

INTRODUCTION

The Bernese Alps
The Mountains
Getting There
Public Transport in the Bernese Alps
Accommodation
Weather
Notes for Walkers
Safety Check List
Suggested Equipment List
Recommended Maps
Using the Guide
Grading of Walks
Information at a Glance

HASLITAL – ROUTES 1–8 INNERTKIRCHEN, MEIRINGEN

Route 1 Engstlenalp – Schwarzenal
Route 2 Engstlenalp – Hinderarni – Reuti – Meiringen
Route 3 Engstlenalp – Tannenalp – Melchsee-Frutt
Route 4 Innertkirchen – Urbachtal – Gault Hut
Route 5 Innertkirchen – Guttannen – Grimsel Hospice
Route 6 Grimsel Hospice – Lauteraar Hut
Route 7 Meiringen – Rosenlaur
Route 8 Meiringen – Schwarzwaldalp – Grosse Scheidegg – Grindelwald

LÜTSCHENTAL – ROUTES 9–29 WILDERSWIL, GRINDELWALD

Route 9 Schynige Platte – Faulhorn – Faulhorn – First
Route 10 Saxeten – Wilderswil
Route 11 Grindelwald (Bussalp) – Faulhorn
Route 12 Grindelwald (First) – Faulhorn – Bussalp – Grindelwald
Route 13 Grindelwald (Grosse Scheidegg) – Bachsee – Faulhorn
Route 14 Grindelwald (First) – Bachsee
Route 15 Grindelwald (First) – Uf Spitzen – Bussalp
Route 16 Grindelwald (First) – Waldspitz – Bussalp
Route 17 Grindelwald (First) – Hagelsee – Wildgärst – Grosse Chrinne – First
Route 18 Grindelwald (Hotel Wetterhorn) – Glectstein Hut
Route 19 Grindelwald (Hotel Wetterhorn) – Milchbach – Pflingstegg
Route 20 Grindelwald (Pflingstegg) – Berghaus Bäregg
Route 21 Grindelwald (Pflingstegg) – Bäregg – Schreckhorn Hut
Route 22 Grindelwald – Alpiglen
Route 23 Grindelwald – Grund – Alpiglen
Route 24 Alpiglen – Eiger Trail – Eigerletscher – Kleine Scheidegg
Route 25 Kleine Scheidegg (Eigerletscher) – Eiger Trail – Alpiglen

Route 26 Grindelwald – Grund – Männlichen
Route 27 Grindelwald (Berggasthaus Männlichen) – Kleine Scheidegg
Route 28 Grindelwald (Berggasthaus Männlichen) – Alpiglen – Grund – Grindelwald
Route 29 Grindelwald – Grund – Kleine Scheidegg – Wengen

LAUTERBRUNNENTAL – ROUTES 30–59 ISENFLUH, LAUTERBRUNNEN, WENGEN, STECHELBERG, MÜRREN, GIMMELWALD

Route 30 Isenfluh – Sulsseeli – Suls-Lobhorn Hut
Route 31 Isenfluh – Bällehöchst – Saxeten
Route 32 Isenfluh – Soustal – Grütschalp
Route 33 Lauterbrunnen – Grütschalp
Route 34 Grütschalp – Mürren
Route 35 Grütschalp – Mürren – Gimmelwald – Stechelberg
Route 36 Lauterbrunnen – Stechelberg
Route 37 Lauterbrunnen – Wengen
Route 38 Wengen – Leiterhorn – Burglauenen
Route 39 Wengen (Männlichen) – Wengen
Route 40 Wengen (Männlichen) – Kleine Scheidegg – Wengernalp – Wengen
Route 41 Wengen – Wengernalp
Route 42 Wengen (Eigergletscher) – Prechalp – Trümmelbach – Lauterbrunnen
Route 43 Stechelberg – Rottal Hut
Route 44 Stechelberg – Obersteinberg
Route 45 Stechelberg – Obersteinberg – Stechelberg
Route 46 Obersteinberg – Oberhornsee
Route 47 Obersteinberg – Schmadri Hut – Stechelberg
Route 48 Obersteinberg – Tanzbödeli – Stechelberg
Route 49 Gimmelwald – Sefinental – Tanzbödeli
Route 50 Gimmelwald – Sefinental – Rotstock Hut
Route 51 Gimmelwald – Sefinental – Oberberg – Mürren
Route 52 Mürren (Allmendhubel) – Suppenalp – Mürren
Route 53 Mürren – Suppenalp – Rotstock Hut – Mürren
Route 54 Mürren – Spielbodenalp – Sprütz – Gimmelwald – Mürren
Route 55 Mürren – Schilthorn Hut – Schilthorn
Route 56 Mürren (Rotstock Hut) – Schilthorn
Route 57 Mürren (Schilthorn) – Schiltalp – Blumental – Mürren
Route 58 Mürren – Grütschalp – Mürren
Route 59 Mürren – Sefinenfurke – Griesalp

