



Storylines Sommer 2023

Lenk-Simmental: Gipfeltreffen der Schönen

Hier grüssen sich Murmeltier und Luchs, hier wird die schönste der weltweit bekannten Kühe zur Miss Lenk gewählt. Hier sind die Einwohner stolz auf ihre Tradition und Herkunft. Hier wird das Alp- und Berglandwirtschaftsleben unter dem Titel AlpKultur® den Gästen nähergebracht. Hier gibt es rauschende Bergbäche, imposante Wasserfälle und glasklare Bergseen, Augen im Felsen und eine Panorama-Aussichtsplattform. Hier erholte sich im 19. Jahrhundert Europas Adel und Wanderer können heute in der Steinzeit rasten. Hier kommen Outdoorsportler, Naturliebhaber und Nichtstuer auf ihre Rechnung. Hier wird man mit der Kuh Mona, der Ziege Flöckli oder dem Murmeltier Moritz auf den Berg gefahren.

Das Simmental überrascht und erstaunt. Vom lieblichen Talboden über die Alpweiden bis hoch hinauf auf die markanten Berggipfel.

Auf den folgenden Seiten werden Geheimnisse gelüftet sowie Kuriositäten und Eigenheiten, wie auch Höhepunkte und Vorschläge für einen Besuch der Ferienregion Lenk-Simmental aufgelistet. Mit kurzen Beschreibungen versehen, geben sie einen Eindruck von der Vielfalt der Region. Ungewöhnliche und spannende Themen, aus denen interessante Geschichten entstehen können.

Lenk-Simmental Tourismus AG

Albert Kruker, Direktor

CH-3775 Lenk im Simmental

Tel. +41 33 736 35 35

[*a.kruker@lenk-simmental.ch*](mailto:a.kruker@lenk-simmental.ch)

[*www.lenk-simmental.ch*](http://www.lenk-simmental.ch)

INHALTSVERZEICHNIS

ALPKULTUR®	3
Eine Miss-Wahl der besonderen Art	3
Wenn die Kühe die Treicheln schwingen	3
Ein Besuch auf der Alp.....	3
Reife Leistungen	3
Fleckvieh als Globetrotter.....	3
Fleckvieh als Glücksbringer	3
Pferde im Simmental	3
Vom Tremmel zum schmucken Chalet	4
Von der Fichte zum Schindeldach	4
Pionier des Agrotourismus	4
Kräutererlebnis Simmental	4
Heilpflanzengarten im Simmental	4
Jodlerweg St. Stephan.....	5
Simmentaler Scherenschnitte – Einblicke in ein filigranes Traditions Handwerk	5
FAMILIEN	5
Spiel und Spass auf 7'000 m ² für Klein und Gross.....	5
Mit der Kuh Mona, der Ziege Flöckli oder dem Murmeltier Moritz auf den Berg	5
Unterwegs zu den Murmeli.....	5
AlpSpielplatz Leiterli.....	6
Scharf beobachtet	6
NATUR, WASSER, WANDERN	6
Entspannen vor der Quelle.....	6
Tosende Wasser.....	6
Wallbachschlucht.....	6
Glasklare Bergseen	6
Plaine Morte.....	7
Speicherseen - Ein Hauch Karibik inmitten der Bergwelt.....	7
Schwefelwasser als Ursprung für den Fremdenverkehr	7
Bergwandern, über Stock und Stein.....	7
Höhenrundweg Gryden	7
Stolze Bauernhäuser, grundsolide Scheunen	7
Ausflug in die Steinzeit und über eine 111 m lange Hängebrücke	8
Augen im Felsen und Aussichtsplattform	8
AlpnessTrail – die entschleunigende Bergwanderroute.....	8
OUTDOOR SPORT	8
Biken	8
Trailrunning	8
Klettern	9
Gleitschirmfliegen.....	9
KULINARIK	9
Kulinarische Höhenflüge by Lenkerhof	9
KULTURELLE EVENTS	9
Alpines Jazz-Fieber	9
Mittsommerfestival	9
Hangar Rockin'	9
HISTORISCHES	10
Blütezeit der Bäderkultur	10
Das braune Gold	10
Zeitreise mit Müeslitopf.....	10
DIES UND DAS	10
Über 35 Jahre exzellenter Modellbau	10

ALPKULTUR®

Eine Miss-Wahl der besonderen Art

Die Simmentaler Kühe sind weltweit bekannt. Eine besondere Attraktion für das Publikum ist die Wahl der Miss Lenk, welche jeweils am Älplerfest im Oktober gekürt wird. Aus 25 Finalistinnen, der in der Vorwoche stattfindenden Beständeschauen, wählen die Zuschauer die schönste Kuh aus.

www.lenk-simmental.ch/erlebnisse/aelplerfest-und-aelplerzmorge

Wenn die Kühe die Treicheln schwingen

Nach viermonatiger Sömmerung kehren Anfang September die Älpler der verschiedenen Senneten der Alp Dürrenwald ob St. Stephan wieder ins Tal zurück. Im Blickpunkt der Alpabfahrt stehen die rund 120 sorgfältig mit Blumen und Bändern geschmückten Kühe und die stolzen Sennen in ihrer traditionellen Tracht. Abgerundet wird der Anlass im Tal mit Alphorn- und Jodelklängen, volkstümlicher Musik und zahlreichen Marktständen mit einheimischen Erzeugnissen.

