



Bergwandern in der Schweiz: Bären trek


Bergwandern/-steigen


Wandern




Tourdaten:


schwer
Schwierigkeit


123,2 km
Distanz


55 h 41 min
Dauer


9112 m
Höhenmeter
(aufsteigend)


8516 m
Höhenmeter
(absteigend)


2736 m
Höchster Punkt


597 m
Niedrigster Punkt

Bewertungen:

★★★★★ Panorama

★★★★☆ Kondition

Adresse:

3860 Meiringen

Autor:

Ralf Gantzhorn

Organisation:

outdoor Premiumtour

Die Ost-West-Durchquerung des Berner Oberlandes ist nicht umsonst zum Klassiker geworden. Der Trek führt an vergletscherten Bergriesen vorbei und berührt geschichtsträchtige Orte, an denen noch immer der Nostalgie aus den Anfängen des Tourismus nachgespürt werden kann.

Anspruch

Der Bären trek im Berner Oberland fordert Kondition und Trittsicherheit, doch alpines Sicherungsgerät kann zu Hause bleiben.

Anfahrt

Da Start- und Zielpunkt des Bären treks nicht identisch sind, empfiehlt sich eine Anreise mit öffentlichen Verkehrsmitteln.

Ausgangspunkt

Meiringen.

Endpunkt



QR-Code scannen und diese Seite offline speichern, mit Freunden teilen und mehr.

<https://s.et4.de/JRD4>

Quelle: destination.one

ID: t_100015626

Zuletzt geändert am 21.03.2017, 09:58



Gsteig.

Einkehr/Übernachtung

1. Etappe: Hotel Rosenloui, Tel. 0041/33/9712912.
2. Etappe: Hotel-Chalet Schwarzwaldalp, Tel. 0041/33/9713515; Berghotel Große Scheidegg, Tel. 0041/33/8536716; Berghaus Des Alpes Alpiglen, Tel. 0041/33/8531130.
3. Etappe: Gimmelwald: Hotel Mittaghorn, Tel. 0041/33/8551658; Mountain Hostel, Tel. 0041/33/8551704.
4. Etappe: Rotstockhütte, Tel. 0041/33/8552464, Gspaltenhornhütte, Tel. 0041/33/6761629; Griesalp: Berggasthaus Golderli, Tel. 0041/33/6762192; Naturfreundehaus Gorneren, Tel. 0041/33/6761140.
5. Etappe: Blümlisalphütte, Tel. 0041/33/6761437; Alpe Unterbärgli, Tel. 0041/33/6711416; Berghotel Oeschinensee, Tel. 0041/33/6751119; Berghaus am Oeschinensee, Tel. 0041/33/6751166.
6. Etappe: Engstligenalp: Berghotel Engstligenalp, Tel. 0041/33/6732291; Berghaus Bärtschi, Tel. 0041/33/6731373.
7. Etappe: Berggasthaus Iffigenalp, Tel. 0041/33/7331333.
8. Etappe: Hotel Alpenland, Rohrbrügg, Lauenen, Tel. 0041/33/7653434; Restaurant Lauenensee, Tel. 0041/33/7653062; Gasthaus Bären, Gsteig, Tel. 0041/33/7551033.

Karten

Landeskarten der Schweiz, 1 : 50000, Blatt 255 T Sustenpass, Blatt 254 T Interlaken, Blatt 264 T Jungfrau, Blatt 263 T Wildstrubel, je 17,90 Euro.

Buchtipps

Schweiz: Bären trek, Iris Kürschner, Conrad Stein Verlag, 9,90 Euro.

Info

Schweiz Tourismus, Tel. 0800/10020030 (gebührenfrei), www.myswitzerland.com

Route

1. Tag (ca. 700 Hm): Vom Bahnhof geht man dorfauswärts und über die Aare. Vom Kreisel kurz die Straße Richtung

Innertkirchen nehmen, dann rechts zur Reichenbachfallbahn abbiegen. Zur Privatklinik aufsteigen und in den Wanderweg abzweigen. Über Kehren erreicht man das Gasthaus Zwirgi und wandert weiter zum Hotel Rosenloui.

2. Tag (ca. 1300 Hm): Parallel zur Straße auf den Rücken der Großen Scheidegg (1962 m); von dort geht es hinab nach Grindelwald (1034 m). Ab dem Hotel Wetterhorn folgt der Weg meist geteerten Straßen. Von Grund über Brandegg zum Berghaus Alpiglen.

3. Tag (ca. 1200 Hm): Schöner als auf der Normalroute erreicht man die Kleine Scheidegg (2061 m) auf dem Eigertrail. Weiter zur Wengenalp und durch das Trümmelbach- ins Lauterbrunnental. Nun wandert man bis Stechelberg und durch den Einschnitt der Sefinen-Lütschine bergan nach Gimmelwald.

4. Tag (ca. 1250 Hm): Aussichtsreicher als der Standardweg ist die Route über Mürren (1638 m) und die Spielbodenalp zur Rotstockhütte (2039 m). Zunehmend steiler auf die Sefinenfurgge (2612 m). Der Abstieg zum Berghaus Golderli ist dank Leitern und Seilen gut zu meistern.

5. Tag (ca. 1600 Hm): Vom Kiental zieht die anspruchsvolle Route über Geröll aufs Hohtürli (2778 m), den höchsten Punkt des Bärentreks. Der Abstieg ins Kandertal führt teilweise drahtseilgesichert zum schönen Oeschinensee (div. Unterkünfte).

6. Tag (ca. 1800 Hm): Nach dem Aufstieg zum Bunderspitz (2411 m) wird westlich über Schrickmatte gegen Adelboden abgestiegen. Übers Lauerli quert man südlich zur Talstation der Engstligenalp zum letzten Steilanstieg.

7. Tag (ca. 1200 Hm): Der Weg über den Ammertepass (2443 m) ist anspruchsvoller als der Normalweg über den Hahnenmoospass. Nach dem Abstieg im Wald einer Straße links zur Alpe Siebenbrunnen folgen. Nach Westen über Langermatte zur Iffigenalp.

8. Tag (ca. 800 Hm): Talaufwärts zum Iffigsee und westwärts zum Übergang am Stigelschafberg (2381 m). Zur Alpe Chüetungel und in die Senke des Lauenensees (1381 m) hinab. Nordwestlich nach Lauenen und Gsteig.





Eiger - © Foto: (c) Conny Agel / www.PIXELIO.de



