

# Inhalt

**Einleitung 7**

**Übersichtskarte 8**

**Allgemeine Informationen 10**

## **Mitten im Veloparadies**

Mit dem Fahrrad von Biel nach  
Yverdon-les-Bains **16**

## **Jura-Erlebnis vom Feinsten**

Zu Fuss von Vallorbe an den  
Lac de Joux **24**

## **Slow down an Rhone und Genfersee**

Mit den Skates von Monthey/  
Aigle bis Montreux/Vevey **34**

## **Über weltbekannte Alpenpässe**

Von der Kleinen zur Grossen  
Scheidegg **44**

## **Gehen und Sehen**

Auf Winterwegen im Aletsch-  
gebiet **52**

## **Italianità schnuppern**

Mit Zug oder Postauto nach  
Domodossola **60**

## **Wasser und Steine**

Zu Fuss im Maggiatal **66**

## **1230 Kilometer vom Meer entfernt ...**

Vom Oberalp- zum  
Maighelspass **74**

## **Auf leisen Sohlen durch den Schnee**

Schneeschuhlaufen auf  
Wirzweli **84**

## **Im Zentrum der Schweiz**

Vo Luzärn gäge Bärn zue **92**

## **Sein eigener (Paddel-)Meister sein**

Mit dem Kanu von Büren a. A.  
nach Wangen a. A. **100**

## **Von Rittern und Burgfräuleins**

Zu Fuss (oder mit dem Velo) von  
Schloss zu Schloss **110**

## **Wasserkraft erleben**

Mit dem Schiff von Rheinfelden  
nach Basel **118**

**Über den Baumwipfeln**  
Von Turm zu Turm auf dem  
Schaffhauser Randen **128**

**Rund um 48 Kubik-  
kilometer Wasser**  
Mit dem Velo von Friedrichs-  
hafen nach Rorschach **136**

**Mit dem Wind um die Ohren**  
Auf Inlineskates den  
Rheindamm entlang **146**

**Auf Umwegen zum  
«schröcklichen» Bad**  
Über den Kunkelspass zur  
Taminaschlucht **154**

**Mit voller Sicht voraus**  
Mit dem Velo durchs  
Glarnerland **164**

**Auf Kufen um die Kurven**  
Schlittelspass in Savognin **172**

**Zu Besuch im Land der Munggen**  
Bergwanderung zur  
Kesch-Hütte **180**

Dank / Autorin **191**