



**KANDERSTEG**

# Bienvenue

**GUIDE DE VACANCES**

LA BROCHURE QUI ÉLARGIT L'HORIZON

ÉTÉ

**FR**



ADELBODEN LENK  
KANDERSTEG

A scenic landscape photograph featuring two young women sitting on a large, dark rock in the foreground. They are positioned in front of a powerful waterfall that cascades over a rocky ledge. The background is dominated by a massive, rugged mountain range under a clear blue sky. The scene is framed by green pine trees on both sides. The overall atmosphere is bright and natural. The word "Retour" is written in a white, elegant script font across the bottom of the image.

*Retour*

# Une cordiale bienvenue

Ici un lac de montagne s'étend dans une forêt d'arolles, là-bas un chemin conduit dans une vallée latérale sauvage – un large éventail de buts d'excursions et d'activités composent le programme estival de Kandersteg. Pour trouver facilement l'activité individuelle adaptée parmi ces nombreuses offres (du patrimoine mondial de l'UNESCO aux événements culturels), nous les avons groupées dans ce «Guide de vacances». En quelques pages, astuces et attractions favorites de la vallée de la Kander sont ainsi présentées

04	Nature à l'état pur	26	Paradis de VTT
06	Événements estivaux	28	Activités
08	Bon à savoir	32	Gastronomie
12	Avantages avec la carte d'hôte	34	Excursions dans la destination
14	Remontées mécaniques	36	Accès
16	Paradis de la randonnée		

## Nature à l'état pur



### PARADIS DE LA RANDONNÉE DE KANDERSTEG

Les nombreux sentiers et cabanes alpestres de la région battent tous les records – les randonneurs y trouveront aussi bien des voies historiques que des paysages naturels.



### LAC D'OESCHINEN – PATRIMOINE MONDIAL DE L'UNESCO

Le ravissant lac d'origine glaciaire, entouré de parois de rochers et de sommets grandioses, est le site idéal pour payager, faire de la luge d'été ou se baigner.



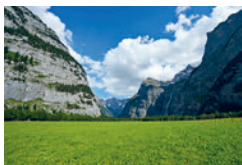
### SUNNBÜEL ET LE COL DE LA GEMMI

Goethe et Mark Twain ont franchi autrefois ce col historique. L'auberge de montagne de Schwarenbach présente encore des traces de leur passage.



### ALLMENALP – VIA FERRATA ET PARAPENTE

L'Allmenalp est toujours atteignable, que cela soit en téléphérique, à travers champ ou par la voie des airs. Via Ferrata avec la nouvelle variante exigeante et formidable: «Freude herrscht».



### GASTERNTAL – PATRIMOINE MONDIAL DE L'UNESCO

Cascades, forêts et sommets sont à l'origine du site de la Kander. Laisser vagabonder son esprit loin de tout.



### **MOUNTAIN TUBING NORDIC ARENA**

Les installations de saut à ski de Kandersteg sont à disposition des amateurs d'adrénaline: sur des chambres à air, ils pourront dévaler la piste raide des tremplins.

[mountain-tubing.ch](http://mountain-tubing.ch)



### **PISCINE ET JEUX AQUATIQUES DE KANDERSTEG**

La canicule estivale invite au rafraîchissement. Dans les bassins de la piscine en plein air, on jouit d'une vue incroyable sur le monde alpin alentour.



### **FREERIDE TRAIL SUNNBÜEL**

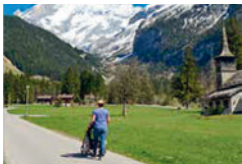
Le parcours exigeant fait battre le cœur des cyclistes. Les «chicken lines» proposent des itinéraires plus faciles.

[freeridetrail.ch](http://freeridetrail.ch)



### **MAISON DES MUSÉES**

En bas, la Belle Epoque et le tunnel. En haut: télécabines et télésièges. Dans l'ancien bâtiment de la pharmacie de l'armée le musée local et le musée des remontées mécaniques suisses (Seilbahn-Museum Schweiz) sont logés à la même enseigne!



### **CHEMINS DE RANDONNÉES SANS OBSTACLES**

Le village s'étend sur plus de 4 km parallèlement à la Kander. Les chemins de randonnées sans obstacles conduisent les promeneurs à travers le fond plat de la vallée de Kandersteg par des itinéraires de difficultés diverses.

