

Zeitschrift:	Die Schweiz = Suisse = Svizzera = Switzerland : officielle Reisezeitschrift der Schweiz. Verkehrszentrale, der Schweizerischen Bundesbahnen, Privatbahnen ... [et al.]
Herausgeber:	Schweizerische Verkehrszentrale
Band:	62 (1989)
Heft:	6: Zwischen Bern und Wallis : auf dem Weg von Thun nach Brig = Entre Berne et le Valais : traits d'union le long de la route de Thoune à Brigue = Fra Berna e Vallese : in cammino da Thun a Briga = Between Berne and the Valais : connecting links on the way from Thun to Brigue
Rubrik:	Wandertips = Randonnées

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

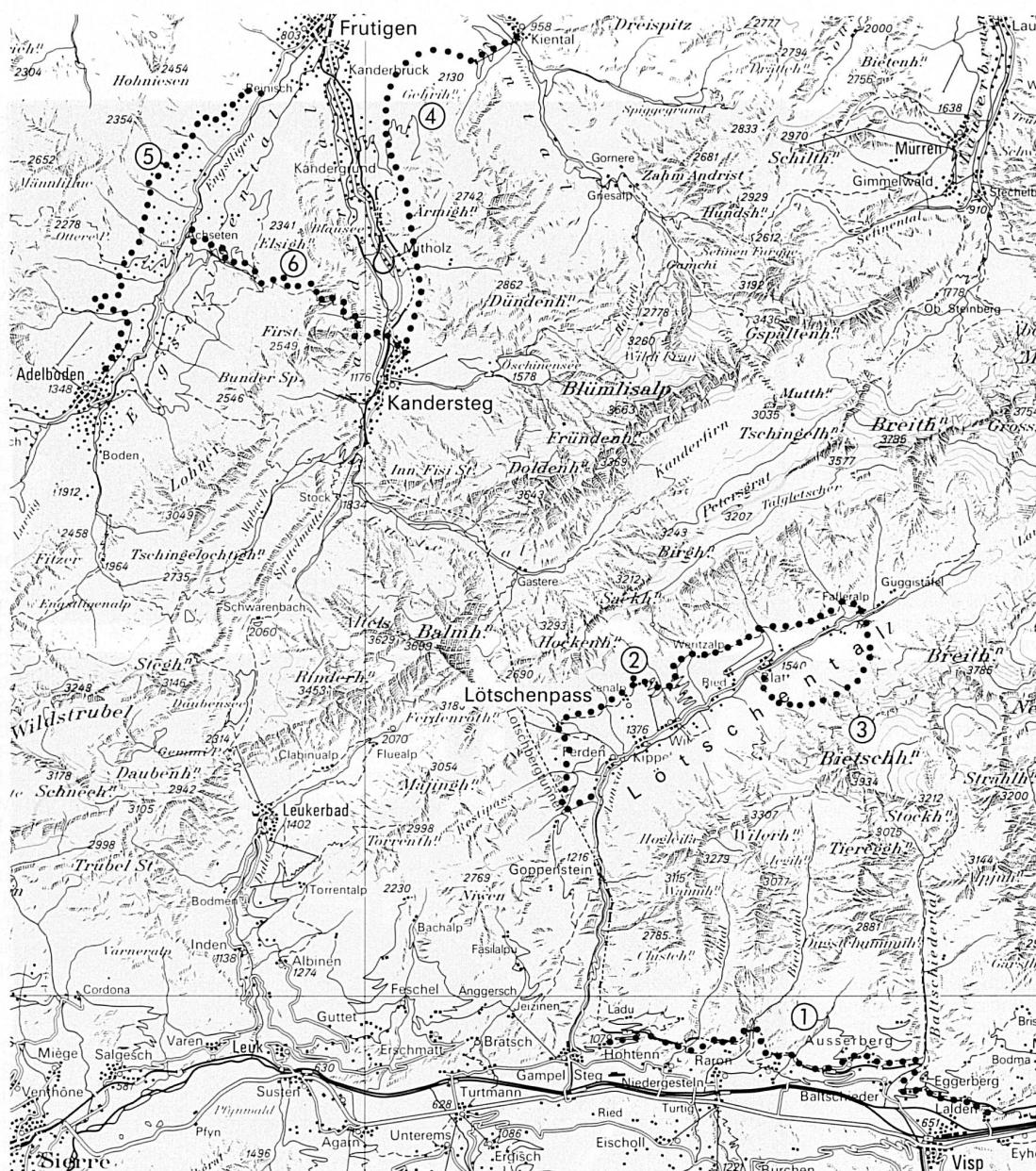
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées 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: 15.01.2026

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



Höhenwege Nord und Süd des Lötschbergs

Bedeutende Alpenübergänge zwischen Kandersteg und Oberwald sind die Gemmi und der Lötschenpass. Beide Pässe sind ausführlich im Wanderbuch «Kandertal» beschrieben (Berner Wanderbuch Nr. 3070, Kümmerly + Frey, Bern 1986). Doch auch nördlich und südlich der Alpenkette gibt es attraktive Angebote.

