



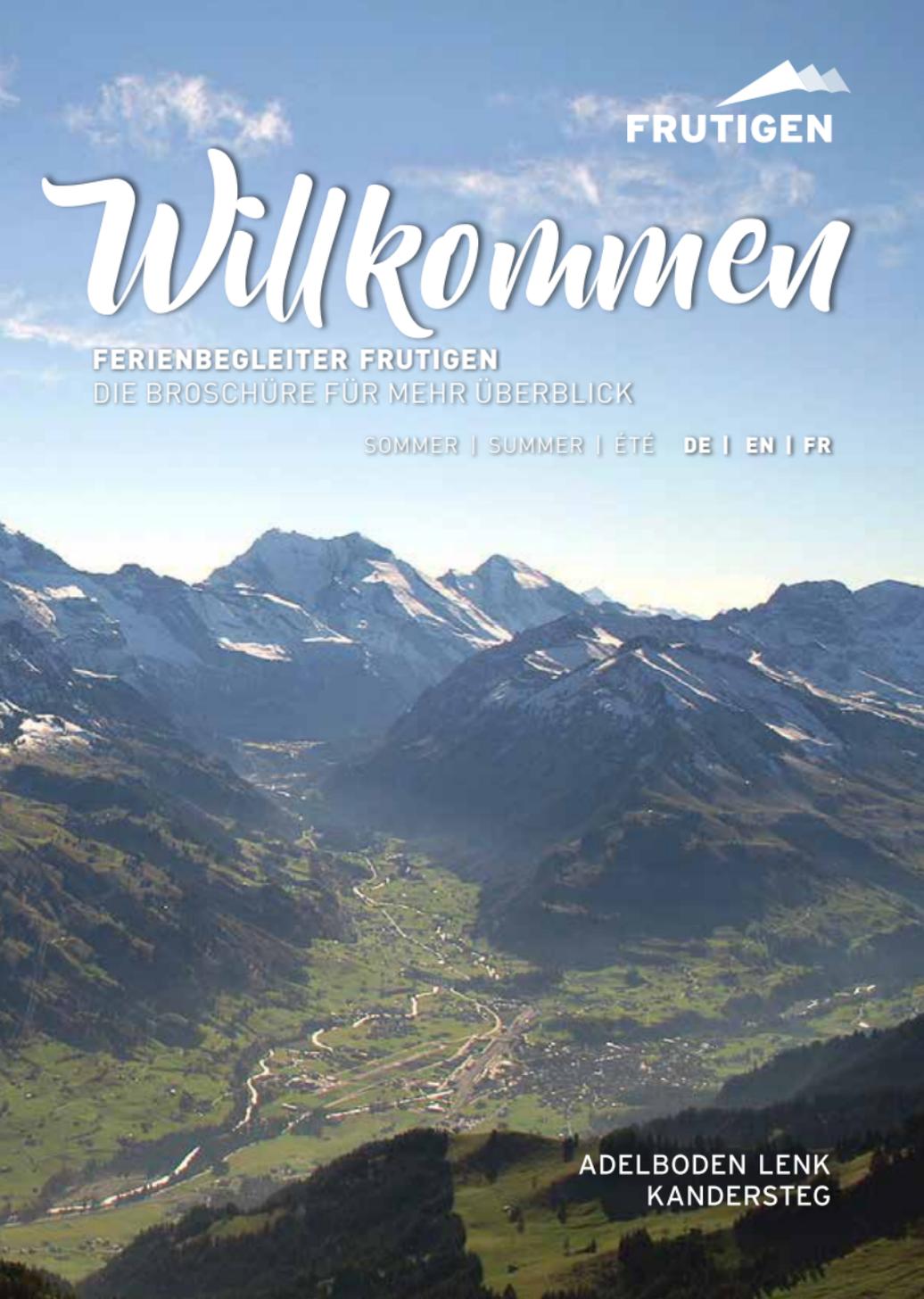
FRUTIGEN

# Willkommen

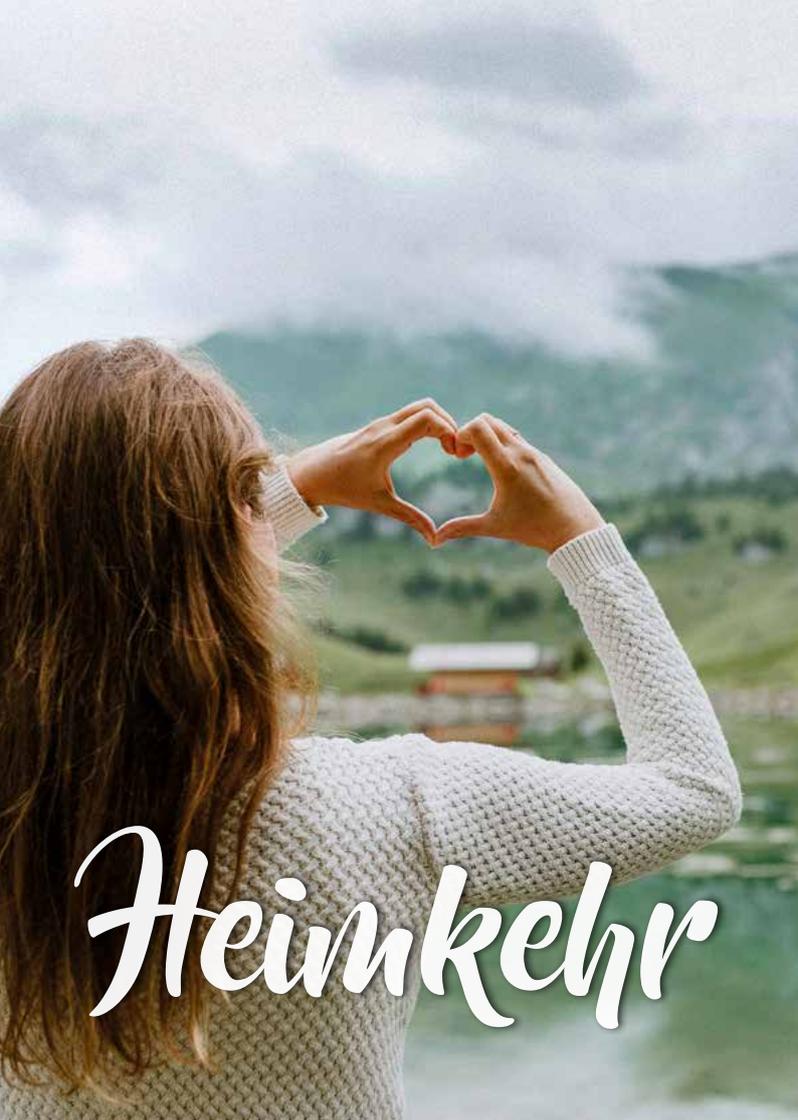
**FERIENBEGLEITER FRUTIGEN**

DIE BROSCHÜRE FÜR MEHR ÜBERBLICK

SOMMER | SUMMER | ÉTÉ DE | EN | FR



ADELBODEN LENK  
KANDERSTEG



## Herzlich Willkommen | Welcome Une cordiale bienvenue

Das alpine Sommer-Mosaik besteht aus vielen bunten Steinchen. Die wichtigsten und schönsten Eckpunkte für Ihre Ferien haben wir in dieser kompakten Broschüre zusammengetragen.

The alpine summer mosaic consists of many colourful stones. We have combined the must-do and most attractive ones in this compact brochure.

La mosaïque alpine estivale est composée d'une myriade de petites pierres colorées. Les points forts les plus marquants et les plus beaux de vos vacances sont présentés dans cette brochure compacte.

- 04 Highlights
- 06 Sommer-Events | Summer Events | Événements de l'été
- 08 Gut zu wissen | Good to know | Bon à savoir
- 14 Bergbahnen | Cable cars | Remontées mécaniques
- 16 Wanderparadies | Hiking Paradise | Paradis de la randonnée
- 26 Geführte Touren | Guided tours | Visites guidées
- 28 Sommersport | Summer Sports | Sport estival
- 32 Bike Paradies | Bike Paradise | Paradis de VTT
- 34 Adventure | Aventure
- 36 Kinder und Familien | Children and families | Enfants et familles
- 40 Sehenswert | Worth Visiting | Vaut le détour
- 44 Wellness
- 46 Gastronomie | Gastronomy
- 49 Ausflüge in der Destination | Excursions in the destination  
Excursions dans la destination
- 50 Anreise | How to get there | Arrivée

# Highlights



**WANDERPARADIES** | HIKING PARADISE | PARADIS DES RANDONNEURS  
Mit über 300 km Wanderwegen und zahlreichen Höhepunkten bietet Frutigen und Umgebung schöne Aussichten auf Schritt und Tritt.



