

Rutschpartie

Vom Schlitteln kriegt man am Fusse von Eiger, Mönch und Jungfrau gar nicht genug. Ob im «Speed Run» oder auf dem längsten Schlittelweg der Welt – in Grindelwald geht es überall flott bergab.

Der Pilgerort Mekka in der saudischen Wüste ist zwar ein krasser Kontrast zur Berner Oberländer Schneewelt. Doch man muss Grindelwald als das Mekka der Schlittler bezeichnen. Weitere Argumente für die Mekka-These: Es hat hier Schnee wie Sand in der Wüste. Und es pilgern Scharen von Menschen nach Grindelwald, um zu schlitteln. «Wir erleben einen Boom von Nicht-Skifahrern. Mittlerweile sind 40 Prozent unserer Gäste Schlittler und Schneewanderer», sagt Marina Tonn, PR-Leiterin der Jungfrau Region. Total locken über 36 Kilometer Schlittelwege. Auf ihnen herrscht Tag und Nacht ein Gaudi, dass nur drei Gesellen cool bleiben: Eiger, Mönch und Jungfrau verrichten stoisch ihren Dienst als majestätische Kulisse.

Hoch hinaus und steil hinab

Der Gipfel des Grindelwalder Schlittelgenusses heisst «Big Pintenfritz». Der Name geht auf einen legendären Dorfwirt zurück, der die Strecke einst nach einer Wette eröffnet haben soll. Die Eckdaten sind eindrücklich: Ganze 15 Kilometer bergab geht es vom Faulhorn (2680 Meter ü. M.) bis nach Grindelwald. Dabei gewinnt man mehr als 1600 Meter an Tiefe. Die «Faulhorn Klassik», wie der Pintenfritz auch heisst, ist damit die längste Schlittelbahn der

Welt. Auf der kurvenreichen Strecke sind einige Adrenalinschüsse garantiert. Bis man es so richtig sausen lassen kann, muss man es sich aber verdienen. Mit einer rund zweistündigen Winterwanderung von der Station First aus. Danach ist man am Start schön aufgewärmt. Beim Aufstieg kann man sich zudem mental vorbereiten: Ja, so steil wie man hier hinauf stapft, geht es dann auf dem Schlitten auch wieder hinunter.

Früher oder später ist eine Schneelandung also nicht zu verhindern. Die Sturz zonen sind aber grosszügig mit weissem Pulver bestreut, so dass man sich nicht weh tut. Beim Schlitteln gilt sowieso das Motto «Sturz als Chance». Wenn die Schneefetzen dann von der Mütze ins Gesicht fallen und die Wangen erfrischen, nutzt man die Pause, um das Bergpanorama zu bewundern. Ein Auge sollte dabei aber auf dem Schlitten bleiben, bevor dieser noch herrenlos talwärts treibt.

Eine Exkursion zum «Big Pintenfritz» füllt allein schon ein Tagesprogramm. Wer tech-





Je dunkler, desto spannender die Schussfahrt: In der Dämmerung entwickelt der «Eiger Run» unterhalb der Nordwand seine ganz eigene Dynamik.



Wengernalpbahn: Beim Aussteigen in Alpiglen entscheiden die ersten Sekunden über die Poleposition in der Startaufstellung.



Vorsicht Gegenverkehr: Der Bus auf die Bussalp ist voller Menschen, die bald diesen Weg hinunter sausen.

nisch so versiert ist und unterwegs zuviel Zeit gewinnt, macht es am Besten wie die GA-Familie Du Commun aus Biel. Sie legt sich, um die Strecke noch länger auszukosten, alle paar Kurven für eine Weile an den Wegrand. Was viele nicht wissen: Schlitteln fördert die Erfurcht vor der Schönheit der Natur. So fragt man sich plötzlich, im Tiefschnee staunend, wie diese unbeschreibliche Märchengegend am besten zu beschreiben sei. Trägt die Jungfrau ein samtweisses Häubchen? Sind die Tannen mit Mehl bestreut? Und welches seiner x Worte für Schnee würde ein Eskimo verwenden? In solchen Momenten der Entzückung kommt es auch vor, dass Schlittler im Übermut dem Eiger zurufen: «Warum heisst die Jungfrau so?» – «Weil der Mönch dazwischen steht», hallt es zurück.