# Événements estivaux

## ÉVÉNEMENTS ACTUELS

Scannez pour savoir ce qui se passe: il suffit simplement de lire le code QR pour apprendre quand aura lieu le prochain événement culturel – un agenda sous le signe de la musique, de la tradition et des compétitions.



[kandersteg.ch/fr/events](https://kandersteg.ch/fr/events)

## BON PLAN



6 juillet | 20 juillet | 3 août 2022

### SOIRÉE POUR LES HÔTES

Représentations de l'association du village sur la place de l'école /salle communautaire (dès 20 h 30).



# Bon à savoir

La destination touristique Adelboden-Lenk-Kandersteg s'étend du Kiental à Kandersteg via Adelboden, Frutigen et jusqu'à la Lenk.

## **L'OFFICE DU TOURISME DE KANDERSTEG**

Renseignements, réservations d'hôtels et d'appartements, vente de forfaits de randonnée, cartes et souvenirs.

Äussere Dorfstrasse 26  
3718 Kandersteg  
+41 (0)33 675 80 80  
kandersteg.ch  
kandersteg@be-welcome.ch

## **CARTE D'HÔTE**

En vous acquittant de la taxe de séjour, vous contribuez à la diversité de notre offre touristique. Selon les règlements communaux de Kandersteg, chaque hôte est tenu de payer une taxe de séjour. Vous pourrez ainsi obtenir une carte d'hôte et profiter de ses nombreux avantages. La carte d'hôte es délivrée directement par le logeur. Vous trouverez un aperçu de vos avantages à la page 12

## **PLACES DE PARC À KANDERSTEG**

Vous trouverez des parkings chez les téléphériques, près du service de chargement de voitures de la gare, ainsi que vers la maison de commune. Des automates sont à disposition sur place pour s'acquitter des taxes de parcage.

## **GUICHETS BANCAIRES, BANCOMAT**

### **Banque Cantonale Bernoise BCBE**

Innere Dorfstrasse 17, Kandersteg

### **Spar- u. Leihkasse Frutigen AG**

Äussere Dorfstrasse 15, Kandersteg

## **DÉCHETTERIE DE KANDERSTEG**

Il est possible de déposer le PET, l'alu, les boîtes de conserves au «Zuckerschopf» de la Risetistrasse pour leur recyclage. Pour le papier, le carton et les objets encombrants, la déchetterie est ouverte le lundi après-midi, ainsi que le jeudi matin.





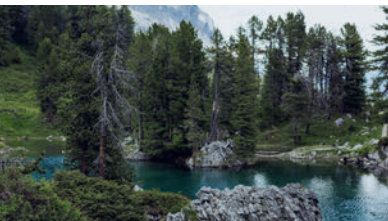
**NUMÉROS DE TÉLÉPHONE IMPORTANTS**

Urgences Sanitaires / Ambulance	144
Pompiers	118
Police	117
Secours en montagnes	1414
Service de dépannage	+41 (0)79 328 70 52

Office du tourisme de Kandersteg	+41 (0)33 675 80 80
Gare de Kandersteg	+41 (0)58 327 41 14
Bus du Gasterntal	+41 (0)33 671 11 72
Bus local de Kandersteg	+41 (0)33 673 74 74
Taxi AFA	+41 (0)75 415 15 15

**MÉDECINS**

Cabinet médical Kandersteg	+41 (0)33 675 14 24
Hôpital Frutigen	+41 (0)33 672 26 26



## INFORMATIONS GÉNÉRALE

---

Piscine et jeux aquatiques

---

Heures d'ouvertures sur demande

---

## MAGASINS

---

Du lundi au vendredi de 8h à 12h | de 13h30 à 18 h 30

---

Samedi de 8 à 17 h

---

Dimanche partiellement ouverts pendant la haute saison

---

Gasterntal à voiture

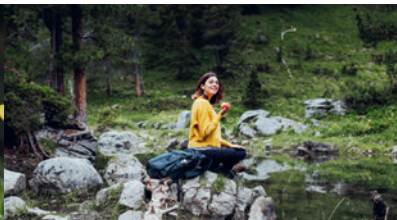
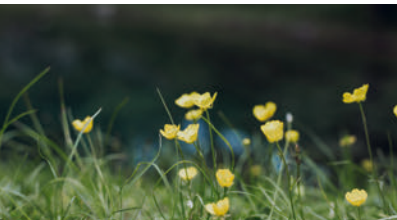
Autorisation de passage disponible auprès de l'office du tourisme (CHF 15.–)

Trafic unidirectionnel alterné:

Montée chaque heure de .45 à .05 h

Descente chaque heure de .15 à .35 h

---



## Avantages avec la carte d'hôte

### TRANSPORTS PUBLICS INCLUS

Mobile dès la première nuitée avec votre carte d'hôte : vous bénéficiez dès le 1er mai 2022 de la gratuité dans les transports publics de la destination et de prestations gratuites ou de réductions sur nos offres.