**HÄNGEBRÜCKE HOSTALDE**  
SUSPENSION BRIDGE  
PONT SUSPENDU  
153 Meter lang ist das spektakuläre Bauwerk hoch über dem Bergbach Engstlige und dessen Auenlandschaft.



**TELLENBURG**  
CASTLE | CHÂTEAU  
Die restaurierte Ruine aus dem Jahr 1200 bietet eine grandiose Aussicht auf Frutigen und das Kandertal.



**TROPENHAUS FRUTIGEN**  
MAISON TROPICALE  
Exotische Pflanzenwelt und Aufzucht von Stören zur Kaviar-Gewinnung.



**KANDERKULTUR**  
Der Verein sorgt in der Badi Lounge für ein dichtes Musik- und Bühnenprogramm mit lokalen und internationalen Namen.



**KLETTERTURM** | CLIMBING TOWER  
TOUR D'ESCALADE  
Im Frutigresort in Frutigen: Der Hochseilpark mit 3 Ebenen und 64 Stationen sorgt bei gut gesicherten Gästen für einen Adrenalinschub.



**PUMPTRACK**  
Die Bike-Spezialstrecke beim Sportzentrum ist ein ideales Trainings- und Freizeitgelände für Gross und Klein.



**ELSIGEN-METSCH**  
Die «Perle im Berner Oberland» ist gerade für Familien ein nahe gelegenes Erholungs- und Wandergebiet.



**CHOLERENSCHLUCHT** | CHOLEREN GORGE | GORGES DE CHOLEREN  
Auf Treppen und Brücken im Fels erleben Besucher ein imposantes Schauspiel rund um die Kraft des Wassers.



**SPORTZENTRUM FRUTIGEN**  
SPORTS CENTRE | CENTRE SPORTIF  
Drinnen und draussen finden sowohl Wasserratten als auch Wellness-Gäste jeden Alters passende Angebote.

# Sommer Events | Summer Events Événements de l'été

## AKTUELLE EVENTS

CURRENT EVENTS  
ÉVÉNEMENTS ACTUELS

[frutigen-tourismus.ch/events](https://frutigen-tourismus.ch/events)

Scannen, was läuft: Einfach den QR-Code einlesen und erfahren, wann das nächste Kultur-Highlight stattfindet – eine Agenda voller Musik, Tradition und Wettkampf.



Instantly find out what's on. Simply scan the QR code and see when the next cultural highlight is taking place – an agenda full of music, tradition and good-natured competition.

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.

## TIPP



### ESCAPE GAMES TROPENHAUS

1 Story, 2 Missionen und mehr als 30 Rätsel :  
In Frutigen können sich Teams neu auf Expedition begeben und dabei die Geheimnisse der alten Inkas lüften.



# Gut zu wissen

## Good to Know | Bon à savoir

Die Tourismusdestination Adelboden-Lenk-Kandersteg reicht vom Kiental über Kandersteg nach Adelboden, Frutigen bis an die Lenk.

The Tourist Destination Adelboden-Lenk-Kandersteg reaches from Kiental and Kandersteg to Adelboden, Frutigen and Lenk.

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

### TOURIST CENTER FRUTIGEN

Beratung, Reservation von Hotelzimmern, Ferienwohnungen, Verkauf von Bergbahnpässen, Kartenmaterial, Gutscheinen, Souvenirs und Gemeindetageskarten SBB.

Untere Bahnhofstrasse 14  
3714 Frutigen  
+41 (0)33 671 14 21  
frutigen@be-welcome.ch  
frutigen-tourismus.ch

### INFO-TV

Rund um die Uhr kompetente

Informationen über Frutigen. Der Kanal kann auf dem Kabelnetz Frutigen auf Kanal 990 empfangen werden.

Useful information about Frutigen around the clock. The channel can be found on the Frutigen local cable network on Channel 990.

Information ciblée 24 heures sur 24 concernant Frutigen. La chaîne peut être captée sur le réseau câblé de Frutigen sur la chaîne 990.

### GÄSTEKARTE

GUEST CARD  
CARTE DE SÉJOUR

Mit Ihrer Kurtaxe leisten Sie einen wesentlichen Beitrag zur Vielfalt unseres Gästeangebotes. Gemäss dem Reglement der Gemeinde Frutigen ist jeder Gast verpflichtet, diese Abgabe zu entrichten, dafür können Sie von den Vorteilen der Gästekarte profitieren. Die Karte wird von Ihrer Unterkunft ausgestellt.

By paying the compulsory resort tax, you help us to provide

a wide range of guest facilities. All overnight guests to Frutigen are required to pay this tax in return for a guest card which entitles you to attractive discounts where indicated. You will receive this card directly from accommodation.

En vous acquittant de la taxe de séjour, vous contribuez à la diversité de notre offre touristique. Selon les règlements communaux de Frutigen, chaque hôte est tenu de payer une taxe de séjour. Vous pourrez ainsi obtenir une carte de séjour et profiter de ses nombreux avantages. Vous recevrez la carte directement chez votre logement.

frutigen-tourismus.ch/  
gaestekarte

### REISEZENTRUM BLS

BLS TRAVEL CENTER  
CENTRE VOYAGEURS BLS  
An 365 Tagen geöffnet.  
Bahnbillette, Eventtickets,  
Reisebüro

Open 365 days a year.  
Train tickets, event tickets,  
travel agency.

Ouvert 365 jours par an.  
Billets de train et de spectacles, agence de voyage.

frutigen@bbs.ch  
+41 (0)58 327 39 39

### PARKPLÄTZE FRUTIGEN PARKING

Bahnhof Frutigen (gebührenpflichtig), Marktplatz (max. 12h gratis), Sportzentrum (max. 4h gratis).

### BARGELDBEZUG

CASH-POINTS  
GUICHETS BANCAIRES

### Berner Kantonalbank BEKB

Kanderstegstr. 14, Frutigen

### Spar- und Leihkasse Frutigen AG

Dorfstrasse 13, Frutigen

### Raiffeisenbank Frutigland

Vordorfstrasse 1, Frutigen

### Post Frutigen

Dorfstrasse 28, Frutigen

### Migros Frutigen

Kanderstegstrasse 31,  
Frutigen

**Reisezentrum BLS**

(nur mit Postcard)  
Untere Bahnhofstrasse 14,  
Frutigen

**GELDWECHSEL**

MONEY EXCHANGE  
CHANGE DE DEVISES

Montag bis Freitag bei allen  
Banken in Frutigen. Samstag-  
vormittag Raiffeisenbank und  
Post Frutigen. Täglich auch  
samstags und sonntags im  
Reisezentrum BLS Bahnhof  
Frutigen.

Monday-Friday at all banks in  
Frutigen. Saturday morning at  
the Raiffeisenbank and Post in  
Frutigen. Daily also Saturday  
and Sunday at Travel Center  
BLS train station Frutigen.

Du lundi au vendredi auprès  
de toutes les banques de  
Frutigen. Le samedi auprès  
de la banque Raiffeisen et de  
la poste à Frutigen. Quotidien  
aussi samedi et dimanche au  
centre de voyage BLS gare  
Frutigen

**ENTSORGUNG FRUTIGEN**

WASTE DISPOSAL  
GESTION DES DECHETS  
Der Kehrriecht ist in offiziellen  
Gebührensäcken zu entsorgen.

Weitere Infos auf dem Kericht-  
merkblatt der Gemeinde  
Frutigen.

General waste must be  
deposited in official, tax-paid  
refuse sacks. For more  
details and informations  
about recycling.

Les déchets sont à éliminer  
dans les sacs taxés. Plus  
d'informations au chapitre  
recyclage.

