

## Ausrüstungsliste

### Kleider

Hosen, Shorts  
Regenmantel (Poncho)  
Anzug für die Unterkunft

T-Shirt, Pulli, Anorak  
Hut, Socken  
Wandersocken

### Diverses

Ein Rucksack  
Fotoapparat  
Sonnenscreme, Sonnenbrillen  
Sackmesser  
Thermos- oder Feldflasche  
Unterwäsche  
Toilettenartikel  
Warme Parka oder Anorak  
Persönliche Apotheke  
Toilettenpapier  
Halbtax- , Generalabonnement  
Ev. Stöcke für den Aufstieg/Abstieg

Nehmen Sie noch was Sie wollen (im vernünftigen Maß) und vergessen Sie nicht die gute Laune... es wäre schade.

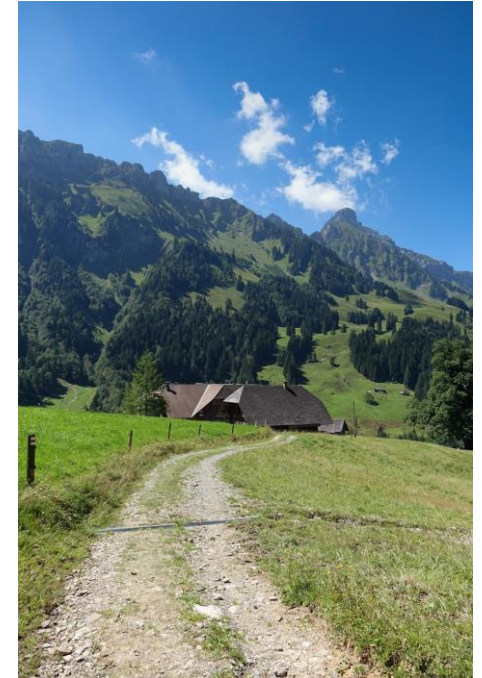
## Zwischen See, Emmental und Biosphäre

**Start am 10. Mai 2018**

Wer auf der Suche nach starken Kontrasten ist, wird während diesem kurzen Aufenthalt bedient. In der Tat schlage ich die Route vor, die vom Ufer des Thunersees beginnt, um zuerst das Zulg-Tal zu erreichen. Dieses Tal ist zum Emmental benachbart.

Dann werden wir an Höhe gewinnen, um die hochgelegener Sumpf des Rotmoos zu überqueren, bevor wir ins Emmental absteigen und dann das Entlebuch im Kanton Luzern erreichen. Bei Marbach werden wir in die UNESCO Biosphären Entlebuch eintreten, dessen Zweck der Schutz der natürlichen Juwelen der Region ist.

Wir werden auch sehen, welche kulturellen Unterschiede zu traditioneller Entwicklung geführt haben.



### Destination Montagne

1233 Bernex

Tel.: +41 22 757 67 57

Fax: + 41 22 757 67 58

Mobile: +41 79 629 02 62

E-Mail: [lehmann.charles@destination-montagne.ch](mailto:lehmann.charles@destination-montagne.ch)

<http://www.destination-montagne.ch>

**Erster Tag: Merligen - Innereriz**

Dieser erste Tag wird der längste des gesamten Aufenthalts sein. In der Tat werden wir das Ufer des Thunersees verlassen, um zwischen zwei charakteristischen Gipfeln der Region zu aufzusteigen: Sigriswilgrat und Siben Hängste (die sieben Hengste).

Nachdem wir den kleinen Pass der Sichle erreicht haben, werden wir zur Innereriz-Beckens absteigen.

(1150m, 6 St., Hotel)

**Zweiter Tag: Innereriz - Marbach**

Vom Zulg-Tal aus werden wir zunächst der Sumpf des Rotmoos erreichen bevor wir in Richtung Emme absteigen werden. Dann wird die Aussicht auf den Gipfeln des Hoghant und der Schratzenflue immer deutlicher sein. Es wird ein bisschen mehr Mut brauchen und ein wenig Aufstieg erforderlich sein, um über den Hubel zu wandern und Marbach zu erreichen.

(350m , 4 St., Hotel)

**Dritter Tag: Marbach - Flühli**

Während dieses dritten Tages werden wir andere Landschaften von Sümpfen und Hochmooren treffen. Tatsächlich ist die Hilferen eine für seine Feuchtgebiete bekannte Region. Wir werden dann Flühli erreichen, und ich werde Ihnen erzählen, warum sich die berühmte Glasfabrik in Hergiswil am Ufer des Vierwaldstättersees niedergelassen hat.

(550m, 4 St. 30, Hotel)

**Vierter Tag Flühli - Schüpfheim**

Um nach Schüpfheim zu gelangen, werden wir das Tal der Waldemme folgen. Obwohl die Straße ziemlich befahrt ist, werden wir Abschnitte mit starkem Verkehr vermeiden können, und vor allem werden wir die Aussicht auf die Lammschlucht genießen können.

(200m, 3 St.)

**Preis:** CHF 630.-, € 560.- (Erwachsene) / CHF 570.-, € 505.- (Kinder, Studenten, Pensionierte)

Im Preis ist alles inbegriffen, außer:

Reise vom Wohnsitz bis zum Treffpunkt und retour. Lunch für den ersten Tag. Getränke, Ihre persönlichen Ausgaben.

Reiserücktrittskostenversicherung: CHF 31.50 (fakultativ – muss bei der Anmeldung anfordert werden).

**Niveau: 4 Tage**

Dieses Trekking verläuft auf Wege die keine besondere Schwierigkeiten aufweisen. Mit "ohne Rucksack" wird gemeint, dass man mit einem kleinen Rucksack unterwegs ist. Der Rest des Gepäcks wird per Taxi nachgesendet.

**Unterkunft und Verpflegung:** Hotel mit Vollpension. Der Lunch wird mitgebracht. Die Getränke sind nicht inbegriffen.

**Topographische Karten:**

LK 1:25 000 no. 1169 Schüpfheim

LK 1:25 000 no. 1188 Eggwil

LK 1:25 000 no. 1189 Sörenberg

LK 1:25 000 no. 1207 Thun

LK 1:25 000 no. 1208 Beatenberg

**Anmeldungsfrist:** 8. April 2018

**Treffpunkt**

9:00 in Merligen

**Wenn Sie mit dem Zug kommen**

Via Bern. Fahrplan auf dem Internet: <http://www.sbb.ch>

**Wenn Sie mit dem Auto kommen**

Autobahn Richtung Bern und Thun. Durch Thun fahren und Merligen erreichen.

**Rückkehr**

Um 15:00 - 16:00 in Schüpfheim

**Falls Sie früher ankommen- oder den Aufenthalt verlängern möchten**

Schlossberg, Thun, <http://www.schlosshotelthun.ch>

Schneehas, Innereriz, <http://schneehas-eriz.ch/>

Hotel Sporting, Marbach, [www.hotelsporting.ch](http://www.hotelsporting.ch)

Kurhaus, Flühli, [www.kurhaus-fluehli.ch](http://www.kurhaus-fluehli.ch)