www.lenk-simmental.ch/alpabfahrt

Ein Besuch auf der Alp

Im Simmental hat die Alpwirtschaft einen hohen Stellenwert. Auf zahlreichen Alpen können Interessierte bei der Alpkäseproduktion ins Chessi schauen von der „Britsche“ probieren und den guten Duft der Käseküche riechen. Danach einen kleinen Imbiss mit «Brot und Ches» geniessen, die vielen Käselaiibe im Käsekeller bestaunen, sich mit der Älplerfamilie austauschen und aus erster Hand erfahren, wie das entbehrungsreiche Leben auf der Alp abläuft. Die frische Alpenmilch im Simmental wird meist zu Berner Alpkäse AOP und Berner Hobelkäse AOP verarbeitet. Die vielen verschiedenen Kräuter und Gräser der Alpweiden und das Bergwasser ergeben die gesunde und gehaltvolle Alpmilch. Alpkäse wird nur im Sommer auf der Alp hergestellt. Die Alpmilch wird an Ort und Stelle auf der Alp verkäst. www.lenk-simmental.ch/inspirationen/alle-unsere-geschichten/alpkultur

Reife Leistungen

Verschiedene regionale Produkte wie Berner Alpkäse AOC, Berner Hobelkäse AOC, Lenker Berg Bleu, Lenker Trockenfleisch, Lenker Burewurst, Simmentaler Bier, Burehof-Glace, Kräutertee und -sirups, Honig u. v. m. werden vor Ort produziert. www.lenk-simmental.ch/alpkultur

Fleckvieh als Globetrotter

Exportschlager aus dem Simmental: Bereits aus dem 16. Jahrhundert sind Exporte von Simmentaler Kühen aus dem Berner Oberland ins benachbarte Ausland bekannt. Mitte des 19. Jahrhunderts wurden Tiere aus dem Simmental auch nach Afrika exportiert. Heute ist die Simmentaler Rasse auf allen Kontinenten zu Hause und bildet mit ungefähr 50 Millionen Tieren eine der weltweit bedeutendsten Rinderrassen. Als klassische Doppelnutzungsrasse geriet die Simmentaler Kuh in der Schweiz zunehmend unter Druck. Ein überzeugter Reinzüchter erklärt die Herausforderung zur Erhaltung und Förderung der reinen Simmentaler Fleckviehrasse. www.original-simmentaler.ch

Fleckvieh als Glücksbringer

Lustiges Kuhfladenlotto: Bei diesem aussergewöhnlichen Glücksspiel geht es darum, zu tippen, wo im schachbrettartigen Spielfeld auf dem Areal beim Schulhaus/TEC Lenk zwei Kühe ihren Fladen fallen lassen. Als Preis pro richtigen Tipp warten 500 Franken. Bei Überschneiden der Felder wird immer die grössere Menge mittels Theodolites oder durch den Schiedsrichter entschieden. Die professionelle Auswertung erfolgt durch das Ingenieurbüro Steiger. Organisator des immer in der Altjahrswoche stattfindenden Kuhfladenlottos ist der Skiclub Lenk. Der Erlös aus den verkauften Losen kommt den JO-Nachwuchsskifahrern zugute und wird in die Materialbeschaffung investiert.

www.skiclub-lenk.ch

Pferde im Simmental

Als um das Jahr 1500 die Schweiz zum Pferdehandelsland wurde, sind vier berühmte Pferderassen entstanden: der Erlenbacher, der Einsiedler, der Emmentaler und das Jurapferd. Der Erlenbacher brachte Geld ins Simmental und so wurden das Simmental sowie der Rest des Berner Oberlands

berühmt durch seine Pferde. Nach dem Aufkommen der Eisenbahn wurden die Pferde zweitrangig und der Erlenbacher ist mit der Zeit ausgestorben. Auf den Wiesen im Simmental sind heute die Kühe dominant, die Pferde aber nicht ganz verschwunden. Auch die schönen Simmentaler Häuser zeugen vom Erfolg früherer Zeiten.

[www.academia.edu/8836093/Zur Pferdezucht in der Schweiz - 16. bis 19. Jahrhundert](http://www.academia.edu/8836093/Zur_Pferdezucht_in_der_Schweiz_-_16._bis_19._Jahrhundert)

Vom Tremmel zum schmucken Chalet

Ökologie heisst für den Lenker Traditionsbetrieb Chaletbau Freidig AG, den Rohstoff Holz aus der Region zu beziehen und mit einem modernen Maschinenpark zu verarbeiten sowie die Abfallprodukte zur Wärme-Energiegewinnung zu nutzen. Das Sägewerk dieses Lenker Betriebs verarbeitet jährlich rund 1'200 Kubikmeter Rundholz, welches zu 95 % an der Lenk und der Rest im Simmental geschlagen wird. Das qualitativ beste Holz findet Georg Nellen, Geschäftsinhaber, auf der Höhe von 1'300 bis 1'600 Metern über Meer. Zusammen mit den Waldbesitzern und dem Förster sucht er die gesündesten Tannen aus, die dann in seinem Betrieb verarbeitet werden. Die kurzen Transportwege tragen zu einer positiven Ökobilanz bei. Die vollautomatische CAD-Präzisionsmaschine wird direkt vom Computer angesteuert und die 3D-animierte Software ermöglicht den Fachleuten eine virtuelle Planung aller technischer Vorgänge. Ökologisch genutzt wird auch die grosse Menge an Abfallprodukten. Diese werden zu Holzschnitzeln weiterverarbeitet und anschliessend zur Wärme-Energiegewinnung der Produktionsräume sowie für über 40 Wohnungen und das Altersheim an der Lenk genutzt. www.chaletbaufreidig.ch