+41 (0)33 672 52 20  
frutigen.ch

**BROCKENSTUBE HIÖB  
FRUTIGEN**

THRIFT SHOP | BROCANTE  
Montag-Freitag 9-12 Uhr  
und 14-18.30 Uhr  
Samstag 9-12 Uhr und  
12.30-16 Uhr  
Falkenstr. 13, Frutigen  
+41 (0)33 671 19 19  
hiob.ch

**BROCKENSTUBE  
FRAUENVEREIN FRUTIGEN**

THRIFT SHOP | BROCANTE  
Nähe reformierte Kirche  
Donnerstag 13.30-16.30 Uhr  
Zusätzlich jeden 1. Samstag  
des Monats 9.30-12 Uhr  
Baumgärtliweg, Frutigen  
+41 (0)79 675 26 54



**WICHTIGE TELEFONNUMMERN** | IMPORTANT PHONE NUMBERS | NUMÉROS DE TÉLÉPHONES IMPORTANTS

Ambulanz Notruf/ Rettungsdienst	144
Regionaler Notfalldienst	+41 (0)33 671 11 11
REGA (Rettungsflugwacht)	1414
Air-Glacières	1415
Polizei-Notruf	117
Feuerwehr	118

Tourist Center Frutigen	+41 (0)33 671 14 21
-------------------------	---------------------

Kantonspolizei, Posten Frutigen	+41 (0)33 356 84 01
---------------------------------	---------------------

AFA Busbetrieb Adelboden	+41 (0)33 673 74 74
--------------------------	---------------------

Bahnhof Frutigen	+41 (0)58 327 39 39
------------------	---------------------

AFA Taxi	+41 (0)75 415 15 15
----------	---------------------

Taxi Kander-Reisen, Frutigen	+41 (0)33 671 11 71
------------------------------	---------------------

**ÄRZTE** | DOCTORS | MÉDECINS

Regionaler Notfalldienst	+41 (0)33 671 11 11
Spital Frutigen	+41 (0)33 672 26 26
med. prakt. Christoph Rüesch-Reber, Frutigen	+41 (0)33 671 22 65
Dr. med. Martin Rüesch-Herren, Frutigen	+41 (0)33 671 58 00
med. prakt. Steffen Christmann, Frutigen	+41 (0)33 671 28 28
Praxis Stadlin Gómez Christian, Frutigen	+41 (0)33 655 81 81
Apotheke Frutigen	+41 (0)33 671 12 65

**ZAHNÄRZTE** | DENTISTS | DENTISTES

Dr. med. dent. Sebastian Wilke, Frutigen	+41 (0)33 672 37 37
Zahnarztpraxis Germann & Hug	+41 (0)33 671 10 81

**TIERÄRZTE** | VETERINARY | VÉTÉRINAIRES

Tierärztliche Gemeinschaftspraxis Lindematten AG, Frutigen	+41 (0)33 671 30 00
Dr. med. vet. Andrea Feist, Frutigen	+41 (0)33 671 15 60

**FUNDBÜRO** | LOST AND FOUND | BUREAU DES OBJETS TROUVÉS

Fundbüro Frutigen	+41 (0)33 672 52 00
-------------------	---------------------



# Bergbahnen | Cable cars Remontées mécaniques

## AKTUELLE BETRIEBSZEITEN

CURRENT OPERATING HOURS  
HORAIRES ACTUEL

[meine-berge.ch/  
betriebszeiten-bergbahnen](https://meine-berge.ch/betriebszeiten-bergbahnen)



Wie ist das Wetter, wann fährt die Gondel? Reiselustige scannen den QR Code und erfahren direkt alles zu Betriebszeiten der Anlagen und Gastrobetriebe auf der Alp.

What's the weather like? What time does the gondola lift leave? Simply scan the QR code and find out about transport operating times and when the mountain restaurants are open.

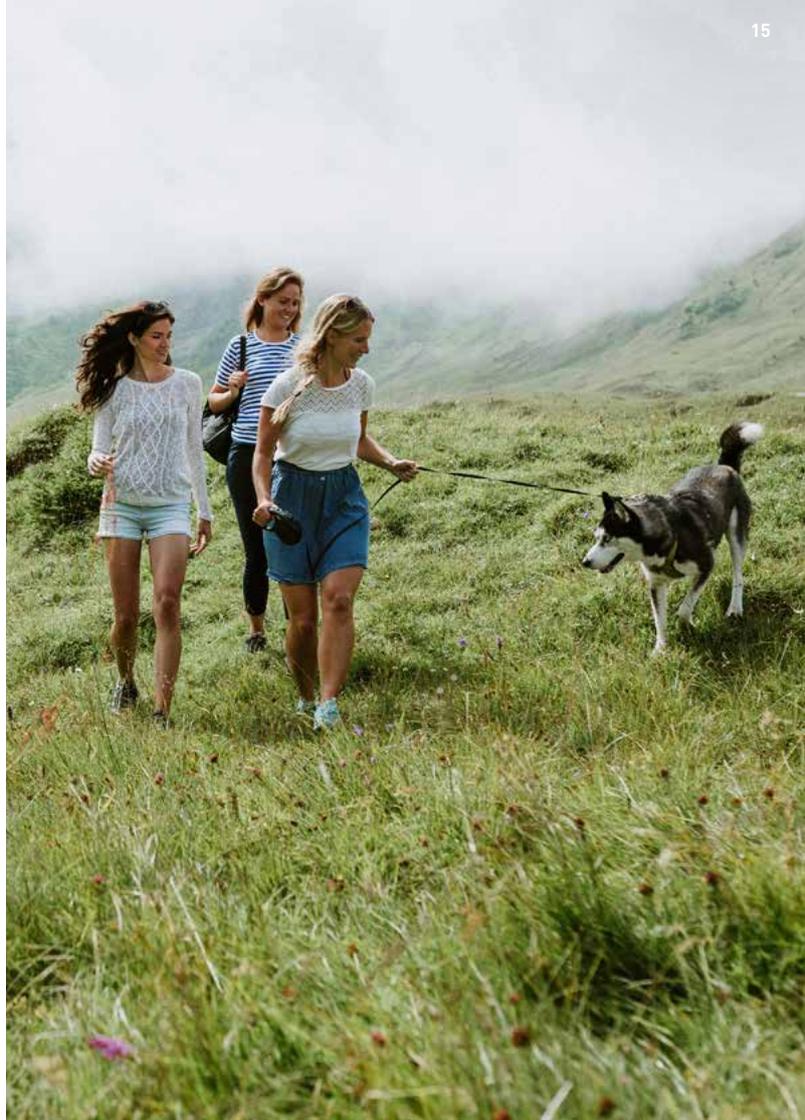
Quelle est la météo, quand partira la prochaine cabine? Les voyageurs curieux scannent le code QR et s'informent directement sur les horaires de service des installations et sur les restaurants d'altitude.

## TIPP



**KRIMISPASS ELSIGEN-METSCH** | DETECTIVE GAME  
INTRIGUES POLICIÈRES

Wohin führt die alpine Spur? Bei diesem interaktiven und kostenlosen Abenteuer ermitteln Familien, Firmen und andere Gruppen in einem spannenden Mordfall.



Dem «Lötschberger» folgen oder doch Richtung Niesen aufsteigen? Dank seiner zentralen Lage bietet Frutigen sowohl Rundwege als auch ausgedehnte Touren.

Why not follow the «Lötschberger» or climb towards the Niesen? Thanks to its central location, Frutigen offers both circular routes and extended tours.

Suivre le «Lötschberg» ou changer de train en direction du Niesen? Grâce à sa situation centrale, Frutigen propose aussi bien des circuits que des parcours plus longs.



Augenweide

## Wanderparadies | Hiking Paradise Paradis de la randonnée

### WANDERTIPPS | HIKING TIPS | IDÉES DE RANDONNÉES

#### Elsigenalp-Elsighorn

Nach dem Aufstieg werden die Wanderer mit einer Rundsicht entschädigt, die von den Berner Alpen über den Thunersee bis zum Jura reicht.

After the ascent, hikers are rewarded with a panoramic view stretching from the Bernese Alps to Lake Thun and the Jura mountains.

Après la montée, les randonneurs sont récompensés par la vue qui va des Alpes bernoises jusqu'au Jura, en passant par le Lac de Thoune.

#### Holzskulpturenweg Frutigen-Hängebrücke

Auf dieser Tour lassen sich die hölzernen Werke des einheimischen Bildhauers Johann Inniger bestaunen.

On this walk, you can admire wooden works of art by local sculptor Johann Inniger.

Les œuvres en bois du sculpteur local Johann Inniger peu-

vent être admirées le long de ce circuit.

#### Spissenweg Frutigen-Adelboden

Die spannende und lehrreiche Wanderung führt an Bergbauernhöfen und verlassenen Schieferwerken entlang.

This exciting and instructive hike takes you past working mountain farms and abandoned slate works.

Cette balade passionnante et riche d'enseignements emmène à la découverte des fermes de montagne et des anciennes carrières d'ardoise.

#### Frutigen-Niesen

Lange aber lohnend ist die fünfeinhalbstündige Tour auf die bekannte «Pyramide». Rückfahrt mit der Niesenbahn.

Long but well worth the effort is this 5½ hour walk to the famous «pyramid». Return by Niesen funicular railway.

