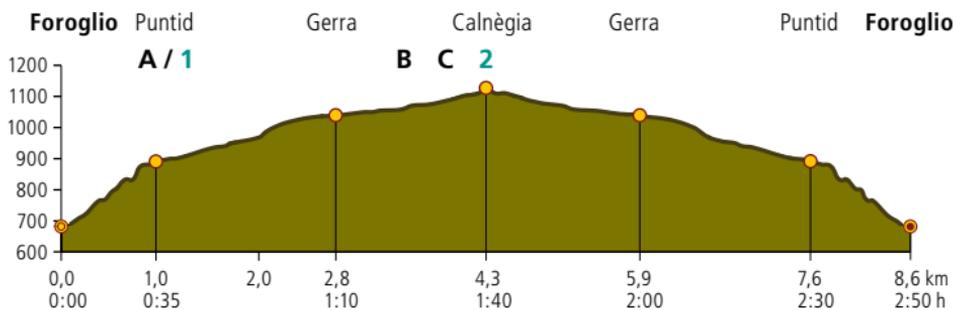
Was fehlt im Grotto La Froda in Foroglio?

Bücher  Stühle  Elektrizität



	<b>Foroglio</b>	<b>Start</b>	
	Puntid	0 h 35 min	
	Gerra	1 h 10 min	
	Calnègia	1 h 40 min	
	Gerra	2 h 00 min	
	Puntid	2 h 30 min	
	<b>Foroglio</b>	<b>2 h 50 min</b>	

	mittel
	2 h 50 min
	8,6 km
	500 m
	500 m





## Postkarten-Wettbewerb

Schiessen Sie ein Selfie an einem der Fotospots:

**(1)** Bei der Steinbogenbrücke Puntid

**(2)** Beim Alpstafel Calnègia

Alle Infos zum Wettbewerb finden Sie auf Seite 3.

## Impressionen



Tipp: Ein schmaler Pfad führt von Foroglio direkt an den Fuss des Wasserfalls. Regenschutz mitnehmen!



© Ticino  
Sentieri

## Wandern im Kanton Tessin

Vom schneebedeckten Gipfel über Gletscher entlang von Bergseen, durch Kastanien-, Buchen- und Lärchenwälder unter die Palmen der Piazza Grande: Das Tessiner Wanderwegnetz ist so vielfältig wie ein bunter Blumenstrauss. Das Netz misst über 4000 Kilometer, ist gut gepflegt und signalisiert.

### Empfehlung aus der Region

Von San Carlo im Valle Bavona gelangt man per Seilbahn nach Robiei. Dort ist die Aussicht auf den Basodinogletscher und die Berggipfel atemberaubend schön. Für Kinder ist der Lehrpfad in der Staumauer Robiei ein Highlight. Der Spaziergang im Stollen der Staumauer ist einzigartig in seiner Art im Tessin und dauert etwa 30 Minuten. Gut zu wissen: Zutritt zum Stollen erhalten Sie gegen Abgabe eines Dokuments im Hotel Robiei.

### Hätten Sie es gewusst?

«TicinoSentieri» feiert 2018 sein 25-jähriges Bestehen. Von März bis Oktober organisiert der Verein in Zusammenarbeit mit Erwachsenensport-Wanderleitenden (ESA) geführte Ausflüge, die teils auch für Familien mit Kindern geeignet sind.



# Saastal

## Höhenweg mit Gletschersicht

Ein prachtvoller Höhenweg ist am Sonnenhang des Tals der Saaser Vispa angelegt. Man erreicht ihn von Saas-Almagell, dem hintersten Dorf im Saastal, und folgt ihm bis zum Kreuzboden oberhalb von Saas-Grund. Unterwegs genießt man fantastische Ausblicke auf die Kette der Viertausender rund um Saas-Fee.

### ★ Die Höhepunkte

- A) Erlebnisweg Almagellerhorn:** Der spektakuläre Zustieg ins Almagellertal beginnt in Furggstalden. Exponierte Passagen sind mit Metallstufen, Seilen und drei Hängebrücken gesichert. Wer nicht trittsicher oder mit Kindern unter zehn Jahren unterwegs ist, benützt die Variante via Spissgraben.
- B) Kreuzboden:** Im Familien-Vergnügungspark bei der Gondelbahnstation kommen Jung und Alt auf ihre Kosten. Da gibt es einen (motorenfreien) Kartpark sowie einen Spielplatz mit grosser Rutschbahn und Planschcke; die Kleinen können auf Ponys reiten, während sich grössere Kinder mit einem Floss auf dem Seelein vergnügen. Für Erwachsene steht ein Wellness- und Genussweg mit Hängematten und Liegestühlen bereit.