Von der Fichte zum Schindeldach

Holzschindeln sind ein Stück Natur und haben in der AlpKultur® eine lange Geschichte. Das Knowhow dieses Handwerks droht in Konkurrenz mit modernen Materialien jedoch verloren zu gehen. Vor diesem Hintergrund hat der einheimische Künstler und Schriftsteller Martin Loosli ein Jahr lang die Entstehung der Holzschindel fotografisch begleitet – von der Auswahl des Baumes bis zur Befestigung auf einem Dach. Das Fotobuch ist eine Momentaufnahme, welche nicht eine untergehende Tradition bedauert, sondern den Idealismus einiger weniger Handwerker beschreibt, die zum Teil mit durchaus modernen Arbeitsgeräten und -methoden versuchen, Stil und Charakter historischer ländlicher Bauwerke zu bewahren. www.martinloosli.ch oder www.schindeldach.ch

Pionier des Agrotourismus

«Wie aus nicht viel, sehr viel gemacht werden kann»: Landwirt Christian Haueter ist Agrotourismusanbieter der ersten Stunde. Zusammen mit seiner Familie bewirtschaftet er die Alp Mittlist Morgeten oberhalb von Oberwil. Als einer der Ersten im Simmental hat er fernab vom Lärm und Verkehr touristische Angebote wie «Crossgolf» oder «Alpwellness» aufgezogen.

www.lenk-simmental.ch/oberwil

Kräutererlebnis Simmental

Das Aroma von sonnenverwöhnten Alpenkräutern aus kontrolliert biologischem Anbau des Berner Oberlands weht den Besuchern in der Produktionsstätte der SAH (Swiss Alpine Herbs) Alpenkräuter entgegen. Nach der Führung durch die Produktion weiss man, was es alles braucht, bis die Kräutermischungen und weitere Produkte schön präsentiert in der Küche stehen.

www.swissalpineherbs.ch

Heilpflanzengarten im Simmental

Die Heilpflanzen begleiten die ausgebildete Kräuterefachfrau Susanna Krebs seit ihrer Kindheit. Als gebürtige Emmentalerin fühlt sie sich oberhalb von Boltigen im Obersimmental zu Hause und freut sich, den Menschen die Wirkung der Heilpflanzen näher zu bringen. Im bäuerlichen Weiler Adlemsried (1'050 m ü. M.) auf einer Sonnenterrasse über dem Simmental liegt ihr idyllischer und vielfältiger Heilpflanzengarten mit über 100 einheimischen und zugewanderten Heilpflanzen zum Entdecken, Erleben und Betrachten. Neben Führungen, Tagesseminaren und Heilpflanzenwanderungen können zum Beispiel auch Salben, Urtinkturen, Massageöle, Bach- oder Seelenblüten, Kräutersalze oder Essigknospen hergestellt werden. www.susannakrebs.ch

Jodlerweg St. Stephan

Der schweizweit erste interaktive Themenweg zum Jodeln gibt an acht über den Rundweg verteilten Stationen Einblick in den Ursprung, die Technik und die Vielfalt dieser Gesangskunst. Unterwegs mit dem über die Jodlerszene hinaus bekannten Jodler, Dirigenten und Komponisten, Ueli Moor aus St. Stephan, erfahren Interessierte Geschichten zur Region, zur Entstehung des Jodlerwegs und natürlich zum Thema Jodeln! Bestimmt wird Ueli das eine oder andere Jützi anstimmen, bei dem nach Lust und Laune mitgejodelt werden darf. Zurück auf der Alp Dürrenwald werden Besucher von Susi und Chrigel Moor im Alpbeizli Dürrenwald empfangen. Da geniessen sie gemeinsam ein liebevoll hergerichtete Zvierplättli mit direkt auf der Alp produziertem Käse sowie Fleisch und Wurstwaren aus der Region. Und übrigens, der Jodlerweg kann selbstverständlich auch individuell und jederzeit zwischen Juni und Oktober besucht werden. www.jodlerweg.ch

Simmentaler Scherenschnitte – Einblicke in ein filigranes Traditions Handwerk

Millimetergenau schneidet die scharfe Schere durchs Papier. Nach und nach weichen die Bleistiftstriche sauberen Kanten. Immer wieder wird das Blatt gegen das Licht gehalten, um genau sehen zu können, wo noch ein kleines bisschen mehr abgeschnitten werden muss. Im Simmental nimmt man sich auch heute noch die Zeit für Scherenschnitte – und so ist diese Tradition hier nach wie vor lebendig. Ursprünglich kommt die Kunst des Scherenschnitts aus China und ist so alt wie die Anfänge der Papierherstellung. In der Schweiz hat dieses Kunsthandwerk seine Wurzeln im Berner Oberland. Johann Jakob Hauswirth gilt als Vater des traditionellen Schweizer Scherenschnitts. Im 18. Jahrhundert brachte er den Scherenschnitt ins Saanenland. Sein bekanntestes Motiv, der Alpaufzug, erinnert an das ursprüngliche Leben in den Bergen.

