

Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 66 (2009)
Heft: 11: Lungenkrankheit COPD

Artikel: Der Winter von seiner schönsten Seite
Autor: Zeller, Adrian
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-558384>

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: 19.02.2026

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



Der Winter von seiner schönsten Seite

Auch in der kalten Jahreszeit gibt es in der Schweiz viel zu erleben und zu unternehmen – ob romantisch zu zweit oder als Spass für die ganze Familie. Probieren Sie unsere abwechslungsreichen Tipps für faszinierende Wintererlebnisse an einem Wochenende oder in den Ferien aus!

Adrian Zeller

Schlittenfahrten in Attinghausen

Ein ganz besonderes Winterabenteuer wartet im Kanton Uri, in Attinghausen. Nach einer Seilbahnfahrt und einer kurzen Winterwanderung erreichen die Teilnehmenden ein Huskycamp. Dort können sie sich bei der Vorbereitung einer Hundeschlittenfahrt aktiv beteiligen. Anschliessend geht es mit dem eigenen Gespann durch die Stille einer abgeschiedenen Berglandschaft – überwältigende Eindrücke, die man nicht vergisst.

Preis: CHF 180.- pro Person. Durchführung: Täglich von 13 bis 16 Uhr. Mehr Infos: Tel. + 41 81 911 52 50; Internet: www.swissraft.ch

Ähnliche Angebote gibt es auch in anderen Kantonen – vom Appenzell bis ins Berner Oberland.

Kletterspass für Gross und Klein

Auch wenn das Wetter nicht mitspielt, kann man im schweizweit ersten Indoor-Kletterpark im Sportzentrum von Grindelwald in luftiger Höhe herumkraxeln. Fünf Parcours mit vierzig verschiedenen Elementen rund um das Thema Berg und mit unterschiedlichen Schwierigkeitsgraden stehen im Angebot. Bergsteigerische Erfahrung oder besondere Fitness sind nicht erforderlich. Nach einer kurzen Instruktion durch das Personal kann es losgehen; die Ausrüstung wird zur Verfügung gestellt.

Offen: Mittwoch bis Sonntag, 17 bis 21 Uhr. Eintrittspreise für Erwachsene mit Kindern: ab CHF 57.-. Infos: Tel. + 41 33 854 12 90; E-Mail: info@indoorseilpark.ch; Internet: www.indoorseilpark.ch.



Ob Hundeschlitten, Riesen-Gummireifen, romantische Erlebnisse im Iglu, Fondue der besonderen Art oder Schneeschuhe ...

Sagenhaftes Wandern im Toggenburg

Einst soll ein Riese im Toggenburg unterwegs gewesen sein. Der Sack auf seinem Rücken blieb an einem Felsvorsprung hängen. Aus dem Riss purzelten kleine Häuschen, die sich wie Schneeflocken in der Landschaft verteilten. Erzählungen dieser Art kann man auf dem Sagenweg, der über die romantisch verschneite Alp Sellamatt führt, nachlesen. Für die ganze Tour müssen rund drei Stunden eingeplant werden; eine kürzere Variante lässt sich in etwa 90 Minuten erwandern.

Weitere Info: Tourist Info, CH-9657 Unterwasser; Tel. + 41 71 999 19 23; E-Mail: kontakt@toggenburg.ch; Internet: www.toggenburg.ch

Rasantes Snow Tubing in Saas Grund

Reifenrodeln, auf englisch Snow Tubing, heisst ein aus den USA stammendes Wintervergnügen: Auf einem Riesengummireifen rutscht man sitzend oder liegend über die speziell präparierte Strecke. Betriebszeiten des Snow Tubing-Lifts: täglich von 15 bis 17.30 Uhr; Dienstag und Freitag bei beleuchteter Piste mit Tee, Glühwein und Musik zusätzlich von 20 bis 22 Uhr. Erwachsene CHF 12.-, Kinder CHF 7.-

Weitere Infos: Saastal Tourismus, Tel. +41 27 958 18 58, Internet: www.saas-fee.ch. Weitere Möglichkeiten, eine Fahrt auf dem Snowtube zu wagen, gibt es in Grindelwald, im Erlebnispark Bayrischzell (DE) und in Österreich.