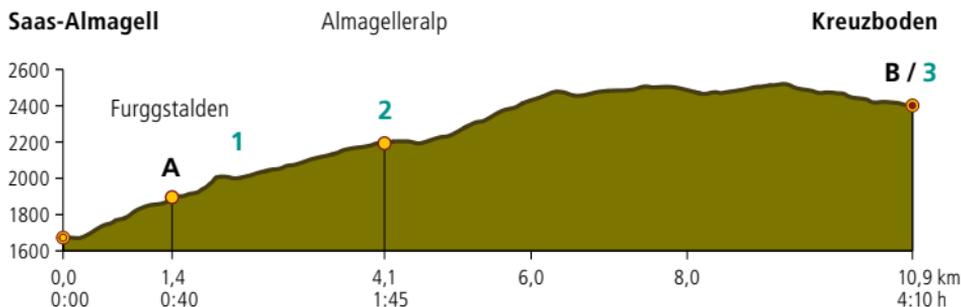


Eines der beiden Fenster in der Kapelle Furggstalden zeigt ein Tier.  
Was für eines?  Schaf  Löwe  Taube



	<b>Saas-Almagell</b>	<b>Start</b>	
	Furggstalden	0 h 40 min	
	Almagelleralp	1 h 45 min	
	<b>Kreuzboden</b>	<b>4 h 10 min</b>	

	hoch
	4 h 10 min
	10,9 km
	1115 m
	390 m





## Postkarten-Wettbewerb

Schiessen Sie ein Selfie an einem der Fotospots:

- (1) Auf einer der drei Hängebrücken
- (2) Vor dem Hotel Almagelleralp
- (3) Beim Seelein auf dem Kreuzboden

Alle Infos zum Wettbewerb finden Sie auf Seite 3.

## Impressionen



Tipp: Familienfreundlichen Hotelkomfort in einsamer Bergwelt bietet das Berghotel Almagelleralp.



© Valrando

## Wandern im Kanton Wallis

Was gibt es Schöneres als eine Wanderung inmitten der Walliser Viertausender? Die 8500 Kilometer Walliser Wanderwege bringen Sie an wildromantische Orte und lassen Sie die Natur hautnah erleben. Gönnen Sie sich unterwegs in einem Bergrestaurant eine kulinarische Pause und geniessen Sie dabei die einmalige Kulisse.

### Empfehlung aus der Region

Nicht zuletzt dank der zahlreichen Suonen steht das Wallis bei den Wandern hoch im Kurs. Viele der berühmten Wasserkanäle bestehen schon seit Jahrhunderten. Von Grächen aus lässt sich eine Suonenwanderung mit dem Besuch eines Indianerforts mit Tipi-Zelten auf der Hannigalp verbinden. Auch die grosse Suone von Lens bei Crans-Montana ist wunderschön und besonders im Sommer beliebt für Familienaktivitäten.

### Hätten Sie es gewusst?

Kinder zum Wandern zu motivieren, ist nicht immer einfach. Valrando verbindet darum Wanderungen mit Erlebnissen. Unter «Wandervorschläge für Schulen» sind auf der Website von Valrando rund 100 Wander- und Veloausflüge für verschiedene Altersstufen zu finden. Übrigens: Die Mitgliedschaft bei Valrando kostet für Familien gleich viel wie für Einzelmitglieder.



# Diemtigtal

## Der Klassiker im Naturpark

Wandergenuss für alle verspricht der Talweg im Naturpark Diemtigtal. Der Klassiker führt von der Grimmialp auf einfachen Wanderwegen mit leichtem Gefälle talauswärts nach Oey. Dank vielen PostAuto-Haltestellen am Weg kann die Wanderung individuell angepasst werden.