[meine-berge.ch/carte-dhote](https://meine-berge.ch/carte-dhote)

### BON PLAN



**Chaque mercredi de début juin à fin septembre  
NORDIC ARENA KANDERSTEG**

Ouvert à 16 h 30.



# Remontées mécaniques

## HORAIRES ACTUELS

Quand partira la prochaine télécabine? Les voyageurs curieux ont la possibilité de s'informer directement sur les horaires de service des installations et sur les restaurants d'altitude en scannant ce code QR.



[meine-berge.ch/horaires-ete](http://meine-berge.ch/horaires-ete)

## BON PLAN



### OK:GO

Pour des vacances sans encombre: notre guide en ligne montre quelles offres et quels endroits sont accessibles avec un fauteuil roulant ou une poussette. [ginto.guide/fr](http://ginto.guide/fr)

A person in a blue t-shirt and plaid shorts stands on a rocky outcrop, looking out over a clear turquoise lake. The lake is surrounded by dense green forest and rocky banks. The water is exceptionally clear, showing the rocks and vegetation underneath. In the top right corner, there is a white mountain range icon above the text 'KANDERSTEG'. A white diagonal banner across the bottom contains the hashtag '#MagicBlue' in a large, dark, cursive font, followed by 'SUNNBÜEL-GEMMI' and 'OESCHINENSEE | ALLMENALP' in a smaller, teal, sans-serif font. At the bottom left, the website 'mymagicblue.ch' is written in a dark, sans-serif font. At the bottom right, 'ADELBODEN LENK' and 'KANDERSTEG' are written in a dark, sans-serif font.

KANDERSTEG

#MagicBlue

SUNNBÜEL-GEMMI

OESCHINENSEE | ALLMENALP

[mymagicblue.ch](https://mymagicblue.ch)

ADELBODEN LENK  
KANDERSTEG

Ouvrez l'oeil: le panorama des sommets de Kandersteg dévoile des cols historiques, des lacs de montagne limpides, des prairies alpêtres fleuries et des paysages alluviaux indomptés. Ils sont tous aisément accessibles grâce au réseau bien ramifié de chemins de la région. Le village de Kandersteg en est naturellement le point de départ idéal. De là, les randonneurs peuvent s'élancer vers 24 itinéraires différents.

A photograph showing the backs of two hikers walking away on a trail. The hiker in the foreground has blonde hair and is wearing a blue and white striped shirt and a black backpack. The hiker behind her has brown hair and is wearing a yellow long-sleeved shirt and a black backpack. They are walking on a path surrounded by green vegetation.

*Enchantement*



# Paradis de la randonnée

## IDÉES DE RANDONNÉES

### Lac d'Oeschinen, Heuberg

Sur les hauteurs trônent les sommets de la Blüemlisalp et du Doldenhorn; en bas brille le bleu profond de l'eau des glaciers. Ce chemin de randonnée bien entretenu mène en trois heures de la station supérieure de la télécabine du Lac d'Oeschinen vers les hauteurs, puis revient vers la rive du lac. Avec un peu de chance, on observera des aigles, chamois ou bouquetins en traversant les parois rocheuses.

### Gasterntal, Kanderfirn

Des paysages alpestres d'un romantisme sauvage vous attendent au fond du Gasterntal. De Selden, le sentier mène en trois heures à la langue du glacier, à 2400 mètres d'altitude, à la source de la rivière Kander. On ne doit pourtant pas sous-estimer le glacier – la présence de crevasses ne rend son parcours possible qu'aux alpinistes familiers des lieux ou aux personnes accompagnées d'un guide de montagne.

### Sunnbüel, Gurnigelweg

Gorges étroites, torrents écumants, une fenêtre de rocher et des vues plongeantes à couper le souffle: les randonneurs expérimentés seront largement récompensés par ce parcours au départ de la station supérieure du téléphérique de Sunnbüel. Les fleurs les plus rares peuvent être observées directement en bordure de chemin – ici s'épanouit une riche flore alpine: du sabot de vénus au printemps jusqu'à l'edelweiss mondialement connue.

