



Panorama-Trails im Angesicht des weltbekannten Dreigestirns

Eine der malerischsten Alpenlandschaften und eines der spektakulärsten Alpenpanoramen lässt uns zwischen der Innerschweiz, dem Haslital und dem Berner Oberland pausenlos staunen.

Wir wännen uns wie in einem Schweizer Bilderbuch oder wie mitten in einem Fotokalender. Wir tauchen ein in eine Alpenwelt die fesselt und nachhaltig beeindruckt. Mit voller Wucht erleben wir auf dieser Tour einige der schönsten Orte, Berge und Täler. Wie Film-Regisseure, Autoren und Bergsteiger werden auch wir unweigerlich in einen tiefen Bann gezogen, der uns richtiggehend packt. Diese enormen Eindrücke schenken Emotionen und verleihen Kräfte. Genau so intensiv werden wir auch von den Trails gefesselt – denn sie zählen zu den längsten und besten der Schweiz. Schon kurz nach dem Start beginnt ein fast komplett durchgehender 40 Kilometer langer Singletrail. Es warten Trailabfahrten, die sich 1500 Meter in die Tiefe schrauben. Höhenwege, die kilometerlang über

Kämme und an Flanken entlang ziehen – und dies mit einer Prachtsaussicht nota bene. Wir blicken von unseren Trails 2000 Meter hinunter auf türkisfarbene Seen, schauen empor zu den höchsten Felswänden der Alpen, sehen gegenüber formvollendete 4000-Meter hohe Gletschergipfel in der Sonne glänzen, oder erleben 100 Meter hohe Wasserfälle. Ein Landschafts- und Trail-Highlight jagt das nächste. Mit unseren Bikes erleben wir in vier Tagen eine aussergewöhnliche Tour, die uns zu den schönsten Plätzen der Region führt. Denn bei diesem Abenteuer war nur das Beste gut genug! Alles, was atemberaubend ist, habe ich hier hineinverpackt – und lass dich überraschen, was dir alles den Atem raubt oder zumindest zum Stocken bringt.

Kurz-Infos

Datum:	8.–11. August 2020
Tour-Art:	Alpencross mit Begleitfahrzeug
Konditionslevel:	2–4 *
Techniklevel:	bis S2, selten S3
Anzahl Touren:	4
Total Hm:	10350
Total km:	237
Guide:	Luki

* *Leveinteilung siehe «Infos»*



Unsere Touren

Die Aufstiege sind lang und abschnittsweise auch sehr steil. Viele Uphill's führen über Schotterwege und Bergstrassen. Aber auch lange Singletrails und alte Saumwege fordern uns immer wieder heraus. Bei genügend Kraft und Kondition sind sie alle bis auf ganz wenige Meter komplett fahrbar. Die kilometerlangen Abfahrtstrails sind von der flowig-anspruchsvollen Art – aber auch hier gibt es schwierige und fordernde Abschnitte. Grundsätzlich sind die Abfahrten enorm lang und führen durchwegs auf Trails bergab.

Einzelne Regionen sind auch bei Wandern und Touristen sehr beliebt, weshalb ich den Zeitablauf dieser Tour gezielt «kalkuliert» habe. **Alle Etappen können durch Streckenanpassungen oder das Benutzen von Bahnen entschärft werden. Beim Einbauen dieser Optionen entsteht dann der «Singletrailcross Berner Oberland» in der Flow-Version!** Für die genussvolle Teilnahme sind – je nach gewählter Version – eine gute bis sehr gute Kondition und eine versierte Fahrtechnik erforderlich. (Level 2-4; siehe Homepage). Für das Gepäck ist ein Begleittransport organisiert. Am 2. und 4. Tag treffen wir um die Mittagszeit das Begleitteam und werden hier mit einem Lunch verpflegt. Am dritten Tag gibt es ein Lunchpaket und für den ersten Tag bitte Lunch selber mitnehmen.