Die **Lötschberg-Südrampe** wird als «Classique» der Höhenwege bezeichnet. Naturfreunde, an örtlicher Kultur interessierte und Bahnbegeisterte kommen zwischen der Station Hohtenn und Lalden voll auf ihre Rechnung. Der in sanftem Abstieg insgesamt 5½ Stunden dauernde Wanderweg ist dank der BLS-Station

nen Ausserberg und Eggerberg auch problemlos etappierbar.

Das «Pendant» dazu bildet die **Lötschberg-Nordrampe**. Sie führt in 6 Stunden von der Bergstation des Kientaler Sessellifts Ramslauenen weit über Frutigen und Kandergrund vorbei nach Kandersteg. Die landschaftlich vielfältige Wanderung kann mit

Abstiegen nach Frutigen, Kandergrund oder Blausee/Mitholz abgekürzt werden. Eine Verpflegungs- und Übernachtungsmöglichkeit entlang des Höhenweges besteht nur in Ramslauenen.

Als **Lötschentaler Höhenweg** ist die Verbindung am Südhang von der Faldumalp über Restialp, Kummenalp, Lauchernalp, Tellistafel, Schwarzsee zur Fafleralp bekannt. Diese Aussichtsstrecke nimmt 5 Stunden in Anspruch, wobei der Auf-/Abstieg von/nach Ferden oder Goppenstein noch dazuzurechnen ist! Mit der Luftseilbahn von Wiler zur Lauchernalp und dank Übernachtungsmöglichkeiten auf der Fafleralp, der Lauchernalp und Kummenalp las-

Auf der Karte/sur la carte

- 1 Lötschberg-Südrampe
- 2 Lötschentaler Höhenweg
- 3 Lötschentaler Schattenseite
- 4 Lötschberg-Nordrampe
- 5 Spissenweg / 6 Golitschenpass

sen sich weniger anstrengende Teilstücke unternehmen.

Seit diesem Sommer besteht eine echte «Alternative» für heiße Sommertage: der Höhenweg entlang der **Lötschentaler Schattenseite**. Vom Gletscherstafel (Fafleralp) steigt der Weg zur Oigstchumme und unter den Gletschern des Bietschhorns vorbei zum Aussichtspunkt Galläger (2400 m) mit Blick auf alle Lötschentaler Dörfer und Weiler. Ein steiler Abstieg führt nach Blatten, wobei eine Fortsetzung zur Bietschhornhütte und hinunter nach Goppenstein für die nächsten Jahre geplant ist.

Spissenweg nennt sich der Höhenweg von Ried bei Frutigen (Autobusstation) entlang dem Osthang der Niesenketten nach Adelboden. Ist die Höhe von Leh erreicht, führt die Route mit Blick auf Wildstrubel und zurück gegen den Thunersee über Gempelen, Kratzern, Linter, Ladholz, Rinderwald, Egernschwand nach Ausserschwand, dem zu Adelboden gehörenden Weiler. Ried (Post) bis Adelboden: 4½ Stunden.

Eine interessante Rundreise von Frutigen über Elsigenalp und den **Golitschenpass** nach Kandersteg wird mit einem Wanderbillet angeboten (teils nur an Wochenenden).

Mit Autobus und Luftseilbahn führt die Reise von Frutigen auf die Elsigenalp (Verpflegungs- und Übernachtungsmöglichkeit).

Nach kurzem Aufstieg (1 Stunde) ist bald der Golitschenpass erreicht, von wo sich ein Panorama ins Blümlisalpgebiet öffnet. Der Abstieg über die Alp Golitsche nach Kandersteg dauert 2 Stunden.

Alle Wanderungen sind in Prospekten (teils mit Kartenausschnitten) der BLS und der lokalen Verkehrsvereine genau beschrieben. Zur Vorbereitung jeder Wanderung und unterwegs ist die Landeskarte 1:25 000 jedoch ein unentbehrliches Hilfsmittel.

Kartenausschnitt 1:200 000 reproduziert mit Bewilligung des Bundesamtes für Landestopographie vom 11. April 1989.

Chemins des hauteurs au nord et au sud du Lötschberg

Les principaux cols alpins entre Kandersteg et le Haut-Valais sont la Gemmi et le col de Lötschen. Tous deux sont décrits d'une manière exhaustive dans le guide d'excursion «Kandertal» (Guide bernois d'excursions N° 3070, Kümmery + Frey, Berne 1986). Mais tant au nord qu'au sud de la chaîne des Alpes, des chemins des hauteurs bien entretenus et de différentes longueurs offrent d'attrayantes perspectives.

La rampe sud du Lötschberg est considérée à juste titre comme le «chemin des hauteurs» classique. Le trajet entre les stations de Hohtenn et de Lalden donne pleine satisfaction aux amis de la nature, ainsi qu'à ceux qui s'intéressent à la culture locale ou qui sont des adeptes passionnés du chemin de fer. La descente en pente douce, que l'on peut facilement diviser en étapes, exige au total environ cinq heures et demie de marche.

Elle a pour pendant **la rampe nord du Lötschberg**, qui conduit en six heures de Ramslauen, terminus du télésiège du Kiental, très haut au-dessus de Frutigen et de Kandergrund, jusqu'à Kandersteg.

