

INFO GUIDE

Summer Sommer 2023



Jungfrau Region 

GIMMELWALD 
SCHILTHORN

MÜRREN 
SCHILTHORN

view | atmosphere | feeling



Eiger Lounge | Restaurant | Tächi Bar

Hotel Eiger, Familie Stähli | Fon: 033 856 54 54 | www.hoteleiger.com



RACHEL ARKIN
RESORT DIRECTOR MÜRREN

NEHMEN SIE SICH ZEIT HERZLICH WILLKOMMEN

Liebe Gäste von Mürren und Gimmelwald

Raum und Zeit schaffen als Kraftquelle zur Erholung ist ein wertvolles Gut. Hoch über dem Lauterbrunnental auf 1650 m ü. M. liegt das autofreie Mürren mit seinem heimeligen Dorfcharakter. Die Dörfer Mürren und Gimmelwald, mitten in der wundervollen Bergwelt des Berner Oberlandes, laden ein zum Verweilen für Ferien und Freizeit. Diese bestehen aus Natur, Bewegung und Gastfreundschaft der einheimischen Bevölkerung und ihren touristischen Leistungsträgern. Sie alle freuen sich über Ihren Besuch.

Nehmen Sie sich Zeit für unvergessliche Erlebnisse gemeinsam mit Ihrer Familie, Freunden oder auch alleine. Gerne informieren Sie die Mitarbeitenden des Tourismusbüros über die vielfältigen Angebote in Mürren, Gimmelwald und der Region.

Danke haben Sie uns als Ihre Destination ausgewählt – wir heissen Sie sehr herzlich willkommen!

VORWORT INTRODUCTION

WARM WELCOME – SLOW THE PACE

Dear guests of Mürren and Gimmelwald

Creating space and time as a source of strength for recreation is a valuable commodity. High above the Lauterbrunnen valley at 1650 m above sea level lies the car-free Mürren with its homely village character. The villages Mürren and Gimmelwald, in the midst of the wonderful mountain world of the Bernese Oberland, invite you to for holidays and leisure. These consist nature, exercise and the hospitality of the of the local population and their service providers. They all look forward to your visit.

Take your time for unforgettable experiences together with your family, friends or even alone. The staff of the tourist office will be pleased to inform you about the various offers in Mürren, Gimmelwald and the region.

Thank you for choosing us as your destination – we extend a very warm welcome to you!

INFO GUIDE SUMMER 2023

HERAUSGEBER PUBLISHED BY
Mürren Tourismus, muerren.swiss

LAYOUT LAYOUT

Jungfrau Region Tourismus AG

GESTALTUNG UND DRUCK DESIGN AND PRINT

Merkur Druck AG, Langenthal



INHALT

CONTENTS

INHALT

CONTENTS

- 06 **WILLKOMMEN**
WELCOME
- 14 **GUT ZU WISSEN**
GOOD TO KNOW
- 24 **EVENTS**
EVENTS
- 26 **TRANSPORT & PÄSSE**
TRANSPORT & PASSES
- 30 **WANDERN**
HIKING
- 36 **ABENTEUER**
ADVENTURE
- 40 **MOUNTAINBIKE**
MOUNTAINBIKING
- 42 **GLEITSCHIRMFLIEGEN**
PARAGLIDING
- 46 **AUSFLÜGE & AKTIVITÄTEN**
EXCURSIONS & ACTIVITIES
- 47 **WOHLBEFINDEN**
WELL-BEING
- 52 **GASTRONOMIE**
GASTRONOMY
- 54 **UNTERKÜNFTE**
ACCOMMODATION
- 57 **VORSCHAU WINTER**
PREVIEW WINTER



WILLKOMMEN IN MÜRREN WELCOME TO MÜRREN

Das Bergdorf Mürren liegt auf 1650m ü.M. und hinterlässt mit seinen braungebrannten Chalets und der atemberaubenden Sicht auf Eiger, Mönch und Jungfrau bei den Besuchern einen bleibenden Eindruck. In Mürren verbringen Sie einen unvergesslichen Urlaub ohne Hektik und Lärm. Fühlen Sie die Einheit mit der Natur, profitieren Sie mit Ihrer Familie das ganze Jahr hindurch von vielfältigen Ausflugs- und Sportmöglichkeiten oder lassen Sie sich im Alpine Spa Mürren von Kopf bis Fuss verwöhnen.

This authentically traditional, traffic free and stressless mountain village at an altitude of 5413ft. will leave an unforgettable image in your memory. The wooden chalets, the breath-taking view of the snow covered Alps and the friendly people welcoming you for a relaxing holiday or an adventurous weekend. Feel in harmony with nature, enjoy the numerous possibilities for excursions and sports activities with your family throughout the year. Be pampered from head to toe in our modern Alpine Spa Mürren.

HÖHE M Ü.M. METERS ABOVE SEA LEVEL

1650

FLÄCHE AREA

10.50 km²

EINWOHNER POPULATION

417

GÄSTEBETTEN GUEST BEDS

1495

VERKEHR TRAFFIC

VERKEHRSFREI TRAFFIC FREE

SPRACHE LANGUAGE

DEUTSCH GERMAN

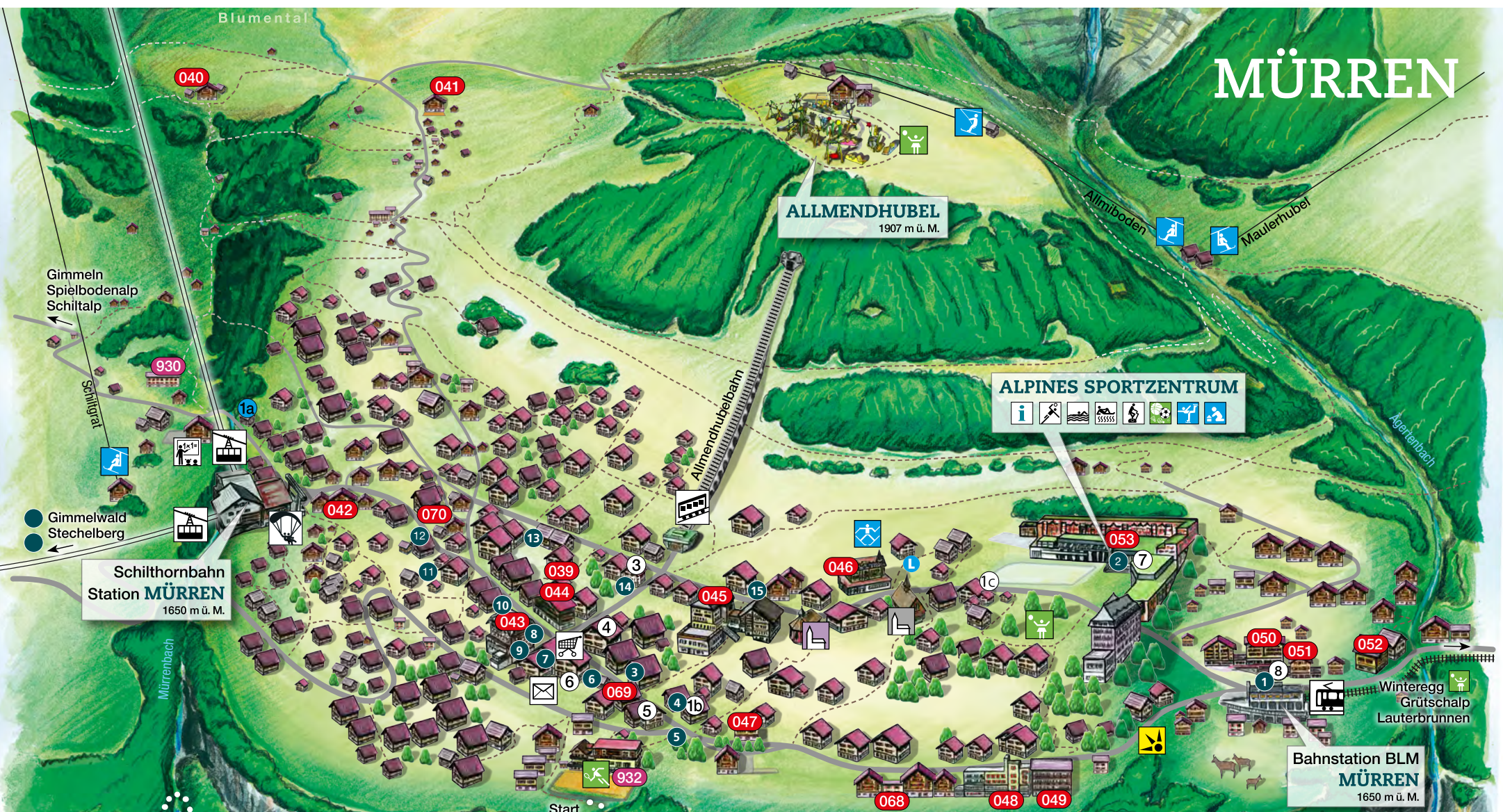
GESCHICHTE

- 1257** Erste schriftliche Erwähnung des Dorfs «Uf dr Muren».
- 1857** Die Bergschaft Winteregg errichtet den Gasthof «Silberhorn».
- 1870** Das Grand Hotel und Kurhaus werden gebaut.
- 1879** Erste Blütezeit. Es gehört zum guten Ton für Adelige, Politiker, Maler und Gelehrte in Mürren Erholung zu suchen.
- 1891** Die Mürrenbahn wird eröffnet.
- 1910** Die Mürrenbahn wird auch im Winter in Betrieb genommen. Spelterini überquert zum ersten Mal die Alpen im Ballon.
- 1912** Die Allmendhubelbahn nimmt ihren Betrieb auf.
- 1922** Hinter dem Hotel Jungfrau flaggt Sir Arnold Lunn das erste Slalomrennen in der Geschichte des alpinen Skisports aus.
- 1923** Der Britische Frauen Ski Club in Mürren wird gegründet.
- 1924** Sir Arnold Lunn gründet in Mürren den Kandahar Ski Club.
- 1928** Das Infernorennen wird ins Leben gerufen. Die Rennstrecke vom Schilthorn nach Lauterbrunnen ist 14.9km lang und hat eine Höhendifferenz von 2170m.
- 1930** In Mürren wird die erste Skischule der Schweiz gegründet.
- 1931** Der britische Skiverband organisiert in Mürren die ersten Alpinen Weltmeisterschaften im Slalom und in der Abfahrt.
- 1937** Am Schiltgrat wird der erste Skilift im Berner Oberland eröffnet.
- 1957** Eröffnung des ersten Alpinen Kurszentrums der Schweiz. Fred Dolder überquert im Ballon die Alpen.
- 1962** Durchführung der ersten Internationalen Ballonsportwochen.
- 1965** Die erste Sektion der Schilthornbahn Stechelberg–Gimmelwald–Mürren wird eröffnet (Initiant Ernst Feuz).
- 1966** Die Schilthornbahn führt bis auf den Gipfel. Länge 6.9km, Höhendifferenz 2103m.
- 1969** Einweihung des Drehrestaurants Piz Gloria, nachdem der James Bond Film «Im Geheimdienst Ihrer Majestät» auf dem Gipfel gedreht worden ist.
- 1983** Eröffnung des Alpinen Sportzentrums.
- 1992** Erster Inferno Halbmarathon Lauterbrunnen–Schilthorn.
- 1993** 50. Inferno Skirennen.
- 1994** Mürren erhält eine Filiale des Schweizer Sportmuseums.
- 1998** 1. Inferno Triathlon Thun–Schilthorn.
- 2003** Das Infernorennen wird zum 60. Mal durchgeführt.
- 2006** Neueröffnung der Luftseilbahn Lauterbrunnen–Grütschalp (Ersatz der Standseilbahn).
- 2008** Erste Amateur-Inter-Club Ski WM.
- 2012** Bauliche Sanierung und Neubau Wellnessanlage im Alpinen Sportzentrum und 100 Jahre Wintersport Mürren.
- 2013** Eröffnung SPY WORLD 007, Schilthorn.
- 2014** Eröffnung SKYLINE WALK auf Birg und FLOWER PARK auf dem Allmendhubel.
- 2015** Eröffnung WALK OF FAME, Schilthorn.
- 2016** Eröffnung THRILL WALK, Birg.
- 2017** Beschneigungsanlage Teil-Skigebiet.
- 2018** Erneuerung CINEMA in der SPY WORLD, Schilthorn.
- 2022** 100 Jahre moderner Slalom by Sir Arnold Lunn

