



www.escholzmatt-marbach-tourismus.ch
 escholzmatt@em-tourismus.ch
 Telefon +41 41 486 01 30
 Bahnhofsstrasse 16, CH-6182 Escholzmatt
 Tourismusbüro / Biosphärenshop
 marbach@em-tourismus.ch
 Telefon +41 34 493 38 04
 Dorfstrasse 61, CH-6196 Marbach (LU)
 Tourismusbüro / Geschäftsstelle
 Wir beraten Sie gerne.

Marbachegg – die Sonnenterrasse

Mit der Panorama-Gondelbahn fahren Sie in nur 10 Minuten auf die Marbachegg. Hier erwartet Sie eine atemberaubende Aussicht mit Blick auf die imposante Schratzenfluh, den markanten Hohgant und die Berner Alpen.



Gondelbahn Marbachegg. Foto: Beat Brechbühl

Bike trails & Carts

Der mittlerweile schweizweit bekannte Clientis Flowtrail Marbachegg führt von der Marbachegg nach Marbach (LU). Die 4 Kilometer lange, abwechslungsreiche Strecke ist mit vielen spielerischen Elementen versehen. Kleine und grosse, junge und ältere Biker sind gleichermaßen begeistert von den vielfältigen Herausforderungen über Stock und Stein.

CKW Jumptrail Marbachegg

Der CKW Jumptrail Marbachegg führt über das Schafport und ist mit vielen interessanten und abwechslungsreichen «Tables» ausgestattet. Die roll- sowie springbaren Elemente bereiten Fun, Kick und Spass für mutige Biker. Zurück zum Ausgangspunkt geht es mit dem Schlepplift.

Mit den Marbachegg-Carts ist Ihnen Spass und Abenteuer garantiert! Auf einer Holzpiste fahren Sie mit den drei oder vier-rädrigen Carts über die Alpweiden der Marbachegg. Da die rasante Abfahrt Ihre volle Konzentration abverlangt, geniessen Sie die atemberaubende Aussicht auf dem Schlepplift, der Sie bequem und sicher wieder auf die Marbachegg bringt.

Informationen über Öffnungszeiten & Tarife finden Sie unter www.marbachegg.ch



Mountainbike- & Velorouten

Unzählige ausgeschilderte Bikerouten, von gemütlich bis anspruchsvoll, führen Sie durch unsere Region. In Escholzmatt-Marbach finden Sie diverse Mountainbike- und Velorouten durch die wunderschöne Landschaft der UNESCO Biosphäre Entlebuch sowie im benachbarten Emmental. Möchten Sie die schönsten Touren noch besser kennenlernen? Unsere Tourenführer/innen nehmen Sie mit auf eine Biketour und zeigen Ihnen die schönsten Plätze und Routen in der Umgebung.

Tourenvorschläge

(A = Asphalt / N = Naturbelag)

- 977 Rund um die Schratzenfluh**
53 km ↑1750 m ↓1750 m
- 918 Napfbergland-Tour**
37 km ↑934 m ↓934 m
- 620 Marbacher Panoramarunde**
23 km (A = 15 km + N = 8 km) ↑1000 m ↓1000 m
- 482 Hohgant Bike**
41 km (A = 30 km + N = 11 km) ↑1450 m ↓1450 m
- 21 Alpenpanorama-Route**
475 km (A = 464 km + N = 11 km) ↑9300 m ↓9300 m
Etappe 5 Sörenberg–Thun
51 km (A = 46 km + N = 5 km) ↑860 m ↓1450 m
Etappe 9 Sörenberg–Schangnau
32 km (A = 32 km) ↑360 m ↓540 m
- 74 Emmental–Entlebuch**
125 km (A = 112 km + N = 13 km) ↑1200 m ↓1200 m
Etappe 2 Burgdorf–Escholzmatt
36 km (A = 30 km + N = 6 km) ↑440 m ↓120 m
Etappe 3 Escholzmatt–Luzern
47 km (A = 46 km + N = 1 km) ↑360 m ↓780 m
- 399 Herzschlaufe Napf**
155 km (A = 144 km + N = 11 km) ↑4200 m ↓4200 m
Etappe 2 Langnau–Entlebuch
44 km (A = 44 km) ↑1100 m ↓1100 m