### Allmenalp, Üschenental

La montée avec le téléphérique de l'Allmenalp fait augmenter le rythme cardiaque. Les alpinistes de la via ferrata, le long de la paroi rocheuse haute de 500 mètres, et les parapentistes peuvent être observés de plus près depuis la cabine. Le large chemin, bien aménagé, ramène à Kandersteg en deux heures et demie, en passant par l'Üschenental.

### La cabane Doldenhornhütte via le Waldhotel Doldenhorn

La montée à la Doldenhornhütte emprunte un sentier de montagne conduisant de Kandersteg à la cabane située au pied du Doldenhorn, sommet qui lui a donné son nom. Le chemin traverse de belles forêts de mélèzes et d'aroles. Au-dessus de la limite des forêts et jusqu'à la Doldenhornhütte (à 1915 m d'altitude), on jouit d'une vue splendide sur Kandersteg. Relativement facile, le chemin vers la cabane convient parfaitement aux familles.

### Sunnbüel, Üschenegrat

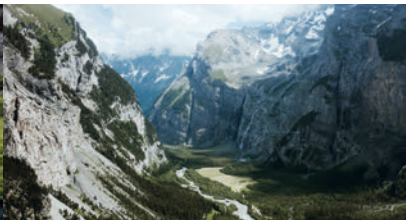
Gratsattel, Üschenegrat ou Schwarzgrätli: ces noms sont synonymes de randonnée de grande classe sur les hauteurs. En cours de route, le regard vagabonde en passant par les flancs majestueux de l'Altels, jusqu'au Col de la Gemmi. Le Gällhorn est un sommet accessible en randonnée en une heure et demie depuis la station supérieure du téléphérique de Sunnbüel.

#### BON PLAN



#### SMARTRAILS

La destination sur un écran: ces parcours-aventures interactifs vous permettent d'explorer les temps forts d'Adelboden et, cet été, de Frutigen également. [app.smartrails.ch](http://app.smartrails.ch)



### Cabane de Gspaltenhorn

Difficile de surpasser le voyage en car postal jusqu'à Griesalp – il s'agit en effet du parcours le plus raide d'Europe. Il restera ensuite quatre petites heures au randonneur pour atteindre la cabane du Club Alpin Suisse à 2455 mètres d'altitude et pour découvrir les beautés du patrimoine mondial de l'UNESCO par le chemin le plus direct. Et la région du fond du Kiental n'en est pas dépourvue.

### Hohtürli

Ce passage célèbre entre Kandersteg et le Kiental offre au marcheur un aperçu unique sur le monde glaciaire de la Blüemlisalp. Ce n'est pas un hasard si les nombreux visiteurs profitent de la proximité de la Cabane de la Blüemlisalp pour y passer la nuit. La descente ramène soit à Griesalp, soit au Lac d'Oeschinen.

**PLUSIEURS IDÉES  
DE RANDONNÉES ET  
INFORMATIONS**



**FORFAITS DE RANDONNÉE**

Saison	Adultes	Enfants (6-15)	Seniors (dès 64/65)
Oeschinen	210	110	
Oeschinen forfait annuel de randonnée	400	220	
Kandersteg	280	140	
Kandersteg forfait annuel de randonnée	490	245	
Adelboden-Frutigen- Kandersteg-Lenk	370	204	314

Les prix sont indiqués sous réserve de modification.

**PASSE MAGIC BLUE**

1 col, 2 lacs, 3 télécabines

Visitez chacun des trois endroits une fois cet été et cet automne:  
le célèbre Oeschinensee, l'Arvensee entre Sunnbüel et  
le col de la Gemmi et Allmenalp avec son monde intact.


Prix: Adultes CHF 62.-, Adultes (demi tarifs/ AG) CHF 43.-,  
Enfants (dès 6-16 ans) CHF 30.-

**TÉLÉPHÉRIQUES INCLUS**

Les courses en téléphérique sont comprises dès la troisième nuit,  
dans les hôtels. Vous profitez ainsi gratuitement des trajets en  
téléphériques.



