

# Inhaltsverzeichnis

Übersichtskarte Schweiz	8
Einleitung	10
<b>BERNER OBERLAND</b>	<b>14</b>
Föhnsturm zwischen Gen- und Sustental	16
Wunderbare Kirschtorte vom Lehrling	18
In Tuchfühlung mit der Eigernordwand	20
«Dert hindä bim Louenensee»	24
Ländliche Gastfreundschaft am Zugweg	26
Simmenfälle – geheimnisvoller Kraftort	28
<b>ZENTRALSCHWEIZ</b>	<b>30</b>
Erholsamer Uferweg an der Kleinen Emme	32
Vom Entlebuch ins Emmental	34
Bergwanderung über dem Schächental	36
Es lauert der Jäger hinter dem Busch ...	38
Berauscher Tiefblick nach steilem Aufstieg	40
Vom Sempachersee ins benachbarte Rottal	42
Bizarre Eiszapfen in der Region Willisau	44
<b>MITTELLAND</b>	<b>46</b>
Hügel, Krähen und Wälder	48
Zwei Fritze treffen sich	50
Im Gotthelf-Land zum 70. Geburtstag	52
Unterwegs im Emmental des Aargaus	56
Wandern, Kultur und gut Essen	58
Fussmarsch mit fantastischem Alpenblick	60
Landschaftserlebnisse im Westen von Bern	62
Exotisches im Sandsteinbruch	64
<b>JURA</b>	<b>66</b>
Roggenschnarz: über die erste Jurakette	68
Combe Tabeillon: tiefe, wilde Schlucht	70
Windige Höhen auf dem Tête de Ran	72
Zum Hörnliteller im Oberdörfer: En Guete!	74
Tiergarten: liegengelassene Wanderstöcke	76

Leckere Käseschnitte nach der Wolfsschlucht	78
<b>NORDWESTSCHWEIZ</b>	<b>80</b>
Zwei Wege führen auf die Rothenfluh Flue	82
Romantischer Wasserfall und Höhenburg	84
Grenzwanderung zum St. Chrischona-Turm	86
Hoher Turm und lange Würste	88
<b>ZÜRICH UND SCHAFFHAUSEN</b>	<b>90</b>
«Chumm und luegl»	92
«Frauenschieli» und eine Grenzwanderung	94
Heisser Bachtel – Aufstieg bei 35°C	98
<b>OSTSCHWEIZ</b>	<b>100</b>
Der unendlich lange Damm	102
Auf dem St. Galler Brückenweg	104
Wandervergnügen auf einem 5-Sterne-Weg	106
Genussvoller Höhenweg über sieben Eggen	108
Schabzigerspätzli und eine Schlittenfahrt	112
<b>GRAUBÜNDEN</b>	<b>114</b>
Jürg Jenatsch in der Bündner Herrschaft	116
UNESCO Weltkulturerbe Albulabahn	118
<b>WALLIS</b>	<b>120</b>
Postkartenidylle hoch über Brig	122
Auf dem Stockalper-Handelsweg	124
Schussfahrt zum Schluss	126
Ein Naturphänomen bei Euseigne	128
Wanderungen an der Bisse de Clavau	132
Zwei Suonen auf einmal	134
<b>WESTSCHWEIZ</b>	<b>136</b>
In den Narzissenfeldern von Les Pléiades	138
Feldrand-Apéros im Genfer Hinterland	140
Endlich zum Burghügel von Rue	142