

INHALTSVERZEICHNIS

Vorwort	3
Übersichtskarte	6
Top-Touren	8
Wichtige Hinweise für unterwegs	10
Schwierigkeitskategorien	11
GPS-Tracks und Koordinaten der Ausgangspunkte	12
Symbole	13

Emmental

1	5.45 h	Bolberg, 1800 m – Emmenquelle – Kemmeribodenbad ...	26
2	5.30 h	Trogehorn, 1973 m	30
TOP 3	8.30 h	Innereriz – Hohgant, 2197 m – Kemmeribodenbad	32
4	4.00 h	Chnübeli, 1424 m – Honegg, 1549 m	36
TOP 5	4.30 h	Schangnau – Emmeschlucht – Eggwil	39
6	4.15 h	Trubschachen – Rämismummehoger, 1300 m – Schangnau ..	44
7	4.30 h	Eggwil – Pfyffer, 1315 m	47
8	5.15 h	Eggwil – Chuderhüsi, 1132 m – Oberdiessbach	50
TOP 9	2.10 h	Konolfingen – Emmental Literaturweg	54
10	2.40 h	Zäziwil – Erdburgen Schwanden und Zwingherrenhubel ..	56
11	3.30 h	Emmenmatt – Blaseflue, 1118 m – Grosshöchstetten	58
12	5.00 h	Zollbrück – Leuenberger-Gedenkweg – Moosegg, 954 m ..	62
13	2.40 h	Langnau – Hohwacht, 1035 m – Aeschau	66
14	2.30 h	Langnau – Dürsrütiwald – Zollbrück	69
TOP 15	4.00 h	Sumiswald – Trachselwald – Lützelflüh	72
16	4.40 h	Worb – Rütthubelbad – Mänziwilegg, 934 m – Boll	76
17	3.20 h	Boll – Bantiger, 947 m – Krauchthal	80
18	1.50 h	Hindelbank – Bernhard-Luginbühl-Park – Burgdorf	83
TOP 19	6.00 h	Gipfelrunde um Burgdorf	86

Oberaargau

TOP 20	4.45 h	Riedtwil – Mutzbachfall – Oberbüelchnubel, 818 m	90
21	7.15 h	Langenthal – Friesenbergchnubel, 837 m – Lueg, 887 m ..	94
22	2.30 h	Steinhof – Burgäschisee – Herzogenbuchsee	99
TOP 23	4.20 h	Utzenstorf – Emme(kanal) – Solothurn	102
24	2 Tage	Aare: Solothurn – Aarwangen – Olten	106
25	4.20 h	Niederbipp – Jurasüdfuß – Bernstein – Wangen	110
26	4.15 h	Ankehubel, 1086 m – Hällchöpfli, 1232 m – Günsberg	114
27	7.00 h	Balsthal – Rüttelhorn, 1193 m – Chambe, 1251 m	118
28	2.20 h	Oensingen – Leenflue, 692 m – Erlinsburg, 752 m	123
29	2.50 h	Rothrist – Rotkanal – St. Urban	126
TOP 30	3.30 h	Langenthal und seine Wässermatten	130
31	4.45 h	Gutenberg – Hohwacht, 779 m – Huttwil – Zwanghubel ..	134

Napf

32	6.00 h	Wasen – Ahorn, 1140 m – Arnichnubel, 1120 m	138
33	6.00 h	Napfflue, 1365 m – Ahorn, 1140 m – Eriswil	142
34	2.00 h	Hübeli – Signalhügel Oberlehn, 1110 m – Menzberg	146
35	3.40 h	Romoos – Rächelochbach – Fontanne – Menzberg	148
TOP 36	6.00 h	Romoos – Napf, 1406 m – Lüderenalp	151
TOP 37	3.15 h	Luthern Bad – Napf, 1406 m – Fankhaus	156
TOP 38	4.45 h	Fankhaus – Napf, 1406 m – Mettlenalp	159
39	3.00 h	Escholzmatz – Bockshorn, 1251 m – Trub	162

Entlebuch

40	3.45 h	Schüpfheim – Kleine Emme – Wolhusen	165
TOP 41	4.15 h	Entlebuch – Energielehrpfad – Wissenegg, 1285 m	168
42	4.00 h	Blaue Tosse, 1802 m – Risetestock, 1759 m	172
43	8.15 h	Gfellen – Schimbrig, 1816 m – Schafmatt, 1978 m	174
TOP 44	5.20 h	Glaubenbielen – Nünalpstock, 1900 m – Glaubenberg	178
45	4.50 h	Stäldeli – Fürstein, 2039 m – Rickhubel, 1943 m	182
TOP 46	5.30 h	Flühli – Schwändiliflue, 1796 m – Chessiloch	185
TOP 47	5.30 h	Flühli – Haglere, 1948 m – Sörenberg	188
48	4.20 h	Schüpfheim – Heiligkreuz – Farnere, 1572 m	191
49	5.45 h	Chlusbode – Beichle, 1769 m – Rotefluespitz, 1532 m	194
50	6.00 h	Steigrat, 1520 m – Sidemoosflue, 1441 m – Marbachegg	198
51	5.15 h	Hirsegge – Strick, 1947 m – Flühli	202
52	5.00 h	Marbachegg – Hängst, 2091 m – Hirsegge	205
53	4.45 h	Schanganau – Marbachegg, 1470 m – Kemmeribodenbad	208
54	6.30 h	Hächle, 2091 m – Hängst, 2092 m – Schibegütsch	212
55	3.45 h	Sörenberg – Emmensprung – Brienzer Rothorn, 2348 m	218

Stichwortverzeichnis	220
----------------------------	-----