HISTORY

- 1257** The "Village on the Wall" was first acknowledged.
- 1857** Mürren's first inn, 'Silberhorn', opened.
- 1870** 'Grand Hotel Des Alpes' and the 'Kurhaus' were built.
- 1879** Mürren's 'Golden' years. Mürren was 'the' place to visit. Aristocrats, politicians, painters and scholars from all over Europe visited Mürren.
- 1891** Inauguration of the Lauterbrunnen–Mürren railway.
- 1910** The Mürren Railway's first winter season. Spelterini made the first balloon crossing of the Alps from Mürren.
- 1912** Opening of the Allmendhubel Funicular.
- 1922** Sir Arnold Lunn set the first alpine ski race behind Hotel Jungfrau.
- 1923** The British Ladies Ski Club was founded in Mürren.
- 1924** The Kandahar Ski Club was founded in Mürren by Sir Arnold Lunn.
- 1928** First Inferno Race (Schilthorn–Lauterbrunnen). Distance 14.9km, altitude difference 2170m.
- 1930** Switzerland's first ski school was founded in Mürren.
- 1931** 'The Ski Club of Great Britain' organised the first Alpine Ski World Championship in downhill and slalom racing in Mürren.
- 1937** Opening of the 'Schiltgrat', first ski lift in the Bernese Oberland.
- 1957** Switzerland's first alpine training center opened in Mürren. Fred Dolder traversed the Alps by balloon.
- 1962** Mürren's first international Ballooning Week.
- 1965** The Schilthorn cable-way (Stechelberg–Mürren) inaugurated. Man in charge was Ernst Feuz of Mürren.
- 1966** Completion of the top section of the Schilthorn cable way. Distance 6.9km, altitude difference 2103m.
- 1969** The revolving restaurant 'Piz Gloria' on the Schilthorn opened. The James Bond Film 'On Her Majesty's Secret Service' was filmed during the same year.
- 1983** Opening of the Alpine Sports Centre.
- 1992** First Inferno Half-Marathon Lauterbrunnen–Schilthorn.
- 1993** 50th Inferno Ski Race.
- 1994** Opening of the Swiss Sports Museum in Mürren.
- 1998** First Inferno Triathlon Thun–Schilthorn.
- 2003** 60th Inferno Ski Race.
- 2006** Reopening of the cable car Lauterbrunnen–Grütschalp (replacing the funicular).
- 2008** 1st Amateur Inter-Club Ski Championship.
- 2012** Structural renovation and new spa at the Alpine Sports Centre and 100 years of wintersports in Mürren.
- 2013** Opening of the SPY WORLD 007.
- 2014** Opening of the SKYLINE WALK on Birg and FLOWER PARK on Allmendhubel.
- 2015** Opening 007 WALK OF FAME.
- 2016** Opening of THRILL WALK, Birg.
- 2017** Creation of artificial snow area.
- 2018** Renewal CINEMA in the SPY WORLD, Schilthorn.
- 2022** 100 years modern slalom by Sir Arnold Lunn.

MÜRREN



ALPINES SPORTZENTRUM

Schilthornbahn Station MÜRREN
1650 m ü. M.

Bahnstation BLM MÜRREN
1650 m ü. M.

**HOTELS, GRUPPEN-
UNTERKÜNFTE GROUP
ACCOMMODATION**

- 040 Pension Suppenalp
- 041 Restaurant-Hotel Sonnenberg
- 930 Jugendpavillon
- 932 Sportchalet

HOTELS / RESTAURANTS

- 039 Skyline Shop & Bar
- 042 Alpenruh HHH
- 043 Regina HHHHH
- 044 Blumental HHH
- 045 Bellevue HHH
- 046 Jungfrau HHH
- 047 Café LIV
- 048 Edelweiss HHHH
- 049 Alpina HH
- 050 Eiger HHHH
- 051 Eiger Guesthouse HHHHH
- 052 Alpenblick HH
- 053 Sportkiosk
- 068 Tham's Snack
- 069 Restaurant Stägerstübli
- 070 alti metz

GESCHÄFTE SHOPS

- 1a Intersport Mürren Sportshop und Vermietung
- 1b Sportshop und Vermietung
- 1c Sportshop und Vermietung
- 3 Photo Shop
- 4 Abegglen Sport Shop and Sports Rental
- 5 Exile on Mainstreet/ Piz Gloria Shop
- 6 Alpine Style Mürren Shop
- 7 FEWO Service
- 8 Mimi's Shop

PIKTOGRAMME ERKLÄRUNG LEGEND

- Tourist Information
- Post Post office
- COOP Lebensmittel Grocery store
- Schule School
- Alpines Sportzentrum Alpine Sports Centre
- Hallenschwimmbad Indoor swimming pool
- Wellness
- Fitness
- Tandem-Paragliding
- Tennis
- Klettersteig Via ferrata
- Ball Sport
- Kinderspielplatz Children's playground
- Feuerstelle BBQ
- Luftseilbahn Station Cable car station
- Standseilbahn Station Funicular railway station
- Bahnhof Train station
- Schweizer Skischule Swiss Ski School
- Kinderparadies Day Care & Nursery
- Kunsteisbahn, Curling Open air ice rink, Curling
- Sesselbahn/Skilift Chairlift/ski lift
- Katholische Kirche Catholic church
- Protestantische Kirche Protestant church
- Aussichtspunkt Gemsen View point chamois

Mini Museum Stationen

Nur Sommersaison Summer season only

Nur Winteraison Winter season only



WILLKOMMEN IN GIMMELWALD WELCOME TO GIMMELWALD

Von Mürren aus führt eine schmale Bergstrasse nach Gimmelwald, das auf 1367 m ü.M. liegt und ein ursprünglich erhaltenes Bergbauerdorf ist. Seine Bewohner pflegen engen Kontakt mit Natur und Tier und diese Verbundenheit zeigt sich im ganzen Dorf mit seinen liebevoll geschmückten Chalets und den Käsespeichern. Die einheimischen Bauernfamilien verkaufen ihre Produkte aus Haus, Feld und Garten direkt ab Hof und in Mürren.

A small mountain road leads down to the authentic mountain village of Gimmelwald at 4485 ft. where most of the inhabitants are farmers. Their daily life is determined by a close link to nature and animals, evidenced by the carefully decorated houses and the numerous wooden huts where cheese is stored. The local farmers sell their produce directly from their farms or at the market in Mürren.

HÖHE M Ü.M. METERS ABOVE SEA LEVEL

1367

FLÄCHE AREA

30.40 km²

EINWOHNER POPULATION

103

GÄSTEBETTEN GUEST BEDS

178

VERKEHR TRAFFIC

VERKEHRSFREI TRAFFIC FREE

SPRACHE LANGUAGE

DEUTSCH GERMAN

GESCHICHTE

- 1300–1400** Im Zuge der Waiserwanderungen wurde das hintere Lauterbrunnental vom Lötschental her besiedelt. In alten Urkunden wurden die Einheimischen von Gimmelwald und Mürren die «Lötscher» genannt.
- 1346** Eine der frühesten Erwähnungen des Dorfes Gimmelwald findet man in einer Urkunde, in welcher Freiherr Peter zum Turme von Niedergesteln im Wallis seine Besitzungen im Lauterbrunnental an das Kloster Interlaken verkaufte.
- 1638** Wurde in der «Schmelzi» südlich von Zweiiltschinen ein Hochofen gebaut, der heute am rechtsufrigen Wanderweg von Lauterbrunnen nach Zweiiltschinen noch zu sehen ist. Eisenerz wurde vor allem beim Dürlocherhorn, oberhalb Kriegsmahd, südlich vom Rottalgietscher abgebaut und mit Schlitten und Karren bis zur Schmelzi transportiert. Der Bergwerkbetrieb dauerte bis 1715.
- 1705–1805** Wurde in Trachsellauenen ein Bergwerk betrieben. In mehreren Stollen wurde silberhaltiger Bleiglanz und Zinkerz abgebaut und verarbeitet. Der dazugehörige Hochofen wurde im Jahr 1931 von einer Lawine zerstört. Erhaltene Ruinen sind in Trachsellauenen zu besichtigen.
- Ab 1700** Wurde Flachs und Getreide angepflanzt. Es wurde gesponnen und gewoben. Erst im 18. Jahrhundert pflanzte man Kartoffeln an, welche bis zum Ende des 2. Weltkrieges als Hauptnahrungsmittel dienten und auch heute eine Rolle spielen bei der Ernährung der bäuerlichen Bevölkerung.
- 1789** Eröffnet Gimmelwald eine eigene Schule mit 20 Schülern.
- 1869** Wurde das Hotel Schilthorn gebaut.
- 1871** Philosoph Friedrich Nietzsche und seine Schwester verbringen ihren Sommerurlaub im Hotel Schilthorn. Fremdenverkehr bringt Verdienst ins Dorf. Kies für den Hotelbau in Mürren wurde in der Sefinenlüttschine entnommen und in Säcken nach Mürren getragen. Lohn für eine Bürde: 1CHF. Es brauchte Bergführer und Träger. Vornehme Gäste liessen sich auf dem Tragstuhl bis aufs Schilthorn tragen.
- 1890** Eröffnung des Betriebes der Berner Oberland Bahnen BOB von Interlaken nach Lauterbrunnen und Grindelwald.
- 1891** Eröffnung der Bahn Lauterbrunnen–Mürren BLM.
- 1965** Die Schilthornbahn erschliesst Gimmelwald. Sie bringt der Bevölkerung des Dorfes viel Erleichterung und Bequemlichkeit, eine Entwicklung des Fremdenverkehrs, bessere Frequentierung der Gaststätten und Ferienwohnungen. Lehrlinge können täglich zur Familie zurückkehren. Bewohner können ihrer Arbeit auch im Tal und bis nach Interlaken nachgehen. Besuch der Sekundarschule in Lauterbrunnen wurde ermöglicht. Die Abwanderung und das befürchtete Aussterben des Dorfes wurde gestoppt.

HISTORY

- 1300–1400** During the Waiser migrations, settlers arrived in the upper part of the Lauterbrunnen valley from the Lötschen Valley. Birth and death certificates at the time refer to the residents of Gimmelwald and Mürren as 'Lötscher'.
- 1346** Gimmelwald was first mentioned in documents referring to the sale of the estate of Baron Peter von Turme of Niedergesteln in Wallis (the Valais) to the monastery in Interlaken.
- 1638** In this year a blast furnace was built at the foundry south of Zweiiltschinen. The foundry can still be seen on the path to the right hand side of the river between Lauterbrunnen and Zweiiltschinen. It was mainly iron ore which was mined at Dürlocherhorn above Kriegsmahd south of the Rottal Glacier and then transported to the foundry by cart or sledge. The mine was in operation until 1715.
- 1705–1805** During this period, a mine was operated at Trachsellauenen. Lead ore which contained silver and zinc ore was mined in several chambers and then processed. The blast furnace at the mine was destroyed 1931 by an avalanche, the ruins of which can still be seen at Trachsellauenen.
- From 1700** Previously corn and flax, which was spun and woven, were grown. In the 18th century potatoes were first planted and were the most important foodstuff of the villagers until the end of the Second World War. Even now they are still a major part of the diet of an agricultural community.
- 1789** Gimmelwald has had its own school with 20 students.
- 1869** Hotel Schilthorn was built.
- 1871** The german philosopher Friedrich Nietzsche and his sister spent their summer holiday at the Hotel Schilthorn. Tourism brought a lot of income to the village. Gravel to build the hotels was taken from the Sefinenlüttschine river and carried in Mürren in bags. The payment for this heavy load was one franc. Mountain guides and porters were required to carry noble guests on sedan chairs up to the Schilthorn.
- 1890** The BOB Bernese Oberland Railway began its service between Interlaken, Lauterbrunnen and Grindelwald.
- 1891** Opening of the BLM funicular Lauterbrunnen–Mürren.
- 1965** The Schilthorn cableway made Gimmelwald accessible. The population benefited from the convenience it brought. It contributed significantly to the increase in tourism and business for the restaurants and holiday apartments. It also meant that apprentices could return home on a daily basis and residents could take jobs in Interlaken. It also became possible for pupils to attend the secondary school in Lauterbrunnen. Migration away from the village was stopped and the feared dying out of the village prevented.