Ce tour de 5 h 30 sur la célèbre «pyramide» est long mais vaut la peine. Retour avec le funiculaire du Niesen.

#### **Tellenburg-Rundweg**

Dieser abwechslungsreiche Rundgang startet im Dorf beim Hotel Simplon und führt über Reinisch zum Turm der Ruine.

This varied trail starts in the village at the Hotel Simplon and takes you via Reinisch to the tower of the ruined castle.

Ce circuit varié démarre au village, vers l'Hôtel Simplon, et conduit à la tour en ruine de Tellenburg, en passant par Reinisch.

#### **Uferweg**

##### **Frutigen-Reichenbach**

Ohne Steigungen bringt einen diese Tour gemütlich ins Nachbardorf. Ein Zwischenhalt beim idyllischen Kienseeli ist zu empfehlen.

Without any significant gradients, this tour takes you comfortably to the neighbouring village. A welcome break at the idyllic Kiensee Lake is highly recommended.

Dépourvu de montées, cette agréable balade conduit vers le village voisin. Ne manquez pas une halte au bord de l'idyllique petit lac Kienseeli!

#### **Panoramaweg Elsighorn-Frutigen**

Hangweg in der Westflanke des Elsighorns mit Blick in die Graben-Landschaft der gegenüberliegenden Frutig-Spissen.

Walk the sloping path on the western flank of Elsighorn for a view of the trench landscape of the Frutig-Spissen opposite.

Sentier sur le flanc ouest de l'Elsighorn avec coup d'œil sur le paysage vallonné des Frutig-Spissen.

#### **WEITERE WANDERHIGHLIGHTS UND INFORMATIONEN**

MORE HIKING TIPS AND  
INFORMATIONS | PLUSIEURS  
IDÉES DE RANDONNÉES  
ET INFORMATIONS



# Besuchen Sie uns

Geführte Besichtigungen 2021  
[bls.ch/visit](https://bls.ch/visit)

# Visitez-nous

Visites guidées 2021  
[bls.ch/visit](https://bls.ch/visit)

# Visit us

Guided tours 2021  
[bls.ch/visit](https://bls.ch/visit)



## WANDERPASS | HIKING PASS | FORAÎT DE RANDONNÉE

Anz. Tage	Erwachsene Adults Adultes	Kinder (6-15) Children Enfants	*Ermässigt Erwachsene Adults Seniors	*Ermässigt Kinder Children Enfants
1 Tage	42	23	34	18
2 Tage	73	41	59	32
3 Tage	100	58	78	44
4 Tage	124	70	98	57
5 Tage	147	81	115	66
6 Tage	162	92	129	72
7 Tage	175	99	139	76
14 Tage	222	125	175	97

\* Senioren ab 64 Jahren, Familien, Gruppen  
Seniors from 64 years, families, groups  
Seniors dès 64 ans, familles, groupes

Der Wanderpass ist wie folgt gültig | The Hiking Pass is valid as follows | Validité du forfait de randonnée:

TschentenAlp, Elsigenalp, Engstligenalp, Silleren-Hahnenmoos, Dorfbahn (Oey-Adelboden, Dorf), Höchst, Bus Adelboden-Gilbach-Geils, Stand-Xpress während den normalen Betriebszeiten.

Ortsbus Adelboden gültig mit Einheimischenausweis / Gästekarte Adelboden.

Verkaufsstellen | Sales points | Points de vente  
Tourist Center Frutigen sowie alle Stationen der Bergbahnen.