### Die Höhepunkte

- A) Sagenwelt:** Vom unheimlichen schwarzen Hund, der jeweils zum Wechsel der Jahreszeiten erscheint, und anderen merkwürdigen Gestalten erfährt man an verschiedenen Stationen mit Diemtigtaler Sagen.
- B) Wasserspielplatz «Gwunderwasser»:** Hier können Kinder und auch Erwachsene nach Herzenslust spielen, planschen und experimentieren. Zum Stauen und Umleiten stehen verschiedene Spielgeräte zur Verfügung. Eine Ruhezone mit Holzliegen lädt zur Musse ein.
- C) Diemtigtaler Hausweg:** Das Diemtigtal ist von zahlreichen wunderschön gestalteten und reich verzierten Holzhäusern geprägt. Ein Teil der Wanderung verläuft auf dem Diemtigtaler Hausweg, der zu herausragenden Zeugen der alten Zimmermannskunst führt.



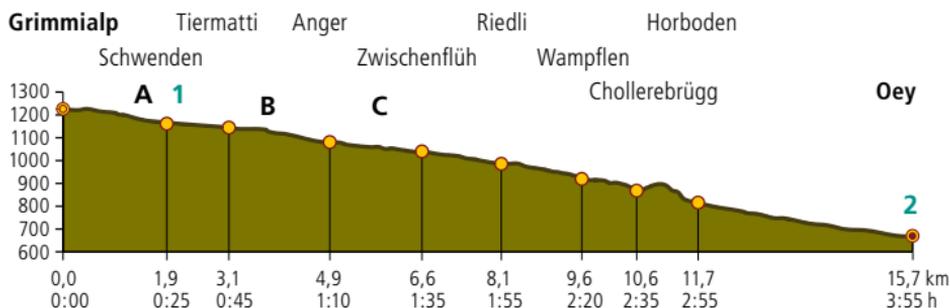
Über wie viele Brücken führt der Talweg?

- Sechs    Acht    Elf



	<b>Grimmialp</b>	<b>Start</b>	
	Schwenden	0 h 25 min	
	Tiermatti	0 h 45 min	
	Anger	1 h 10 min	
	Zwischenflüh	1 h 35 min	
	Riedli	1 h 55 min	
	Wampflen	2 h 20 min	
	Chollerebrügg	2 h 35 min	
	Horboden	2 h 55 min	
	<b>Oey</b>	<b>3 h 55 min</b>	

- mittel
- 3 h 55 min
- 15,7 km
- 145 m
- 700 m





## Postkarten-Wettbewerb

Schiessen Sie ein Selfie an einem der Fotospots:

**(1)** Auf der Brücke im Geissboden

**(2)** Auf der Brücke in Oey

Alle Infos zum Wettbewerb finden Sie auf Seite 3.

## Impressionen



Tipp: Mit vielen Spielposten wartet der 3,3 km lange Grimmimutz-Rundweg auf der Grimmialp auf.



## Wandern im Kanton Bern

Der Kanton Bern ist stolz auf eines der längsten Wanderwegnetze der Schweiz. 10000 Kilometer umfasst es, das entspricht etwa der Distanz zwischen Bern und Tokio. Mit den Weiten der Jurahöhen, sanften Hügeln im Mittelland und weltbekannten Gipfeln des Oberlands besticht das Bernbiet durch seine Vielfältigkeit.

### Empfehlung aus der Region

Der Fünf-Sterne-Talwanderweg führt von Oey durch den Naturpark Diemtigtal nach Schwenden. Unterwegs finden Sie auf Tafeln spannende Informationen über Sagen und zur Geschichte des Tals. Besonders beliebt bei Kindern ist der Spielplatz und die Rundholzfeuerstelle «Anger». Eine gedeckte Hütte, Festbänke, eine WC-Anlage, genügend Parkplätze und eine PostAuto-Haltestelle in unmittelbarer Nähe der Feuerstelle lassen keine Wünsche offen.

### Hätten Sie es gewusst?

Um die Signalisation der 10000 Kilometer Wanderwege kümmern sich 88 freiwillige Helferinnen und Helfer des Vereins Berner Wanderwege. Die Mitgliedschaft für Familien kostet pro Jahr 70 Franken und beinhaltet u. a. den Zugang zu wanderplaner.ch, Vergünstigungen auf Bergbahntickets und das Abo der Zeitschrift «Wandern».



## Versoix

### Verwunschene Paradieswälder

Auf seinem kurzen Weg von Frankreich in den Genfersee durchzieht das Flüsschen Versoix paradiesisch schöne Auenwälder. Zuweilen ganz nah, dann wieder in gebührender Distanz folgt man dem Wasserlauf auf dem Uferweg von Chavannes-de-Bogis bis zur Mündung beim Städtchen Versoix.