GIMMELWALD



UNTERKUNFT ACCOMMODATION

- 1 Mountain Hostel
- 2 Pension Gimmelwald
- 3 Esther's Guesthouse
- 4 Olle & Maria's B&B
- 5 Chalet Eschen
- 6 Chalet Anneli
- 7 Chalet Max
- 8 Chalet Keller

GIMMELWALD SPEZIALITÄTEN SPECIALITIES FROM GIMMELWALD

- 1 2 Frische Lebensmittel vom Bauernhof
Fresh farm products
- 3 Handgearbeitete
Produkte Handicrafts
- 4 Honesty Shop



PIKTOGRAMME ERKLÄRUNG LEGEND

- | | | |
|------------------------------|---|--|
| Restaurant | Geeignet für Kinderwagen
Suitable for children's bushchair | Skilift |
| Aussichtspunkt
View point | Klettersteig / Klettergarten
Via ferrata / Climbing crag | Start Schneeschuhtrail
Start snowshoe trail |
| Luftseilbahn
Cableway | Kinderspielplatz
Children's playground | Nur in der Sommersaison
Summer season only |
| Jogging trail | Molchenteich Salamander pond | Nur in der Wintersaison
Winter season only |
- Wanderweg / Bergweg Hiking trail / Mountain trail
 Mini Museum Stationen

GUT ZU WISSEN

GOOD TO KNOW



GUT ZU WISSEN

Mürren and Gimmelwald sind autofreie Bergdörfer. Dieser Info Guide vermittelt Ihnen wichtige Informationen über die Dörfer Mürren und Gimmelwald.

GOOD TO KNOW

Mürren and Gimmelwald are car free villages, which makes them special. This Info Guide gives you important information about the villages Mürren and Gimmelwald.

MÜRREN TOURISMUS

Tourismusbüro Tourist Office
Täglich Daily
10.04. – 30.06.23
09.00 – 12.00 und 13.00 – 17.15 Uhr
01.07. – 15.10.23
9.00 – 12.00 und 13.00 – 18.30 Uhr
Alpines Sportzentrum Mürren · T 033 856 86 86
info@muerren.swiss
muerren.swiss

Informationen zu Hotelzimmern und Ferienwohnungen, Verkauf von Bergbahn & Adventure Tickets, Organisation und Ticketverkauf für Veranstaltungen, Verkauf von Wanderkarten & Büchern sowie Organisation von Seminaren, Kongressen und Gruppenausflügen, Fundbüro, usw.

Information about hotels and apartments, tickets sales for lifts, adventures, events, hiking maps & books, arrangements for seminars, conferences and group excursions, Lost & Found, etc.

SOCIAL MEDIA

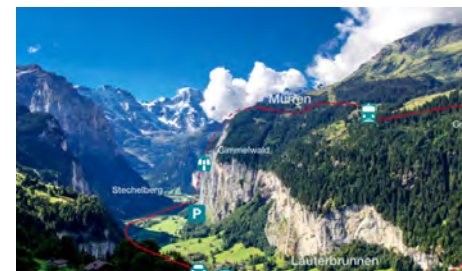


LINKS

- › muerren.swiss
- › gimmelwald.ch
- › schilthorn.ch
- › jungfrau.ch

ANREISE

HOW TO GET THERE



Sie erreichen den höchstgelegenen bewohnten Ort im Berner Oberland: Über Lauterbrunnen mit der Mürrenbahn BLM oder von Stechelberg mit der Schilthornbahn LSMS.

The highest inhabited village of the Bernese Oberland (altitude 1650m above sea level) can be reached from Lauterbrunnen by cable car and train, or from Stechelberg by cable car.

PARKIEREN PARKING

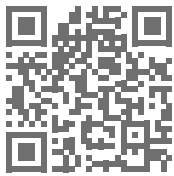
PARKHAUS LAUTERBRUNNEN PARKING LAUTERBRUNNEN

T 033 828 74 00
• jungfrau.ch

Sie finden das Parkhaus Lauterbrunnen beim Eingang des Dorfes, vor dem Bahnhof Lauterbrunnen. Parkplätze können online reserviert werden.

The Lauterbrunnen car park is located at the outskirts of the village, just before the train station. Parking spaces may be reserved online.

GEBÜHREN RATES



PARKPLATZ BEI DER KIRCHE LAUTERBRUNNEN

PARKING AT THE CHURCH LAUTERBRUNNEN

GEBÜHREN RATES

- | | |
|----------------------------------|---------------------------|
| » 1h–4h | CHF 1.50/Std. hour |
| » ab from 5–12h | CHF 1/Std. hour |
| » 12–24h | CHF 14 Pauschal flat rate |
| » 8–12h | CHF 8 Pauschal flat rate |
| » vor from 12–24h | CHF 14/Tag day |
| » ab dem 8. Tag from the 8th day | CHF 11/Tag day |

PARKPLATZ SCHILTHORNBAHN PARKING SCHILTHORN CABLE CAR STATION

T 033 856 21 42
• schilthorn.ch

Sie finden den Parkplatz bei der Schilthornbahn Station in Stechelberg.

There is a car park at the Schilthorn Cable Car Station in Stechelberg.

FERIENGÄSTE HOLIDAY GUESTS

Wir empfehlen Feriengästen das 7-, 14- bzw. 30-tägige Vorauszahlungsticket. Die Gäste nehmen bei der Einfahrt ein Ticket und gehen damit zum Kasenautomaten. Vor Einführung des Tickets wählt der Gast die Taste Vorauszahlungsticket und bezahlt den verlangten Betrag. Sein Ticket ist nun umkodiert und erlaubt ihm, während 7, 14 oder 30 aufeinander folgenden Tagen beliebig oft ein- und auszufahren. Bei der Ausfahrt gibt der Ausfahrtskontrollautomat dieses Ticket jeweils wieder zurück.

We recommend that holiday guests purchase a 7, 14 or 30 day pre-paid ticket. Take a ticket on entering the car park, go to the automatic payment machine, select the pre-paid option and pay the requested amount. The ticket is then validated to allow unrestricted exit and access to the car park for a period of 7, 14 or 30 days respectively. The ticket must be inserted into the exit ticket machine and is automatically reissued each time the holder exits the car park.

GEBÜHREN RATES



HOMEMADE PIZZAS AT MOUNTAINHOSTEL GIMMELWALD

BEST VIEWS INCLUDED

OPEN SUMMER & WINTER

PIZZA DAILY 12:00 – 21:00, BAR OPEN UNTIL LATE
BEST COCKTAILS, FRIENDLIEST VIBES, LIVE MUSIC

WWW.MOUNTAINHOSTEL.COM





VERKEHRSFREIE DÖRFER

Mürren und Gimmelwald haben keinen Anschluss an das öffentliche Strassennetz und sind verkehrsfrei. Für die tägliche Ver- und Entsorgung hat die Gemeinde Sonderbewilligungen an Transport- und Baugewerbe sowie alle Handwerksbetriebe erteilt und ein Verkehrsreglement ausgearbeitet. Die landwirtschaftlichen Betriebe fallen nicht unter das Reglement und dürfen nach Bedarf fahren.

Wenn Sie sich als Gast über die einzelnen Autos in den Dörfern ärgern, so bedenken Sie bitte, dass auch in verkehrsfreien Dörfern Lebensmittel und Heizöl an ihren Bestimmungsort gebracht werden müssen. Auch Sie können Ihren Beitrag dazu leisten, helfen Sie mit, die Fahrten für Gepäck und Personen auf ein absolutes Minimum zu beschränken. Für Gepäck- und Gütertransporte stehen an den beiden Bahnstationen Handwagen oder Transport-schlitten bereit, die gegen eine Depotgebühr von CHF 20 benützt werden können. Bitte beachten Sie auch das «SBB Gepäck-Special». In Mürren können Sie damit das Gepäck von Ihnen zu Hause bis zum Hotel oder zur Ferienwohnung liefern lassen. Wir danken Ihnen für Ihre Unterstützung der autofreien Dörfer Mürren und Gimmelwald.

TRAFFIC FREE VILLAGES

There are no roads for public access to Mürren and Gimmelwald and both villages are traffic free. Nevertheless there are special permits granted by the local authority for transport and construction companies and local trades to deliver goods and waste disposal. Traffic laws apply to all vehicle owners except farmers who are permitted to drive as and when necessary.

If you get irritated by village traffic, please bear in mind that heating fuel, food and drinks must be delivered to the shops and hotels. You may ease traffic by using the luggage trolleys available free of charge (with a CHF 20 deposit) to transport your own luggage to your accommodation. Please note the «SBB luggage special». Have your luggage delivered from home to your hotel or holiday apartment in Mürren. This will help to keep Mürren and Gimmelwald as traffic free as possible. Thank you for your support.

KURTAXEN & GOLDENCARD

Jeder in Mürren und Gimmelwald weilende Gast ist zur Entrichtung der Kurtaxe und der kantonalen Beherbergungsabgabe verpflichtet. Diese ist in den Hotels /Pensionen immer mit der Zimmerrechnung zu begleichen und wird bei Ferienwohnungen je nach Vertrag zur Wohnungspauschale erhoben. Als Gegenleistung bekommen Sie eine Goldencard. Mit dieser erhalten Sie in der ganzen Jungfrau Region in diversen Geschäften, bei Miete oder Kauf Rabatte und teilweise sogar Gratiseintritte. Verlangen Sie die Goldencard an der Hotelrezeption oder bringen Sie den Anmeldeschein vom Ferienwohnungsvermieter am Schalter der Tourist Information vorbei. Mit den Kurtaxen wird die touristische Infrastruktur sowie das Gästenangebot finanziert. Sie sind ein wichtiger Beitrag für das gesamte Erlebnis vor Ort.

LEISTUNGEN MIT DER GOLDENCARD

- » Alpines Sportzentrum Mürren, Gratis: Hallenbad
Reduktion für SPA, Fitness,
Outdoor Whirlpool
- » Kurzbesichtigung des Elektrizitätswerks EWL
Zentrale Stechelberg

KURTAXE MÜRREN

- » Erwachsene CHF 4.60/Nacht
- » Kinder 6–16 Jahre CHF 2.40/Nacht

Kinder unter 6 Jahren sind von der Bezahlung der Kurtaxe befreit.

KURTAXE GIMMELWALD

- » Erwachsene CHF 2.10/Nacht
- » Kinder 6–16 Jahre CHF 1.60/Nacht

Kinder unter 6 Jahren sind von der Bezahlung der Kurtaxe befreit.

VISITOR'S TAXES & GUEST CARD

The visitors' tax and the accommodation tax are compulsory for every guest staying in Mürren and Gimmelwald. In the hotels and pensions the visitors' tax is paid with your room bill. For guests in holiday apartments the tax may be included in the rental fee depending on the contract. The payment of the visitors' tax entitles you to the local Goldencard, offering discounts in some shops and rental outlets in the Jungfrau Region, as well as free entrance at some venues. Please ask at the hotel reception for the Goldencard or bring the registration form provided by your landlord to the Tourist Office to get the card.

BENEFITS WITH YOUR GOLDENCARD

- » Alpine Sports Centre Mürren, free entry to indoor swimming pool. Reduction for SPA, Fitness, Outdoor Whirlpool
- » Visit to EWL Stechelberg HQ

VISITOR'S TAX MÜRREN

- » Adults CHF 4.60/night
- » Children 6–16 years CHF 2.40/night

Children under 6 years are exempt from local tax payments.

VISITORS TAX GIMMELWALD

- » Adults CHF 2.10/night
- » Children 6–16 years CHF 1.60/night

Children under 6 years are exempt from local tax payments.