Rinderhorn, 3448 m

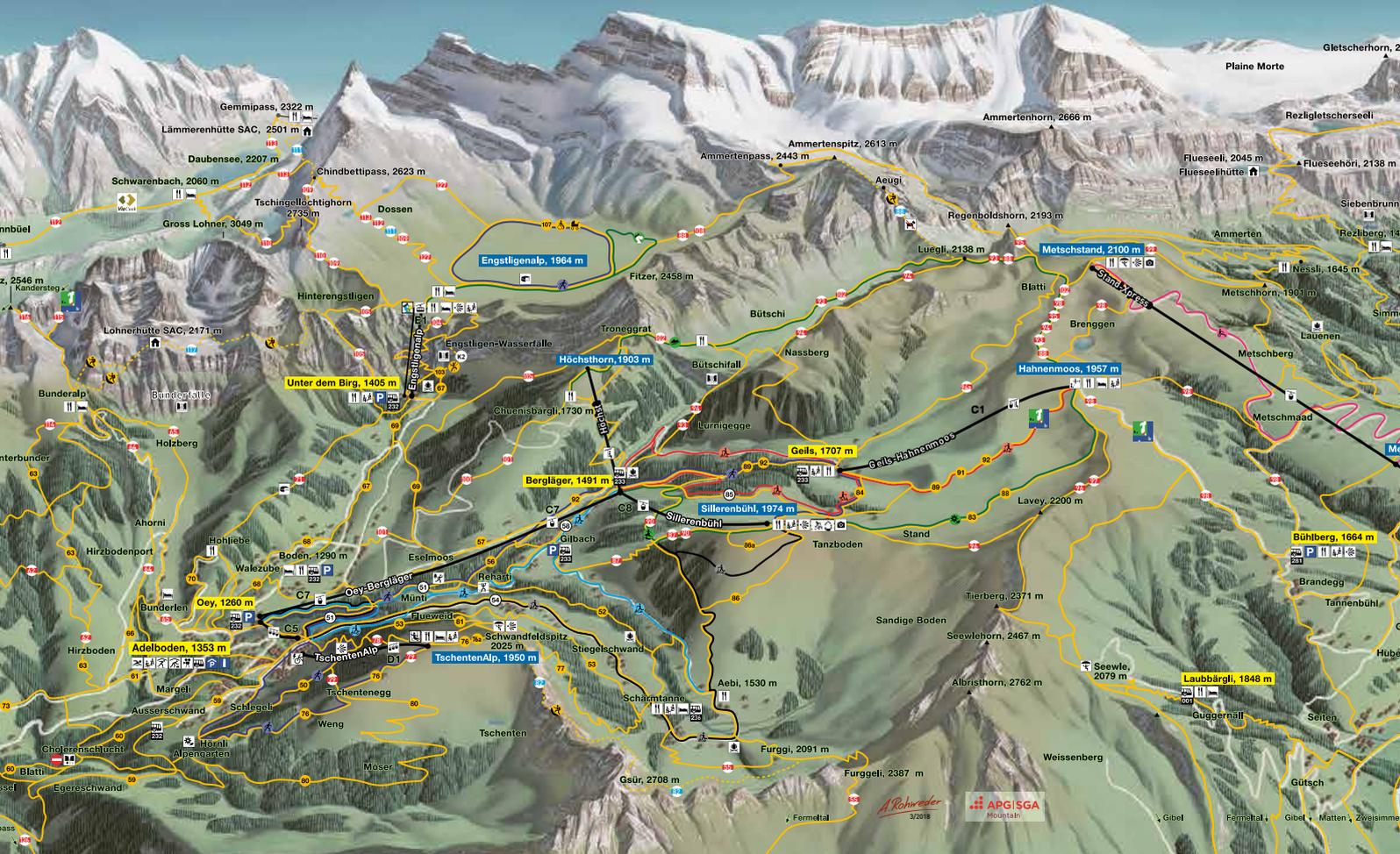
Tierhörni, 2894 m

Steghorn, 3146 m

Wildstrubel / Grossstrubel, 3243 m

Mittlerer Gipfel, 3244 m

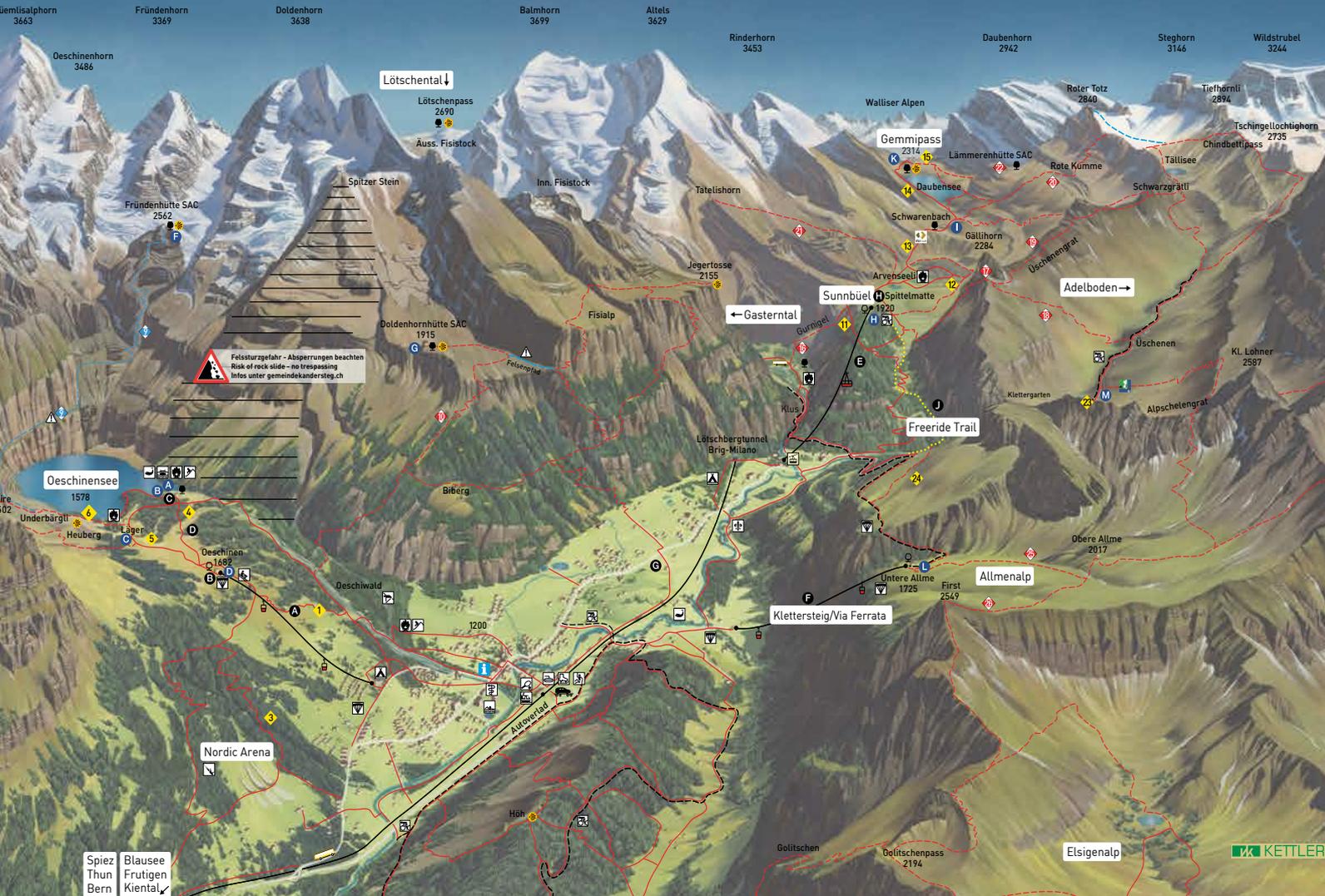
Wildstrubel, 3244 m



A Rohrer

APGISGA Mountain

Gibel, Fermatal, Matten, Zweisimmen



Sennen, Störe, Schienenstrang: Insider verraten den TeilnehmerInnen unterwegs, wie solides Handwerk und innovative Ingenieurskunst die Region prägen.

Dairy farmers, sturgeon, railway lines. Let knowledgeable experts explain how solid craftsmanship and innovative engineering skills have shaped the local region.

Vachers, esturgeons, voie ferroviaire: des autochtones renseignent les participants en cours de route, sur la façon dont un artisanat solide et un art novateur de l'ingénierie ont façonné la région.

Ent-  
deckung

## Geführte Touren | Guided Tours Tours guidés



**Sonntag | Sunday | Dimanche**

**14 Uhr | 2pm | 14 h**

**FÜHRUNG TROPENHAUS**

GUIDED TOURS | VISITE GUIDÉE  
DE LA MAISON TROPICALE

Vom Orchideengarten bis zur Störzucht:

Immer sonntags lassen sich in exotischem Ambiente begleitete Touren zu diversen Themen buchen und kombinieren.



**Mittwoch | Wednesday | Mercredi**

**8.15 Uhr | 8.15am | 8 h 15**

**FRUTIGER**

**ALPKÄSEREI-WANDERUNG**

ALPINE CHEESE HIKE | BALADE  
VERS LA FROMAGERIE D'ALPAGE

**Juli bis Mitte August 2021**

Auf der Elsigenalp werden Wanderfreunde gerne in die Geheimnisse der Rohmilchveredelung eingeweiht.



**Mittwoch | Wednesday | Mercredi**

**13.30 Uhr | 1.30pm | 13 h 30**

**BLS-TUNNELFÜHRUNG | TUNNEL  
TOUR | VISITE GUIDÉE DU TUNNEL**

**Wöchentlich oder monatlich**

**(je nach Saison)**

Im Kleinbus tief in den Berg: Wer einen Blick hinter die Kulissen des gewaltigen Lötschberg-Projekts werfen will, ist auf dieser exklusiven Tour richtig.

Änderungen vorbehalten, die aktuellen Informationen finden Sie unter [frutigen-tourismus.ch/besichtigungen](http://frutigen-tourismus.ch/besichtigungen)

Bergsonne macht aktiv: Ob man sich auf zwei Rädern oder unter einem Schirm bewegt, bleibt dem Gast überlassen – Möglichkeiten gibt es im und ums Dorf genug.

The mountain sun energises. Whether on two wheels or two feet, there are countless possibilities for physical activity in and around the village.

Le soleil alpin rend actif: que l'on se déplace sur deux roues ou sous un parasol, les possibilités sont nombreuses, aussi bien dans qu'à l'entour du village.



## Sommersport | Summer Sports Sport estival

### SCHWIMMEN | SWIMMING | NATATION

#### Freibad Frutigen

Open-air swimming pool

Piscine en plein air

Geheiztes 25-m-Schwimmbecken, mit 1-m-Sprungbrett, Planschbecken, Wasserrutschbahn für Kinder, Sandkastenspielanlage, Spiel- und Liegewiese, Beachvolleyfelder, Kunstrasenplatz, Tischtennis, Tischfussball, Pumptrack.

29. Mai bis 29. August 2021,  
Montag bis Freitag 9–19 Uhr,  
Samstag und Sonntag  
10–19 Uhr.

Eintritt Erwachsene CHF 5.50,  
Kinder CHF 3.50

(ermässigtar Tarif mit  
der Gästekarte).

Sportweg 1, Frutigen

+41 (0)33 672 50 50

sportzentrum-frutigen.ch

#### Hallenbad Frutigen

Indoor swimming pool

Piscine couverte

25-m-Schwimmbecken, Warmwasserbecken mit Massagedüsen, Kinderplanschbecken mit Schifflikanal und Rutschbahn, Whirlpool und Ruheraum.

Montag 14–21 Uhr,  
Dienstag 9–21 Uhr,  
Mittwoch 6–21 Uhr,  
Donnerstag und Freitag  
9–21 Uhr, Samstag und  
Sonntag 10–18 Uhr.

Eintritt Erwachsene CHF 12.50,  
Kinder CHF 7.–

(ermässigtar Tarif mit  
der Gästekarte).

Sportweg 1, Frutigen

+41 (0)33 672 50 50

sportzentrum-frutigen.ch

#### TIPP



#### GLEITSCHIRMFLUG AB MÄGGISEREN

PARAGLIDING | VOLS EN PARAPENTE

Direkt über dem Dorf Frutigen liegt dieser Startplatz an der Niesenkette. Aus der Luft schweift der Blick sowohl ins Engstligen- wie auch ins Kandertal.

**KLETTERN**

CLIMBING | ESCALADE

Kletter- und Trainingswand im Schulhaus Reinisch, Klettergebiet Elsigenalp und Gehrihorn.

Climbing and training wall at Schulhaus Reinisch, Elsigenalp and Gehrihorn.