Weitere Tourenangebote von leicht bis anspruchsvoll, auch für E-Velos mit kulinarischen und kulturellen Abstechern, finden Sie unter www.escholzmatt-marbach-tourismus.ch

Verhaltensregeln beim Mountainbiken

- Schonen und respektieren Sie Tiere und Pflanzen
- Bleiben Sie auf markierten Wegen
- Gewähren Sie den Wanderern auf Wanderwegen Vorrang
- Respektieren Sie Verbotsschilder und Hinweistafeln
- Fahren Sie nur so schnell, damit Sie jederzeit anhalten können
- Schliessen Sie alle Weidetore und Schranken nach der Durchfahrt wieder



Mit dem E-Bike in Escholzmatt. Bild: Herzroute AG

Unterwegs mit Experten

Mit ihrem grossen Reichtum an Natur- und Kulturwerten, Brauchtum und Traditionen bietet die Biosphäre unzählige Themen für «echte» Entlebucher Ausflüge. Die Biosphärenführer zeigen Ihnen nicht nur die schönsten Ecken, sie vermitteln auch spannende Facts über Wildtiere, Gutem aus der Natur oder zu unseren Handwerkskünsten.

Exkursion «Im Lebensraum der Wildtiere» in Marbach (LU)
Gemeinsam mit den beiden Experten Kari Schöpfer und Walter Bieri begeben Sie sich ins Reich der Felle.

Familienexkursion «Kräuternachmittag» in Marbach (LU)
Mit Josefine Aeschlimann streifen Sie durch den Garten, pflücken Kräuter und begeben sich dann in die Werkstatt.

Kurs «Wildkräuterküche» in Escholzmatt
Von Melanie Küpfer lernen Sie, wie Sie aus der Biosphären-Wildkräuterwelt geschmackvolle Gerichte zaubern.

Kurs «Pilze sammeln & verarbeiten» in Wiggen
Mit Pilz-Expert Röbi Lauber suchen und bestimmen Sie Pilze in der Natur. Die gefundenen Schätze werden sogleich verköstigt.

Alle Angebote und Detailinfos finden Sie unter www.biosphaere.ch/exkursionen-kurse



Gasthof Kreuz Marbach (LU). Foto: Samuel Büttler

Kulinarik & Erholung

Sie finden bei uns saisonale und regionale Gerichte und werden in unseren Restaurants und Gasthäusern verwöhnt. Geniessen Sie die vielseitige Gastronomie und verlängern Sie Ihren Aufenthalt in unserer Region und buchen Sie einen Aufenthalt in einer Unterkunft.

Unsere vielseitigen kulinarischen Erlebnisse

Wanderplausch & Biergenuss

Von Marbach (LU) fahren Sie mit der Panorama-Gondelbahn auf die Marbachegg. Im Berggasthaus geniessen Sie ein feines Mittagessen. Anschliessend wandern Sie in den Weiler Wald bei Schangnau und lernen in der kleinen, familiären Brauerei Hohgant den Brauvorgang sowie deren Bierspezialitäten kennen. *(Angebot voraussichtlich nur noch bis Herbst 2024 buchbar)*

Marbacher Genusstour

Während Ihrer Entdeckungsreise durch das wunderschöne Dorf Marbach (LU) besuchen Sie die Lourdes Grotte – ein Kraftort unweit des Dorfkerns. Erfreuen Sie sich während des Spaziergangs an verschiedenen, regionalen Köstlichkeiten und geniessen Sie zum Abschluss den atemberaubenden Ausblick von der Marbachegg auf die Schratzenfluh, den Hohgant sowie die Berner Alpen.

Informationen, Reservationen & Tickets zu den jeweiligen Angeboten sind im Tourismusbüro Marbach (LU) erhältlich.

Bergmorge-Buffer

Warum nicht einmal an einem Werktag, früh morgens mit der Gondelbahn auf die Marbachegg fahren und sich ein richtig feines, reichhaltiges Bergmorge gönnen! Wer noch Zeit und Lust hat, kann danach aus vielen verschiedenen Wanderwegen auswählen.