» **NOTRUF & ÄRZTE** EMERGENCY & DOCTORS

FEUERWEHR FIRE STATION



118

SANITÄT NOTRUF MEDICAL EMERGENCY



144

POLIZEI NOTRUF POLICE EMERGENCY



117

RETTUNGSFLUGWACHT AIR RESCUE



1414

ALPINE RETTUNG BERN SEKTION LAUTERBRUNNEN

T 033 855 45 55

REGIONALSPITAL INTERLAKEN HOSPITAL

T 033 826 26 26

NOTFALLDIENST ACCIDENT & EMERGENCY DOCTOR

T 033 856 26 26

ARZTPRAXIS LAUTERBRUNNEN DOCTOR'S SURGERY

Caremed Praxis · Dokterhuus · 3822 Lauterbrunnen · T 033 856 26 26

STANDORTE DEFIBRILLATOREN AED

LOCATION OF DEFIBRILLATORS AED

Alpines Sportzentrum Mürren Alpine Sports Centre Mürren
Schilthornbahn Stationen Stechelberg, Gimmelwald, Birg, Schilthorn
Schilthorn cableway station in Stechelberg, Gimmelwald, Birg, Schilthorn
Bergstation Allmendhubel Allmendhubel Station Altes Schulhaus
Gimmelwald Old schoolhouse Gimmelwald Altes Schulhaus
Mürren Old schoolhouse Mürren Grütschalp Station BLM Im Falle
eines Notfalls im Gebiet liefert die Feuerwehr 118 einen Defibrillator
In case of an emergency in the area, the fire service 118 delivers a
defibrillator

» **BAHNHÖFE** TRAIN STATIONS

ALLMENDHUBELBAHN TALSTATION 09.00–17.00h	T 033 856 88 80	» schilthorn.ch
BLM LAUTERBRUNNEN 07.30–12.20h/13.30–17.00h	T 033 828 70 38	» jungfrau.ch
BLM MÜRREN 07.35–11.55h/13.35–16.45h	T 033 828 74 38	» jungfrau.ch
SCHILTHORNBAHN MÜRREN 07.35–17.25h	T 033 856 21 44	» schilthorn.ch
SCHILTHORNBAHN STECHELBERG 07.05–18.55h	T 033 856 21 42	» schilthorn.ch
SCHILTHORNBAHN GIMMELWALD 14.00–16.30h	T 033 856 21 43	» schilthorn.ch
SCHILTHORNBAHN STECHELBERG HEAD OFFICE 08.00–12.00h/13.30–17.00h	T 033 826 00 07	» schilthorn.ch

» **GEPÄCKTRANSPORT IN MÜRREN** TRANSPORT

FEUZ MARKUS TRANSPORT, MÜRREN	T 033 855 18 70
SBB GEPÄCKSERVICE	» sbb.ch/gepaeck
STÄGER TRANSPORT, MÜRREN	T 033 855 24 80

» **FLUGHAFEN TRANSFER** AIRPORT TRANSFER

JUNGFRAU TAXI, WENGEN	T 079 334 41 31	T 079 336 15 15
TAXI GERTSCH, STECHELBERG	T 033 855 12 64	

» **GEMEINDE & FUNDBÜRO** MUNICIPALITY & LOST AND FOUND

GEMEINDE LAUTERBRUNNEN	T 033 856 50 50	» lauterbrunnen.ch
Mo: 08.00 - 11.30 Uhr, 13.30 - 18.00 Uhr Di: 08.00 - 11.30 Uhr, geschlossen Mi & Do: 08.00 - 11.30 Uhr, 13.30 - 16.30 Uhr Fr: 08.00 - 15.00 Uhr		
MÜRREN TOURISMUS	T 033 856 86 86	» muerren.swiss
Täglich/ Daily 10.04.–30.06.23, 9.00–12.00 und 13.00–17.15 Uhr · 01.07. – 15.10.23, 9.00–12.00 und 13.00–18.30 Uhr		

» **KIRCHEN** CHURCHES

EVANGELISCH-REFORMIERTE KIRCHE PROTESTANT CHURCH	T 033 855 46 13	» kg-lauterbrunnen.ch
KATHOLISCHE KIRCHE CATHOLIC CHURCH	T 033 826 10 80	» kathbern.ch

» **INTERNET**

SPORTZENTRUM MÜRREN FREE WIFI Mo–So Mon–Sun	T 033 856 86 86	» sportzentrum-muerren.ch
WIFI POCKET RENTAL bei at Mürren Tourismus	T 033 856 86 86	» travelerswifi.com

» **WÄSCHEREI** LAUNDERETTE

HOTEL BELLEVUE SELF SERVICE · CHF 5.00 · 24/7	T 033 855 14 01	» bellevuemuerren.ch
--	-----------------	--

» **SPORTGESCHÄFTE IN MÜRREN** SPORTS SHOPS IN MÜRREN

INTERSPORT MÜRREN-SCHILTHORN CHALET ENZIAN	T 033 855 23 55	» intersport-muerren.ch
Täglich Daily 09.00–12.00 Uhr 13.00–18.00 Uhr		
INSPORT MÜRREN-SCHILTHORN RENT & COFFEE BAR	T +41 33 855 21 88	
Täglich 08.30-17.30 Uhr		

» **ESSWAREN IN MÜRREN** GROCERIES IN MÜRREN

COOP	T 033 225 29 70	» coop.ch
bis 30.10.2023 Mo–Fr Mon–Fri 08.00–18.30h · Sa–Son Sat–Sun 08.00–18.00h		
ALTI METZG	T 033 252 88 17	» alti-metzg.ch

» **DIVERSE EINKAUFSMÖGLICHKEITEN IN MÜRREN** SHOPPING IN MÜRREN

ABEGGLEN SPORT Täglich Daily 09.00–17.00h	T 033 855 12 45	» skirental-muerren.com
ALPINE STYLE	T 076 559 50 72	» alpinestylemuerren.ch
Ende Mai–20. Oktober End of May–20th of October · Mo–Sa Mon–Sat 11.00–17.30h · So Sun 12.00–16.30h		
ALTI METZG	T 033 252 88 17	» alti-metzg.ch
BIJOUTERIE SONDEREGGER JEWELERS Nach Vereinbarung on request	T 033 855 12 26	» bijouterie-sonderegger.ch
EXILE ON MAIN STREET BOUTIQUE & MUSEUM Täglich Daily 10.00–18.00h	T 076 460 38 25	» piz-gloria.com
FOTO SHOP GERTSCH Täglich Daily 09.00–18.00h	T 033 855 22 14	
MIMI'S SHOP Bitte Anschlag beachten please consult the notice	T 033 856 54 54	
SKYLINE SHOP & BAR MÜRREN Täglich Daily 07.30–19.00h	T 033 856 88 50	» schilthorn.ch
SKYLINE TOP SHOP PIZ GLORIA	T 033 856 88 51	» schilthorn.ch
Täglich Daily 08.00–17.45h		
ALPCHÄSEREI STAUBBACH	T 079 641 62 10	» schilthorn.ch
Täglich Daily von Anfang Juni- Ende September 2023, 9.00- 17.00 Uhr beginning of June till end of september, 9 am- 5 pm		

Stäger Transporte AG

Heizöl & Getränke



3825 Mürren
Telefon 033 855 24 80



VON ALLMEN BAU AG

Beim Brunnen, 3825 Mürren
Telefon 033 856 01 01, Fax 033 856 01 02
info@vonallmenbau.ch

AIR-GLACIERS

**FÜR SIE DA, WO UND WANN
SIE UNS BRAUCHEN.**

Rundflüge, Taxiflüge, Rettung,
Transportflüge.

**HERE FOR YOU,
WHENEVER YOU NEED US.**

Scenic, taxi, rescue and transport flights.

T: +41 33 856 05 60 E: agl@air-glaciers.ch

Rundflug ab
Scenic flight from

204.- CHF
/Pers.

AIR-GLACIERS.CH



» **DIVERSE EINKAUFSMÖGLICHKEITEN IN GIMMELWALD SHOPPING IN GIMMELWALD**

HONESTY SHOP GIMMELWALD Täglich Daily 09.00–18.00h T 033 855 17 30

MISCHMASCH URSULA VON ALLMEN Bitte Anschlag beachten Please see notice

» **GEWERBE IN MÜRREN & GIMMELWALD MÜRREN & GIMMELWALD BUSINESSES**

EWL Elektrizitätswerk Electrical work T 033 856 25 50 » ewl.ch

FERIENWOHNUNGSSERVICE MÜRREN Holiday Apartment Services T 079 563 11 79 » fewo-services.ch

FEUZ 3 GMBH Malerei & Gerüstbau Painting & Scaffolding T 033 855 15 86 » feuz3.ch

KOLB+WALTHER AG Spenglerei, Sanitär, Heizung Plumbing Heating T 033 855 16 30 » kolbwalther.ch

MECHANISCHE WERKSTÄTTE FRANZ WENGER Mechanical Services T 033 855 10 10

TOP APARTMENTS Ferienwohnungsservice Holiday Apartment Services T 033 855 37 06 » topapartments.ch

DASGEID!GMBH Holzbau, Bedachungen Construction Work T 079 519 42 66 » dasgeid.ch

VON ALLMEN BAU AG Hoch- und Tiefbau Construction Work T 033 856 01 01

WALTER BRUNNER Tiefbau- und Sprengarbeiten Construction Work T 079 276 26 03 » brunnerwalter.ch

STÄGER TRANSPORT T 033 855 24 80

FEUZ MARKUS TRANSPORT T 079 276 26 03



EVENTS EVENTS

JULI JULY

» SKICHILBI GIMMELWALD 02.

Das gemütliche Dorffest von Gimmelwald mit viel Folklore und Tradition
The cozy village festival of Gimmelwald with lots of folklore and tradition.

» muerren.swiss

AUGUST AUGUST

» 1. AUGUST 01.

1. August Feier mit musikalischer Unterhaltung
1st August celebration with musical entertainment

» muerren.swiss

» DORFFEST MÜRREN 04. – 06.

Die ganze Dorfbevölkerung und Gäste sind drei Tage auf den Beinen, um das traditionelle Dorffest zu feiern.
The village festival Mürren is a tradition – do not miss the parade on Sunday afternoon.

» muerren.swiss

» INFERNO TRIATHLON 18./19.

Das unvergleichbare Naturerlebnis in einer einmaligen Bergwelt und die familiäre Stimmung machen den INFERNO zu einem der eindrucklichsten Wettkämpfen. Sport vor der schönsten Kulisse der Welt.
The unique experience in the mountain world of the Bernese Oberland and the relaxed atmosphere, make the INFERNO a most impressive competition. Events take place against a beautiful backdrop.

» inferno.ch

OKTOBER OCTOBER

» CHÄSTEILET WINTEREGG 01.

Jedes Jahr zum Ende der Alpsaison wird der hergestellte Käse im festlichen Rahmen unter den Bauern der jeweiligen Alpschaft aufgeteilt.

Every year at the end of the Alpine summer, the cheese that has been produced is divided between the Alp's farmers.

» muerren.swiss

oben weiss

100 Jahre Tourismusplakate
in den Dörfern Mürren und Wengen

08.04.2023 –
30.11.2024
in Mürren

unten grün
Doppelausstellung aus
dem Lauterbrunnental

Ausstellungsschwerpunkte
Die Ausstellung wird bei 18 Stationen gezeigt.

Exhibition focus
The exhibition is shown at 18 locations.
See plan on the following page

3
Einführung

3
Introduction

10
Eiger, Mönch und Jungfrau

10
Eiger, Mönch and Jungfrau

1 15 17
Bequem anreisen:
Die touristische Erschliessung
der Berge

1 15 17
Travelling comfortably in the
Alps: The tourist development of
the mountain world

4 5 9 11 12 13 14 16
Die Alpen bewerben

4 5 9 11 12 13 14 16
Promoting the Alps

2
Spielplatz Alpen

2
Playground Alps

7 8 15

7 8 15
The Alps are getting cheaper

Die Alpen werden billiger

SIEHE PLAN SEITE 8 UND 12

Oben weiss – Unten grün
100 Jahre Plakatkunst, eine Bildgeschichte des
Tourismus im Lauterbrunnental

Doppelausstellung in Mürren und Wengen
In Zusammenarbeit mit den Tourismusdestinationen
Jungfrau Region, Tourismus Wengen, Tourismus
Mürren und Minimuseum Mürren

Mürren:
Die Ausstellung findet vom 08.04.2023 bis
30.11.2024 im ersten Schweizer Schaufenster-
museum statt.

Wengen:
Die Ausstellung findet vom 08.04.2023 bis
31.10.2023 statt.

Begleitprogramm und Audiointerviews auf:
minimuseummuerren.ch

White above – green below
100 years of poster art, a pictorial history of
tourism in the Lauterbrunnen Valley

Double show in Mürren and Wengen
In cooperation with the tourism destinations
Jungfrau Region, Tourismus Wengen, Tourismus
Mürren and Minimuseum Mürren

Mürren:
The exhibition will take place from April 8th, 2023
to November 30th, 2024 in the first Swiss showcase
museum.

Wengen:
The exhibition will take place from April 8th, 2023
to October 31st, 2023.