←Kiental

 Felssturzgefahr - Absperren  
Risk of rock slide - no trespassing  
Infos unter gemeindekande

Oeschinensee  
1578

Nordic Arena

Spiez  
Thun  
Bern

Blausee  
Frutigen  
Kiental ✓

# 22 KANDERSTEG



Blüemlisalphorn  
3663

Fründenhorn  
3369

Doldenhorn  
3638

Balmhorn  
3699

Oeschinenhorn  
3486

Lötschental ↓

Lötschenpass  
2690

Äuss. Fisistock


Spitzer Stein

Inn. Fisistock

Fründenhütte SAC  
2562

Doldenhornhütte SAC  
1915

Fisialp

 Felssturzgefahr - Absperrungen beachten  
Risk of rock slide - no trespassing  
Infos unter gemeindekandersteg.ch

Felsenpfad

Oeschinensee  
1578

Bire  
2502

Underbärgli  
1578

Heuberg

Lager

Deschinen  
1682

Deschwald

1200

Nordic Arena

Höh

Spiez  
Thun  
Bern

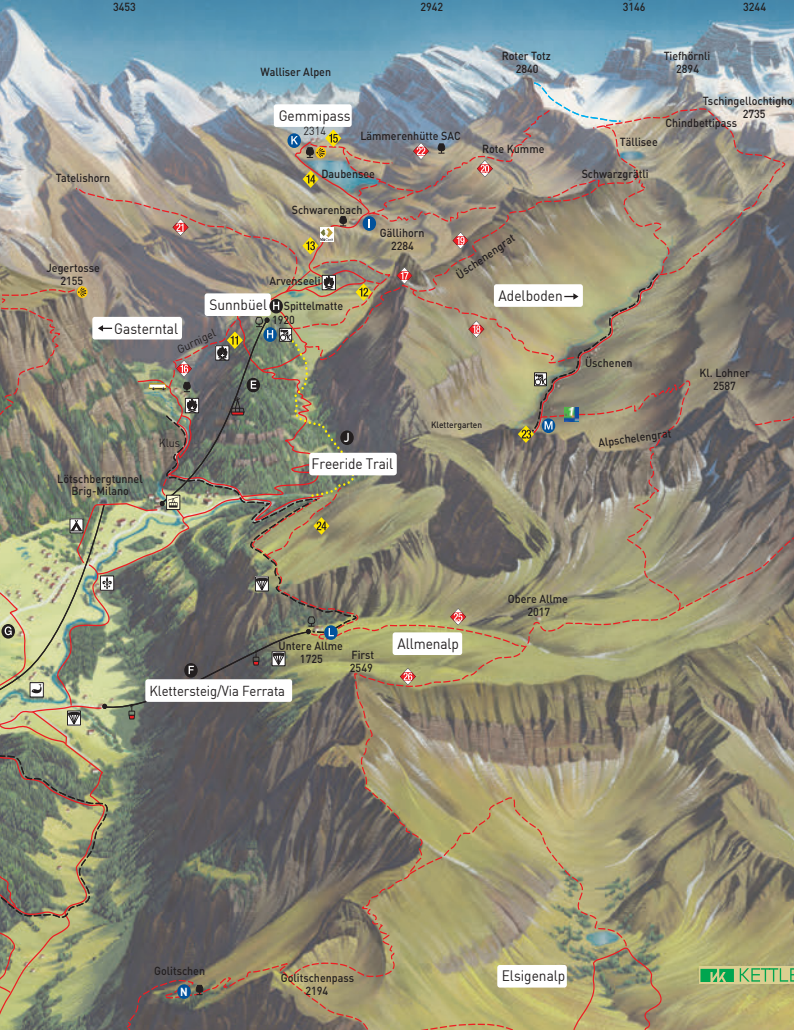
Blausee  
Frutigen  
Kiental

Rinderhorn  
3453

Daubenhorn  
2942

Steghorn  
3146

Wildstrubel  
3244



Walliser Alpen

Roter Totz  
2840

Tiefhörnli  
2894

Gemmipass  
2314

Lämmerenhütte SAC

Rote Kümme

Tschingellochtighorn  
2735  
Chindbettipass

Tatlishorn

Tällisee

Schwarzgrätli

← Gasterntal

Sunnbüel

Spittelmatte  
1920

Adelboden →

Jegertosse  
2155

Schwarzenbach

Gällihorn  
2284

Üschengrät

Klus

Freeride Trail

Klettergarten

Üschenen

KL. Lohner  
2587

Lötschbergtunnel  
Brig-Milano

Alpschelengrät

Obere Allme  
2017

Klettersteig/Via Ferrata

Allmenalp

Untere Allme  
1725

First  
2549

G

Goltschen

Goltschenpass  
2194

Elsigenalp

KETTLE

Rinderhorn, 3448 m

Tierhörnlí, 2894 m

Steghorn, 3146 m

Wildstrubel / Grossestrubel, 3243







Le Gasterntal sauvage avec ses chutes d'eau, les larges et plats fonds de vallée autour du village, les montées à l'alpage qui valent le détour, à l'écart dans les vallées transversales, ainsi que les rapides virages pentus à partir de Sunnbüel. Le réseau de chemins de Kandersteg offre aux cyclistes de nombreuses variantes attractives. On peut ainsi atteindre des points de vue imposants sur deux roues et, arrivé à destination, planifier son prochain parcours dans l'Oberland bernois.