Mur d'escalade et d'entraînement du bâtiment scolaire Reinisch, sites d'escalade Elsigenalp et Gehrihorn

Tourist Center Frutigen  
+41 (0)33 671 14 21

**Klettergarten Elsigenalp**

Climbing Garden

Ecole d'escalade

2 Min. von der Bergstation entfernt.

+41 (0)33 671 33 33  
elsigen-metsch.ch

**Kletterturm** | Climbing Tower  
Tour descalade

Hochseilgarten mit spektakulären Kletterkonstruktionen, Kinderparcours und Aussichtsplattform beim Frutigresort.  
Infos und Preise:  
Frutigresort  
+41 (0)33 672 60 60  
frutigresort.ch

**NORDIC WALKING**

**Geführte Touren in  
Adelboden oder Frutigen**

Guided tours  
Sorties guidées

Gaby Zumbach  
Adelboden  
+41 (0)78 719 94 41

**TENNIS**

Mergelsandplatz  
Platzmiete pro Stunde  
CHF 30.– (Hochsaison) oder  
CHF 20.– (Nebensaison).  
Platzreservation im Tourist  
Center Frutigen oder im  
Frutigresort  
+41 (0)33 671 14 21 oder  
+41 (0)33 672 60 60

**MINIGOLF**

18 abwechslungsreiche Bahnen beim Frutigresort Frutigen.  
Sonntag bis Donnerstag,  
9-18 Uhr,  
Freitag und Samstag,  
9-21 Uhr,  
Erwachsene CHF 6.–,  
Kinder CHF 3.–.  
+41 (0)33 672 60 60  
frutigresort.ch

**SUP**

Beim Brandsee auf der Elsigenalp  
Von Juni bis September während den Öffnungszeiten der Luftseilbahn.  
Materialmiete beim Berghaus Elsigenalp  
Infos und Preise:  
elsigen-metsch.ch

**BEACH-VOLLEY**

3 Felder auf dem Freibadareal  
Während der Sommersaison ausserhalb der Trainingszeiten und Events des Beachvolleyclubs frei zugänglich.  
Reservation möglich für CHF 20.– pro Stunde beim Beachvolleyclub, Yanick Klossner,  
+41 (0)78 804 87 85  
bcfrutigen.ch

**TIPP****OK:GO**

Für Ferien ohne Hindernis: Unser Online-Guide zeigt, welche Angebote und Orte auch mit Rollstuhl oder Kinderwagen zugänglich sind.  
ginto.guide



Die Einen drehen auf dem Pumptrack beim Sportzentrum ihre Runden. Ambitioniertere FahrerInnen zieht es weiter – etwa Richtung Blausee oder Elsigenalp.

Some like to do their laps on the Sports Center's pump track while the more ambitious riders are drawn further afield – such as to Blausee or Elsigenalp.

Certains tournent sur la piste de pump track du centre sportif. Les coureurs expérimentés vont plus loin, en direction du Lac bleu et de l'Elsigenalp.



Abenteuer

## Bike Paradies | Bike Paradise Paradis de VTT

### BIKE-TIPPS | TIPS | BONS PLANS

#### Pumptrack

Der Pumptrack beim Sportzentrum Frutigen bietet kostenlosen Fahrspass für Anfänger wie Fortgeschrittene.

This pumptrack at Frutigen Sports Centre offers free of charge fun for beginners and advanced riders.

Le plaisir de rouler gratuitement pour les débutants et les avancés sur la nouvelle piste de course du Centre sportif de Frutigen.

#### Elsigen-Metsch

Mit der Luftseilbahn rauf, mit dem Rad runter: Das kleine Bikeparadies Elsiggen-Metsch bietet verschiedene Routen.

Up by cable car, down by bike. The small, cycling paradise of Elsiggen-Metsch offers a variety of different routes.

En téléphérique à la montée, en vélo à la descente: Elsiggen-Metsch, le petit paradis des cyclistes, propose des parcours variés.

[elsigen-metsch.ch](http://elsigen-metsch.ch)

#### WEITERE BIKE TOUREN

FURTHER BIKE ROUTES  
PLUS DES CIRCUITS EN VTT



#### INFORMATIONEN ZU BIKE KURSEN, MIETE UND TRANSPORTE

INFORMATIONS ON BIKE COURSES, HIRE AND CARRIAGE | INFORMATIONS SUR LES COURS DE VTT, LA LOCATION ET LE TRANSPORT



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



## Adventure

### **BERGTOUREN FRUTIGLAND**

MOUNTAIN TOURS

TOURS EN MONTAGNE

– Gipfeltouren | Summit tours

Ascension de sommets

– Gletscherwanderungen |

Glacier tours | Randonnées

sur glacier

– Canyoning

+41 (0)79 312 92 66 oder

+41 (0)79 314 61 00

berg-touren.ch

### **GLEITSCHIRM-PASSAGIER- FLÜGE | TANDEM PARAGLI- DING | VOLS EN PARAPENTE**

COMME PASSAGER

TschentenAlp–Adelboden,

Mäggisseren–Frutigen,

Allmenalp–Kandersteg,

Niesen–Mülenen/Spiez

+41 (0)79 630 98 93

cloud-7.ch

+41 (0)77 522 39 77

paragliding-kandertal.ch

+41 (0)78 652 77 32

s.schnidrig@bluewin.ch

### **HIKE AND FLY | MARCHER ET VOLER**

+41 (0)33 654 45 30

samuel.kropf@gmail.com

### **ALPENRUNDFLÜGE**

SIGHTSEEING FLIGHTS |

VOLS DANS LES ALPES

Verschiedene Rundflüge ab

Flugplatz Reichenbach.

Various tours depart from

Flugplatz Reichenbach.

Différents circuits à partir de

l'aérodrome de Reichenbach.

+41 (0)33 676 23 43

fluggruppe-reichenbach.ch

### **ADVENTURE PARK ADELBODEN**

PARC AVENTURE

+41 (0)79 363 19 62

alpinschule-adelboden.ch

### **TIPP**



### **KLETTERTURM | CLIMBING TOWER TOUR D'ESCALADE**

Unten unzählige Parcours, oben eine Aussichtsplattform: Der Hochseilgarten beim Frutigresort eignet sich für ambitionierte wie gemütliche Kletterer.



## Kinder und Familien | Children and families | Enfants et familles

### **Spielplätze Frutigen**

Playgrounds | Aires de jeux  
Berghaus Elsigenalp, Gasthaus  
Elsigbach, Berggasthaus  
Höchst, Schulhaus Widi  
(Dorfzentrum), Hotel Simplon,  
Frutigresort (Murmelspielplatz)  
und diverse Naturspielplätze.

### **Picknickplätze und Feuerstellen Frutigen**

Picnic and campfire sites  
Aires de piquenique et de  
barbecue  
Elsigsee und Brandsee  
(Elsigenalp), Gand, Leimbach,  
Tellenburg

### **Gartenbahn Frutigresort**

Miniature Garden Railway  
Parc ferroviaire  
Zum grossen Angebot des Are-  
als beim Sportzentrum gehört  
neu auch eine Miniatur-Eisen-

bahnstrecke für Kinder. Den  
aktuellen Fahrplan finden Sie  
unter [frutigresort.ch](http://frutigresort.ch)

### **Kinderspielnachmittag**

Children's afternoon play-  
time | Après-midi ludiques  
Jeden Mittwoch 14–17 Uhr  
Hallenbad Frutigen

### **Pferdezentrum Frutigen**

Horse centre | Centre équestre  
Unterricht für Kinder und  
Erwachsene, geführte Ausritte,  
Ponyreiten.  
+41 (0)76 377 16 58  
[pferdezentrum-frutigen.ch](http://pferdezentrum-frutigen.ch)

### **Wäfler's Kutschenfahrten**

Horse drawn carriage  
Promenades en calèche  
Samstag und Sonntag  
Anmeldung notwendig  
+41 (0)79 345 61 70  
[famwaefler@bluewin.ch](mailto:famwaefler@bluewin.ch)

### **TIPP**



### **MURMELI-ABENTEUERSPIELPLATZ**

«MURMELI» ADVENTURE PLAYGROUND  
PLACE DE JEU ET D'AVENTURE DES MARMOTTES  
Einzigartig in der Schweiz: Beim Frutigresort war-  
ten unterirdische Räume und Tunnel, wo verschie-  
dene Themen spielerisch erlebt werden können.

### **Gemeindebibliothek Frutigen**

Library | Bibliothèque  
Dienstag und Donnerstag  
15–17.30 Uhr,  
Mittwoch 14–17.30 Uhr,  
Freitag 17–20 Uhr,  
Samstag 9.30–11.30 Uhr  
Kirchgasse 13, Frutigen  
+41 (0)33 671 17 31

### **Ludothek Frutigen**

Games library | Ludothèque  
Dienstag 15.30–17.30 Uhr,  
Freitag 17–19 Uhr  
Während den Schulferien  
nur freitags offen.  
+41 (0)79 501 79 59  
ludo-frutigen.ch

### **Geschichtenweg Frutigen**

Story trail | Chemin de  
l'histoire  
Täglich, 10. April bis  
17. Oktober 2021,  
Start: Bahnhof,  
Ziel: Bibliothek  
geschichtenweg.info

### **Kinderhort Regenbogen Frutigen**

«Rainbow» day nursery  
Garderie d'enfants  
«Regenbogen»  
Dienstag–Freitag  
8.45–11.15 Uhr  
(während den Schulferien  
geschlossen).  
+41 (0)78 902 35 12 (nur  
während Öffnungszeiten)

### **Murmeli-Lehrpfad**

Marble nature trail  
Sentier didactique des  
marmottes  
Ausstellung über das Leben  
der Murmeltiere und die  
Entstehung der Murmeli-  
Kräutersalbe.