**Accompanying program and audio interviews
on:** minimuseummuerren.ch



TRANSPORT & PÄSSE

TRANSPORT & PASSES



TRANSPORT & PÄSSE

Im Sommer gibt es in der gesamten Jungfrau Region viel zu erkunden. Finden Sie die passende Lösung im Angebot an Transportpässen und holen Sie das Beste aus Ihrem Aufenthalt in der Region Mürren-Schilthorn heraus.

TRANSPORT & PASSES

In summer there is a lot to explore in the entire Jungfrau Region. Find the best way to travel around and get the most out of your journey.

LINKS

- › schilthorn.ch
- › jungfrau.ch
- › sbb.ch
- › regionalpass-berneroberland.ch
- › switzerlandtravelcentre.com

REISEPÄSSE

TRAVEL PASSES

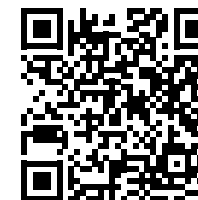
FERIENPASS MÜRREN-SCHILTHORN

01.05.–31.10.2023
› schilthorn.ch

Gültig für beliebige Fahrten an 4 oder 6 aufeinander folgenden Tagen auf dem Streckennetz der Schilthornbahn, der Postautostrecken Lauterbrunnen–Stechelberg und Lauterbrunnen–Isenfluh und für die Luftseilbahn Isenfluh–Sulwald.

Valid for as many journeys as desired on 4 or 6 consecutive days on the Schilthornbahn Cable Car, for the bus routes Lauterbrunnen–Stechelberg and Lauterbrunnen–Isenfluh and the Cableway Isenfluh–Sulwald.

TAGE DAYS	4	6
ERWACHSENE ADULTS	CHF 150.00	170.00
HALBTAX HALF FARE	CHF 98.00	108.00



JUNGFRAU TRAVEL PASS

01.05.–31.10.2023
› schilthorn.ch

Die Aussicht auf der Schynige Platte (geöffnet ab 01.07.23), das Abenteuer auf Grindelwald-Firist oder doch lieber der Sonnenuntergang auf Harder Kulm? Im Jungfrau Travel Pass ist alles drin: drei bis acht Tage freie Fahrt zu allen Ausflugszielen und ein Spezialpreis für die Reise zum Jungfraujoch - Top of Europe.

The views at Schynige Platte (open from 01.07.23), adventure at Grindelwald-Firist or, if you prefer, sunset over Harder Kulm? The Jungfrau Travel Pass has it all: unlimited travel for 3–8 days to all destinations and a special price for the trip to the Jungfraujoch – Top of Europe.

JUNIOR-/KINDER-MITFAHRKARTE JUNIOR TRAVELCARD

1 Jahr gültig · CHF30 Valid for 1 year · CHF30
An jedem Bahnschalter erhältlich

Purchase at every train station



SCHWEIZWEIT THROUGHOUT SWITZERLAND

Mehr Informationen Further Information
› switzerlandtravelcentre.com

- ›› Swiss Half Fare Card
- ›› Swiss Travel Pass
- ›› Swiss Travel Pass Flex
- ›› Swiss Family Card

VERKAUFSSTELLEN POINTS OF SALE

Erläutlich auf schilthorn.ch, jungfrau.ch, in Ihrem Hotel, auf dem Campingplatz, im Reise-/Tourismusbüro oder an jedem Bahnhof der Jungfrauabahn und den Stationen der Schilthornbahn.

Available at schilthorn.ch, jungfrau.ch, your hotel, camp sites, travel and tourist offices and all stations of Jungfrau Railways and at the stations of the Schilthornbahn.

TRANSPORT

TRANSPORT

TARIFE / BETRIEBSZEITEN SCHILTHORN-BAHN UND ALLMENDHUBELBAHN

OPERATION TIMES SCHILTHORNBAHN AND ALLMENDHUBELBAHN



TARIFE / BETRIEBSZEITEN JUNGFRAU-BAHNEN

TARIFS/ OPERATION TIMES JUNGFRAU RAILWAYS



POSTAUTO FAHRPLAN BUS TIMETABLE



TARIFE/ BETRIEBSZEITEN LUFTSEILBAHN WENGEN- MÄNNLICHEN

TARIFS/ OPERATION TIMES CABLE WAY
WENGEN-MÄNNLICHEN



VIRTUAL ARENA

Die neue Virtual Reality
Attraktion für Familien im
JungfrauPark Interlaken

virtual-arena.ch

MYSTY LAND
Im JungfrauPark

Das grösste Indoor &
Outdoor Kinderparadies
der Region

Informationen zum *Mysty Land* im
JungfrauPark Interlaken unter:

www.jungfraupark.ch
+41 (0)33 827 57 57

Übrigens auch online
erhältlich.

**HR
KAFFEE**

Dä vo hie!

Hergestellt im

Berner Oberland

Erhältlich in
ausgewählten
coop-Verkaufsstellen
im Berner Oberland.



hr-kaffee.ch

WANDERN

HIKING



WANDERN

In der Jungfrau Region gibt es auf dem ausgedehnten Wanderwegnetz von 500 Kilometern vieles zu entdecken. Ein «Zvieri» in einem der vielen Bergrestaurants der Jungfrau Region schmeckt dabei besonders gut und wer müde ist, lässt sich bequem mit einer der Bergbahnen ins Tal zurück bringen.

IDEEN ZUM WANDERN / IDEAS FOR HIKING

- Mountain View Trail 2h
- North Face Trail 2 1/2 h
- Blumental Panorama Trail 1 1/2h
- Rotstockhütte 4-5.5 h
- Wasserfall Sprutz 3-4 h
- Tanzbödeli 6-7 h
- Mürren Lobhornhütte 7 h
- Gimmelwald- Alte Sägerei 11/2 h Rundweg

Mehr Informationen und Wanderkarten bei der Tourist Information Mürren

HIKING

500km of footpaths extend over the Jungfrau Region. An afternoon snack in one of the mountain restaurants of the Jungfrau region tastes particularly good. Those who are tired can easily go down with the train or the cable car.

More information and hiking maps at the tourist information Mürren

LINKS

› muerren.swiss

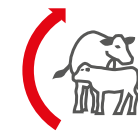
› schilthorn.ch



VERHALTENSREGELN BEIM WANDERN

HIKING RULES

HALTEN SIE DISTANZ ZU RINDVIEH KEEP YOUR DISTANCE FROM CATTLE



Halten Sie wenn möglich Distanz, um die Rinder nicht zu beunruhigen. Gehen Sie in jedem Fall ruhig an den Tieren vorbei.

If at all possible, keep your distance from cattle to avoid them becoming agitated. Always move quietly past the animals.

KÄLBER AUF KEINEN FALL BERÜHREN DON'T TOUCH THE CALVES



Die Mütter behalten ihre Kleinen stets im Auge und können bei Unstimmigkeiten heftig reagieren. Nähern Sie sich den Kälbern nicht und berühren Sie sie auf keinen Fall.

Mother cows always keep an eye on their calves and might react aggressively if they feel that their young are threatened. Never approach or touch a calf.

HUNDE AN DER LEINE FÜHREN KEEP YOUR DOG ON A LEAD



Führen Sie Ihren Hund an der Leine, umgehen Sie die Rinder möglichst ruhig und grossräumig. Meiden Sie den direkten Kontakt mit der Herde.

Keep your dog on a lead. Move quietly, and, if possible, at a great distance to the herd, avoiding any contact.





JUNGFRAU REGION

JUNGFRAU REGION



SMARTRAIL

› jungfrauregion.swiss

Ein digitaler Rätselweg durch das autofreie Bergdorf. Besucht die Highlights und versucht die Rätsel vor Ort zu lösen. So lernt ihr Mürren auf eine spielerische Weise besser kennen.

A digital puzzle trail through the car-free mountain village. Visit the highlights and try to solve the riddles on the spot. This is a fun way to get to know Mürren better.



KRIMISPASS JUNGFRAU REGION

› jungfrauregion.swiss

Beim digitalen Outdoor-Abenteuer «KrimiSpass» können begeisterte Hobby-Detektive in die Rolle eines Kommissars schlüpfen und in der Jungfrau Region einen Kriminalfall lösen.

In the digital outdoor adventure «KrimiSpass», enthusiastic hobby detectives can take on the role of a detective and solve a crime case in the Jungfrau Region.



VIRTUAL MÜRREN FUN

› muerren.swiss/vr

Erlebe Mürren in einer Virtuellen Schneeballschlacht, dank modernster Wireless VR Technologie- Das Spiel ist täglich im Alpenen Sportzentrum analog den Öffnungszeiten Mürren Tourismus verfügbar.

Experience Mürren in a virtual Snowball fight. The game available at the Alpine Sportscenter Mürren, the same as the opening times of Mürren Tourismus.

FAMILIENSPASS

FAMILY FUN



FLOWER PARK

Allmendhubel

› schilthorn.ch

Riesige Alplumen, Gräser und überdimensionale Insekten – die Kinder können auf dieser Spiel-Wiese mit Schmetterlingen fliegen, einen Murmeltierbau erforschen oder Melken und Käsemachen kennenlernen.

A fantasy world of giant alpine flowers, grasses and oversized insects. This is where children can fly with butterflies, explore a marmot burrow or try their hand at milking and cheese making.



DETEKTIV-TRAIL GRÜTSCHALP-MÜRREN

Grütschalp – Mürren

› muerren.swiss

Auf der Strecke von Grütschalp nach Mürren warten 16 Rätsel, die sich um die heimischen Pflanzen, Tiere und Berge drehen. Am Zielort in Mürren wartet ein Preis in der Schatztruhe.

On the route from Grütschalp to Mürren, 16 puzzles await you that revolve around local plants, animals and mountains. At the finish in Mürren, a prize awaits in the treasure chest.



SPIELPLATZ STATION GIMMELWALD

PLAYGROUND STATION GIMMELWALD

› gimmelwald.ch

Bei der Station der Schilthornbahn in Gimmelwald befindet sich ein beliebter Spielplatz mit einer grossen Rutschbahn.

At the station of the Schilthorn cable car in Gimmelwald there is a popular playground with a large slide.



SPIELPLATZ ALPINES SPORTZENTRUM
PLAYGROUND ALPINE SPORTS CENTRE

› muerren.swiss

Gegenüber vom Alpinen Sportzentrum können sich die Kinder auf dem Spielplatz austoben.

Opposite the Alpine Sports Centre, children can let off steam in the playground.



BRÄTELSTELLE IM TAL FIREPLACE IM TAL

› gimmelwald.ch

Eine schöne Feuerstelle im Wald mit Spielmöglichkeit an einem Seitenbächlein der Sefinenlütschine. Die Brätelstelle ist in gut einer halben Stunde Fussmarsch von Gimmelwald aus erreichbar.

A beautiful BBQ area in the forest with a playground on a side stream of the Sefinenlütschine. The fireplace can be reached on foot from Gimmelwald in just over half an hour.



WASSER LABYRINTH WATER LABYRINTH

Allmendhubel

› schilthorn.ch

Das Wasserlabyrinth auf dem Allmendhubel verspricht actionreiche Duelle zwischen Eltern und Kindern, Geschwistern oder ganzen Familien. Das Wasser aus den grossen, aus Holz geschnitzten Pflanzen wechselt ständig die Richtung – der Weg durch Blumen und Grashalme ändert sich dadurch jederzeit unerwartet! Wer erreicht das Ziel schneller, ohne vom kühlen Nass getroffen zu werden? Die Zeit läuft! Spass und Abkühlung, nicht nur an warmen Sommertagen, sind garantiert.

The new water maze on Allmendhubel promises action-packed duels between parents and children, siblings or whole families. The water from the large plants carved out of wood constantly changes direction – the path through flowers and blades of grass thus changes unexpectedly at any time! Who will reach the goal faster without being hit by the cool water? The clock is ticking! Fun and cooling down, not only on warm summer days, are guaranteed.



ABENTEUER ADVENTURE



ABENTEUER

Wer den Kick sucht, ist bei uns am richtigen Ort, sei es am Gletschirm über dem Lauterbrunnental, Mountainbike-Tour auf einem der vielen Trails oder im Klettergurt auf der Nepalbrücke vom Klettersteig

ADVENTURE

If thrill seeking's your thing, this is the place to be. Paraglide over the Lauterbrunnen Valley, Mountain Biking on one of the trails or get your kick at the Via Ferrata/ Fixed steel cable walk Mürren-Gimmelwald. Guaranteed thrills!