A mountain biker is riding a trail in a mountainous landscape. The rider is wearing a helmet, a backpack, and is leaning forward on the handlebars. The trail is dirt and rocky, surrounded by green grass and shrubs. In the background, there are mountains and a clear blue sky. The word "Aventure" is written in a large, white, cursive font across the bottom of the image.

Aventure

# Paradis de VTT

## BONS PLANS

### Üschenental

Ce tour vous emmène pendant 23 kilomètres dans un univers montagneux isolé: du village ce parcours conduit d'abord à la station inférieure de Sunnbüel, puis il monte jusqu'à Inner Üschenen. Une descente rapide vous attend.

### Allmenalp

La vue de ce tour de 2 h 30 devient toujours plus spectaculaire. Si vous redoutez la montée de Kandersteg via Usser Üschenen, embarquez simplement votre vélo dans le téléphérique!

## Col de la Gemmi

Sur ses bords, le chemin muletier historique laisse suffisamment d'espace pour les vétéistes. Spittelmatte, Schwarzenbach et Daubensee constituent des étapes vers la station d'altitude Sunnbüel.

### PLUS DES CIRCUITS EN VTT



### LOCATION, TRANSPORT, STATIONS DE LAVAGE ET DE RECHARGE



[meine-berge.ch/fr/velo-vtt](http://meine-berge.ch/fr/velo-vtt)

## BON PLAN



### FREERIDE TRAIL SUNNBÜEL

25 sauts et plus de 100 virages relevés: sur la descente longue de 4,7 kilomètres les sportifs expérimentés comme les sportifs polyvalents en ont pour leur argent.



# Activités

## TENNIS

Deux courts de tennis  
en terre battue  
Location du terrain  
à l'heure à partir de CHF 20.-  
Tourist Center Kandersteg  
+41 (0)33 675 80 80  
Cours de tennis  
tckandersteg.ch

## BOWLS

De mi-mai à mi-septembre,  
ce sport peut être pratiqué  
dans la patinoire artificielle  
de Kandersteg.  
Le but de ce jeu de balle est de  
faire en sorte que les balles  
se rapprochent le plus possible  
d'une boule cible plus petite.  
+41 (0)79 352 28 64  
kunsteisbahnkandersteg.ch

## ESCALADE EN SALLE

### Salle d'escalade Grossen Sport

La salle d'escalade n'est pas  
surveillée. Si vous n'avez  
pas des connaissances  
préalables ou si vous êtes  
intéressé par un cours  
d'escalade, veuillez vous  
informer sur  
alpinedream.ch.

Entrée adultes à partir de  
CHF 15.-,  
enfants jusqu'à 16 ans  
à partir de  
CHF 10.-,  
enfants jusqu'à 6  
ans gratuit  
Location de matériel  
est possible.  
+41 (0)33 675 00 16  
grossensport.ch

### BON PLAN



### CHAMPIONNATS SUISSE DE BOWLS

Qui sera le plus proche du cochonnet?  
Les meilleures doublettes, adeptes de ce sport  
britannique, vont se mesurer les 17 et 18 juin  
dans la patinoire couverte.

## **ECOLE D'ALPINISME ADELBODEN KANDERSTEG**

### **Escalade**

- Ecole d'escalade estivale (lundi / mardi)
- Descente en rappel de la cascade du Choleren
- Via ferrata guidée (Chäligang et Kandersteg)
- Escalade de blocs sur l'Engstligenalp
- Cours d'escalade sur rocher (week-end)

### **Courses en haute montagne, ascension de sommets, randonnées sur glacier**

- Fründenhorn 3369 m
- Blüemlisalp 3663 m
- Wildstrubel 3243 m
- Balmhorn 3698 m
- Lohner Westgrat 3048 m
- Gsür 2708 m
- Lohnerweg avec Mittaghorn 2678 m
- Tschingellochtighorn 2735 m
- Mönch 4111 m
- Jungfrau 4158 m
- Eiger 3970 m