Information & Reservation unter www.marbachegg.ch/de/berggasthaus



Picnic auf der Marbachegg. Bild: Larla Bosco

Grillstellen

Auf den verschiedenen Routen befinden sich zahlreiche Grillstellen und -plätze, welche zum Teil mit Brennholz ausgerüstet sind. Wo Sie unsere 15 Grillstellen finden, sehen Sie auf der Vorderseite dieser Karte.

Picnick-Regeln

- Nicht unnötig viel Holz verbrennen
- Waldbrandgefahren beachten
- Abfälle wieder mitnehmen und umweltgerecht entsorgen

Mehr Details zu den Grillstellen finden Sie auch unter www.escholzmatt-marbach-tourismus.ch

Die Top 5



FoodTrail Marbach (LU)

Folgen Sie den Spuren der Wasserbüffel und entdecken Sie das idyllische Dorf von der kulinarischen Seite. Auf der genussvollen Schnitzeljagd können Sie regionale Produkte probieren und geniessen, Produzenten entdecken und die schöne Landschaft mit Rätseln und Tipps erleben.

Spiel und Spass im Schottenrock

Möchten Sie sich mit Freunden oder innerhalb Ihrer Familie spielerisch messen? Dann haben wir genau das Richtige für Sie. Auf dem Schottenhof Lochsitli unterhalb der Marbachegg können Sie mit originellen Schottenspielen einen lustigen und unvergesslichen Tag erleben.

Bretzeli Foto-OL mit Panoramasiht

Mit der OL-Karte ausgerüstet erkundet die ganze Familie auf dem Bretzeli-Foto-OL die Marbachegg. Der Foto-OL führt hinter zum Seeli und durch lauschige Wälder. Entlang dem Weg gibt es zwei Grillstellen. Wer alle 10 Posten gefunden und die OL-Karte korrekt abgeknipst hat, erhält am Schluss bei der Berg- oder Talstation eine kleine Überraschung (Länge Foto-OL: 2 km / Dauer: 60–90 Minuten).

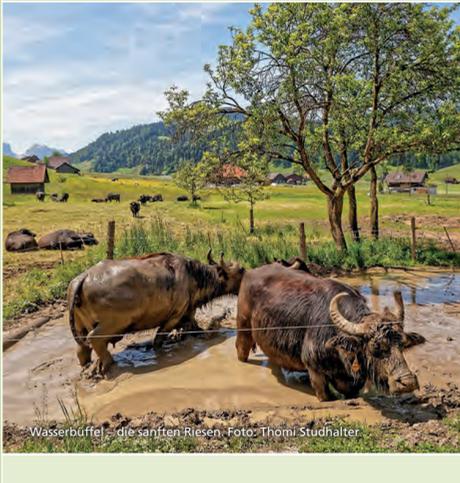
Marbach's beliebteste Rundreise

Eine der begehrtesten Wanderwegen, verbunden mit sagenhaftem Ausblick und kulinarischem Genuss, führt von Marbach (LU) über die Marbachegg, hinunter in den Kemmerboden-Bad. Mit dem Rundreisebillett fahren Sie anschliessend bequem mit dem Postauto zurück zur Talstation der Marbachegg! Die Postautofahrt ist im Angebot inbegriffen.

Mit Ross und Wagen zur Merängge

Frische Bergluft, wunderschöne Berglandschaft, regionale Kulinarik, eine unvergessliche Gondelfahrt mit Apéro und zum krönenden Abschluss eine Kutschenfahrt durchs Merängge-Land in den Landgasthof Kemmerboden-Bad erwartet Sie auf diesem Ausflug.