### ★ Die Höhepunkte

- A) Versoix:** Trotz seiner bescheidenen Länge von bloss 27 Kilometern führt das Flüsschen selbst im Hochsommer oft reichlich Wasser. Wie ein Bergbach schießt es dann mit überschäumender Kraft und eindrucklicher Geschwindigkeit zwischen den Bäumen des Auenwalds dahin.
- B) Naturschutzgebiet Combes Chapuis:** Prachtvolle Eichenwälder, Wiesen und Sümpfe entlang des Flüsschens formen eine verwunschene Paradieslandschaft. Darin geben sich Tiere wie Springfrosch, Pirol, Reh und Wildschwein ein Stelldichein. Verschiedene Pfade durchziehen das Schutzgebiet. Manche davon führen direkt dem Wasser entlang.

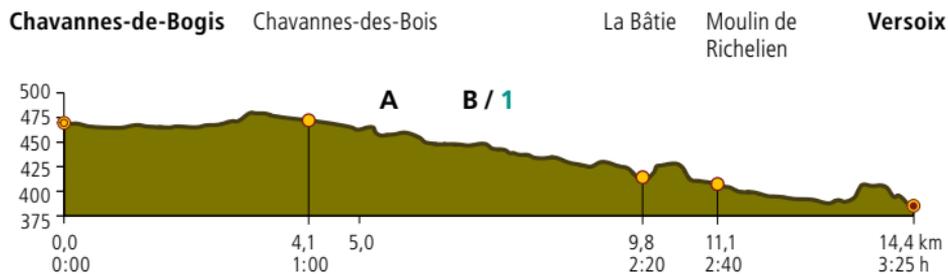


Welche Tiere kommen im Naturschutzgebiet Combes Chapuis nicht vor?  Enten  Gämsen  Biber



	<b>Chavannes-de-Bogis Start</b>		
	Chavannes-des-Bois	1 h 00 min	
	La Bâtie	2 h 20 min	
	Moulin de Richelien	2 h 40 min	
	<b>Versoix</b>	<b>3 h 25 min</b>	

- mittel
- 3 h 25 min
- 14,4 km
- 80 m
- 165 m





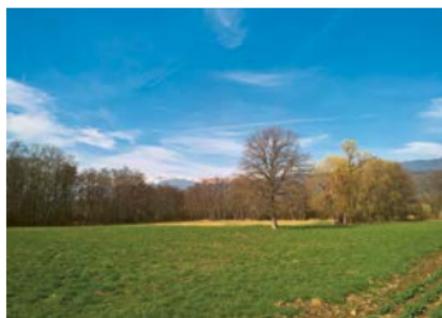
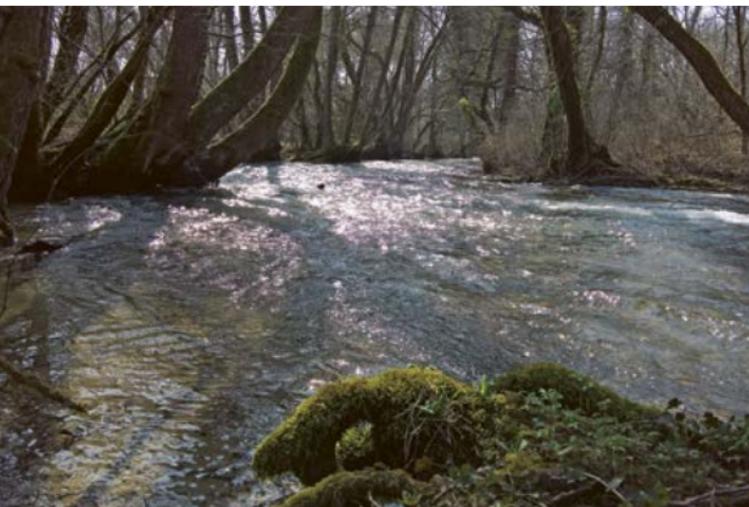
## Postkarten-Wettbewerb

Schiessen Sie ein Selfie am Fotospot:

**(1)** Naturschutzgebiet Combes Chapuis

Alle Infos zum Wettbewerb finden Sie auf Seite 3.