Im Epizentrum der Schlittler

Schlitteln ist die einzige Sportart, bei welcher Winterspeck von Vorteil ist. So gibt es in jeder Gruppe einige, die zu faul fürs Faulhorn sind. Für jene gibt es als Alternative den Bus auf die Bussalp, der am Terminal «Bärplatz» beim Bahnhof Grindelwald startet. Am Steuer sitzt der jodelnde Chauffeur Sämi Zumbrunn. Einen Edelweissring im Ohr, weist er die Gäste während der Fahrt schon auf die Schlüsselstel-

len der Abfahrt hin. Bis zu acht Busse kurven stündlich hintereinander die Bergstrasse hinauf. Da heisst es aufgepasst für jene Schlittler, die talwärts rauschen. «Das ‹Tü-ta-to› ist das Warnsignal», erklärt der Chauffeur und weist auf einen vorbildhaften Schlittler hin, der strahlend der Buskolonne zuwinkt. Der junge Mann hat alles richtig gemacht: Beim Hornsignal sofort gestoppt, den Schlitten gepackt und neben die Strasse in den Tiefschnee gehüpft. Wenn der letzte Bus mit dem Warnblinker vorbei ist, kann er es wieder flitzen lassen.

Auf der Bussalp (1800 Meter ü. M.) stürmen die Ungeduldigsten sofort aus dem Bus und stürzen sich vor dem Feld auf die Strasse, um sogleich loszudonnern. Kaltblütigere Schlittler rollen das Feld von hinten auf. Der Connaisseur wirft während dem Überholmanöver dem Überholten ein eiskaltes Lächeln durch die Schneebrille zu. Das Mietmaterial kommt auf dieser Strecke übrigens aus dem Südtirol, vom Weltmeister-Rennrodler persönlich. «Moto Bachmann» steht auf dem Schlitten. Sollte es also harzen, liegt es nicht am Material, sondern eher an der Technik.

Abenteuerlustige wärmen sich vor der Abfahrt auf der Bussalp mit Snowtubing auf. Das ist ein Extraspass auf aufgeblasenen Lastwagenpneus. Man setzt sich in den Pneu, hält

sich an den Griffen und wird von einem Skilift den Hügel hochgezogen. Ab dann ist Snowtubing wie eine Achterbahn im Schnee. Manches Herz ist im freien Fall schon in die Hose gerutscht. Dank den bobbahnartigen Wänden am Rand kann aber nichts passieren.

Parallel zur normalen Bussalp-Abfahrt gibt es einen Speedway. Hier sind die Temposüchtigen unter sich und stürzen steil zu Tal. Schnecken haben im Speedway nichts verloren. Beim «Weidli» kommen die Adrenalinjunkies vom Speedway und die «Theresli» vom gemütlichen Schlittelweg wieder zusammen. Gemeinsam tauen sie in der Weidlibar ihre gefrorenen Gelenke wieder auf. Von hier fahren auch die Schlittelbusse wieder hoch. Bei der zweiten Fahrt wollen wir die Abzweigung zum «Steihüttli» nicht verpassen. In dieser versteckten Skibar trifft man sich zum letzten «Après-la-luge», bevor es ganz ins Dorf hinunter geht. Man kann praktisch bis zum Bahnhof Grindelwald auf dem Schlitten sitzen bleiben.

Wildes Nachtrodeln am Eigerrun

Der Tag ist zwar vorbei, aber ausgeschlittelt haben wir noch lange nicht. In Grindelwald regiert der «Gemel», wie der veloähnliche Schlitten bei den Einheimischen heisst. Mit



Grindelwalder Schlitten-Kuriosität: Der «Velogemel»



Ob Tempo oder Teepause: Schlitteln heisst leben und leben lassen.

