



Der Klassiker: Bonera-Eiger Trail Nr. 32

Trailrunning



Der Klassiker: Bonera-Eiger Trail Nr. 32 - © David Birri, Grindelwald Tourismus



Tourdaten:

 schwer Schwierigkeit	 31 km Distanz	 6 h 40 min Dauer	 2005 m Höhenmeter (aufsteigend)
 2006 m Höhenmeter (absteigend)	 2352 m Höchster Punkt	 919 m Niedrigster Punkt	



Empfohlene Jahreszeiten:

JAN	FEB	MRZ	APR	MAI	JUN
JUL	AUG	SEP	OKT	NOV	DEZ

Bewertungen:

- ★★★★☆ Kondition
- ★★★★☆ technique
- ★★★★★ Erlebnisqualität
- ★★★★★ Panorama

Adresse:

3818 Grindelwald

Organisation:

Jungfrau Region Tourismus AG
<http://www.jungfrauregion.swiss/>

Trailstrecke, die dem weltbekannten Eigertrail unterhalb der Eiger Nordwand durch eine faszinierende moräne Gletscherwelt führt.

Von Grindelwald Dorf führt dieser Trail Richtung Bonera an der Eiger Ostseite und von da auf den weltbekannten Eiger Trail unterhalb der Eiger Nordwand. Der Weg schlängelt sich durch eine eindrückliche moräne Gletscherwelt auf den Eigergletscher. Von hier geht es über die kleine Scheidegg auf den Männlichen, wo man eine atemberaubende Aussicht auf die schneebedeckten Gipfel der umliegenden 4000er genießt. Vom Männlichen lässt sich der lange Abstieg nach Schwendi in den Angriff nehmen. Als Option kann man auch mit der Gondelbahn, entweder vom Männlichen oder der Mittelstation Holenstein, zurück ins Tal gelangen.



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

<https://s.et4.de/zQ8vc>



Quelle: outdooractive.com

ID: oaTour_37651442

Zuletzt geändert am 23.08.2023, 09:32

Merkmale:

Informationen

Einkehrmöglichkeit

Startpunkt:

Grindelwald Sportzentrum

Zielpunkt:

Grindelwald Sportzentrum

Wegbeschreibung:

Dorf – Bonera – Eiger Trail – Eigergletscher – Kl. Scheidegg – Männlichen – Schwendi - Dorf

Sicherheitshinweise:

- Bei Starkniederschlag Bachläufe
- Im Frühling Schneefelder beachten
- Achtung bei Gewitter

Ausrüstung:

- Erste-Hilfe-Set
- Dem Wetter angepasste Kleidung (immer dabei: Regenschutz)
- Getränk und Verpflegung
- Handy

Tipp des Autors:

- Kostenloser Laufschuh Test im Backdoor Shop Grindelwald

Anfahrt:

Ab Basel und Genf führt der schnellste Weg in die Jungfrau Region über Bern. Ab Zürich ist die Strecke via Luzern und den Brünigpass zu empfehlen. Der Pass ist ganzjährig offen.

Von Süden führt die Anreise via Grimsel- oder Sustenpass in die Jungfrau Region. Beide Pässe sind nur im Sommer offen. Als Alternative bietet sich der Simplonpass mit anschliessendem Autoverlad durch den Lötschbergtunnel an.

Grindelwald

Ab Interlaken folgen wir der Hauptstrasse nach Zweilütschinen. Hier biegen wir links Richtung Grindelwald ab. Die ganze Fahrt dauert ca. 30 Minuten und führt über eine teilweise kurvige Strecke.

Wengen

Wengen ist autofrei. Wenn wir mit dem Auto anreisen, müssen wir dieses in Lauterbrunnen stehen lassen und den Zug nehmen. Die Fahrt von Interlaken nach Lauterbrunnen dauert ca. 20 Minuten.

- Anreise nach Grindelwald
- Anreise nach Lauterbrunnen
- Anreise Video Auto Jungfrau Region
- Autoverlad Lötschberg

Parken:

Grindelwald

Es gibt drei öffentliche Parkhäuser: Parkhaus Eiger+ (252 Parkplätze), Parkhaus Sportzentrum (160 Parkplätze) sowie das neue Terminal Parking (1000 Plätze) der V-Bahn. Alternativ können wir auch den Parkplatz in Grindelwald Grund benützen.