### **Autres activités**

- Canyoning
- Guides de montagnes privés pour les courses souhaitées

### **Propositions pour entreprises, associations, groupes**

- Parc aventure
- Parc aventure avec barbecue
- Escalade, via ferrata
- Descente en rappel

+41 (0)79 363 19 62

[alpenschule-adelboden.ch](http://alpenschule-adelboden.ch)



# Visitez-nous

Visites guidées 2022

par exemple, le tunnel de base du Lötschberg

Randonnées guidées 2022

– Rampe nord du Lötschberg

– Rampe sud du Lötschberg

Toutes les offres et réservations sur

**[bls.ch/visit](https://bls.ch/visit)**

# Gastronomie

<b>ÉTABLISSEMENT</b>	<b>QUARTIER</b>	<b>WEB</b>
Hotel Restaurant Alpenblick	Village	alpenblick-kandersteg.ch
Hotel Restaurant Bernerhof	Village	bernerhof.ch
Hotel Restaurant Blümlisalp	Village	hotel-bluemlisalp.ch
Chalet-Hotel Adler	Village	chalethotel.ch
Restaurant Crystal	Fielfalle	
Hotel des Alpes	Village	desalpes-kandersteg.ch
Hotel Restaurant Blausee	Blausee	blausee.ch
Hotel Restaurant Ermitage	Oeschinen*	ermitage-kandersteg.ch
Hotel Restaurant Spycher	Village	hotel-restaurant-spycher.ch
Krauterei	Village	krauterei.ch
Gourmet Waldhotel Doldenhorn	Village	doldenhorn.ch
Landgasthof Ruedihus	Village	ruedihus.ch
Restaurant Kander- und Alpstübli	Sunnbüel*	kander-alpstuebli.ch
Feinbäckerei Tea Room Marmotte	Village	cafe-marmotte.ch
Nico's Resaturant	Village	nicosrestaurant.ch
Restaurant Rendez-vous	Oeschinen*	restaurant-rendezvous.ch
Restaurant Schweizerhof	Village	schweizerhof-kandersteg.ch
Restaurant Ritter	Village	hotel-victoria.ch
Cafe Restaurant Au Vieux Chalet	Village	

\*Téléphérique

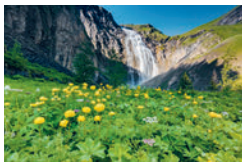


## TÉLÉPHONE +41 (0)

	Restaurant	Café	Hotel   B & B	Bar   Nightlife	Gastronomie avec distinction	Cuisine haut-de-gamme	Cuisine locale / suisse	Cuisine italienne	Cuisine française	Cuisine asiatique	Cuisine internationale	Cuisine bourgeoise	Fondue	Raclette	Grill	Snacks   Pâtisserie	WiFi
033 675 11 29	■		■			■						■	■	■			■
033 675 88 75	■		■			■	■						■				■
033 675 18 44	■		■		■		■						■	■			■
033 675 80 10	■		■	■			■	■	■		■	■	■	■		■	■
033 675 14 51	■						■					■	■				
033 675 11 12	■		■	■			■	■				■	■		■	■	■
033 672 33 33	■	■	■		■	■											■
033 675 80 20	■		■			■	■					■	■	■	■	■	■
033 675 13 13	■		■				■	■									
		■														■	
033 675 81 81	■		■	■	■	■											■
033 675 81 82	■		■				■					■	■	■			
033 675 11 44	■		■				■					■					
033 675 10 70	■	■														■	
033 675 84 80	■				■		■					■	■	■	■		■
033 675 13 54	■		■				■				■	■	■		■	■	■
033 675 22 00	■	■					■				■	■			■	■	■
033 675 80 00	■					■	■				■		■	■		■	■
044 594 75 14	■	■		■			■				■				■	■	

# Excursions dans la destination

## AELBODEN



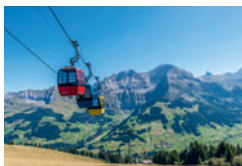
### CASCADES DE L'ENGSTLIGEN

Les cascades de l'Engstligen, avec leurs 600 mètres de haut, occupent le deuxième rang au niveau suisse.



### TROTTILAND

7 parcours, 45 kilomètres: entre Silleren, Hahnenmoos et le village d'Adelboden, des descentes sans fin sur deux roues. La façon idéale de découvrir la montagne de Vogellisi.