www.lenk-simmental.ch/inspirationen/alle-unsere-geschichten/scherenschnitte

FAMILIEN

Spiel und Spass auf 7'000 m² für Klein und Gross

Der 7'000 m² grosse, mehrheitlich rollstuhlgängige AlpKultur[®] Spielplatz beim Lenkerseeli, bringt die Alp ins Tal. Mittels verschiedener Spiel-Elementen, Feuerstellen und einer der ältesten Sennhütten des Obersimmentals, wird das Alpleben vom Berg ins Tal gebracht. Den kleinen und grossen Gästen soll das traditionelle, entbehrungsreiche Leben auf der Alp nähergebracht werden. Die vielen Spielgeräte aus natürlichen Materialien, wie Tyrolienne, Seil-Hängebrücke, Wassertisch, Sinnespfad, Heckenlabyrinth, Klettermikado, Rollstuhlwappe, Kriechröhre, Rutschbahnen usw. laden zu Spiel und Spass für die ganze Familie ein. Das beliebte «Strubeli Bähni», eine Miniaturdampfbahn zum Mitfahren, bereichert den AlpKultur[®] Spielplatz Lenkerseeli.

www.lenk-simmental.ch/alpkultur-spielplatz

Mit der Kuh Mona, der Ziege Flöckli oder dem Murmeltier Moritz auf den Berg

Passend zur AlpKultur[®] bietet sich auch eine Fahrt mit der Gondelbahn zum Leiterli in zwölf thematisch liebevoll dekorierten Gondeln an. Die Kuh Mona, die Ziege Flöckli und das Murmeltier Moritz erzählen dabei von ihrem Alltag. Die Fortsetzung der amüsanten Geschichte folgt auf der Talfahrt. Die Geschichten können in Mundart oder Französisch gehört werden.

www.lenk-bergbahnen.ch/erlebnisgondeln

Unterwegs zu den Murbeli

Auf dem Murbeli-Trail tauchen grosse und kleine Naturforscher in die Welt der Murmeltiere ein. Der spielerische Entdeckungspfad ist etwa 3 km lang und führt von der Bergstation Leiterli bis zur Mittelstation Stoss Das grosse Highlight auf dem Murbeli-Trail ist der im Sommer 2021 neu erstellte Murbeli-Bau. Grosse und kleine Höhlenforscher können auf spielerische Weise das Schlafquartier der Murmeltiere auskundschaften. Mit verschiedenen Licht-, Ton- und Tastelementen wird das Reich der Alpbewohner auf eine verständliche und kinderfreundliche Art dargestellt. Der interaktive Bau befindet sich direkt beim Speichersee Leiterli und kann in ca. 10 Gehminuten von der Bergstation Leiterli aus erreicht werden. Sehr gefragt ist übrigens auch die Murbeli-Salbe!

www.lenk-bergbahnen.ch/murbeli-trail

AlpSpielplatz Leiterli

Auf dem AlpSpielplatz Leiterli mit den Hüpfkissen, kleinen Holz-Chalets, die via Alpentelefon miteinander verbunden sind, Rutschbahn, Kletterpyramide, Wackel-Steg und Netzschaukel erwartet Kinder und Erwachsene viel Spass. www.lenk-bergbahnen.ch

Scharf beobachtet

Das Simmental ist auch Lebensraum für den Luchs. Die scheue Wildkatze wird sich den Augen der Wanderer entziehen, der Luchs-Trail ab der Bergstation Leiterli zieht vor allem junge Wanderer in den Bann. Spielstationen aus Rundholz begeistern Kinder. Luchs- und Fuchsspuren sowie lebensgrosse Attrappen des Luchses, aber auch seiner Beutetiere wie Rehe und Gämsen sorgen für Spannung entlang des Weges. www.lenk-simmental.ch/luchstrail-betelberg

NATUR, WASSER, WANDERN

Entspannen vor der Quelle

«D'Sibe Brünne» – die Quelle der Simme, die dem Tal den Namen gibt, liegt auf dem Rezlberg oberhalb der Lenk, direkt am Fusse einer mächtigen Kalksteinwand. Dort tritt die Simme weiss-schäumend zu Tage. Im Sommer fliessen bis zu 2'800 Liter pro Sekunde aus den sieben Quellen. Die «Siebe Brünne», ein magischer Wasserfall, gilt als ausgewiesene Kraftquelle und ist ein wunderschöner Platz zum Verweilen. Die Wanderung beginnt bei den Simmenfällen an der Lenk. Nach rund einer halben Stunde wandern wird die Barbarabrücke erreicht. Das eiskalte Wasser, das über die Brücke stiebt, dient als willkommene Abkühlung. Weiter geht's zum Rezlberg zur spektakulären Quelle der Simme. www.lenk-simmental.ch/sibe-bruenne-und-simmenfaelle