## Impressionen



Tipp: 14 verschiedene Apfelsorten werden auf der Ferme Courtois in Chavannes-des-Bois angebaut und im Hofladen verkauft.



© Bernard  
Matthey-Doret

## Wandern im Kanton Waadt

Mit 3736 Kilometern offiziellen Wanderwegen ist das Waadt-länder Netz eines der grössten im Land. Wie auch in Bern vereint es die drei Grosslandschaften Jura, Mittelland und Alpen. Erwandern Sie ganz unterschiedliche Landschaften in allen Kategorien.

### Empfehlung aus der Region

Von Pont de Nant gehts in Richtung Nant über Cinglo am Bärenloch vorbei zurück. Die Runde von zweieinhalb bis drei Stunden schaffen auch trittsichere und wanderfreudige Kinder. Die wildromantische Landschaft am Fusse des Muverans ist ein einmaliger Anblick. Neben der Wirtschaft befindet sich der Alpengarten «La Thomasia». Auf einer Hektare wachsen hier 3000 heimische und fremde Pflanzenarten. Wer will, nimmt an einer Schatzsuche des Tourismusbüros von Villars teil. In der Nähe bietet der Parc des Diables (Seilpark) Aufregung für Kletteraffen.

Auf drei unterschiedlich schwierigen Parcours können sich Abenteurer gefahrlos austoben.

### Hätten Sie es gewusst?

85 Freiwillige aus der Waadt stehen jährlich über 4000 Stunden im Einsatz und pflegen Wege, Infrastrukturen und Wegweiser. Nur fürs Wetter können sie nichts. Entdecken Sie Ihre Leidenschaft.

# TIPPS UND TRICKS FÜR GLÜCKLICHE KINDER AM BERG



## «Wie weit ist es noch?»

«Mami, Papi, wie weit ist es noch?» Wenn die Kinder die Lust verlieren, sind die Eltern gefordert. Selbst auf abwechslungsreichen Wanderungen werden die Kinder früher oder später müde.

Nachfolgend zehn Tipps, damit unterwegs die Moral nicht sinkt und alle glücklich bleiben.



### **Pausen**

Reservieren Sie bis zu 50 Prozent der Wanderzeit für das Rasten. Pausen geben Zeit zum Spielen und zum Entdecken der Natur.

### **Highlights schaffen**

Wählen Sie Routen mit Überraschungen unterwegs aus. Zum Beispiel mit einem

Wasserfall, Tieren in freier Wildbahn oder dem Zurücklegen eines Abschnitts per Schiff, Dampf- oder Bergbahn.

### **Picknick**

Kleine und beliebte Zwischenverpflegungen verleihen Energie und schaffen Anreiz als Belohnung.

### **Natur-Schnitzeljagd**

Diese Form der Schnitzeljagd sorgt für Spannung und Aufmerksamkeit. Lassen Sie sich auf der nächsten Seite von einem Beispiel einer Natur-Schnitzeljagd inspirieren.



### **Naturführer**

Mit dem Buch in der Hand die Pflanzen am Wegrand bestimmen. Ein Naturführer ist ein idealer Begleiter und bringt Kindern spielerisch Flora und Fauna näher.



### **Beste Freunde**

Wenn die beste Freundin oder der beste Freund mitwandert, vergeht die Zeit im Fluge und das Wandern wird schnell zur Nebensache.

### **Singen**

Ein Kinder- oder Wanderlied singen bewirkt oft Wunder. Fragen Sie mal nach, welche Lieder Ihre Kinder aus der Schule kennen.



### **Kleine Leitwölfe**

Spannend wird es, wenn Sie die Kinder zu Routenführern machen. Als kleine Leitwölfe können sie schon fast magische Kräfte entwickeln.

### **Fernglas**

Ein Fernglas ermöglicht es, Berg, Wald und Tiere aus einer beeindruckenden Perspektive zu betrachten.

# Natur-Schnitzeljagd

Bereiten Sie eine Liste mit Dingen aus der Natur vor, die auf Ihrer Wanderroute vorkommen könnten.