### TSCHENTENALP

Du village en 5 minutes à 1950 mètres d'altitude? Cela ne relève pas du miracle! Les cabines n'attirent pas seulement les randonneurs, les adeptes du VTT et les parapentistes sur la montagne chère à Adelboden.

## FRUTIGEN



### PONT SUSPENDU DE HOSTALDE

La construction spectaculaire de 153 mètres de long surplombe le ruisseau de montagne Engstlige et sa zone alluviale.



## TELLENBURG

La ruine restaurée datant du XII<sup>e</sup> siècle, offre une vue grandiose sur Frutigen et la vallée de la Kander.



## TROPENHAUS FRUTIGEN

Végétation exotique et élevage d'esturgeons pour produire du caviar suisse.

## KIENTAL



## GRIESALP

Virages serrés, cascades rugissantes, rochers abruptes. Le chemin aventureux qui monte du Kiental à la Griesalp est le tronçon de car postal le plus raide d'Europe.



## CAVERNE À CRISTAUX DE REICHENBACH

La montagne recèle des trésors. À la Dorfstrasse 27, on peut non seulement admirer les découvertes étincelantes sous les projecteurs, mais aussi les acquérir.



## CHEMIN DES EAUX VIVES «WILD-WASSERWEG TSCHINGEL»

Des cascades écumantes peuplent la gorge rocheuse entre Tschingel et Griesalp. Accès recommandé en car postal. Temps de randonnée: env. 2 heures.

# Accès

## EN VOITURE

En provenance du Nord et de l'Ouest: suivre l'autoroute A1 jusqu'à Berne, suivre l'autoroute A6 jusqu'à Spiez, puis la route principale en direction de Frutigen-Kandersteg.

En provenance du Sud: via Domodossola-Brig-Goppenstein, de là chargement de la voiture sur le train du Lötschberg (Goppenstein-Kandersteg).

## EN TRAIN / EN BUS

En provenance du Nord et de l'Ouest: via Berne-Kandersteg (liaison directe avec le train du Lötschberg).

En provenance du Sud: via Domodossola-Brig-Kandersteg (liaison directe avec le train du Lötschberg).

**Remarque:** à Berne, Spiez et Brigue, veuillez observer les indications des trains de Lötschberg (les wagons seront séparés à Spiez).



## Billet spécial pour le Valais

Partez en randonnée en Valais pour profiter de vues grandioses et de spécialités culinaires. Avec le billet spécial de transports publics au départ de Kandersteg, vous voyagez en toute tranquillité à travers le tunnel du Lötschberg. Choisissez entre les deux randonnées rampe sud du Lötschberg ou chemin panoramique du Lötschental.

Achetez dès maintenant un billet spécial dans notre shop en ligne : [bls.ch/billet-special-valais](https://bls.ch/billet-special-valais)

### **INFORMATIONS ET PRIX**

Les informations et les prix sont indiqués sous réserve de modifications.

### **EDITEUR**

Tourismus Adelboden-  
Lenk-Kandersteg

### **RÉDACTION**

Sonja Reichen  
Aline Fuhrer  
Dominique Lüthy  
Larissa Huggler  
Benjamin Haltmeier

### **CONCEPT, GRAPHISME**

Tourismus Adelboden-  
Lenk-Kandersteg

### **IMPRESSION**

Egger AG, Print und Dialog,  
3714 Frutigen

### **PHOTOS**

Tourismus Adelboden-  
Lenk-Kandersteg  
Anja Zurbrügg  
Robert Boesch  
Kevin Wildhaber  
Mario Hari  
Dietmar Denger  
Ivo Scholz, Schweiz Tourismus

### **EDITION**

4000 exemplaires

- f** [facebook.com/kandersteg](https://facebook.com/kandersteg)
- 📷** [instagram.com/mykandersteg](https://instagram.com/mykandersteg)
- ▶** [youtube.com/  
adelbodenlenkkandersteg](https://youtube.com/adelbodenlenkkandersteg)  
[meine-berge.ch](https://www.meine-berge.ch)





**Tourismus Adelboden-  
Lenk-Kandersteg**

**Office du tourisme de  
Kandersteg**

Äussere Dorfstrasse 26  
CH-3718 Kandersteg  
Tel. +41 (0)33 675 80 80  
kandersteg@be-welcome.ch  
kandersteg.ch

  
**ADELBODEN LENK  
KANDERSTEG**

**MADE IN BERN**