Tosende Wasser

Das Rauschen wird immer lauter und lässt erahnen, dass der Iffigfall grösser ist als erwartet. Die Spannung, wie der imposante Wasserfall wohl aussieht, wird grösser und die Schritte werden vermutlich schneller. Durch die Bäume dringt bereits das Weiss der Gischt. Bei der letzten Kurve umhüllen Besucher feinste Wassertröpfchen. Mehr als hundert Meter stürzt das Wasser über mehrere Kaskaden in die Tiefe. Eine unglaubliche Kraft, die da spürbar wird. Der Iffigfall gehört zum Naturschutzgebiet Gelten-Iffigen und ist mit seinem natürlichen Bachlauf einer der schönsten und grössten Wasserfälle der Schweiz. Nebst dem Iffigfall gibt es im ganzen Simmental zahllose kleinere und grössere Wasserschauspiele zu entdecken und bewundern. www.lenk-simmental.ch/wasser

Wallbachschlucht

Über Jahrhunderte hat das Wasser des Wallbachs metertiefe, zylinderförmige Löcher in den Kalkstein geschliffen. Nur wenige Minuten vom Dorfzentrum Lenk entfernt, rauscht der Wallbach durch seine Schlucht. Das Wasser nimmt seinen Lauf zuoberst in diesem Seitental und vielen kleinen Zuflüssen unterwegs. Es fliesst durch Sprudellöcher durch diesen kleinen Canyon und mündet in einem Wasserfall. Kaum vorstellbar, dass hier hinten, mitten in der Schlucht, vor langer Zeit, einmal ein Restaurant mit Kegelbahn gestanden hat. An warmen Tagen ist es in der Schlucht schön kühl. Das Wasser lädt im breiten Bachbett zum Planschen und «Steinmandli» bauen ein. Auf den Sommer 2023 wurde der Wanderweg saniert und mit diversen Überraschungen aufgewertet. www.lenk-simmental.ch/wallbachschlucht

Glasklare Bergseen

Der Iffigsee, im Naturschutzgebiet Gelten-Iffigen oberhalb der Iffigenalp gelegen, lädt zum Verweilen, Fischen oder zu einer nassen Abkühlung ein. Der Aufstieg von der Iffigenalp wird mit fantastischer Sicht auf den saphirblauen See belohnt, der schön eingebettet zwischen der schroff abfallenden Felswand auf der einen und der offenen Arena von Bergwiesen auf der anderen Seite liegt. Wasserraten wagen sich allenfalls ins erfrischend kalte Wasser. Fischer können die Angel auswerfen. Wer flache Steine findet, kann sich im «Schiefern» versuchen. Wer sich nach noch mehr Bergseen sehnt, dem sei eine Wanderung zum Flueseeli oder den Rawilseeeleni, beide ungefähr auf halber Distanz zum imposanten Wildstrubel gelegen, empfohlen. www.lenk-simmental.ch/iffigsee

Plaine Morte

Der Gletscher Plaine Morte ist flach, teilweise bis zu 200 Meter dick, und entwässert vor allem Richtung Lenk aber auch ins Walliser Rhonetal. Ein eindrückliches Erlebnis ist eine Wanderung mit einem Bergführer über den Gletscher und dann auf den Gipfel des Wildstrubels. Nach dem Ausbruch von 2018, welcher bisher der grösste war, hat man 2019 damit begonnen, einen 800 Meter langen Kanal durch den Gletscher zu bohren, damit das Wasser kontinuierlich abfliessen kann. Die Entleerung 2019 begann am 24. August und dank dem Entlastungskanal ist es bisher zu keinen grossen Überschwemmungen an der Lenk gekommen. Während der Kleinen Eiszeit, Mitte des 19. Jahrhunderts, reichte der Gletscher wesentlich weiter den Nordhang zwischen Gletscherhorn und Wildstrubel hinunter. Nach dem Rückzug des Gletschers hat sich auf 2'265 Metern über Meer das Rezigletschersee gebildet. Das Eisvolumen des Plateaugletschers hat in den letzten 100 Jahren ebenfalls stark abgenommen. Wissenschaftler gehen davon aus, dass der Gletscher zum Ende des 21. Jahrhunderts weitgehend verschwunden sein wird. www.lenk-simmental.ch/bergwandern

Speicherseen - Ein Hauch Karibik inmitten der Bergwelt

Die in den letzten Jahren zur Beschneidung der Skigebiete an der Lenk angelegten Seen sind im Sommer zu lohnenden Ausflugszielen geworden. Das glasklare, türkisfarbige Wasser gibt einem das Gefühl, irgendwo in der Karibik zu sein. Die Seen sind Orte, um die Sommerfrische in den Bergen und die Ruhe der Natur zu geniessen. Beide Seen sind in Verbindung mit den Gondelbahnen am Metsch und am Leiterli und auf schönen Wanderwegen gut erreichbar.

www.lenk-simmental.ch/speichersee-brenggen oder www.lenk-simmental.ch/speichersee-leiterli