Alle Informationen & Tickets zu den Angeboten unter www.escholzmatt-marbach-tourismus.ch



Wasserbüffel – die sanften Riesen. Foto: Thomi Studhalter

Kinderwagentaugliche Wege



- 1 Panoramaweg Marbachegg–Gasseneegg–Marbachegg (Asphalt und Naturweg)**
⌚ 0 h 30 min → 2 km ↑ 63 m ↓ 63 m
Auf die Marbachegg gelangt man bequem mit der Panorama-Gondelbahn. Der Weg führt von der Bergstation Marbachegg vorbei an Ferienhäusern und Ferienhaus zum Grenzstein der Kantone Luzern und Bern. Mit Geduld und Glück kann man hier sogar Murmeltiere beobachten.
- 2 Steiglenweg Marbachegg–Wittenfärren–Nesselboden–Marbach (LU) (Asphalt und Kiesweg)**
⌚ 2 h 00 min → 7.9 km ↑ 42 m ↓ 623 m
Der Weg führt ab der Bergstation Marbachegg Richtung Wittenfärren, vorbei an zwei Speicherseen, der imposanten Schratzenfluh entgegen. Ab Hof Lochsitli bleibt man auf der Strasse. Oberhalb des Dorfes besteht die Möglichkeit zu einem kleinen Abstecher zur Lourdes Grotte.
- 3 Dorfrundweg Marbach (LU) (Asphalt und Kiesweg)**
⌚ 0 h 50 min → 3.2 km ↑ 48 m ↓ 48 m
Hinter dem Parkplatz der Talstation der Gondelbahn, entlang dem Schonbach bis zum Steinnättli. Da überquert man die Hauptstrasse und gelangt via Erlenmoos ins Dorf. Zurück zur Talstation entweder entlang der Hauptstrasse (ca. 500 m) oder wieder auf dem Weg am Schonbach (Einstieg zwischen Bäckerei Lötscher und Dorfmetzgerei).
Variante: Beim Tennisplatz abzuweichen Richtung Lourdes Grotte. Schöner Weg entlang dem Steiglenbach, zurück via Steiglenstrasse (zusätzlich 1.3 km bzw. 20 min)
- 4 Dorfrunde Escholzmatt (Asphalt und Kiesweg)**
⌚ 1 h 05 min → 4.4 km ↑ 57 m ↓ 57 m
Vom Dorfplatz geht es hinauf zum Mettenplatz im historischen Dorfkern von Escholzmatt, weiter via Dorfmatenstrasse zum Bahnhof. Nachdem man die Bahnlinie überquert hat, führt ein Radweg via Möslil an der Distillerie Studer vorbei zum Alpbach. Nach einem kurzen Abschnitt auf einer Kiesstrasse gelangt man in die Gigenstrasse weiter zur Wangenmatt und via Riedgasse dem Radweg entlang zum Altersheim Sunematte, wo sich ein grosser, schöner Spielplatz befindet.

- 5 Spazierweg Alpach (Asphalt und Kiesweg)**
⌚ 0 h 30 min → 1.8 km ↑ 20 m ↓ 20 m
Vom Dorfplatz Escholzmatt spaziert man Richtung Bahnhof (LANDI) zum Barriereweg. Weiter geht es zum Quartier Möslil. An Bauernhöfen vorbei spaziert man weiter durchs Gebiet Alpach, bevor der Weg in die Gigenstrasse mündet und wieder zurück zum Dorfplatz.
- 6 Grillstelle Bühlwald Escholzmatt (Asphalt)**
⌚ 0 h 25 min → 1.5 km ↑ 53 m ↓ 19 m
Vom Dorfplatz aus spaziert man gemütlich zum Bahnhof. Von da aus ist der Weg zum Rastplatz ausgeschildert. Bei der schönen Grillstelle mit gedecktem Unterstand im Blockbaustil kann man gemütlich rasten, bräteln und dabei die schöne Aussicht geniessen. Kinder können sich im grossen Wald und auf der Wiese austoben. Der ideale Ort für einen gemütlichen Familienausflug!

Das Label «Family Destination» ist für die 24 ausgezeichneten Tourismusorganisationen und deren Family Destination-Partnerbetriebe bis am 31. Dezember 2024 gültig und kann bis dann entsprechend genutzt werden.



