

Zeitschrift: Die Schweiz = Suisse = Svizzera = Switzerland : offizielle Reisezeitschrift der Schweiz. Verkehrszentrale, der Schweizerischen Bundesbahnen, Privatbahnen ... [et al.]

Herausgeber: Schweizerische Verkehrszentrale

Band: 59 (1986)

Heft: 10: Rund um den Schweizer Käse = A propos du fromage suisse = Il formaggio svizzero = All about Swiss cheese

Artikel: Alpfahrt von der Engstligenalp

Autor: [s.n.]

DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-774856>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 03.02.2026

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

Alpabfahrt von der Engstligenalp

Drei Stunden dauert es zu Fuss von Adelboden-Dorf zur 1941 Meter hoch gelegenen Engstligenalp (41). Dieses Ziel ist auch mit der Luftseilbahn zu erreichen. Der Wanderer ist überrascht, inmitten einer Gebirgslandschaft eine so weite Ebene anzutreffen. Im Winter finden hier der Alpin- und Tourenfahrer sowie der Langläufer ein herrliches Gebiet vor. Im Sommer und Herbst locken verschiedene Wanderwege und Berge wie der Wildstrubel, der Lohner und die Tschingellochtighörner. Zwei Hotels bieten Touristen Unterkunft.

Von Anfang Juli bis zu den ersten Septembertagen ist Leben auf der Alp. 12 Bauernfamilien aus Adelboden und Frutigen sommern hier oben ihre eigenen oder fremde Tiere – im ganzen rund 500 Kühe, Schweine und Ziegen. Die Alpenossenschaft besteht aus 243 Kuhrechten. Tagsüber gehen die Bauern ins Tal hinunter zum Heuen, am Abend kommen sie zur Melkzeit wieder mit der Seilbahn auf die Engstligenalp zurück. Ein denkwürdiger Tag ist jeweils die Alpabfahrt. In der Schweiz erleben vor allem die voralpinen Gebiete wie das Appenzellerland, das Toggenburg und in abgeschwächter Form auch das Greyerzerland diesen Volksbrauch farbig und prunkvoll. Anderorts geht die Alpabfahrt schnell und fast unbemerkt vor sich – wie zum Beispiel von der Engstligenalp. *fi*

Il cammino a piedi da Adelboden ai 1941 m dell'alpe di Engstligen (41) dura tre ore. Vi si può però accedere anche con la funivia. L'escursionista è sorpreso nello scoprire una distesa tanto vasta in mezzo alle cime dei monti. D'inverno la regione si trasforma in un vero e proprio paradiso per gli appassionati dello sci alpino, del fondo e dello sciescursionismo. D'estate e in autunno i sentieri richiamano gli escursionisti e gli scalatori affrontano le pareti del Wildstrubel, del Lohner e degli Tschingellochtighörner. I turisti hanno a loro disposizione due alberghi per il pernottamento.

Da inizio luglio ai primi giorni di settembre la vita riprende il suo ritmo sull'alpe dove dodici famiglie di contadini di Adelboden e Frutigen trascorrono l'estate con il proprio bestiame e con quello di altri contadini; si tratta complessivamente di circa 500 vacche, maiali e capre. La cooperativa dell'alpe comprende 243 aventi diritto. Durante il giorno i contadini scendono a valle per la fienagione e la sera fanno ritorno all'alpe con la funivia. La discesa dall'alpe è un giorno memorabile. Questa tradizione assume contorni pittoreschi e maestosi soprattutto nelle regioni prealpine della Svizzera, come l'Appenzello, il Toggenburgo e in minore misura anche la Gruviera. In altre località lo scarico dell'alpe avviene rapidamente e passa quasi inosservato, come nel caso dell'alpe di Engstligen.

Il faut trois heures pour aller à pied d'Adelboden à Engstligenalp, à l'altitude de 1941 mètres (41). On peut aussi y monter en téléphérique. L'escursionniste est surpris en découvrant, en pleine montagne, un plateau aussi vaste. C'est, en hiver, une magnifique région pour le ski alpin, les randonnées à ski et le ski de fond. En été et en automne, des montagnes telles que le Wildstrubel, le Lohner et les Tschingellochtighörner, attirent les amateurs de sport pédestre et de valap. On y trouve deux hôtels pour les touristes.

Du début de juillet aux premiers jours de septembre, l'alpe est animée. Douze familles paysannes d'Adelboden et de Frutigen y mettent leurs propres troupeaux et ceux de leurs voisins, au total quelque cinquante vaches, porcs et chèvres. Le consortium de l'alpage consiste en 243 droits d'estivage. Pendant le jour, les paysans descendent dans la vallée faire les foin et ils remontent le soir en téléphérique à l'heure de la traite.