Rutschpartie

Über Pisten fliegen und Schneeradeln

Velogemel

Seit 1911 gibt es das patentierte Schneefahrrad aus Holz. Ein Unikum aus Grindelwald, das in alle Welt exportiert wird. Früher fuhr hier im Winter der Pöstler mit einem Velogemel von Haus zu Haus. Heute kommen Kinder hoch zu Holzross in Rudeln daher geschlittelt. Den Velogemel kann man zum Beispiel am Bahnhof mieten. Das Fahrgefühl ist höchst erhaben, bei rassicem Fahrstil bleibt die Beinmuskulatur am lockersten.

Schlittlerennen

In Grindelwald vergeht kaum ein Wochenende ohne Schlittel-Wettkampf. Am 7. Februar geht es los mit der Velogemel-WM. Im Februar findet auch die Faulhorn-Klassik statt sowie die Schlittel-Chilbi auf der Bussalp, ein Plauschrennen mit Kostümwettbewerb. Höhepunkt ist das legendäre Hornschlittenrennen am 6. März, bei dem zum Gaudi der Zuschauer Zweierteams von Alpigen bis Sand wagemutig die Hänge hinab rutschen.

First Flieger

Mit dieser Spielart des Flying Fox im Gebiet First hat Grindelwald eine neuere Spassinstitution. An einem Seilbahnseil hängend kann man wie James Bond runtersausen und erreicht dabei ein Tempo von bis zu 84 Kilometer pro Stunde. Nach überstandenerm Flug bietet es sich an, mit dem Schlitten ins Dorf zu fahren.



Snowtubing – und tschüss!

Sicherheit

Schlitteln, aber sicher!

Schlitteln gilt zwar als «niederschwellige» Sportart. Damit man aber auch heil über die eine oder andere höhere Schwelle kommt, braucht es die richtige Ausrüstung und Augenmass. Fünf Regeln für ein glattes Schlittelerlebnis.

1 Aufwärmen. Wer schlitteln geht, muss sich warm anziehen. Alkohol taugt dazu aber nicht. Das unkontrollierte Abtauchen plant man besser nach dem Sport ein.

2 Feste Schuhe: Mit Snowboard oder Wanderschuhen bremsst es sich besser und es bleiben auch die Zehen warm. Handschuhe und Mütze mildern die Kälte ebenfalls. Kluge Köpfe steigen zudem mit dem Skihelm auf. Mit einer Schneibrille behält man den Durchblick auch, wenn es schneit.

3 Kein Köpfler: So wagemutig ein Bäumling auch aussehen mag, auf dem Schlitten ist er höchst gefährlich. Übrigens käme es keinem Rennrodler in den Sinn, sich kopfveran in eine Kurve zu stürzen, da der Schlitten so nicht kontrollierbar ist.

4 Augen auf: Obacht auf Gegenverkehr, kreuzende Skifahrer und Winterwanderer! Auch wo die Bahn nur für Schlitten ist, kann einem eine fiese Schikane aus der Bahn werfen.

5 Alles unter Kontrolle. Tempo rausch ist gut und recht, bei der ersten Fahrt ist man aber besser etwas vorsichtig. Wer beim Schlitteln Ketten bildet, riskiert ebenfalls viel.

Weitere Sicherheitsinfos in der bfu-Broschüre «Schlitteln», kostenlos erhältlich unter www.bfu.ch

Moment mal...

... Albert Steffen



Der selbständige Landmaschinenmechaniker ist einer der schnellsten Schlittler der Schweiz. Er ist mehrfacher Schweizermeister im Naturbahn-Rodeln und startet für den SRC Grindelwald.

Wie kamen Sie zum Rodeln?

Ich liebe die Geschwindigkeit. Früher fuhr ich Motorradrennen und spielte Eishockey. Als Grindelwalder war ich aber schon als Kind ständig mit dem Bob unterwegs und habe früh im Club trainiert.

An welchem Haushang rodeln Sie am Liebsten?

Am schönsten ist es am frühen Morgen im Speedrun auf der Bussalp. Wenn der Sulz vom Vortag über Nacht gefriert, ist die Bahn ideal.