LINKS

› muerren.swiss

› outdoor.ch

KLETTERN CLIMBING



KLETTERSTEIG MÜRREN-GIMMELWALD VIA FERRATA MÜRREN-GIMMELWALD

Mürren-Gimmelwald · Ab From 01.06.2023 bis until 31.10.2023
› klettersteig-muerren.ch

Am Seil gesichert die steile Felswand entlang marschieren – der Adrenalin-Kick schlechthin. Der Klettersteig führt von Mürren nach Gimmelwald hinunter. Die spektakuläre Aussicht auf die Berner 4000er ist gratis inbegriffen. Hoch über dem Lauterbrunnental beginnt der Klettersteig, der in einen steilen Abgrund führt. In der Regel geht's bei Klettersteigen aufwärts. Hier hingegen geht es Richtung Gimmelwald runter. 300 Höhenmeter und 2.2km Klettersteig werden innert ca. 3 Stunden zurückgelegt.

Walking along a steep rock face secured by a rope – this is the ultimate adrenalin kick! The spectacular views of the 4000m Bernese Alps are of course included! The via ferrata starts high above the Lauterbrunnen Valley and from there it leads steeply downwards. Usually via ferratas lead upwards but in contrast, this one leads from Mürren down to Gimmelwald. The via ferrata usually takes about three hours and covers 2.2km with an altitude difference of 300m.

UNGEFÜHRTE TOUREN SELF GUIDED TOURS

Die Begehung des Klettersteigs ist kostenlos. Der Verein Klettersteig Mürren-Gimmelwald ist jedoch für einen finanziellen Beitrag dankbar. Beim Klettersteig sind Kassen zur Deponierung der freiwilligen Beiträge montiert. Die Tyrolienne kann nur mit einem Bergführer benutzt resp. kann mittels Seilbrücke umgangen werden.

Use of the via ferrata is free of charge. However the Association for the Via Ferrata Mürren-Gimmelwald would be grateful for any financial contribution. There are payment boxes along the via ferrata for voluntary contributions. Use of the tyrolienne is only permitted when accompanied by a mountain guide but can be avoided by crossing rope bridges.

MIETE AUSTRÜSTUNG EQUIPMENT RENTAL

Intersport Mürren-Schilthorn, Mürren CHF30.00

Voraussetzungen: ab 50kg und mindestens 10 Jahre alt.
Requirements: from 50kg and at least 10 years old.

Geführt Touren/ Guided Tours
buchen/booking_outdoor.ch
Preis CHF 159.00, Mindestalter 12 Jahre



KLETTERGARTEN

Riggli, Schilthorngebiet
Gimmelwald, Richtung Sefinental

WEITERE KLETTERSTEIGE MORE VIA FERRATAS

- › outdoor.ch
- › Klettersteig Ostegg, Grindelwald
- › Klettersteig Rotstock, Grindelwald
- › Klettersteig Schwarzhorn, Grindelwald

KLETTERSTEIG VIA FERRATA
MÜRREN-GIMMELWALD

Geführte Touren ab
Guided tours from CHF 159.–
Buche online | Book online
oder rufe an | or call +41 33 224 07 01

OUTDOOR
BERGFÜHRER GRINDELWALD

KURSE & MIETMATERIAL COURSES & RENTAL EQUIPMENT

MIETMATERIAL RENTAL EQUIPMENT

INTERSPORT MÜRREN-SCHILTHORN

Täglich Daily 9.00–12.00 13.00-18.00h

T 033 855 23 55 › intersport-muerren.ch

IMBODEN BIKE LAUTERBRUNNEN

Täglich Daily

T 079 382 44 39

› imboden-bike.ch/de/vermietung#booking

BERGSTEIGEN MOUNTAINEERING

OUTDOOR SWITZERLAND AG

T 033 224 07 07 › outdoor.ch

WANDERN HIKING

MÜRREN TOURISMUS NICK GWILLIAM

T 033 856 86 86 › muerren.swiss

T 079 283 53 60 › toursbylocals.com



Mountain Bike
Mountain Bike



Klettersteig Set
Via ferrata equipment



Wanderschuhe
Hiking boots

MOUNTAINBIKE

MOUNTAIN BIKING



MOUNTAINBIKE

Etwas Kondition gehört beim Biken auf den insgesamt 160 Kilometern Mountainbike-Trails in der Jungfrau Region dazu – doch zum Glück gibt es auch Bergbahnen, die den Aufstieg erleichtern. Spektakulär ist der Blick auf Eiger, Mönch und Jungfrau auf allen Trails.

MOUNTAIN BIKING

The 160km of mountain bike trails in the Jungfrau Region do require a certain level of fitness – but thankfully there are always trains and cable cars which can take the strain out of many climbs. The view of the Eiger, Mönch and Jungfrau is spectacular.

IDEEN MOUNTAIN BIKE TOUREN

- Grütsch Trail, Downhill Grütschalp- Lauterbrunnen
- Mürren- Isenfluh- Lauterbrunnen- Stechelberg- Gimmelwald- Mürren
- Mürren- Gimmelen- Spielbodenalp retour
- Lauterbrunnen- Trachsellaenen
- Mürren- Lauterbrunnen- Wengen (Bahn)- Kleine Scheidegg- Grindelwald



LINKS

muerren.swiss/mountainbike

JUNGFRAU
TOP OF EUROPE

Jungfraujoch

TOP OF EUROPE

Zur höchstgelegenen Bahnstation Europas • 3454 m

Der Tagesausflug geht hoch hinaus. Unterwegs gewährt Ihnen das Jahrhundert-Bauwerk einen überwältigenden Ausblick auf die riesige Gletscherwelt des Eismeeers. **Eine Welt aus Eis und Schnee.**

To Europe's highest railway station • 3454 m

Your day excursion will take you upwards. Constructed at the turn of the 20th century, the station complex gives you unrivalled views across the vast «Sea of Ice» glacier world. **A world of ice and snow.**



Eiger + Express

Neu: 47 schneller aufs Jungfraujoch – Top of Europe
New: 47 minutes faster to Jungfraujoch – Top of Europe

Grindelwald-First – Top of Adventure



Schynige Platte – Top of Swiss Tradition



Harder Kulm – Top of Interlaken



GLEITSCHIRMFLIEGEN
PARAGLIDING

GLEITSCHIRMFLIEGEN

Erlebe Glücksmomente in luftiger Höhe. Das Flug Eldorado Mürren bietet allen Gleitschirmpiloten ausgezeichnete Infrastrukturen an mit einer rundum atemberaubenden Kulisse. Wenn du selber nicht fliegen kannst erlebe mit einem Tandem Gleitschirmflug die Schwerelosigkeit in der Luft.

PARAGLIDING

Experience happiness at airy heights. The Eldorado Mürren flight offers paraglider pilots excellent infrastructure with an all-round breathtaking backdrop. If you can't fly as a pilot, experience weightlessness in the air with a tandem paragliding flight.

LINKS

[› gleitschirmclub-lauterbrunnental.ch](https://gleitschirmclub-lauterbrunnental.ch)[› airtime-paragliding.com](https://airtime-paragliding.com)[› paragliding-jungfrau.ch](https://paragliding-jungfrau.ch)TANDEM FLUG
TANDEM FLIGHT

TANDEM FLUG TANDEM FLIGHT

[› airtime-paragliding.ch](https://airtime-paragliding.ch) › paragliding-jungfrau.ch

Einem Adler gleich durch die Lüfte gleiten und die imposante Bergwelt aus der Vogelperspektive erleben. Bei den Anbieter gilt Safety First! Das oberste Ziel der professionell ausgebildeten und zertifizierten Piloten ist ein sicheres, freundliches und persönliches Erlebnis zu bieten. Es sind keine Vorkenntnisse notwendig – bringe nur deine Abenteuerlust mit! Buche deinen Flug bei Mürren Tourismus und fliege über das spektakuläre Lauterbrunnental.

Silently gliding through the air like an eagle and experiencing the mountain scenery from a bird's view. Safety First applies to the providers! The primary goal of the professionally trained and certified pilots is to provide a safe, friendly and personal experience. No previous experience is necessary - just bring your sense of adventure! Book your flight at the Tourist Office Mürren and fly over the spectacular Lauterbrunnen-Valley.

FLÜGE FLIGHTS

THE WALL / MÜRRENFALL

Kosten cost CHF 180 · Dauer Duration 15–20 Min

Das Lauterbrunnental, umrahmt von der beeindruckenden Gebirgskette der Jungfrau, ist eines der tiefsten Täler der Alpen und weltbekannt für seine herausragende und natürliche Schönheit. Du siehst zahlreiche Wasserfälle aus der Vogelperspektive, hast eine atemberaubende Sicht auf die Berge und die autofreien Dörfer Wengen, Gimmelwald und Mürren.

The Lauterbrunnen Valley, framed by the impressive Jungfrau mountain range, is one of the deepest valleys in the Alps and world-famous for its outstanding natural beauty. You will see numerous waterfalls from a bird's eye view, have a breathtaking view of the mountains and the car-free villages of Wengen, Gimmelwald and Mürren.

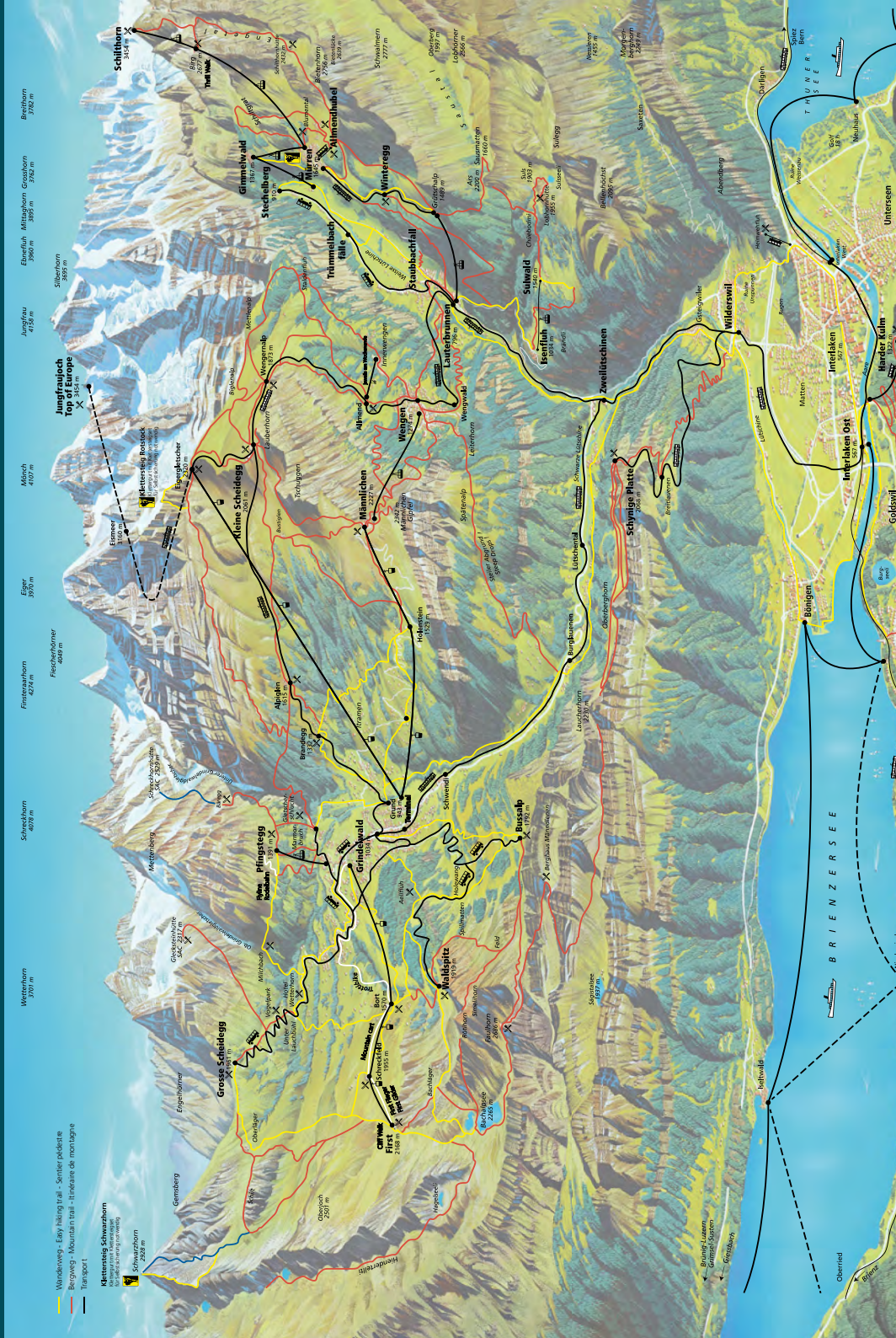
DOUBLE AIRTIME

Kosten cost CHF 250 · Dauer Duration 30–40 Min

Der «Double Airtime» Flug ist genau das – doppelt so lange, zwischen 30 und 40 Minuten (anstelle von 15 – 20 Minuten). Diesen Flug kann nur bei günstigen Wetterbedingungen durchgeführt werden.