Wengen

Direkt unterhalb des Bahnhofs Lauterbrunnen befindet sich ein mehrstöckiges Parkhaus. Alternativ kann der Parkplatz bei der Kirche Lauterbrunnen benutzt werden. Ab hier fährt jede halbe Stunde ein Bus zum Bahnhof. Zu Fuss benötigen wir etwa 10 Minuten.

- Parkhaus Lauterbrunnen

Vom Parkhaus Lauterbrunnen führt ein gedeckter Durchgang zu den Bahnen nach Wengen.

Öffentliche Verkehrsmittel:

Dank der zentralen Lage in Europa wird die Schweiz von über 12 Ländern mit internationalen Zügen bedient. Innerhalb der Schweiz fahren Intercity-Züge von Basel und Luzern direkt in die Jungfrau Region. Reisende ab Zürich steigen in Bern um. Die Züge verkehren im Halbstundentakt.

Grindelwald

Ab Bahnhof Interlaken Ost erreichen wir Grindelwald ohne umzusteigen mit der Berner Oberland Bahn (BOB). Wichtig: In den hinteren Teil des Zuges einsteigen, da sich dieser in Zweilütschinen teilt. Wer vorne einsteigt, landet in Lauterbrunnen. Die Fahrt dauert 30 Minuten bis Grindelwald Terminal (V-Bahn). Drei Minuten später sind wir an der Endstation im Dorf.

In Grindelwald gibt es drei Bahnhöfe (Terminal, Grund und Dorf). Die Endstation (Dorf) befindet sich im Zentrum von Grindelwald.

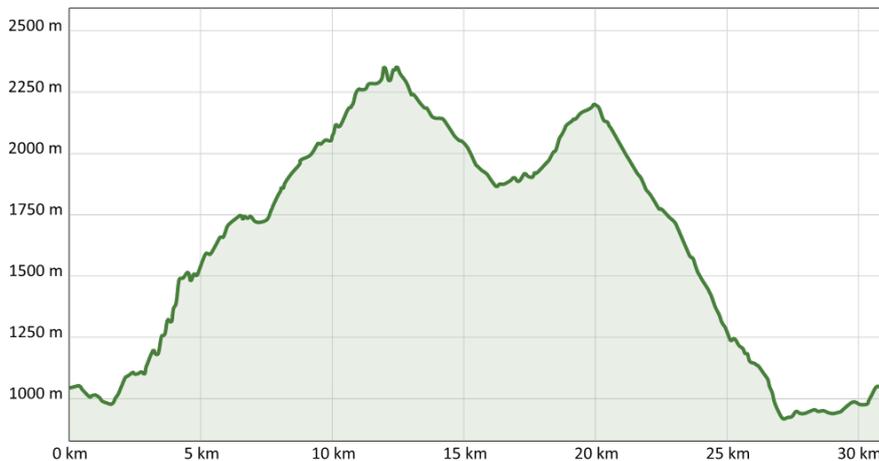
Wengen

Ab Bahnhof Interlaken Ost erreichen wir Wengen in 44 Minuten. Mit dem blaugelben Zug der Berner Oberland Bahn (BOB) gelangen wir nach Lauterbrunnen. Wichtig: Wir sitzen im vorderen Teil des Zuges, da sich dieser in Zweilütschinen teilt. Wer hinten Platz nimmt, macht einen Abstecher nach Grindelwald. In Lauterbrunnen steigen wir in den gelb-grünen Zug der Wengernalp Bahn (WAB) um. Dieser bringt uns in 12 Minuten nach Wengen

- Fahrplan und Ticketkauf SBB
- Anreise Video Zug Jungfrau Region

Weitere Infos / Links:

- Eiger Ultra Trail
- Grindelwald Tourismus
- Jungfraubahnen





Grindelwald Trail 32 - © Stefan Schlumpf



Grindelwald Trail 32 - © Stefan Schlumpf