Schwefelwasser als Ursprung für den Fremdenverkehr

Als Christen Perreten 1689 von der Berner Obrigkeit die Erlaubnis zum Betreiben eines Bades erhielt, wusste wohl noch niemand, dass die Balmquelle die bedeutendste und stärkste Schwefelquelle der Alpen ist. Die Quelle entspringt im Gebiet «Uf de Balme» auf einer Höhe von 1'359 Metern über Meer und führt pro Minute 40 bis 50 Liter ans Tageslicht. Die ersten Kurgäste reisten schon Anfang des 17. Jahrhunderts ins Bad Lenk. Die altberühmte Quelle sprudelt noch heute und wer beim Lenkerhof oder der Talstation der Betelbergbahn den Bach überquert, dem steigen die schwefelhaltigen Gerüche in die Nase. Beim naheliegenden Schefelbrünneli kann das in früheren Zeiten als besonders heilbringend geltende Wasser getrunken oder abgefüllt und nach Hause mitgenommen werden. www.lenk-simmental.ch/geschichte

Bergwandern, über Stock und Stein

Mit über 600 km ausgeschilderten Wander- und Bergwegen ist das Simmental ein absolutes Wanderparadies. Ursprünglich und mystisch, geheimnisvoll und doch gleichermassen vertraut. Wenn der Schnee im Frühling den saftig grünen Alpwiesen weicht, erwacht das grüne Tal der Simme aus seinem Winterschlaf und entpuppt sich als liebliches Wanderparadies. Das Simmental bietet dank seiner speziellen Charakteristik Wanderrouten für jeden Geschmack. Der flache Talboden lädt zu ausgiebigen Spaziergängen ein, ist aber auch Ausgangspunkt für anspruchsvolle Hochgebirgstouren. Die Übergänge in die anliegenden Täler oder über den Rawilpass ins Wallis haben einen besonderen Reiz. www.lenk-simmental.ch/wandern-und-bergwege

Höhenrundweg Gryden

Die kraterartige, bizarre Landschaft am Lenker Betelberg begeistert nicht nur Geologen und Biologen – die Gryden sind ein Highlight für Wanderer, die das Spezielle, die Ruhe und einen wunderschönen Ausblick suchen. Das Motto lautet: Wandern – Staunen – Geniessen!

www.lenk-bergbahnen.ch/gryden

Stolze Bauernhäuser, grundsolide Scheunen

Auf dem Simmentaler Hausweg befinden sich viele prächtige Gebäude mit eindrücklichen Fassadenmalereien. Entlang der Wanderung von der Lenk über Zweisimmen und Boltigen nach Wimmis gibt es meisterhafte Beispiele der Zimmermannskunst zu entdecken. Bei den einzelnen Häusern, in zwei Prospekten oder mittels der WebApp «hauswege.ch», sind ausführliche Informationen über Alter, Architektur und Besonderheiten der Simmentaler Zimmermannskunst zu erfahren.

www.hauswege.ch

Ausflug in die Steinzeit und über eine 111 m lange Hängebrücke

Das «Schnurenloch» ist der einzige, über dem Talgrund gelegene, steinzeitliche Rastplatz im Tal. Eine rund drei Stunden lange Wanderung beginnt in Oberwil und führt zu der 26 Meter langen Höhle, einem eindrücklichen Zeugnis einer Besiedlung schon zur Urzeit. Weiter geht's über eine 111 m lange und 111 m hohe Hängebrücke über die Morgetenschlucht zu der Leiternweide und hinab über Treppen vorbei an einem kleinen Wasserwerk zum Weissenburgbad. Dort erholte sich im 19. Jahrhunderts Europas Adel. www.lenk-simmental.ch/haengebruecke-leiternweide-oberwil

Augen im Felsen und Aussichtsplattform

Hier machen Felsen grosse Augen: Direkt neben dem Panoramarestaurant führt ein Stollen zur Panorama-Aussichtsplattform in der Stockhorn-Nordwand und zeigt die Umwelt mit den «Stockhorn-Augen». Von hier aus geniesst man einen atemberaubenden Tief- und Weitblick auf die Stadt Thun, den Thunersee, das Aare- und Gürbetal, das Mittelland bis hin zum Jura und an klaren Tagen bis ins Elsass sowie in den südlichen Schwarzwald. Der fantastische Fernblick ist ein Genuss für Jung und Alt, Gross und Klein. Auch für Personen im Rollstuhl oder mit Gehbehinderungen und Familien mit Kinderwagen ist die neue Panorama-Aussichtsplattform leicht zugänglich. Für Gäste, die sich besonders für Geologie interessieren, für Familien und Schulklassen, befinden sich zahlreiche Informationstafeln in der Gipfalgalerie und im Grotto bei der Plattform. Auch das Unikat eines wunderschönen grossen Calzit-Kristalles aus der Bergregion ist dort zu bestaunen.

www.stockhorn.ch

AlpnessTrail – die entschleunigende Bergwanderroute

Mit dem AlpnessTrail erschliesst sich Weitwanderern eine Rundroute mit 13 Etappen über die Alpen des Saanenlands und des Obersimmentals. Wandernde werden an die eindrücklichsten Erlebnisorte geführt, wo Hintergrundwissen zum jeweiligen Etappenthema vermittelt wird. Ursprünglichkeit, Begegnungen mit Menschen und Tieren, rauschende oder stille Wasserschauspiele, Geschichte und Geschichten, Alpenflora, Traditionen und einfache Kulinarik auf dem Berg, intensivieren das Naturerlebnis und führen zu einer entschleunigenden Erfahrung. Mit einem einheimischen, fachkundigen Wanderleiter wird der AlpnessTrail noch bewusster und detailreicher erlebt.