St. Anna Kapelle Schwendelberg, Escholzmatt. Foto: Peter Limacher

Themenpfade

- A Abenteuerpfad Marbach (LU)**
⌚ 2 h 00 min → 3.6 km ↑ 116 m ↓ 11 m
Erleben Sie auf dem zweistündigen Abenteuerpfad durch die Natur die Geschichte der drei Vögel Mar, Sol und Lou. 20 Posten mit interaktiven Spielen zum Entdecken, Staunen und Rätseln sowie eine einladende Schweizer Familien-Grillstelle führen von der Bergkäserei Marbach zum Arche-Hof Schangnau. Die reine Laufzeit beträgt eine Stunde.
- B Snowli Weg Marbachegg**
⌚ 0 h 20 min → 1.1 km ↑ 44 m ↓ 44 m
Auf die Plätze, fertig, los ... Finden Sie Snowli vier Mal auf der Marbachegg. Teilnahmekarten mit weiteren Infos gibts bei der Bergstation der Sportbahnen. Viel Glück.
- C Gebetsweg Marbach (LU)**
⌚ 0 h 20 min → 1.1 km ↑ 45 m ↓ 6 m
Entlang dem Steiglenbach führt der «Gebetsweg» zur 1917 errichteten Lourdes Grotte. Wald umgibt den Ort der Einkehr, die Stille ist greifbar.
- D Geo-Pfad Escholzmatt**
⌚ 3 h 00 min → 11.5 km ↑ 249 m ↓ 249 m
Auf dem Rundweg erhalten Sie einen Einblick in die Geologie und Geomorphologie des Gebietes. Unterwegs erklären vier Schautafeln die Alpenfaltung, die Geologie, die Molasse, die Eiszeiten und die Landschaftsformen. Der Start ist beim Bahnhof Escholzmatt.
- E Historischer Dorfrundgang Escholzmatt**
⌚ 1 h 20 min → 3.3 km ↑ 223 m ↓ 223 m
Erleben Sie das altherwürdige Escholzmatt. Der Rundgang kann mit dem dazu verfassten Wegführer alleine, oder mit einem gebuchten Guide gemacht werden.
- F Fitnesspfad Escholzmatt**
⌚ 1 h 40 min → 5.3 km ↑ 243 m ↓ 243 m
Ein idyllisch gelegener, markierter Pfad lädt Sie ein zu einem erholsamen Spaziergang oder zur sportlichen Betätigung (Walking oder Jogging). Ausgangspunkt ist beim Sportplatz Ebnet.

- G Schwendelberg Escholzmatt**
⌚ 0 h 35 min → 0.9 km ↑ 204 m ↓ 3 m
Vom Dorf Escholzmatt führt ein Stationenweg zur Sankt Anna-Kapelle. Er beginnt im Dorf bei der Strasseneinfahrt «Schybiweg». Der Wanderweg ist mit den üblichen Wanderweg-Symbolen beschildert.
- H Themenweg Beat Fez Bumbach**
⌚ 1 h 15 min → 4.5 km ↑ 113 m ↓ 51 m
Erleben Sie die Karriere vom Schangnauer Skirennfahrer Beat Feuz! Der Weg beginnt in der Nähe von Beat's Elternhaus Roseggi in Bumbach und führt der Emme entlang bis ins Kemmerboden-Bad. Auf dem Weg wird Ihnen die Karriere des Emmentaler Kugelblitzes auf Tafeln erzählt.
- I Skulpturenweg Kemmerboden-Bad**
⌚ 1 h 00 min → 3 km ↑ 100 m ↓ 100 m
Auf dem Skulpturenweg begleiten Sie kunstvoll gefertigte Figuren durch die einmalige Landschaft. Entdecken Sie spannende Arbeiten und gleichzeitig eine wunderbare Erholungszone mitten in der Natur.

Unser abwechslungsreiches Angebot

Sportler, Geniesser, Naturliebhaber und Entdecker — für alle ist etwas dabei. Erleben Sie die wunderbare Naturlandschaft eingebettet in die wunderschöne Bergwelt.