Unsere Bikeregion

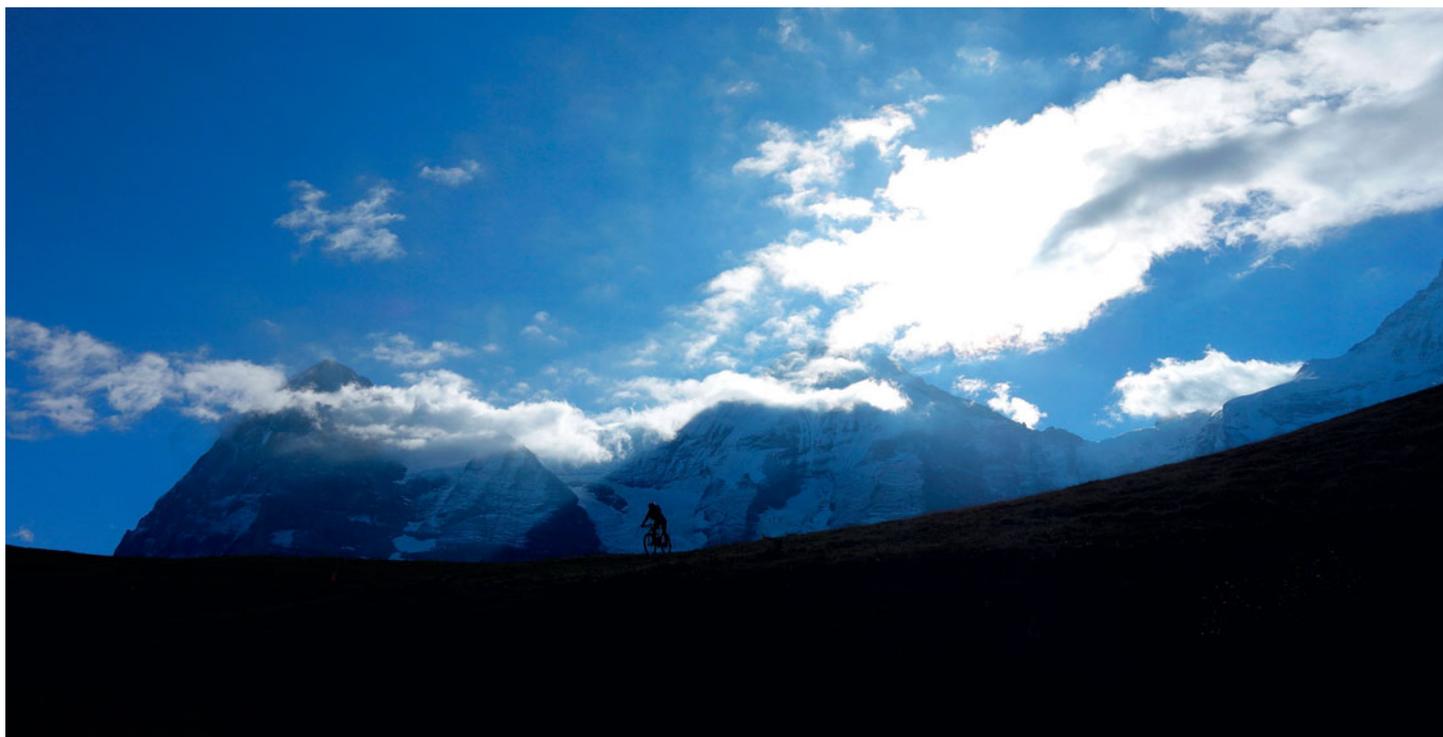
Im Spannungsfeld zwischen den Voralpen und den mächtigen 4000-ern der Berner Alpen liegt eine Alpenlandschaft, die pure Alpenidylle vermittelt. Malerische Seen, duftende Alpweiden, riesige Felswände, weisse Gletscherberge, Wasserfälle, historische Bergbahnen und autofreie Bergdörfer. Dank des grossartigen Panoramas und der einst bis in den Talkessel vorstossenden Gletscher zog die Region bereits im ausgehenden 18. Jahrhundert erste Gäste an, vornehmlich Engländer. Mitte des 19. Jahrhunderts erfolgte der eigentliche Durchbruch des Alpinismus, einheimische Bergführer erstiegen mit englischen Touristen die umliegenden Gebirgsgipfel. Mit dem Bau von Strasse und Bahnlinie wurde die Anreise gegen Ende des 19. Jahrhunderts einfacher, nun begann auch der Wintertourismus. 1908 entstand am Wetterhorn die erste Seilbahn der Alpen. Und 1912 erreichte die Eisenbahn via Kleine Scheidegg das Jungfraujoch, welches bis heute die höchste Eisenbahnstation Europas und ein weltbekanntes Ausflugsziel im ewigen Schnee und Eis ist. Der Tourismus prägt die Region bis heute – vielleicht auch dank den James-Bond-Filmen oder den Weltcupskirennen von Wengen.