www.alpnesstrail.ch

OUTDOOR SPORT

Biken

Vom normalen Velo übers Trotti-Bike zum Rennvelo, Mountainbike bis zum E-Bike – im Simmental, mit seiner sanften voralpinen, aber auch gebirgigen Landschaft, kommen Freunde des Zweiradfahrens bestimmt auf ihre Kosten. Flowige Enduro-Touren auf natürlichen Singletrails sind genauso vorhanden, wie gemütliche Routen auf Schotter- und Asphalt-Strassen mit schönem Panorama. Wer nicht stundenlang bergauf pedalieren will, gelangt mit der Bergbahn an den Ausgangspunkt seiner Tour. Attraktiv sind auch die Übergänge in die Nachbartäler ins Saanenland oder ins Engstligen-/Kandertal. Damit die Wege sicherer und nachhaltiger werden, aber vor allem auch die gemeinsame Nutzung durch Wanderer und Mountainbiker besser funktionieren kann, optimiert die Ferienregion Lenk-Simmental ihr Wegnetz in den nächsten Jahren mittels gezielter Massnahmen.

www.lenk-simmental.ch/biken

Trailrunning

Laufen abseits des Asphalts. Da wo kein befestigter Weg ist, fängt das Erlebnis Trailrunning so richtig an. Hört sich vielleicht nach Extremsport an, in Laufschuhen die Natur auf Wander- und Bergwegen zu erkunden. Wie überall, kann man jedoch im Kleinen beginnen und kurze Distanzen mit wenig Höhenmetern laufen. Platz nach oben gibts immer. Das Simmental mit seiner vielfältigen Landschaft und unterschiedlichen Geländeformen ist voll mit Trails für jeden Level.

www.lenk-simmental.ch/trailrunning

Klettern

Klettern draussen am Felsen an präparierten und gepflegten Topos oder in einem Klettersteig. Zuoberst wird man mit dem Gefühl «wow – ich habe etwas geleistet» belohnt – nicht selten geniesst man dazu noch eine schöne Aussicht. Im Adventure Park Rufeli an der Lenk stehen dazu Action, Fun und Nervenkitzel auf dem Programm. Auf der Tyrolienne, einem Klettersteig oder auf einer Seilbrücke sorgen erfahrenen Guides für die Sicherheit. Bei schlechter Witterung oder um seine Kletter-Skills zu verbessern, stehen mit der BoulderSchüür Lenk und der Kletterhalle beim Hotel Simmenhof an der Lenk, weitere attraktive Kletterangebote zur Verfügung.

www.lenk-simmental.ch/klettern und www.boulderschuer.ch

Gleitschirmfliegen

Der Traum vom Fliegen liegt in der Natur des Menschen. Heben Sie ab und geniessen Sie das Simmental für einmal aus der Vogelperspektive. Sie werden erstaunt sein, wie viele Simmentaler Kühe es gibt oder wo im Winter Tourenskier überall ihre Spuren hinterlassen. Ob als geübter Flieger allein oder aber zu zweit mit einem erfahrenen Piloten: das schwerelose Gleiten, wie ein Adler, sorgt bestimmt für unvergessliche Erlebnisse. www.lenk-simmental.ch/gleitschirm-fliegen

KULINARIK

Kulinarische Höhenflüge by Lenkerhof

Liebhaber kulinarisch hochstehender Genüsse kommen an der Lenk auf ihre Kosten. Die beiden Restaurants im 5-Sterne-Hotel Lenkerhof Gourmet Spa Resort lassen keine Wünsche offen. Im «Spettacolo» (17 Gault Millau Punkte) wird täglich wechselnd eine Auswahl von 6 aus 15 Gerichten angeboten. In den raffiniert ausgearbeiteten Kreationen, die Küchenchef Stefan Lünse und sein Team täglich frisch zubereiten, finden sich überwiegend lokale und schweizerische Produkte. Das sogenannte i-Tüpfelchen bildet das Käsebuffet mit über 30 Käsespezialitäten. Die Italienisch-Französische Riviera ist das Thema im Restaurant «Oh de Vie» (14 Gault Millau Punkte). Kerzenschein, eine entspannte Atmosphäre, ruhiger und gediegener Service. Die à la carte Auswahl eignet sich bestens für einen romantischen Abend. Besonders schmackhaft: Gerichte für Zwei, die am Tisch präsentiert und angerichtet werden. Ob à la carte oder 3 Gang Menu, entscheidet der Gast nach eigenem Gusto. www.lenkerhof.ch/restaurants

KULTURELLE EVENTS

Alpines Jazz-Fieber

Keine Sorge, wenn an der Lenk das Fieber wütet: Es ist Juli und Zeit für das grösste New-Orleans Jazz-Festival der Alpen. Alljährlich sind renommierte Jazz-Bands unterschiedlichster Herkunft zu Gast und spielen auf dem Kronenplatz in gemütlicher OpenAir-Atmosphäre auf. Tagsüber unterhalten die leidenschaftlichen Musiker die Feriengäste und Einheimischen mit Konzerten auf der Strasse oder auf einer der zahlreichen Sonnenterrassen. www.jazztagelenk.ch

