



NEU

Der **HELsANA swiss running walking trail** bietet eine professionelle und öffentliche Plattform für Feriengäste und Einheimische. Auf drei beschilderten Strecken (4, 9 und 13,5 Kilometer) in flachem, teils coupiertem Gelände erhält man in regelmässigen Abständen Hinweise zu Technik, gesunder Belastungsintensität, Kräftigung, Dehnung und Koordination.

- Aussichtspunkt
- Restaurant
- Unterkunft
- Geologische Sehenswürdigkeit
- Kino
- Gondelbahn
- Bus, Postauto
- Bahn MOB
- Dampfisenbahn Strubeli
- Parkplatz

- Alpenblumenweg
- Murmeli-Trail
- Luchs-Trail
- Zen-Weg
- Bergwald-Erlebnispfad
- HELsANA swiss running walking trail
- Obersimmentaler Hausweg

- Feuerstelle
- Gletschirstartplätze
- Wallbach-Badi
- TEC (Tennis-Zentrum)
- Spielplatz
- Kinderwagengerechte Wanderwege

- leicht
- mittel
- anspruchsvoll
- Challenge



WANDERVORSCHLÄGE

1	Lenk-Simmenfälle	1h
2	Lenk-Wallbachschlucht-Wallegg	1h
3	Lenk-St. Stephan-Zweisimmen	3h
4	Alpenblumenweg	1h
5	Leiterli-Stoos	45 Min.
6	Lenk-Iffigfall	1h45
7	Bergwald Erlebnispfad	1h30
8	Bühlberg-Metsch	45 Min.
9	Bühlberg-Hahnenmoospass	1h
10	Bühlberg-Metsch-Lenk	2h
11	Simmenfälle-Rezliberg/Siebenbrunnen	1h
12	Leiterli-Gryden-Stübli-Leiterli	1h45
13	Bühlberg-Metsch-Simmenfälle	3h15
14	Bühlberg-Hahnenmoospass-Rundwanderung Metschstand-Bühlberg	3h15
15	Iffigenalp-Langermatte-Rezliberg-Simmenfälle	3h30
16	Leiterli-Trütsbergpass-Wallegg-Lenk	3h30
17	Leiterli-Tungelpass-Iffigsee-Iffigenalp	5h15
18	Iffigenalp-Iffigsee-SAC Wildhornhütte	2h50
19	Lenk-Fermeltal-Matten-Lenk	5h
20a	Lenk-Iffigenalp-Wildstrubelhütten	7h
20b	Wildstrubelhütten-Flueseeli-Rezliberg-Simmenfälle	4h50

DHM25, reproduziert mit Bewilligung von Swisstopo (BA035075)