The «Double Airtime» flight is just that – twice as long, between 30 and 40 minutes (instead of 15 – 20 minutes). This flight can only be done in favourable weather conditions.

JUNGFRAU REGION



- Wandweg - Easy hiking trail - Sentier pédestre
- Bergweg - Mountain trail - Itinéraire de montagne
- Transport

Heisterberg Schwarzhorn
 Mürren
 2207m
 Schwarzhorn
 2228m

Grosse Schödlegg
 2167m
Alpnahaus
 1917m
Waldspitze
 1910m
Buschalp
 1750m

Almsee
 1618m
Wenggen
 1527m
Staubachfall
 1489m
Wintersegg
 1397m

Steckberg
 1317m
Almendhubel
 1276m
Waldhorn
 1272m
Waldhorn
 1272m

Staubachfall
 1187m
Waldhorn
 1187m
Waldhorn
 1187m

Waldhorn
 1187m
Waldhorn
 1187m
Waldhorn
 1187m

Waldhorn
 1187m
Waldhorn
 1187m
Waldhorn
 1187m

Waldhorn
 1187m
Waldhorn
 1187m
Waldhorn
 1187m

Waldhorn
 1187m
Waldhorn
 1187m
Waldhorn
 1187m

Waldhorn
 1187m
Waldhorn
 1187m
Waldhorn
 1187m

Waldhorn
 1187m
Waldhorn
 1187m
Waldhorn
 1187m

Waldhorn
 1187m
Waldhorn
 1187m
Waldhorn
 1187m

Waldhorn
 1187m
Waldhorn
 1187m
Waldhorn
 1187m

Waldhorn
 1187m
Waldhorn
 1187m
Waldhorn
 1187m

MÜRREN - SCHILTHORN



- 1 Schilthorn Piz Gloria Walk of Fame
- 2 Birg Skyline Walk Thrill Walk
- 3 Flower Park Water Labyrinth Almendhubel

Schilthorn
 3970m
Piz Gloria
 3800m
Walk of Fame

Birg
 2871m
Skyline Walk
Thrill Walk

Flower Park
Water Labyrinth
Almendhubel
 1987m

Mürren
 2207m
Gimmelwald
 1853m

Lauterbrunnen
 1276m
Staubachfall
 1489m

Waldhorn
 1187m
Waldhorn
 1187m

Waldhorn
 1187m
Waldhorn
 1187m

Waldhorn
 1187m
Waldhorn
 1187m

Waldhorn
 1187m
Waldhorn
 1187m

Waldhorn
 1187m
Waldhorn
 1187m

Waldhorn
 1187m
Waldhorn
 1187m

Waldhorn
 1187m
Waldhorn
 1187m

Waldhorn
 1187m
Waldhorn
 1187m

AUSFLÜGE & AKTIVITÄTEN

EXCURSIONS & ACTIVITIES



ABWECHSLUNGSREICHE FREIZEITANGEBOTE

Nebst einem vielfältigen Angebot an Aktivitäten bietet Mürren die perfekte Ausgangslage, um die weltberühmten Ausflugsorte in der Jungfrau Region zu besuchen. Einmalige Veranstaltungen werden laufend bei Mürren Tourismus oder auf dem TV Panorama Kanal vom Kabelfernsehen publiziert.

VARIED LEISURE ACTIVITIES

Besides a great variety of activities, Mürren is the perfect spot to explore the world renowned attractions of the Jungfrau Region. One-off events are advertised at the Mürren Tourist Office or on the TV panoramic channel.

AUSFLUGS IDEEN / IDEAS EXCURSIONS

- Schilthorn- Piz Gloria
- Thrill Walk, Birg
- Allmendhubel, Flower Park
- Männlichen, Liselotteweg
- Grindelwald-First, Cliff Walk, First Flyer
- Sulwald Isenfluh, Monstertrötties
- Jungfraujoch, Top of Europe
- Trümmelbachfälle, Wasserfälle im Berginneren
- Kleine Scheidegg, Eiger Nordwand

LINKS

› muerren.swiss

› sportzentrum-muerren.ch

› schilthorn.ch

› jungfrau.ch

WOHLBEFINDEN

WELL-BEING



ALPINE SPA MÜRREN

Geniessen Sie nach einem anstrengenden Wandertag einen Besuch im Alpine Spa Mürren oder lassen Sie sich bei einer Massage verwöhnen. Das Alpine Sportzentrum Mürren bietet Erholung für alle Gäste.

AKTIVITÄTEN BEIM ALPINEN SPORTZENTRUM

- Mittwochs Yoga
- Sonntags Qi Gong
- Täglich Pumptrack
- Täglich Fussballfeld
- Täglich Virtuelles Schneeballspiel

ALPINE SPA MÜRREN

Is there anything more relaxing than a visit to the Alpine Spa Mürren after a strenuous day hiking, or would you prefer a massage with one of our therapists? The Alpine Sports Centre Mürren offers a variety of treatments to suit all our guests.

OTHER ACTIVITIES AT THE ALPINE SPORTS CENTER

- Wednesday Yoga
- Sundays Qi Gong
- Daily Pumptrack
- Daily Football
- Daily Virtual Snowball laser- game

LINKS

› sportzentrum-muerren.ch

Ankommen und loslassen.

ALPINE SPA – WELLNESS IN DEN BERGEN



Alpine Spa

- > Biologische und Finnische Sauna
- > Dampfbad
- > Tauchbecken
- > Kneippanlage
- > Ruheraum



Sporthalle

- > 44x22 m
- > unterteilbare Trainingshalle in 1/3 und 2/3



Massage & Kosmetik

- > Teil- und Ganzkörpermassagen
- > Kosmetik



Pumptrack

- > Für Gross und Klein



Fitness

- > Moderne Fitnessgeräte



Fussballfeld

- > 5er Fussballfeld



Hallenbad

- > 25 m Sportschwimmbecken
- > Massagepool
- > Kinderbecken
- > Outdoor Whirlpool



Sportkiosk

- > Getränke
- > Snacks
- > Süsses

Währschafte Schweizer Küche.

Durchgehend warme Küche von 11:30–20:00 Uhr
Wann immer Sie der Hunger packt!
Dienstag und Mittwoch Ruhetag!!



Restaurant Stägerstübli

DAS ORIGINAL

R. & L. Gertsch-Betschart
CH-3825 Mürren
Tel. +41(0)33 855 13 16
www.staegerstuebli.ch

Mürren vom Feinsten!



Hotel Regina · 3825 Mürren · T. +41 33 855 42 42 · reginamuerren.ch

Kontakt Daten
Alpines Sportzentrum Mürren
+41 33 856 86 86
info@sportzentrum-muerren.ch
www.sportzentrum-muerren.ch

 **SPORTZENTRUM MÜRREN**



SCHWIMMBAD SWIMMING POOL

10.04.2023 – 30.06.2023 13.00-18.15 Uhr (Letzter Eintritt 17.15 Uhr)
01.07.-15.10.2023 13.00-19.15 Uhr (Letzter Eintritt 18.30 Uhr)
Kostenlos mit der Goldencard Free with your Goldencard

Das 25m Hallenbad (28°C) eignet sich für genussvolles Freizeitschwimmen und ambitionierte Sportler. Es bietet einen Kinderpool sowie ein Sprudelbecken mit Aussicht auf die Berge mit einer Wassertemperatur von 33°C. The 25 m swimming pool is available for leisure and professional swimming. Additionally you find a nice pool for your little ones as well as a relaxing jacuzzi with view to the Bernese Alps.



FITNESS GYM

10.04.2023 – 30.06.2023 09.00 – 12.00 / 13.00 – 18.15 Uhr
01.07. 2023 – 15.10.2023 09.00-12.00/13.00 – 19.15 Uhr
Für Erwachsene ab 16 Jahren For adults from 16 years

Trainieren Sie Ihr Herz und Ihren Kreislauf, steigern Sie Kraft und Beweglichkeit in unserem Fitnessraum mit einer Auswahl an neuen Kraft- und Cardiodgeräten.

Work out according to your personal fitness programme to improve your strength and stamina, using the modern weights and new cardio equipment.



ALPINE SPA MÜRREN

10.04.2023 – 30.06.2023 13.00-18.15 Uhr (Letzter Eintritt 17.15 Uhr)
01.07.-15.10.2023 13.00-19.15 Uhr (Letzter Eintritt 18.30 Uhr)
Für Erwachsene ab 16 Jahren For adults from 16 years

Eine Wohlfühloase in der alle Ihre Sinne angesprochen werden. Angebot: Finnische Sauna, Biologische Sauna mit reduzierter Hitze, Türkisches Dampfbad, Tauchbecken, Kneippanlage, Ruhe- raum mit Blick in den Himmel.

The peaceful spa includes a Turkish hammam, Finnish sauna, a cooler bio sauna, a Kneipp plunge pool and relaxation room.

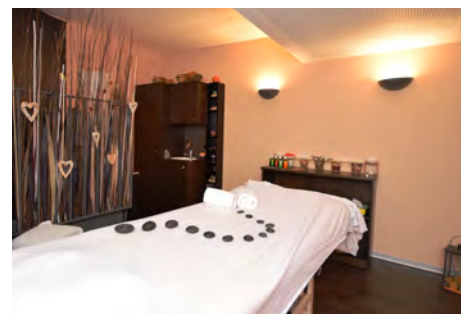


AUSSEN-WHIRLPOOL OUTDOOR WHIRLPOOL

10.04.2023 – 30.06.2023 13.00-18.15 Uhr (Letzter Eintritt 17.15 Uhr)
01.07.-15.10.2023 13.00-19.15 Uhr (Letzter Eintritt 18.30 Uhr)
Kostenlos mit der Goldencard Free with your Goldencard

Geniessen Sie das atemberaubende Berg Panorama aus unserem Aussenwhirlpool bei einer Wassertemperatur von 37°C.

Enjoy the breathtaking view from our outdoor whirlpool with a water temperature of 37°C.



MASSAGE & BEAUTY

Täglich · Reservation nötig
Daily · Appointment needed

Relaxen Sie unter den Händen erfahrener Therapeuten. Die modernen Räume sind in warmen Erd- farben gehalten. Die stimmungsvolle Einrichtung und angenehme Materialien tragen dazu bei, dass Sie sich wohlfühlen.

Be pampered by our professional massage team. The modern therapy rooms, painted in earthen colours, with cosy blankets, warm lighting and relaxing sounds create a comforting ambience of well-being.

» MASSAGE & BEAUTY IN MÜRREN

KOSMETIKERIN EVI ABBÜHL Alpines Sportzentrum Mürren T 079 370 90 64 » kosmetik-abbuehl.ch

MASSAGEPRAXIS SATPREMO Alpines Sportzentrum Mürren T 079 409 13 10 » message-muerren.ch

MASSAGEPRAXIS RITA DURANDI Alpines Sportzentrum Mürren T 078 600 50 45 » message-muerren.ch

» MASSAGEBEHANDLUNGEN FÜR HOTELEIGENE GÄSTE MESSAGES FOR HOTEL GUESTS

HOTEL EIGER T 033 856 54 54 » hoteleiger.com



GASTRONOMIE GASTRONOMY



GASTRONOMIE IN MÜRREN UND GIMMELWALD

Ob kulinarisch-extravagante Höhenflüge oder bodenständige, urchig-lokale Kost: Geniessen Sie Schweizer Spezialitäten stets mit dem Blick auf die schnee- und gletscherbedeckten Berge der Jungfrau Region.

GASTRONOMY IN MÜRREN AND GIMMELWALD

Whether you prefer to dine out in elegant surroundings or prefer a hearty meal in a wooden chalet-style restaurant, enjoy your meal in Mürren with a view of the panoramic mountain range, with the Eiger, the Mönch and the Jungfrau and their glaciers.