Mittsommerfestival

Auserlesene Acts begeistern vor dem schönen Simmenfall in bezauberndem Ambiente zum Mittsommer. Das kleine und feine Festival an der Lenk erweist den Werten des Simmentals alle Ehre: Gemütlichkeit, Zusammengehörigkeit, ein einzigartiges Erlebnis und regionale Leckereien stehen auf dem Programm. www.mittsommerfestival.ch

Hangar Rockin'

Jeweils Ende Juni/Anfang Juli trifft sich die europäische Custom & Hot Rod-Szene traditionsgemäss auf dem Flugplatz in St. Stephan. Die atemberaubende Kulisse des Simmentals erzittert unter brüllenden V8-Motoren und tobender Rock'n'Roll Musik. www.hangarrockin.com

HISTORISCHES

Blütezeit der Bäderkultur

Die traditionsreiche Geschichte des **Lenkerhof gourmet spa resorts** begann mit einem Badehaus und der hoteleigenen Balmquelle vor 350 Jahren. Die bewegte Vergangenheit wurde in der heutigen Innenarchitektur des Wellnessbereiches «7sources beauty & spa» spannend umgesetzt und so ist auf 2'000 m² eine der größten Wohlfühl-Landschaften der Schweiz entstanden. Im nahe liegenden Schwefelbrunnen kann noch heute das Wasser getrunken werden.

www.lenkerhof.ch

Im 19. Jahrhundert genoss die **Weissenburger Thermalquelle** Weltruhm. Im gleichnamigen Kurhaus erholte sich bis zum 2. Weltkrieg die Bourgeoisie Europas und der Schweiz. Der Adel verhalf damit Weissenburg zum Renommée eines bekannten Thermal- und Luftkurortes. Heute zeugen nur noch die Ruinen von dem grossen Stellenwert als Treffpunkt für den Hochadel und die Hochfinanz. Ein Besuch der historischen Stätten und der bekannten Thermalquelle geben einen guten Eindruck über diese wechselvolle und eindrückliche Geschichte des Weissenburgbads. Dank des hohen Stellenwerts existieren heute viele historische Fotodokumente von Wanderfotografen.

www.weissenburgbad.ch

Das braune Gold

Im Dezember 1948 wurden in den Bergwerksstollen in der Berner Gemeinde Boltigen die Schaufeln und Pickel an den Nagel gehängt und die Karbidlampen gelöscht. Zuvor wurde in diesen Stollen während verschiedenen Epochen Braunkohle abgebaut. Die Kohle aus Schwarzenmatt war begehrt, auch die Chemieindustrie in Basel war Abnehmerin. Obwohl sich einige ältere Simmentaler noch an das Bergwerk erinnern mögen, gerät die Geschichte des Kohleabbaus in Boltigen langsam in Vergessenheit. Ein virtueller Rundgang durch die Epoche (auf der Website) lässt das Stück Schweizer Geschichte wieder aufleben. www.kohlenbergwerke-boltigen.ch

Zeitreise mit Müeslitopf

Im Sommer 2005 haben Berner Archäologen auf dem Schnidejoch das älteste Holzgefäß der Schweiz gefunden. Die Tasse mit einem Loch als Henkel gleicht einem heutigen Müeslitopf, wird aber auf ein Alter von 6'500 Jahre datiert. Die Müeslischale vom Schnidejoch ist der erste Beweis dafür, dass der 2'756 Meter hohe Pass bereits 1'700 Jahre vor Schnidi (und über 1'000 Jahre vor Ötzi) begangen worden war. Die Forscher waren ob diesem Ergebnis verblüfft. Denn von unseren steinzeitlichen Vorfahren wurde gemeinhin angenommen, dass sie den harschen Bedingungen der Berge eher ausgewichen sind. Das Schnidejoch war auch ein prähistorischer Übergang ins Wallis und der Rawyl war bekannt als Viehexport- und Käseexport-Pass in den Süden.

www.lenk-simmental.ch/geschichte-tal

DIES UND DAS

Über 35 Jahre exzellenter Modellbau

Drei Generationen Alfred Friedli (Fred, Fredl und Fredi) bauen feine Kleinserienmodelle aller Art in Ätz- und Gusstechnik. Die Lust auf Perfektion veranlasste Alfred Friedli vor 35 Jahren, erstmals eine Ae 4/4 von Trix optisch zu verbessern. Inzwischen arbeiten drei Generationen im kleinen Betrieb und unzählige Modelle in H0 und H0m wurden abgeändert, optisch verbessert oder ganz neu entwickelt. Die Fertigungs- sowie alle Montagearbeiten erfolgen in den verschiedenen kleinen Räumen der Firma an der Lenk. Die geätzten Bleche von 0,4 mm werden hier gefaltet, verlötet, sandgestrahlt, lackiert und tamponiert (beschriftet). Die äusserst aufwändige und liebevolle Produktion erstaunt jeden Besucher. Kleine Stückzahlen von etwa 30 bis 100 durchlaufen unzählige Schritte und werden x-mal in die Hände genommen. www.frihokenk.ch