

Vorwort	9
Reisehöhepunkte	10
Das Wichtigste in Kürze	12
LAND UND LEUTE	14
Steckbrief Zentralschweiz	16
Geografie	17
Ehemalige Gletscherlandschaft	17
Wie die Zentralschweiz zu ihrem Namen kam	18
Klima	19
Naturschutz	23
Fauna	25
Flora	26
Geschichte	27
Erste Siedlungsspuren	27
Die Geburt der Eidgenossenschaft	28
Die Schlacht am Morgarten	29
Das Wachsen der Eidgenossenschaft	30
Umstrittenes Söldnertum	31
Der Glaube als Spaltpilz	32
Gegenreformation	34
Auf dem Weg zur Unabhängigkeit	34
Auswanderungswelle	35
Vom Wachsen der helvetischen Gesellschaft	36
Vom Staatenbund zum Bundesstaat	36
Sonderbundskrieg	37
Die Schweiz gewinnt Kontur	38
Nach dem Zweiten Weltkrieg	39
Wahlen 2023	40
Wirtschaft	42
Verkehr	43
Politik und Gesellschaft	49
Gewachsene Demokratie	50
Tagsatzung	50
Kantone	50
Religion und Kirche	51
Schweizerdeutsch	52
Kunst, Kultur und Brauchtum	54
Architektur	54
Bildende Kunst	54

Literatur und Theater	58
Musik	58
Brauche und Traditionen	59
Essen und Trinken	67
Gastronomie	67
Schweizer Küche	68
Zentralschweizer Spezialitäten	69
Süßes Backwerk	70
Getränke	73
Käse	73
KANTON LUZERN	78
Luzern	80
Stadt der Brücken	81
Geschichte	82
Altstadt	83
Links der Reuss	87
Nördliche Seeseite	88
Rund um Luzern	91
Unterwegs im Kanton Luzern	98
Luzerner Seeland	98
Region Willisau	109
Napfgebiet	111
UNESCO-Biosphäre Entlebuch	112
VIERWALDSTÄTTERSEE	116
Der Vierwaldstättersee	118
Wassergüte und Fischbestand	119
Seegeschichte	119
Seeschifffahrt	120
Rund um den Vierwaldstättersee	126
Waldstätterweg	127
Küssnacht	127
Weggis und Vitznau	131
Die Rigi	131
Gersau	134
Brunnen SZ	134
Morschach	135
Sisikon	136
Flüelen und Seedorf	136
Isenthal	138
Seelisberg	138

Beckenried und Buochs	141
Ennetbürgen	141
Stansstad	143
Hergiswil	143
URI, SCHWYZ UND UNTERWALDEN	146
Kanton Uri	149
Geschichte	149
Reusstal	150
Andermatt	156
Gotthard	160
Kanton Schwyz	164
Geschichte	164
Schwyz	165
Muotatal	169
Lauerzersee	171
Einsiedeln	171
Sihlsee	176
Zürichsee (Obersee)	178
Unterwalden	182
Geschichte	183
Sarneraatal	186
Lungerersee	193
Im Tal der Engelberger Aa	194
KANTON ZUG, ABSTECHER IN DAS BERNER OBER- LAND UND NACH ZÜRICH	200
Kanton Zug	202
Geschichte	202
Zug	203
Baar	207
Höllgrotten	208
Ägerisee	208
Zugersee	209
Zürich	211
Geschichte	211
Sehenswürdigkeiten	215
Berner Oberland	224
Geschichte	225

Thun	226
Rund um den Thunersee	228
Ferienregion Adelboden-Lenk-	
Kandersteg	230
Simmental	230
Saanenland	232
Frutigland	232
Adelboden	233
Kandersteg	234
Interlaken	234
Brienzersee	235
Jungfrau-Region	236
Haslital	239
Innertkirchen	240

REISETIPPS VON A BIS Z

Literaturhinweise	253
Die Zentralschweiz im Internet	253
Über den Autor	254
Register	255
Kartenregister	259
Bildnachweis	260
Karten- und Zeichenlegende	264

EXTRA

Swissness – Die Schweiz als Marke	41
Kleines Schweizer Wörterbuch	53
Kopf ab für Sankt Martin	66
Bircher müsli	71
Regionale Rezepte	76
Die Schlacht bei Sempach	103
Meitlisunntig: Mit Netzen auf Männerfang	108
Vom Nobody zum Nationalhelden – Mythos Tell	122
In Küssnacht kommt der Samichlaus	129
Das Rütti: Die legendäre Schweizer Wiege	140
Vom Bürgerberg zum Bürgenstock	142
Weg der Schweiz	144
Gotthard-Reisen	162
Einsiedeln: Das Kloster, das Gott selbst weihte	174
Bruder Klaus, der Nationalheilige	190
Ein Herrenkäse für den Prediger	197