Quant au **chemin des hauteurs du Lötschental**, il relie Faldum-

alp à Fafleralp via Restialp, Kummenalp, Lauchernalp, Tellistafel et Schwarzsee, sur le versant ensoleillé de la vallée.

A partir de cet été, on pourra aux jours chauds choisir un autre itinéraire: **le chemin des hauteurs du Lötschental du côté de l'ombre**. De Gletscherstafel (Fafleralp), le chemin monte à Oigstchumme et continue, au pied des glaciers du Bietschhorn, jusqu'au point de vue Galläger (2400 m), d'où la descente sur Blatten est abrupte.

On nomme **«Spissenweg»** le chemin des hauteurs de Ried, terminus du télésiège du Kiental, très haut au-dessus de Frutigen et de Kandergrund, jusqu'à Kandersteg.

Une randonnée de Frutigen à Kandersteg via Elsigenalp et le



Der ideale Zubringer für Wanderer: die BLS Lötschbergbahn
Atteindre les points de départ des randonnées par le Chemin de fer BLS

col de Golitschen, est proposée cet été en liaison avec un billet d'excursion qui n'est parfois valable que pendant le week-end. En partant de Frutigen, on gagne d'abord Elsigenalp par autobus et téléphérique. Après une brève montée, on atteint le col Golitschen, qui offre une vue panoramique impressionnante sur la région de Blümlisalp. On descend ensuite par l'Alpe Golitsche jus-

qu'à Kandersteg, d'où l'on prend le Chemin de fer BLS.

Toutes ces excursions sont décrites très exactement dans les prospectus du Chemin de fer BLS et dans ceux des offices régionaux du tourisme, qui contiennent aussi des extraits de cartes. Néanmoins, tant en chemin que pour se préparer aux excursions, la carte topographique au 1:25 000 est un auxiliaire indispensable.

168 × bahnbre-chend, erstklassig

Das Berner Oberland bietet ein Sonderprogramm mit 168 Hotelangeboten, bei denen neben den örtlichen Hotelleistungen (in der Regel Halbpension) auch die Bahnreise ab Landesgrenze, Flughafenbahnhof oder beliebiger SBB-Station bis zu den 36 Ferienorten hin und zurück inbegriffen ist. Kurzaufenthalte mit drei Übernachtungen sowie Wochenangebote mit sieben Übernachtungen sind erhältlich. Ein 48 Seiten starker Farbkatalog beschreibt alle 168 Hotels, die mit einer Videotex-Nummer versehen sind. Über das Vtx-Programm TIBYS, Seitennummer *7888#, kann das gewünschte Hotel direkt mit der Prospektzahl angewählt werden. Die Buchung ist über Vtx möglich.

Das Berner Oberland erhielt 1988

den Umweltpreis des Deutschen Reisebüroverbandes zugesprochen. Mit der Bahnreise leistet die Region einen weiteren Schritt, den Leitspruch «Wo Natur und Ferien Freunde sind!» zu unterstreichen. Als Besonderheit dürfen die 1,7 Millionen Inhaber des ½-Preis-Abonnementes ihre Ferienreise (Angebot oben) in 1. Klasse antreten.

Der Katalog der Berner Oberland Hotels kann beim Verkehrsverband Berner Oberland und Hotelier-Verein Berner Oberland (Jungfraustr. 38, CH-3800 Interlaken, Ø 036 222621) bezogen werden.

Ferienabonnement

Berner Oberland Regional Pass

Der Regional Pass Berner Oberland bietet für Fr. 110.– ein 15-

Tage-Ferienvergnügen. 450 Kilometer Bahn-, Postauto- und Schiffahrtslinien und 12 Bergbahnen offerieren mit dem Regional Pass freie Fahrt an fünf frei wählbaren Tagen. Über 50 Bergbahnen und Autobuslinien gewähren auf einem insgesamt über 1000 Kilometer umfassenden Streckennetz Ermäßigungen von

50 % beziehungsweise 25 % während der ganzen Gültigkeitsdauer von 15 Tagen.

Spezielle Vergünstigungen gibt es für Inhaber von ½-Preis-Abonnement, Generalabonnement und Swiss Pass. Nur Fr. 90.– statt Fr. 110.– kostet dabei beispielsweise der Regional Pass 2. Klasse.

Abonnementspreise

	2. Kl.	1. Kl.	Schiff	1. Kl.
Fr.	Fr.	Fr.	Bahn	2. Kl.
Erwachsene	110.–	142.–	120.–	
Inhaber von schweiz.				
Fahrausweisen*	90.–	116.–	100.–	
Kinder	55.–	71.–	60.–	
Hunde	55.–	55.–	55.–	

* Inhaber von Swiss Pass (SP), Swiss Card (SC), Swiss ½ Travel Card (STC), Generalabonnement (GA) und ½-Preis-Abonnement.

Der Regional Pass ist an jeder Bahn- oder Schiffstation, in Reisebüros und in allen Verkehrsbüros des Berner Oberlandes bis zum 31. Oktober erhältlich.