La descente de l'alpe est un jour mémorable. En Suisse, ce sont surtout les régions préalpines – Appenzell, le Toggenbourg et, avec moins d'éclat, la Gruyère – qui perpétuent cette coutume solennelle. Ailleurs, la «désalpe» est plus expéditive et passe presque inaperçue, comme c'est le cas à Engstligenalp.

It takes about three hours to climb on foot from Adelboden up to Engstligenalp (41) at a height of 1941 metres. An aerial cableway, however, offers an easier way up. The new arrival is surprised to find so extensive a plain in the midst of a mountain landscape. In winter skiers, whether downhill, touring or cross-country, here have splendid expanses at their disposal. In summer and autumn there is some fine walking, plus ideal mountains for climbers, such as the Wildstrubel, Lohner and the Tschingellochtighörner. Two hotels offer tourist accommodation.

From early July to the beginning of September there is plenty going on. Twelve farming families from Adelboden and Frutigen live here with their own and other farmers' animals—about 500 cows, goats and pigs. The Alpine cooperative has 243 members. During the day the farmers go down to make hay in the valley, returning to Engstligenalp by cableway in the evening in time for the milking.

It is a great day when the herd is driven back down to the valley. Several Swiss subalpine regions, particularly Appenzell, the Toggenburg and to some extent the Gruyère district, make a colourful show of the occasion. But in other places—Engstligenalp is one of them—the descent is speedy and businesslike and goes almost unnoticed by the outside world.





51/52 Vordere Doppelseite: Bis 1904 war der Weg von der Engstligenalp entlang den steilen Flühen nur für mutige Berggänger begehbar; heute ist er gut ausgebaut. Trotzdem staunt man, wie diese massigen Kühe fast leichtfüßig durch die Felsbänder schreiten.

53/54 Weiter unten steigen die Kühe ins frühherbstliche Nebelmeer. Klar heben sich im Hintergrund die Berge der Niesenkette vom stahlblauen Himmel ab

51/52 Double page précédente: Jusqu'en 1904, le chemin d'Engstligenalp, le long de falaises abruptes, n'était praticable que pour ceux qui avaient le pied montagnard; il est aujourd'hui bien aménagé. On s'étonne pourtant de voir les lourdes vaches le parcourir d'un pas alerte.

53/54 Au-dessous, les vaches avancent vers la mer de brouillard du début de l'automne. A l'arrière-plan, les cimes de la chaîne du Niesen se profilent sur le ciel bleu acier

51/52 Pagina doppia precedente: Fino al 1904 il cammino dall'Engstligenalp lungo ripidi pendii veniva affrontato solo da uomini coraggiosi; nel frattempo il percorso è stato ampliato. È stupefacente vedere il bestiame corpulento muoversi a proprio agio lungo il cammino ricavato nella parete di roccia.

53/54 Più in basso, le vacche entrano nel mare di nebbia caratteristico del primo periodo autunnale. Sullo sfondo, nel cielo azzurro, si stagliano le cime della catena del Niesen

51/52 preceding double page: Up to 1904 the path from Engstligenalp along the steep rock faces was a proposition for mountaineers only. Today it has been made safe. But it is still a surprising sight to see with what ease the heavy cows move along the rocky ledges.

53/54 Down below the cows plunge into the mists of early autumn. In the background the mountains of the Niesen chain are clear-cut against a steel-blue sky





55/56 Im Talboden ist der Nebel gewichen. Die Kühe überqueren den Wildbach Engstlige und treffen mittags in Adelboden ein. Dort werden sie die Nacht verbringen und anderntags wieder in ihr Winterquartier heimkehren

55/56 Dans le fond de la vallée, le brouillard s'est dissipé. Les vaches franchissent le torrent Engstlige et arrivent vers midi à Adelboden: elles y passeront la nuit avant de rejoindre, dès le lendemain, leurs quartiers d'hiver

55/56 Sul fondovalle la coltre di nebbia si è dissolta. Le vacche attraversano il torrente Engstlige e verso mezzogiorno giungono ad Adelboden per trascorrervi la notte. Il giorno dopo fanno ritorno al loro quartiere invernale

55/56 In the valley bed the mists have lifted. The cattle cross the cascading waters of the Engstlige and reach Adelboden towards midday. They will stay there for the night and go on to their winter quarters on the following day

55



56