Worin unterscheidet sich Ihr Rennrodel von einem herkömmlichen Plauschschlitten?

Im Gegensatz zum starren Schlitten ist ein Rodel vorne beweglich und mittels Lenkseil besser lenkbar. Ein Sportrodel ist breiter, die Kufen sind schräg gegen aussen gestellt und die Kanten sind scharf geschliffen.

Geben Sie uns einen Tipp zur Verbesserung der Kurventechnik?

Das Ziel ist es, immer eine saubere Linie zu fahren und nicht zu driften. Man muss wie beim Carving auf der Skipiste den Schwung in die Kurve mitzunehmen. Da Bremsen und Lenken gleichzeitig nicht geht, heisst das: Vor der Kurve bremsen! Dazu tragen wir Spezialschuhe mit Spikes an den Sohlen.

Sie sind als einer der wenigen Schweizer, die international vorne mitrodeln. Warum?

In der Schweiz gibt es keine Natur-eisbahnen mit blankem Eis. Deshalb können wir kaum zu Wettkampfbedingungen trainieren. Beim Sommerrodeln auf der Strasse sieht es aber anders aus.



Zum Aufwärmen vor der rauschenden Abfahrt auf dem «Eiger Run» empfiehlt sich ein Fondue im Bergrestaurant Alpigen mit Blick auf Grindelwald.

dem Skizug der Wengernalpbahn fahren wir mit diesen Spezialschlitten zum Nachtschlitteln auf dem «Eiger Run». Dieser Schlittelweg ist von Mittwoch bis Samstag nachts beleuchtet. Bis es so weit ist, vertreibt sich das Schlittelvolk gern die Zeit im familiären Bergrestaurant Alpigen beim Fondueplausch. Nur ein paar einheimische Angestellte nutzen die leere Piste schon in der Dämmerung. Man könnte sie um diesen Arbeitsweg beneiden.

Praktisch schmerzfrei

Endlich ist es Nacht. Aus der Eigernordwand blinzelt nur noch ein Bahnfensterlicht. An der Station Alpigen am Fusse der Eigernordwand spuckt der Schlittelzug noch eine letzte Ladung Schlittler aus. Und sofort bildet sich eine quietschfidele Karawane auf dem Weg zum Startpunkt des Schlittelwegs. Eine Gruppe amerikanischer Jugendlicher verschärft den Stau, indem sie eine Schneeballschlacht anzettelt.

Vorerst zwängt sich die Schlittelschlange nur zähflüssig durch die engen Kurven. Bereits nach wenigen Schritten stoppt die Fahrt abrupt, wegen einer Kollision. Dann aber geht es richtig ab: Mein Grindelwalder Gedel ist kaum zu bändigen. Er wirft mich nach links und rechts. Durch die dunkle Nacht sau-

sen schwarze Löcher auf mich zu. Dazu kommen Krämpfe in den Beinen. Soll mir keiner sagen, Schlitteln sei kein Sport.

Dann, uff, sind wir plötzlich schon im Zielraum. Während sich der Puls langsam legt, überbieten sich die Boys mit ihren Heldengeschichten. Jetzt ist es Zeit für ein Monsterkafi im Tippi von Bruno Friedli. Er ist einer dieser Beneidenswerten, die jeden Tag vor Dienstantritt einmal den Eigerrun hinunterschlitteln. Bruno kennt ausserdem die schönsten Waldwege und die «süsseste Skiabfahrt» im Gebiet: «Diese geht von Rahmschnitten am Eigergletscher bis zum Apfelküchlein in der Brandegg und ist bei Deutschen besonders beliebt.»

Wir wollen uns aber bei einem pikanten Fondue etwas Gewicht zulegen für unsere letzte Nachtabfahrt. Im Restaurant Brandegg gibts das Fondue mit Pilzen, Chillischoten oder Kräutern. Je später der Abend, desto mehr geht hier – am Ziel des Nachtschlitteln – die Post ab. Zum Dessert fahren wir also noch einmal hoch und kitzeln in den Kurven das letzte Adrenalin raus. Nachdem wir mit der letzten Talfahrt am Bahnhof Grindelwald aus dem Zug steigen, sind wir müde, froh und praktisch schmerzfrei.