Montag–Freitag 9–18 Uhr,  
Samstag 9–16 Uhr  
Puralpina AG  
Vorderhasli 1, Frutigen  
+41 (0)33 671 29 48  
puralpina.ch





## Sehenswert Worth Visiting | Vaut le détour

### **Cholerschluft**

Choleren Gorge | Gorges de Choleren

Solide Treppen und Brücken im Gestein erschliessen diese imposante und etwa 100 Meter lange Klus. Dabei sind eindrückliche Wasserfälle und unzählige Wassermühlen nur einige der Attraktionen am Wegesrand.

Solid steps and bridges in the rock connect this 100 m long formation. Imposing waterfalls and countless water mills are only some of the attractions to be seen on this visit.

De solides escaliers et des passerelles permettent de parcourir l'imposante cluse d'une centaine de mètres de long, taillée dans la roche. Les impressionnantes chutes d'eau et les innombrables marmites glaciaires font partie des nombreuses attractions au fil du parcours.

### **Tellenburg**

Castle | Château

Die begehbare Tellenburg bietet nicht nur eine grandiose Aussicht auf Frutigen und das Tal, sondern verfügt auch über eine lange Geschichte.

Accessible Tellenburg not only offers a magnificent view of Frutigen and the surrounding valley but also has a long history.

Accessible à pied, le château en ruine de Tellenburg propose non seulement une vue grandiose sur Frutigen et la vallée, mais également une longue histoire.

### **Viadukt**

Es sind Wahrzeichen der Eisenbahn: Zwei Brücken überspannen auf einer Höhe von etwa 28 Metern das Kandertal und die Kander.

These are the landmarks of the railway. Two bridges span the Kander valley and river at a height of about 28 metres (92 ft.) above ground.

Ce sont les emblèmes des chemins de fer: deux ponts d'une hauteur de 28 mètres enjambent le Kandertal et la rivière Kander.

### **Hängebrücke Hostalde**

Suspension Bridge | Pont suspendu

Für alle schwindelfreien Wanderer hält der Uferweg von Rohrbach nach Frutigen das passende Abenteuer bereit: In luftiger Höhe lässt sich hier nämlich eine der längsten Hängebrücken Europas überqueren.

For walkers with a good head for heights, the riverside path from Rohrbach to Frutigen has a special adventure in store. High above the ground, this is the longest pedestrian suspension bridge in Europe.

Le long de la rivière, sur le chemin reliant Rohrbach à Frutigen, une belle expérience attend les randonneurs qui n'ont pas le vertige! L'un des plus grand pont suspendu d'Europe enjambe la rivière à une hauteur impressionnante.

### **Tropenhaus Frutigen**

Maison tropicale

Das Tropenhaus Frutigen ist ein attraktives Ausflugsziel und nimmt im Alpenraum die führende Rolle in der Nutzung erneuerbarer Energien ein. Es züchtet Stör und produziert Kaviar in einer Aquakultur und Früchte im Tropengarten.

The Tropical Hothouse in Frutigen is an attractive destination and plays a prominent role in using renewable energy in the Alps. Sturgeon and their eggs (caviar) are cultivated in an aquaculture and exotic fruit is grown in the tropical gardens.

La maison tropicale de Frutigen est un but d'excursion attractif et joue un rôle pionnier dans le domaine des énergies renouvelables dans les Alpes. Les esturgeons produisant du caviar sont élevés dans ses bassins et des fruits exotiques mûrissent dans ses jardins tropicaux.

+41 (0)33 672 11 44  
tropenhaus-frutigen.ch

### **Zündhölzlimuseum Frutigen**

Match Museum

Musée des allumettes

Mit insgesamt 24 Fabriken war das Kandertal einst Zentrum der Zündholzindustrie – die Ausstellung in Kanderbrück zeigt die regionale Industrieschichte.

With a total of 24 factories, the Kander valley was once the centre of matchstick production. This exhibition in Kanderbrück tells the story of a former regional industry.

Avec un total de 24 fabriques, le Kandertal était autrefois au coeur de l'industrie des allumettes – l'exposition de Kanderbrück présent.

kulturgutstiftung.ch

### **BLS-Besucherzentrum im historischen Bahnhof Frutigen**

The BLS-center of visitors in the historical railway station | Centre de visite BLS dans la gare historique

Dienstag–Donnerstag  
08.30–12 Uhr | 13–17.30 Uhr

Tuesday-Thursday  
8.30am – noon | 1pm – 5.30pm

Mardi–jeudi de  
8h30 à 12h | 13h à 17h30

### **Lötschberg-Basistunnel**

Lötschberg Base Tunnel  
Tour | Tunnel de base du Lötschberg

Erfahren Sie auf einer Führung spannende Hintergrundinformationen zum Bau und Betrieb des zurzeit modernsten Eisenbahntunnels der Welt. Daten gemäss Veranstaltungskalender.

Learn fascinating background information about the construction and operation of what is currently the most modern rail tunnel in the world. For dates and times please consult the events calendar.

Lors d'une visite guidée, apprenez-en davantage grâce aux informations passionnantes sur la construction et l'exploitation du tunnel ferroviaire le plus moderne du monde à l'heure actuelle. Informations sur l'agenda des manifestations.

+41 (0)58 327 28 07 (Di–Do)  
bls.ch/visit



## Wellness

### MASSAGEN | MESSAGES

#### Praxis Fit4Life Frutigen

+41 (0)33 672 50 53  
physio-frutigen.ch

### SAUNA

#### Sportzentrum Frutigen AG

Finnische Sauna, Bio-Sauna,  
Biotherm-Infrarotkabine und  
Kaltwasser-Tauchbecken im  
Freien.  
+41 (0)33 672 50 50  
sportzentrum-frutigen.ch

### KOSMETIK/BEAUTY

COSMETIC TREATMENTS  
SOINS DE BEAUTÉ

#### Beauty Venere

Piccirilli Jsabella  
Frutigen  
+41 (0)79 415 07 88  
jsabella.com

#### Top Kosmetik by Madeleine

Zingrich, Frutigen  
+41 (0)33 671 23 58 oder  
+41 (0)79 333 19 77

### FUSSPFLEGE

PEDICURE | SOINS DE PIEDS

#### Friedli Silvia

Frutigen  
+41 (0)33 671 07 01

#### Isler Michaela

Podologin  
Frutigen  
+41 (0)33 671 51 50

### TIPP



#### BADEN IM BRANDSEE

SWIMMING IN THE MOUNTAIN LAKE | BAIGNER  
DANS LES LAC DE MONTAGNES

Der Brandsee sieht nicht nur idyllisch aus, er lädt  
auch zum Baden ein. Schwimmer nutzen dafür  
den Steg. Es gibt auch Platz fürs Stand-up-Paddeln.