Im Tourismusbüro Escholzmatt und Marbach (LU) erhalten Sie detaillierte Informationen und Auskünfte zu unseren Angeboten. Wir beraten Sie gerne! www.escholzmatt-marbach-tourismus.ch



Unterwegs mit dem PostAuto. Foto: Claudia Keller

Anreise mit den öffentlichen Verkehrsmitteln

Die Reise mit dem Zug durchs Emmental oder Entlebuch ist abwechslungsreich und führt Sie durch die wunderschöne Landschaft. Mit dem RegioExpress sind Sie von Bern in 45 Minuten in Escholzmatt und von Luzern dauert die Fahrt 39 Minuten. Ab Escholzmatt stehen Ihnen die Postautokurse Escholzmatt–Marbach–Kemmerboden-Bad oder Escholzmatt–Schallenberg–Thun zur Verfügung.

Informationen zum Fahrplan und zu den Tarifen finden Sie unter www.bls.ch/fahrplan





Symbolerklärung

- Wanderweg (keine besonderen Anforderungen)
- - - Bergwanderweg (Bergerfahrung wird vorausgesetzt)
- - - Alpinwanderweg (Alpine Erfahrung nötig)
- Panorama-Gondelbahn
- Biketrails
- Eisenbahn/BLS
- Information
- Parkplatz
- Postauto Haltestelle
- Restaurant
- Imbiss
- Brauerei
- Übernachtungsmöglichkeit
- Camping
- Marbachegg Carts
- Startplatz Gletschirm
- Alpkäserei
- Lourdes Grotte
- Aussichtspunkt
- Grillstelle
- Spielplatz
- Tennisplatz
- Tennishalle
- Kräutergarten

Wanderwege

- 1** Rundweg Marbachegg
→ 2.4 km Ⓞ 0h 45min ↑120m ↓120m ← +/- 0min
- 2** Marbachegg–Sidenmoos–Marbach
→ 3.8 km Ⓞ 1h 10min ↑6m ↓591m ← +35min
- 3** Marbachegg–Brunnenmoos–Marbach
→ 4km Ⓞ 1h 15min ↑23m ↓607m ← +40min
- 4** Marbachegg–Wittenfären–Nesselboden–Marbach
→ 5.8 km Ⓞ 1h 45min ↑73m ↓657m ← +35min
- 5** Marbachegg–Imbrig–Hürnli–Nesselboden–Marbach
→ 13.4 km Ⓞ 4h 00min ↑411m ↓996m ← +35min
- 6** Marbachegg–Imbrig–Hürnli–Hilferthal–Marbach
→ 18.3 km Ⓞ 4h 50min ↑372m ↓953m ← +35min
- 7** Marbachegg–Imbrig–Hürnli–Schübelmoos–Nesselboden–Marbach
→ 14.5 km Ⓞ 4h 20min ↑483m ↓1068m ← +40min
- 8** Marbachegg–Imbrig–Schrattenfluh
→ 5.9 km Ⓞ 3h 00min ↑807m ↓221m ← -40min

- Abstieg via Imbrig–Kemmeriboden-Bad
→ 6.3 km Ⓞ 2h 20min ↑67m ↓1147m ← +1h 15min
Abstieg via Schibegütsch–Schneebergli–Kemmeriboden-Bad
→ 8.1 km Ⓞ 2h 40min ↑78m ↓1157m ← +1h 30min
- 9** Marbachegg–Bumbach
→ 5.2 km Ⓞ 1h 20min ↑9m ↓546m ← +35min
 - 10** Marbachegg–Habchegg–Kemmeriboden-Bad
→ 8.1 km Ⓞ 2h 30min ↑236m ↓729m ← +30min
 - 11** Marbachegg–Gasseneegg–Kirchbühl–Grünenwald–Wald–Marbach
→ 7.8 km Ⓞ 2h 15min ↑81m ↓665m ← +45min
 - 12** Marbachegg–Imbrig–Bättenalp–Hilferpass–Flühli
→ 16.1 km Ⓞ 4h 30min ↑430m ↓1012m ← +35min
 - 13** Wiggen–Schärliegg–Balmegg–Wachthubel–Marbach
→ 12.3 km Ⓞ 4h 40min ↑873m ↓779m ← -10min
 - 14** Marbach–Wachthubel–Schangnau–Marbach
→ 11.6 km Ⓞ 4h 00min ↑667m ↓667m ← +/- 0min
 - 15** Marbach–Camping–Wiggen
→ 5.3 km Ⓞ 1h 15min ↑6m ↓87m ← +5min

