

INHALT

Vorwort	9
Zielsetzung	11
Schlitteln in der Schweiz.....	13
Schlitten oder Rodel – eine Begriffserklärung	15
Gegenüberstellung Schlitten – Rodel / Fahrtechnik	17
Andere Rutschgeräte.....	29
Geschichte	31
Unterschied Kunstbahn–Naturbahn	39
Unfälle vermeiden	43
Verhaltensregeln für Schlittler und Rodler	47
Ausrüstung	51
Die richtige Pflege	57
Leicht, mittel oder herausfordernd	61
Legenden und Hinweise	63

BERN

❶ Grindelwald	71
Kleine Scheidegg – Wengen	73
Männlichen – Grindelwald	77
Kleine Scheidegg – Grindelwald Eiger Run	81
Faulhorn – Bussalp – Grindelwald	85
Bussalp – Grindelwald	89
First – Grindelwald	95
Grosse Scheidegg – Oberer Gletscher	99
❷ Adelboden	103
Adelboden – Tschentenbahnen	103
Adelboden – Silleren – Bergläger	107
❸ Oeschinensee	111
❹ Kiental	115
❺ Elsigentalp	119

FRIBOURG

6 Jaunpass	123
-------------------------	-----

GLARUS

7 Braunwald	127
8 Elm	131
9 Matt.....	135
10 Urnerboden	139

GRAUBÜNDEN

11 Ftan.....	143
12 Klosters	147
Madrisa – Saas	148
Gotschna – Klosters Platz	151
Selfranga – Klosters Dorf	155
13 Sarn.....	159
14 Fideris	163
15 Savognin	167
16 St. Moritz	171
17 Rueras	175
18 Davos	179
Davos Schatzalp	179
Davos Rinerhorn	183
19 Bergün	187
Preda – Bergün.....	187
Darlux – Bergün	191
20 Arosa	195
Tschuggenberg – Innerarosa	196
Prätschli – Obersee – Arosa	199
Arosa Untersee – Litzirüti.....	203

LIECHTENSTEIN

21	Steg	207
----	------------	-----

OSTSCHWEIZ

22	Wangs / Pizol.....	211
23	Jakobsbad	215
24	Flumserberg	219
25	Filzbach	223

TESSIN

26	Leontica	227
----	----------------	-----

URI

27	Andermatt	231
----	-----------------	-----

WAADTLAND

28	Château-d'Œx	235
29	Les Diablerets	239
30	La Tzoumaz	243

WALLIS

31	Bürchen – Unterbäch	247
	Brandalp – Unterbäch.....	248
	Moosalp-Bürchen	251
32	Wiler im Lötschental	255
33	Visperterminen	259
34	Saas-Fee.....	263
	Saas-Almagell	267
	Saas-Grund	271

ZENTRALSCHWEIZ

35	Rigi	275
	Rigi Kulm – Schwändi – Klösterli.....	276
	Rigi Kulm – Rigi Staffel – Des Alpes – Rigi Klösterli	279
	Rigi Staffelhöhe – Rigi Kaltbad	283
	Rigi Staffel – Wölfertschentäli – Rigi Klösterli.....	283
36	Stöckalp bei Melchsee-Frutt	287
37	Kriens/Pilatus	291
38	Engelberg	295

ZÜRICH

39	Uetliberg	299
-----------	-----------------	-----

Glossar	303
Schlittel- und Rodelclubs in der Schweiz	305
Literatur und Links	307
Über den Autor	308
Dank	309
Bildnachweis	311
Schlusswort.....	313
Ortsverzeichnis	317