Unvergessliche Nacht im Romantik-Iglu

In den Erinnerungen an die exklusive Nacht im Romantik-Iglu kann man noch lange schwelgen. Vor dem Abtauchen ins Reich der Träume im Schneehaus warten noch eine nächtliche Schneeschuhwanderung, ein Entspannungsbad im Whirlpool sowie ein Glas Prosecco auf Sie.

Preise: Je nach Iglu-Typ zwischen CHF 249.- bis 470.- (Montag bis Donnerstag); Freitag bis Sonntag CHF 289.- bis 510.- pro Nacht und Person. Innerhalb der Schweiz wird die Nacht im Romantik-Iglu in unterschiedlichen Varianten in Davos-Klosters, in Gstaad, in Zermatt sowie in Engelberg angeboten. Infos: Tel. + 41 41 612 27 28; E-Mail: info@iglu-dorf.com; Internet: www.iglu-dorf.com. Übernachtungen im Romantik-Iglu gibt es auch im Raum Garmisch-Partenkirchen (Euro 369.- für 2 Pers.) und im Raum Innsbruck (Euro 299.- für 2 Pers.).



... der Erlebnisspass in den Schweizer Bergen ist grenzenlos.

Lernspass in der Kindercity

Etwas für Schlechtwettertage: In der Kindercity im zürcherischen Volketswil tauchen Kinder und Erwachsene in eine vielfältige Lern- und Erlebniswelt ein. Auf kreative und unterhaltsame Weise wird viel Wissenswertes über den eigenen Körper, über die Sinne, über Energie, über Kommunikation und einer ganzen Palette weiterer Themen vermittelt. Die Lernpfade sind auf unterschiedliche Altersgruppen ausgerichtet; selbst Krabbelkinder werden auf spielerische Weise angesprochen.

Täglich 10 bis 18 Uhr; CHF 13.50 bis 24.50

Weitere Informationen: Tel. + 41 43 204 30 60;

E-Mail: info@kindercity.ch; www.kindercity.ch

Romantisches Fondue auf der Engstligenalp

Beim gemütlichen Tête-à-tête im Iglu wird einem gleich wohligh warm ums Herz: Auf der Engstligenalp bei Adelboden geniesst man in der speziellen Atmosphäre einer Behausung aus Schnee und Eis die dampfende Käsespezialität. Wenn da beim ersten Eintauchen des Brotes nicht gleich die Hektik und die Sorgen des Alltags hinter den Schneebergen zurückbleiben?

Dienstag bis Sonntag ab 12 Uhr. Preis: CHF 37.- pro Person. Weitere Infos: Tel. + 41 79 666 05 83; E-Mail: kontakt@fondue-iglu.ch; Internet: www.fondue-iglu.ch

Schneeschuhtour mit Schneeskulpturen- oder Iglubau in Amden

Amden nennt sich die Sonnenterrasse über dem Walensee. Hier zeigt sich der Winter besonders abenteuerlich: Inmitten einer verschneiten Bergwelt wird beim Bau einer Schneeskulptur oder eines Iglus kräftig Hand angelegt. Eine anschließende Schneeschuhwanderung wird mit einem Fondue am offenen Feuer gekrönt. Nach einer Nacht in der Hütte wartet eine weitere Tour mit den Schneeschuhen auf die Winterwanderer; auf Wunsch werden sie von Huskies begleitet.

Preis: CHF 295.- pro Person. Mehr Infos: Tel. + 41 81 911 52 50; E-Mail: info@swissraft.ch; Internet: www.swissraft.ch.

Geführte Schneeschuhtouren mit Übernachtung werden z.B. auch im Allgäu und im Raum Salzburg angeboten.