- 16** Schärliegg–Balmegg–Rämisgummen–Schärliegg
→ 10 km Ⓞ 3h 30min ↑612m ↓612m ← +/- 0min
- 21** Escholzmatt–Schüpheim
(Wisseme Weg, Fortführung Emmenerweg)
→ 9.1 km Ⓞ 2h 20min ↑126m ↓263m ← +10min
- 22** Escholzmatt–Wiggen–Trubschachen (Talsolhenweg)
→ 10.7 km Ⓞ 2h 35min ↑66m ↓187m ← +10min
- 23** Escholzmatt–Tellenmoos–Steiwurf–Schüpheim
→ 9.9 km Ⓞ 2h 35min ↑151m ↓287m ← +10min
- 24** Escholzmatt–Bock–Turner–Schwesternboden–Stächelegg–Napf (Grenzpfad Napfbergland)
→ 15.8 km Ⓞ 5h 30min ↑1118m ↓567m ← -30min
- 25** Escholzmatt–Rotenflue–Bock–Risisegg–Trubschachen
→ 11.3 km Ⓞ 3h 25min ↑446m ↓567m ← +15min
- 26** Escholzmatt–St. Anna–Sandbach–Wiggen
→ 5 km Ⓞ 1h 45min ↑244m ↓307m ← +/- 0min
- 27** Höhenweg Entlebuch Emmental
→ 41.8 km Ⓞ 13h 30min ↑1652m ↓1473m

- Etappe 2: Obstaldensegg–Turner
→ 10.1 km Ⓞ 3h 20min ↑564m ↓408m ← -10min
- Etappe 3: Turner–Trubschachen
→ 6.8 km Ⓞ 1h 50min ↑43m ↓504m ← +20min
- 28** Escholzmatt–Herbrig–Beichlegfahl–Hilferpass–Imbrig–Marbachegg
→ 21 km Ⓞ 7h 10min ↑1399m ↓789m ← -40min
- 29** Escholzmatt–Vierstocken–Gsteig–Beichle–Rütiboden–Waldbühl–Escholzmatt
→ 19.3 km Ⓞ 7h 15min ↑1262m ↓1262m ← +/- 0min
- 30** Escholzmatt–Rämis–Hürnli–Imbrig–Kemmeriboden-Bad
→ 20.8 km Ⓞ 6h 40min ↑1146m ↓1023m ← -10min
- 31** Wiggen–Hilfernhüttli–Rothenfluhspitz–Beichle–Lammberg–Schüpheim
→ 20.6 km Ⓞ 7h 35min ↑1231m ↓1304m ← +10min
- 2** Trans Swiss Trail – Etappe 15 Schangnau–Sörenberg
→ 19 km Ⓞ 5h 40min ↑860m ↓640m ← +/- 7min
- 65** Grenzpfad Napfbergland, Etappe 5 Marbach–Brienzer Rothorn
→ 25 km Ⓞ 9h 30min ↑2300m ↓880m ← +/- 7min

Verhaltensregeln bei Begegnungen mit Mutterkühen

Auf einigen Alpweiden werden Mutterkühe gehalten. Mutterkühe haben ein spezielles Bedürfnis, ihre Kälber zu schützen. Somit stellen herannahende Menschen, insbesondere wenn in Begleitung von Hunden, eine Bedrohung dar. Deshalb gilt es gewisse Verhaltensregeln einzuhalten:

- Halten Sie Distanz zu den Tieren.
- Kälber auf keinen Fall berühren.
- Hunde an der Leine führen und im Notfall loslassen.

Notfallnummern

- | | |
|-------------------------------|--------------|
| Sanität: | Telefon 144 |
| Retterflugwacht (Rega): | Telefon 1414 |
| Internationale Notfallnummer: | Telefon 112 |
| Polizei: | Telefon 117 |
| Feuerwehr: | Telefon 118 |