- Schmetterling
- Enzian
- Murmeltier
- Ameisen
- Alpenrose

- Raubvogel
- Kuh
- Reh
- Glückskäfer
- Tierspuren





## Warten ist langweilig

**Auf das Postauto, den Zug, das Schiff oder das Essen zu warten, ist für Kinder meistens langweilig, weil sie dabei stillsitzen und den natürlichen Bewegungsdrang unterdrücken müssen. Folgende Spieltipps helfen ganz einfach beim Überbrücken der Langeweile.**

### **Ich sehe was, was du nicht siehst**

Einer beginnt und merkt sich etwas im Blickfeld aller Mitspieler. Mit Ja-/Nein-Fragen versuchen die andern, das Gesuchte zu erraten. Wer es herausfindet, ist als Nächster dran und darf sich ein neues Objekt merken.

### **Ich packe in meinen Rucksack**

Der erste Spieler fängt an mit «Ich packe in meinen Rucksack ...» und bestimmt den ersten Gegenstand. Der Nächste in der Runde wiederholt den Satz und Gegenstand des ersten Spielers und fügt einen weiteren hinzu. Wer am längsten alle Gegenstände repetieren kann, gewinnt das Spiel.

### **Lieder erraten**

Singspiele eignen sich gut für lange Wartezeiten. Beim Liederraten summen oder pfeifen die Mitspieler eine Melodie, die andern erraten den Liedtitel. Wer den Titel des Liedes zuerst herausfindet, ist mit Summen dran.

### **Geschichte fortsetzen**

Jemand beginnt beispielsweise mit dem Satz: «Ein Bankräuber kommt in einer Kirche wieder zu Bewusstsein und kann sich an nichts mehr erinnern.» Der Reihe nach dürfen die Mitspieler die Geschichte mit einem Satz fortsetzen.

# PostAuto – Transportpartner der Schweizer Wanderwege

12 600 Kilometer umfasst das PostAuto-Netz. Das entspricht der Entfernung zwischen dem nördlichsten Punkt Europas und dem südlichsten Punkt Afrikas. Würde man alle 65 000 Kilometer Schweizer Wanderwege zusammenfügen, könnte man gar eineinhalb Mal um die Erde wandern.

Wer in der Schweiz ans Wandern denkt, denkt auch ans Postauto – und umgekehrt. Daher pflegen der Dachverband Schweizer Wanderwege und PostAuto seit 2017 eine offizielle Partnerschaft mit einem gemeinsamen Ziel: Wir wollen Ausflügler beim Entdecken und Erleben von besonderen Naturlandschaften unterstützen.

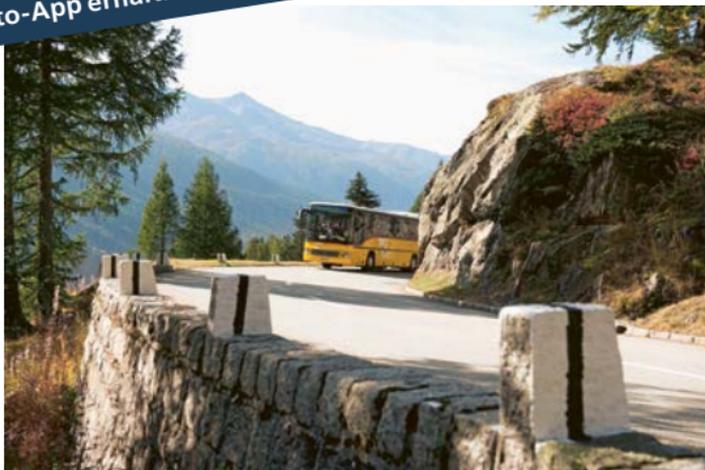
Der schöne Nebeneffekt: Wer mit dem ÖV reist, trägt dazu bei, dass unsere wunderbaren Schweizer Landschaften so schön bleiben, wie sie sind.

Lassen Sie sich den schnellsten Weg zu Ihrer Wanderung anzeigen: Über die PostAuto-App können Sie alle ÖV-Tickets der ganzen Schweiz kaufen und die Reise von der Haustür bis zum Ausflugsziel mit verschiedenen Verkehrsmitteln planen. Alle Infos unter [postauto.ch/app](https://postauto.ch/app).



Alle ÖV-Tickets der Schweiz jetzt über die PostAuto-App erhältlich.

Postauto in der  
Umgebung  
Grimsel- und  
Furkapass.





## Was tun bei Gewitter?

Werden Sie im Freien von einem Gewitter überrascht, sollten Sie sofort Schutz suchen. Grosse Wolken, ganz besonders im (vor-)alpinen Gelände müssen im Auge behalten werden. In einer unsicheren Wettersituation ist es besser, die Wanderung abzubrechen und ins Tal zurückzukehren. Wenn Sie das nicht mehr schaffen, suchen Sie Schutz in einer Berg- oder Alphütte.