## Gastronomie | Gastronomy

BETRIEB ESTABLISHMENT ETABLISSEMENT	ORTSTEIL DISTRICT QUARTIER	WEB	TELEFON +41 (0) PHONE TÉLÉPHONE	Restaurant	Café	Hotel   B&B	Bergrestaurant	Bar   Nightlife	Erlebnisgastronomie	Gourmet (mit Auszeichnung)	Gehobene Küche	Schweizer   Regionale Küche	Italienische Küche	Französische Küche	Asiatische Küche	Int. Küche	Gutbürgerliche Küche	Fondue	Raclette	Grill	Snacks, kl. Speisen   Patisserie	WLAN	Eingeschränkte Betriebszeiten	
Badi Lounge	Sportz. Frutigen	badilounge.ch	033 672 50 50					■														■	■	
Bäckerei Ryter	Dorf/Frutigen	baeckerei-ryter.ch	033 671 16 48		■						■											■		
BEMATO Frutigresort	Frutigen	frutigresort.ch	033 672 60 60	■	■	■					■	■					■	■	■	■	■	■	■	
Elsigbach	Elsigbach	gasthaus-elsigbach.ch	033 671 13 45	■		■	■				■						■	■	■				■	
Elsigenalp	Elsigenalp	berghaus-elsigenalp.ch	033 671 10 26	■		■					■						■	■	■					
Elsighütte	Elsigenalp	haris-elsighuette.ch	033 671 46 80	■			■				■						■					■		
Falken	Dorf/Frutigen	falkenpizzeria.ch	033 671 44 00	■								■												
Hängebrücke-Beizli	Hohstalden/Frutigen		033 671 15 83	■														■				■		
Höchst	Höchst/Frutigen	gasthaus-hoehchst.ch	033 671 44 25	■		■	■				■						■	■					■	
Kiöski	Dorf/Frutigen		079 814 75 14					■														■	▲	
Kreuz	Dorf/Frutigen		033 671 52 68	■							■						■							
Landhaus Adler	Dorf/Frutigen	landhaus-adler.ch	033 671 12 71	■		■					■						■	■				■	■	
National, Tea Room	Dorf/Frutigen	national-frutigen.ch	033 671 16 16		■																	■	■	
National, Restaurant Philipp Blaser	Dorf/Frutigen	national-frutigen.ch	033 671 16 16	■		■			■	■	■			■	■							■		
Pony/Dolce Vita	Dorf/Frutigen	pony-frutigen.ch	033 671 28 88	■							■	■					■					■		
Rohrbach	Rohrbach	restaurant-rohrbach.ch	033 671 14 77	■				■			■						■						■	▲
Simplon	Dorf/Frutigen	hotel-simplon.ch	033 671 10 41	■		■					■						■	■					■	
Tropengarten	Frutigen	tropenhaus-frutigen.ch	033 671 11 44	■					■	■							■	■				■		
Zum Leist	Dorf/Frutigen	zumleist.ch	033 671 10 76	■					■	■	■										■		■	
Zur Sattelkammer	Dorf/Frutigen	zur-sattelkammer.ch	033 671 08 77								■						■	■	■			■	■	

# Ausflüge in der Destination

## Excursions in the destination

## Excursions dans la destination

### ADELBODEN



#### ENGSTLIGENFÄLLE | FALLS CASCADES

Die Engstligenfälle sind mit 600 Metern die zweithöchsten Wasserfälle der Schweiz.



#### TROTTILAND | DOWNHILL SCOOTER TRAILS

7 Strecken, 45 Kilometer: Zwischen Silleren, Hahnenmoos und Adelboden-Dorf warten endlose Abfahrten auf zwei Rädern.



#### TSCHENTENALP

Vom Dorf in 5 Minuten auf 1950 m ü. M. Kein Wunder, locken die Gondeln am Adelbodner Hausberg nicht nur Wanderer, Biker oder Gleitschirmflieger an.

### KANDERSTEG



#### OESCHINENSEE | OESCHINEN LAKE | LAC D'OESCHINEN

Spektakulär wird der Gletschersee von Felswänden und grandiosen Gipfeln umrundet – Ideal zum Rudern, Sommerrodeln und Baden.



**SUNNBÜEL – GEMMIPASS | SUNN-  
BÜEL ET LE COL DE LA GEMMI**  
Einst querten Goethe und Mark Twain den historischen Pass. Deren Spuren lassen sich im legendären Berghotel Schwarzenbach entdecken.



#### ALLMENALP

Ob mit der Bergbahn, durch den Fels oder auf dem Luftweg: Für imposante Aussichten ist auf der Allmenalp gesorgt.

### KIENTAL



#### GRIESALP

Enge Kurven, tosende Wasserfälle, schroffe Felsen: Der abenteuerliche Weg von Kiental hinauf zur Griesalp ist die steilste Postautostrecke Europas.



#### KRISTALLKELLER REICHENBACH LA CAVE AUX CRISTAUX

Das Gebirge ist eine Schatzkammer. An der Dorfstrasse 27 lassen sich die Funde der Strahler aber nicht nur bewundern, sondern auch ersehen.



#### WILDWASSERWEG TSCHINGEL WHITE WATERWAY | CHEMIN DE L'EAU VIVE

Schäumende Wasserfälle warten in der Felsenschlucht zwischen Tschingel und Griesalp. An- und Abreise mit dem Postauto empfohlen, Wanderzeit ca. 2 Stunden.

# Anreise | How to get there

## Arrivée

### Mit dem Auto

By car | En voiture

aus dem Norden und Westen:  
Autobahn A1 via Bern, von dort  
Autobahn A6 bis Spiez, dann  
Hauptstrasse Richtung Frutigen.

aus dem Süden:  
via Domodossola-Iselle-Simplon-  
Brig-Goppenstein, von dort Auto-  
verlad Lötschberg (Goppenstein-  
Kandersteg), ab Kandersteg  
Hauptstrasse nach Frutigen.

### Mit Bahn und Bus

By train and bus | Avec le train  
et le bus

aus dem Norden und Westen:  
via Bern-Frutigen (Bern-Frutigen  
Direkt-Verbindung mit dem  
Lötschberger).

aus dem Süden:  
via Domodossola-Iselle-Simplon-  
Frutigen (Brig-Frutigen: Direkt-  
Verbindung mit dem Lötschberger).



**bbs**  
verbindet.

# Das Ticket für Zugfähige

Mit der BLS ins  
Freizeiterlebnis: [bls.ch](https://www.bls.ch)

## Inhalt A-Z | Content A-Z | Contenu de A à Z

Adventure Park	35
Alpenrundflüge	35
Ärzte	13
Ausflüge	48
Bargeldbezug, Geldwechsel	9,10
Beach Volley	31
Bergbahnen	14
Bibliothek	38
Bike Paradies	33
Brockenstuben	10
Cholerenschlucht	41
Entsorgung	10
Feuerstellen	38
Freibad	29
Geschichtenweg Frutigen	38
Geführte Touren	25
Geschichtenweg Frutigen	38
Gästekarte	8
Gastronomie	46
Gleitschirm	35
Minigolf	31
Hallenbad	29
Hängebrücke Hostalde	42
Info-TV	8
Kinder und Familien	37
Kinderhort	38
Klettern	30
Ludothek	38
Lötschberg-Basistunnel	43
Nordic Walking	30
Parkplätze	9

Pferde	37
Picknickplätze	37
Schwimmen	29
Sehenswert	41
Spielplätze	37
SUP	31
Taxi	10
Tellenburg	41
Tennis	31
Tourist Center	8
Tropenhaus Frutigen	42
Viadukt	41
Wanderpass	20
Wandertipps	17
Wellness, Kosmetik	45
Wichtige Telefonnummern	12
Zündhölzlimuseum Frutigen	43

# Impressum und Kontakt

## Imprint and contact

## Mentions légales et contact

### **INFORMATIONEN UND PREISE**

INFORMATION AND PRICES  
INFORMATIONS ET PRIX

Änderungen für alle Angaben  
und Preise im Ferienbegleiter  
ausdrücklich vorbehalten.

All indicated prices and  
information are subject to  
change without prior notice.

Informations et prix sont  
indiqués sous réserve de  
modifications.

### **HERAUSGEBER**

PUBLISHER | EDITEUR  
Tourismus Adelboden-  
Lenk-Kandersteg

### **REDAKTION**

EDITORIAL TEAM | RÉDACTION  
Corinne von Bergen  
Larissa Huggler  
Dominique Lüthy  
Benjamin Haltmeier

### **KONZEPT, GESTALTUNG**

CONCEPT, DESIGN  
CONCEPT, GRAPHISME  
Tourismus Adelboden-  
Lenk-Kandersteg

### **DRUCK** | PRINT | IMPRESSION

Egger AG, Print und Dialog,  
3714 Frutigen

### **FOTOS** | IMAGES | PHOTOS

Tourismus Adelboden-  
Lenk-Kandersteg  
Anja Zurbrügg  
Christof Sonderegger  
Tropenhaus Frutigen  
Frutigresort

### **AUFLAGE**

CIRCULATION | ÉDITION  
2200 Exemplare

- f** [facebook.com/frutigen.tourismus](https://facebook.com/frutigen.tourismus)
- @** [instagram.com/myfrutigen](https://instagram.com/myfrutigen)
- ▶** [youtube.com/  
adelbodenlenkkandersteg](https://youtube.com/adelbodenlenkkandersteg)  
[meine-berge.ch](https://www.meine-berge.ch)





**Tourismus Adelboden-  
Lenk-Kandersteg**

**Tourist Center Frutigen**  
Untere Bahnhofstrasse 14  
CH-3714 Frutigen  
Tel. +41 (0)33 671 14 21  
frutigen@be-welcome.ch  
frutigen-tourismus.ch

  
**ADELBODEN LENK  
KANDERSTEG**

**MADE IN BERN**