LINKS

› muerren.swiss

› gimmelwald.ch

» RESTAURANTS MÜRREN

ALTI METZG	T 033 252 88 17	› alti-metzg.ch
ALPINES SPORTZENTRUM - SPORTKIOSK	T 033 856 86 86	› muerren.swiss
ARVENSTÜBLI EIGER GUESTHOUSE	T 033 856 54 60	› eigerguesthouse.com
INSPORTS COFFE BAR	T 33 855 23 55	› info@intersport-muerren.ch
CAFÉ LIV	T 076 213 73 05	› cafeliv.business.site
EIGERSTÜBLI HOTEL EIGER	T 033 856 54 54	› hoteleiger.com
JÄGERSTÜBLI HOTEL BELLEVUE	T 033 855 14 01	› bellevuemuerren.ch
RESTAURANT ALPENBLICK	T 033 855 13 27	› alpenblick-muerren.ch
RESTAURANT ALPENRUH	T 033 856 88 00	› alpenruh-muerren.ch
RESTAURANT ALPINA	T 033 855 13 61	› alpinamuerren.ch
RESTAURANT BLUMENTAL	T 033 856 88 56	› blumental-muerren.ch
RESTAURANT EDELWEISS	T 033 856 56 00	› edelweiss-muerren.ch
RESTAURANT GRUEBI HOTEL JUNGFRAU	T 033 856 64 64	› hoteljungfrau.ch
RESTAURANT REGINA	T 033 855 42 42	› reginamuerren.ch
RESTAURANT STÄGERSTÜBLI	T 033 855 13 16	› staegerstuebli.ch
SKYLINE SHOP & BAR MÜRREN	T 033 856 88 50	› schilthorn.ch
THAM'S SNACK	T 033 856 01 10	› tham.ch

» RESTAURANTS GIMMELWALD

MOUNTAIN HOSTEL	T 033 855 17 04	› mountainhostel.com
PENSION GIMMELWALD	T 033 855 17 30	› pensiongimmelwald.com

» BERGRESTAURANTS MOUNTAIN RESTAURANTS

360°-RESTAURANT PIZ GLORIA	T 033 826 00 07	› schilthorn.ch
RESTAURANT-HOTEL SONNENBERG	T 033 856 88 66	› restaurant-sonnenberg.ch
BERGRESTAURANT WINTEREGG	T 033 828 70 90	› restaurant-winteregg.ch
BISTRO BIRG	T 033 826 00 07	› schilthorn.ch
LOBHORNHÜTTE	T 033 856 88 64	› lobhornhuetten.ch
PANORAMA RESTAURANT ALLMENDHUBEL	T 033 826 00 07	› schilthorn.ch
PENSION SUPPENALP	T 033 855 17 26	› suppenalp.ch
ROTSTOCKHÜTTE	T 033 855 24 64	› rotstockhuetten.ch
SPIELBODENALP	T 079 646 91 16	
SCHILTHORNHÜTTE	T 033 855 50 53	› schilthornhuetten.com

» BARS & CLUBS NIGHTLIFE

DISCO BLIEMLICHÄLLER HOTEL BLUMENTAL	T 033 856 88 56	› blumental-muerren.ch
TÄCHI BAR HOTEL EIGER	T 033 856 54 54	› hoteleiger.com



UNTERKÜNFTE ACCOMMODATION



UNTERKÜNFTE IN MÜRREN UND GIMMELWALD

Mürren bietet Unterkunft in weichen Betten, gemütlich gestalteten Räumen und mit aufmerksamem Service. Sie haben die Wahl von budgetfreundlichen Swiss Lodges über mehrere liebevoll eingerichtete Dreistern Hotels und einem komfortablen Vierstern-Hotel mit eigenem Wellness-Bereich: alle Betriebe sind Familienbetriebe und die Besitzer kümmern sich persönlich um Ihr Wohlergehen.

ACCOMMODATION IN MÜRREN AND GIMMELWALD

Mürren offers accommodation in hotels, all with comfortable beds, cosily decorated rooms and friendly service. You may choose from a budget room in a typical Swiss lodge, traditionally decorated three star hotels or a comfortable four star hotel with its own small wellness area: all of them are family run and the owners take care of you personally. Enjoy the typical Oberländer hospitality from morning to night, including the sweets on your pillow at bedtime.

LINKS

› muerren.swiss

› gimmelwald.ch

» MÜRREN HOTELS

ALPENBLICK **	T 033 855 13 27	› alpenblick-muerren.ch
ALPENRUH ***	T 033 856 88 00	› alpenruh-muerren.ch
ALPINA **	T 033 855 13 61	› alpinamuerren.ch
BELLEVUE ***	T 033 855 14 01	› bellevuemuerren.ch
BLUMENTAL ***	T 033 855 88 56	› blumental-muerren.ch
EDELWEISS ***S	T 033 856 56 00	› edelweiss-muerren.ch
EIGER ****	T 033 856 54 54	› hoteleiger.com
EIGER GUESTHOUSE <small>SWISS LODGE</small>	T 033 856 54 60	› eigerguesthouse.com
JUNGFRAU ***	T 033 856 64 64	› hoteljungfrau.ch
REGINA <small>SWISS LODGE</small>	T 033 855 42 42	› reginamuerren.ch

PENSION, GÄSTEHAUS, GRUPPENUNTERKUNFT PENSION, GUESTHOUSE, GROUP ACCOMMODATION

RESTAURANT-HOTEL SONNENBERG	T 033 855 11 27	› restaurant-sonnenberg.ch
CHALET FONTANA	T 078 642 34 85	› chaletfontana.ch
JUGENDPAVILLON MÜRREN	T 033 856 86 86	› jugendpavillon.ch
PENSION SUPPENALP	T 033 855 17 26	› suppenalp.ch
SPORTCHALET	T 033 855 18 32	› sportchalet.ch

BERGHÜTTE MOUNTAIN HUT

LOBHORNHÜTTE	T 079 656 53 20	› lobhornhuetten.ch
ROTSTOCKHÜTTE	T 033 855 24 64	› rotstockhuetten.ch
SPIELBODENALP	T 079 646 91 16	
SCHILTHORNHÜTTE	T 033 855 50 53	› schilthornhuetten.com

FERIENWOHNUNGEN HOLIDAY APARTMENTS

FERIENWOHNUNGSSERVICE HOLIDAY APARTMENT SERVICES	T 079 563 11 79	› info@fewo-services.ch
MÜRREN TOURISMUS	T 033 856 86 86	› info@muerren.swiss
TOP APARTMENTS HOLIDAY APARTMENT SERVICES	T 033 855 37 06	› topapartments.ch

» GIMMELWALD

PENSION, GÄSTEHAUS, GRUPPENUNTERKUNFT PENSION, GUESTHOUSE, GROUP ACCOMMODATION

ESTHER'S GUESTHOUSE	T 033 855 54 88	› esthersguesthouse.ch
MOUNTAIN HOSTEL	T 033 855 17 04	› mountainhostel.com
OLLE & MARIA'S BED & BREAKFAST	T 033 855 35 75	› olleandmarias.ch
PENSION GIMMELWALD	T 033 855 17 30	› hotel-pensiongimmelwald.ch
GIMMELWALD TOURISMUS	T 033 856 86 86	› gimmelwald.ch

Pizza, Pasta & Schweizer Klassiker Restaurant-Pizzeria | Arvenstübli | Pub



Eiger Guesthouse

 Mürren

Eiger Guesthouse | CH-3825 Mürren | Tel: +41(0)33 856 54 60 | info@eigerguesthouse.com | www.eigerguesthouse.com



Täglicher Fahrbetrieb
ins Wandergebiet • Themenweg • Monstertrotti •
Sulwald-Stübli mit Sonnenterrasse

Isenfluh – Sulwald

Luftseilbahn
Télécabine
Cablecar **LIS** Tel. 033 855 22 49
www.isenfluh.ch



Traditionelles, von der Besitzerfamilie geführtes Ferienhotel und Restaurant mit der persönlichen Note. Es besticht durch seine einzigartige Lage, direkt an der Mürrenfluh mit beeindruckender Aussicht auf die Berge sowie in das Lauterbrunnental.

Traditional family-run hotel & restaurant with a personal atmosphere. Finest location right at the cliff with the most spectacular views to the Eiger, Monch, Jungfrau as well as in to the Lauterbrunnen valley.



3825 Mürren info@alpinamuerren.ch www.alpinamuerren.ch Tel: 0041-33-8551361



VORSCHAU WINTER WINTER PREVIEW

Einen Ausblick auf die Winter Highlights in unserer Region, natürlich kommen noch viele weitere Veranstaltungen hinzu, welche Sie immer aktuell auf der Website von Mürren finden



A preview of the winter highlights in our region, of course there are many more events to come, which you can always find up-to-date on the website of Mürren



EVENTS WINTER

- Int. Lauberhornrennen
- Int. Infernorennen
- Curlingturniere
- White Style Open
- Telemark Only

Erlebt Mürren einmal ganz anders mit einer **virtuellen Schneeballschlacht**. Mit bis zu 4 Spielern treten 2 Teams gegeneinander an und erleben ganzjährig einen Winterspass der besonderen Art. Innerhalb von 5 Runden und einer Gesamtspielzeit von 15 Minuten taucht Ihr in die zauberhafte Winterlandschaft ein.

Dank modernster Wireless VR Technologie genießt Ihr unbeschwert und unvergesslichen Spielspass ganz ohne zusätzliches und schweres Equipment. Das Spiel eignet sich für alle zwischen 6-99 Jahren.

Familienpaket
Max. 4 Personen CHF 45 (max. 2 Erwachsene, max. 3 Kinder unter 15 Jahren)

Gruppen ab 16 Jahren
2 Personen CHF 40
3 Personen CHF 50
4 Personen CHF 60

Das Spiel im Alpenin Sportzentrum Mürren ist täglich analog zu den Öffnungszeiten von Mürren Tourismus verfügbar. Für weitere Informationen: Telefon +41 (0)33 856 86 86, info@muerren.ch oder muerren.swiss

Experience Mürren in a different way with a **virtual snowball fight**. With up to 4 players, 2 teams compete against each other and experience all year round a very special kind of winter fun. Within 5 rounds and a total playing time of 15 minutes, you dive yourself into the magical winter landscape.

Thanks to the latest wireless VR technology, you can enjoy carefree and unforgettable game fun without any additional and heavy equipment. The game is suitable for everybody between 6-99 years.

VIRTUAL MÜRREN FUN



Familypackage
Max. 4 persons CHF 45
(max. 2 adults, max. 3 children under 15 years)

Groups from 16 years
2 persons CHF 40
3 persons CHF 50
4 persons CHF 60

The game is available daily in the Alpine Sports Centre Mürren analogous to the opening hours of the Tourist Information. For further information: Tel. +41 (0)33 856 86 86, info@muerren.ch or muerren.swiss



TRÜMMEL- BACH- FÄLLE

Berner Oberland · Lauterbrunnen-Tal
20 km von Interlaken

Zehn Gletscherwasserfälle im Berginnern mit Tunnel-Lift zugänglich gemacht und beleuchtet. Der Trümmelbach allein entwässert die riesigen Gletscherwände von Eiger (3970m), Mönch (4099m) und Jungfrau (4158m) aus seinem Einzugsgebiet von 24km², das zur Hälfte mit Schnee und Eis bedeckt ist, mit bis zu 20'000 Liter Wasser pro Sekunde. Als Teil des UNESCO Weltnaturerbe dieser Region sind es die einzigen Gletscherwasserfälle Europas im Berginnern und trotzdem zugänglich. Bundesinventar der Naturdenkmäler von nationaler Bedeutung.

Ten glacier-waterfalls inside the mountain made accessible by tunnel-lift and illuminated. The Trümmelbach alone drains the mighty glacier defiles of Eiger (3970m), Mönch (4099m) and Jungfrau (4158m). Its drainage area is 24km², half of it covered by snow and glaciers with up to 20'000 litres of water per second. The only glacier-waterfalls in Europe inside the mountain and still accessible. The Trümmelbach Falls are part of the UNESCO World Heritage Jungfrau Aletsch, as well as listed in the Federal Inventory of Monuments and Landscapes of natural importance.

Swiss Skyline

Eiger . Mönch . Jungfrau

Schilthorn
Piz Gloria



www.schilthorn.ch