Wer unterwegs von einem Gewitter überrascht wird, sollte folgende Tipps beachten.



- Gehen Sie zum tiefsten Punkt des Geländes.
- Suchen Sie eine Mulde oder einen Felsvorsprung.
- Entledigen Sie sich aller metallenen Gegenstände.
- Halten Sie mindestens einen Meter Abstand zu anderen Personen.
- Auf keinen Fall hinlegen! Kauern Sie sich hin.
- Meiden Sie die Nähe von Bäumen, Aussichtstürmen und Masten.

# Der Zauber des Regens

**Bekanntlich gibt es kein schlechtes Wetter, es gibt nur falsche Kleidung. Und sowieso ist die Bezeichnung des «schlechten Wetters» eine Erfindung von uns Menschen.**

Dabei hat die Natur gerade bei Regen ihre Reize. Wenn die Tropfen von weit her auf die Blätter prasseln, Wolken über den Bergen hängen und Nebelschwaden für eine mystische Stimmung sorgen, geht kaum einer raus. Wer es trotzdem wagt, wird mit einem besonderen Naturerlebnis belohnt.

Ist man aber bis auf die Knochen nass, verliert alles seinen Reiz. Damit Sie der Zauber des Regens glücklich macht, bedarf es einer zweckmässigen Ausrüstung.



- Festes, wasserfestes Schuhwerk, keine Gummistiefel
- Regenfeste Überhosen
- Regenjacke oder Regenponcho
- Regenhülle für den Rucksack



# «Alice im Wanderland»

Der Wanderspass der besonderen Art

**Was wäre, wenn ...**

**... eine Geschichte, abends beim Zubettgehen erzählt,  
am nächsten Tag Wirklichkeit wird?**

**... die Figuren zum Leben erwachen und sich Gross  
und Klein plötzlich mitten in der Geschichte wieder-  
finden?**

**... dieses unterhaltsame Erlebnis für die ganze Familie  
tatsächlich existiert?**

Die Schweizer Wanderwege und die Kinder- und Familien-eventagentur Hotz'n'Plotz lassen an der «Coop Familienwanderung» mit der Post und weiteren Partnern bekannte Kindergeschichten aufleben.

Ab 2018 findet die Eventreihe an zehn verschiedenen Orten in der ganzen Schweiz statt. Jedes Jahr steht eine andere Erzählung im Zentrum. Und mit ihr eine Herausforderung, die ohne die kleinen und grossen Abenteurer nicht zu lösen wäre.

Auf einer Rundwanderung draussen in der Natur stellen die Figuren der Geschichte den mutigen Wanderern altersgerechte Aufgaben und Rätsel. Die Knobeleien auf dem Weg helfen Kindern und Eltern am Schluss, die Geschichte zum Guten zu beeinflussen.

Der Wanderspass der besonderen Art für die ganze Familie!

Detaillierte Infos zu den Anlässen und Standorten unter [post.ch/wandern](http://post.ch/wandern).



# Wandern Sie ins Netz

Möchten Sie mehr über das Wanderengagement der Post erfahren?  
Dann besuchen Sie unsere Webseite: [post.ch/wandern](https://post.ch/wandern)

Dort finden Sie auch mehr Informationen zu den einzelnen Wanderungen, über die offizielle Schweizer Wandernacht vom 23. Juni 2018 und zu den Familienwanderungen «Alice im Wanderland».

Und wenn Sie nichts verpassen wollen, melden Sie sich einfach für unseren Newsletter an.



Auflösung Rätsel Wanderungen

S. 8: Rhonegletscher / S. 12: Meyer-Argau / S. 16: 1.-/S. 20: Stahl / S. 24: Anis / S. 28: Dem Akademischen Alpenclub Zürich / S. 32: Elektrizität / S. 36: Taube / S. 40: Elf / S. 44: Gämsen



# WANDERERLEBNISSE FÜR ÜBERGLÜCKLICHE UND AUSGEPOWERTE

MIX  
Papier  
FSC® C005019

130.50 de 04.04.2018 K

Post CH AG  
Wankdorffallee 4  
3030 Bern

[post.ch/wandern](http://post.ch/wandern)

**DIE POST** 