Unsere Unterkünfte

Wir übernachten in ausgesprochen stilvollen und herzlich geführten Unterkünften mit ausgewiesener Küche.

Klima und Wetter

Die Temperaturen werden um 25° C–30° C betragen. In Höhenlagen ab 2000 m ü. M. kann es natürlich auch kühler werden. Der höchste Punkt liegt auf 2680 Meter.





Hoch über dem Brienersee mit Blick zu Eiger, Mönch und Jungfrau

1. Tag: 60 km/2350 Hm – Flow-Version: 1400 Hm

Mit 1800 Höhenmetern an einem Stück geht es geradezu mit einem Paukenschlag los. Nach 500 Höhenmetern kann dieser Aufstieg noch verschärft werden in Form eines Trails der im Prinzip fahrbar ist.

Wer möchte kann hier aber noch Kräfte schonen und 800 Höhenmeter auf der schmalen Bergstrasse hochrollen oder gar die Seilbahn benutzen.

Da wo die unterschiedlichen Varianten wieder zusammentreffen, verlassen wir das enge und felsige Tal, das Gelände wird offen. An Seen entlang, über Kreten, Plateaus und durch Flanken führt der Weg mitten durch eine liebevolle Bergwelt. Vor uns türmen sich die mächtigen Gletscherberge vom Titlismassiv und den Berner Alpen auf. Wir biegen ein auf einen unglaublich langen Höhenweg. Stetiges

Auf und Ab durch sonnendurchflutete Hänge und das Ganze 1500 Meter über dem Talboden. Ein Panorama-Trail der Extraklasse. Die Sicht reicht nun von den Gletscherbergen bis über Briener- und Thunersee. Einer der schönsten Aussichtspunkte und exakt im Schnittpunkt von den Zentralschweizer Voralpen und den Berner 4000-ern. Eine knackige Abfahrt durch duftende Wälder und über blühende Alpweiden bringt uns ins Tal hinunter. Er fordert eine versierte Technik – aber es gibt auch einfachere Optionen. Ob anspruchsvoll oder einfach, die Routen treffen sich spätestens beim See von wo es gemeinsam weiter geht. Ein Wiesentrail und später einem Ufertrail folgen wir und genießen die letzten Trailmeter bis zur heimeligen Unterkunft.





2. Tag: 60 km/3000 Hm – Flow-Version: 2150 oder 1850 Hm

Die Königsetappe beginnt wie schon gestern mit einem fulminanten Uphill. Dieses Mal sind es 1700 Höhenmeter an einem Stück. Auch wenn der Hauptteil mächtig steil ist, so lässt sich hier durchaus ein guter Rhythmus fahren. **Wer aber will kann hier mit der Seilbahn** die steilsten Höhenmeter elegant umfahren und so Körner für den zweiten Teil sparen. Denn dieser hat es noch mal in sich. Die Höhe muss da sprichwörtlich verdient werden. Dafür werden wir oben von einem gewaltigen Höhenrail erwartet – gleich aus mehreren Gründen ist er schlicht atemberaubend... Das Panorama reicht vom Mittelland über die Voralpen bis zu den 4000-ern. Fast eine Stunde schlängelt er sich den Flanken entlang bevor es endlich bergab geht. Mehr als eine Stunde rauschen wir von hier oben dem Talboden entgegen. Die Route leitet teil-

weise über historische Pfade, durch steile Wiesenflanken, vorbei an aussichtsreichen Alpsiedlungen und durch bemooste Märchenwälder. Ein Trailtanz auf einem Trailschatz, der bis heute - zum Glück - unbekannt geblieben ist. Mit 1100 Höhenmetern folgt ein prächtiger «Rhythmus-Berg» – das Bergsträsschen ist der einfachste Aufstieg der gesamten Tour. Es führt auf einen Geländebalkon von welchem ein etwas widerspenstiges Weglein startet. Es wird bald einfacher und wiederum surfen wir auf einem historischen Pfad bis ins Tal hinunter. Die Sonne steht schon tief am Himmel, der Blick schweift dorthin zurück, wo wir hergekommen sind. Kaum fassbar auf welchen Bergen und Kämmen wir in diesen beiden Tagen schon waren vor allem was wir schon alles erlebt haben.