KIENTAL – ROUTES 60–67 REICHENBACH, KIENTAL, GRIESALP

Route 60 Reichenbach – Engelgiess – Kiental
Route 61 Reichenbach – Gehrihorn
Route 62 Kiental (Ramslauenen) – Chüeweid – Aris – Kiental
Route 63 Kiental – Aris – Frutigen
Route 64 Kiental – Kilchfluh Pass – Grütschalp
Route 65 Griesalp – Golderli – Tschingelsee – Pochtenfall – Griesalp

Route 66 Griesalp – Hohtürli – Blüemlisalp Hut

Route 67 Griesalp – Hohtürli – Kandersteg

KANDERTAL – ROUTES 68–82 KANDERSTEG, SELDEN

Route 68 Kandersteg (Öeschinen chairlift) – Öeschinensee

Route 69 Kandersteg – Hohtürli – Blüemlisalp Hut

Route 70 Kandersteg – Öeschinensee – Fründen Hut

Route 71 Kandersteg – Doldenhorn Hut

Route 72 Kandersteg (Selden) – Kanderfirn

Route 73 Kandersteg (Selden) – Kandersteg

Route 74 Kandersteg (Selden) – Mutthorn Hut – Petersgrat – Fafleralp/Lötschental

Route 75 Kandersteg (Selden) – Lötschenpass – Ferden/Lötschental

Route 76 Kandersteg – Gasterntal – Balmhorn Hut

Route 77 Kandersteg – Sunnbüel – Gemmipass

Route 78 Kandersteg – Sunnbüel – Lämmeren Hut

Route 79 Kandersteg (Allmenalp) – Usser Üschene – Kandersteg

Route 80 Kandersteg (Allmenalp) – First – Stand – Kandersteg

Route 81 Kandersteg – Bunderchrinde – Adelboden

Route 82 Kandersteg – Schedelsgrättli – Artelengrat – Engstligenalp

ENGSTLIGENTAL – ROUTES 83–87 ADELBODEN

Route 83 Adelboden – Engstligenalp

Route 84 Adelboden – Unter dem Berg – Hinterberg – Engstligenalp

Route 85 Adelboden (Engstligenalp) – Ammertepass – Lenk

Route 86 Adelboden (Engstligenalp) – Ammertepass – Iffigenalp

Route 87 Adelboden – Hahnenmoos – Lenk

DIEMTIGTAL – ROUTES 88–90 GRIMMIALP (SCHWENDEN), DIEMTIGEN, OEY

Route 88 Grimmialp – Grimmi Pass – St Stephan

Route 89 Grimmialp – Grimmi Pass – Rauflihorn – Fildrich – Grimmialp

Route 90 Grimmialp – Scheidegg – Blankenburg

OBER SIMMENTAL – ROUTES 91–101 ZWEISIMMEN, LENK

Route 91 Zweisimmen – Garstatt – Weissenbach – Boltigen (818)

Route 92 Lenk (Büelberg) – Hahnenmoos – Pommernpass – Oberried

Route 93 Lenk (Iffigenalp) – Iffigsee

Route 94 Lenk (Iffigenalp) – Iffigsee – Iffighorn

Route 95 Lenk (Iffigenalp) – Iffigsee – Wildhorn Hut

Route 96 Wildhorn Hut – Chüetungel – Gelten Hut

Route 97 Lenk (Leiterli) – Tungelpass – Wildhorn Hut – Iffigenalp

Route 98 Lenk (Leiterli) – Tungelpass – Pöschenried – Lenk

Route 99 Lenk (Leiterli) – Trüttlisberg Pass – Lauenen

Route 100 Lenk – Trüttlisberg Pass – Lauenen

Route 101 Lenk – Trütlisberg Pass – Turbachal – Gstaad

LAUENTAL – ROUTES 102–107 GSTAAD, LAUENEN

Route 102 Gstaad – Turbachtal – Turli – Lauenen

Route 103 Lauenen – Lauenensee

Route 104 Lauenen – Geltenschuss – Gelten Hut

Route 105 Gelten Hut – Chüetungel – Lauenen

Route 106 Lauenen – Krinnen Pass – Gsteig

Route 107 Lauenen – Höhi Wispile – Gstaad

SAANENTAL – ROUTES 108–112 GSTEIG, GSTAAD

Route 108 Gsteig – Krinnen Pass – Hinderi Wispile – Gsteig

Route 109 Gsteig – Blattipass – Col du Pillon

Route 110 Gsteig – Blattipass – Arnensee – Feutersoey

Route 111 Col du Pillon – Lac Retaud – Col du Pillon

Route 112 Col du Pillon – Col de Voré – Seeberg – Feutersoey

MULTI-DAY TOURS – ROUTES 113–115

Route 113 Oberland Passes

Route 114 Tour of the Jungfrau Region

Route 115 Tour of the Wildhorn

Appendix A Useful Addresses

Appendix B Glossary

Appendix C Bibliography

Appendix D Route Index