Nach 2100 Höhenmetern stehen wir auf dem aussichtsreichen Gipfel hoch über dem Berner Oberland

3. Tag: 45 km/2400 Hm – Flow-Version: 1100 Hm

Es ist definitiv der Cross der langen Aufstiege... Und so starten wir auch heute mit einer lupenreinen Gipfelfahrt. Vom Tal bis auf den aussichtsreichen Gipfel sind es 2100 Höhenmeter an einem Stück. Schon fast ein Tagesunternehmen ist diese Fahrt. Erst über einen alten Bergwerksweg an Felswänden entlang und durch kleine Tunnels, später auf einer schmalen Bergstrasse fahren wir immer mehr ins gewaltige Hochgebirge hinein. **Per Postbus kann hier 1300 Hm eingespart werden.**

Der Tag erwacht und die majestätischen Bergspitzen werden in goldenes Sonnenlicht getaucht.

Inzwischen sind wir schon längst auf Trails und Schotterwegen unterwegs. Eiger, Mönch und Jungfrau sind nun exakt gegenüber. Ein Bild wie aus einem Fotokalender. Die letzten 300 Höhenmeter sind das Piece de Résistance – **diese können aber**

auch weggelassen werden. Der Untergrund ist fair, aber die Steilheit fordert alles! Auf dem Gipfel können wir uns definitiv gratulieren – was wir da gerade sehen und erleben bleibt für immer in Erinnerung. 2200 Meter über dem Talboden erblicken wir noch mal den gesamten Verlauf unserer Tour. Im Rücken die 4000-er, vor uns die Voralpen und schliesslich das Flachland. Es ist vielleicht einer der atemberaubendsten Aussichtspunkte, den man mit dem Bike erreichen kann. Verspielte Trails erwarten uns, die Abfahrt ist lang und wir geniessen jeden Bogen. Konzentration ist gefragt denn es gibt diverse Schlüsselstellen. Da ist das bereit gestellte Kuchenbuffet, in unserer Unterkunft, ein echtes Geschenk – wir fühlen uns nach all diesen Eindrücken wie im Himmel. Wir strecken die Beine und geniessen den Moment.





4. Tag: 72 km/2600 Hm – Flow-Version: 1900 Hm

Und wie gewohnt starten wir auch am vierten Tag mit einem langen Aufstieg. Mit 1200 Höhenmetern wirkt er aber geradezu bescheiden. Allerdings unterschätzen darf man ihn auf keinen Fall.

Auch wenn er mehrheitlich gut zu fahren ist, so zeigt er am Schluss noch seine Zähne. Senkrecht über uns die gewaltige Eigernordwand in deren Schatten es auch im Hochsommer aussergewöhnlich frisch ist. Bereits sind wir im Angesicht von Jungfrau und Silberhorn. Die Abfahrt ist extrem abwechslungsreich und ist als Gesamterlebnis etwas vom feinsten. Ein Stückweit sind wir auf der Lauberhornabfahrt unterwegs und natürlich nehmen auch wir den Hundschoopf mit. Wie im Sinkflug stehen

wir ins Lauterbrunnental – die Bremsen glühen. Ein friedliches Flachstück leitet zum letzten Berg. Überall senkrechte Felsen – schwer vorstellbar wo wir hier hochfahren können. Eine «Schwachstelle» gibt es – allerdings ist diese Schwachstelle auch extrem steil. Wer diese ca. 200 m lange Rampe fahrend schafft, ist der Bergkönig. **Aber auch hier gibt es die Option diesen Uphill elegant per Bahn zu umfahren und 700 Hm einzusparen.** Ja, und dann wartet am Ende des Tages noch die Krönung in Form eines Höhentrails. Wir fliegen auf ihm, wir träumen auf ihm und vor allem sind wir überglücklich auf ihm. Die finale Schlussabfahrt verwöhnt und zählt zu den Besten in der Region – und auch sie ist bis heute ein Geheimtipp geblieben...