Text: Claudio Zemp;

Fotos: Alessandro Della Bella



Warnung für Schneescheue: Schlitteln durch Zuckertannen könnte auch Sie glücklich machen.

Schweizer Schlittelparadiese

Graubünden

Heuberge Fideris

In einem Seitental des Prättigau liegen auf 2000 Meter ü. M. die Heuberge, die im Winter Schlittelfreunde von weit her anziehen. Angereist wird über Fideris, von wo Kleinbusse die Gäste an den Start bringen. Zugreisende werden vom Bahnhof in Jenaz abgeholt, wenn sie sich spätestens am Vortag anmelden. Der Schlittelweg ist ganze 12 Kilometer lang. Man kann also eine gute Stunde nonstop schlitteln. Die Strasse ist während den Schlittelzeiten für den Privatverkehr geschlossen. Aber Achtung – mit entgegenkommenden Bussen ist stets zu rechnen. Beliebt sind im Heuberg auch Nacht-Schlittelabfahrten. Tel. 081 332 13 04

| www.heuberge.ch



Ostschweiz

Weissenberge

Die «unverschämte» Schlittelbahn führt von den Glarner Weissenbergen durch die Krauchbachschlucht. Auf rund 3 Kilometern geht es sportlich rasant, aber gleichmässig bergab. Die Schlittelbahn kann dank der Luftseilbahn Matt-Weissenberge auch mehrmals hintereinander befahren werden. Nach Matt gelangt man mit dem Zug via Schwanden und von dort weiter mit dem Bus. Bei guten Verhältnissen findet jeweils am Freitag und am Samstag ein Nachtschlitteln statt, wobei die Strecke mit Laternen romantisch beleuchtet wird. Wer jede Kurve sehen will, nimmt besser eine Stirnlampe mit.

Tel. 055 642 15 46

| www.weissenberge.ch



Wallis

Fiescheralp

Die Abfahrt von der Fiescheralp nach Lax ist mit 14 Kilometer stattlich lang und hat eine prächtige Kulisse. Man rodeln an imposanten 4000ern vorbei. Das erste Drittel der Strecke ist aber so steil, dass man besser einen Halt einlegt, um die Aussicht nicht zu verpassen. Im zweiten Teil schlittelt man etwas gemächlicher durch einen Tannenwald, bis zum Zieleinlauf oberhalb von Lax. Ausgangspunkt für den Gomser Schlittelspass ist Fiesch, von wo die Luftseilbahn auf die Fiescheralp fährt. Von der Bergstation bis zur Schlittelstrecke stapft man rund 5 Minuten durch den Schnee.

Tel. 027 971 27 00

| www.fiesch.ch



via-Exklusiv-Angebot

Verbringen Sie zwei Nächte im Schlittelparadies von Grindelwald!

Das Online-Reisebüro sbb.ch/travel (STC) und «via» offerieren:

– Zwei Übernachtungen im Hotel Kreuz&Post**** in Grindelwald inkl. 5-Gang-Abendessen am 1. Abend

Gültig jeweils Montag–Donnerstag vom 1. Dezember 2009 bis 4. März 2010 (ohne 20.12.09 bis 04.1.10 und 1.2. bis 4.3.2010)

Preis pro Person im Doppelzimmer: **CHF 260.–**

– 50% auf den Schlittelpass First
Erwachsene: CHF 22.– statt 44.–
Kinder (6-15): CHF 16.– statt 32.–

Buchbar über:

| www.sbb.ch/travel

oder telefonisch unter:

0800 100 20030

Zentralschweiz

Melchsee-Frutt

Von der Innerschweizer Schneeoase Frutt geht es ganz schön weit hinunter: Die Abfahrt von 1920 Metern über Meer bis zur Talstation der Gondelbahn Stöckalp ist einer der längsten Schlittelwege der Zentralschweiz. Da sich die Schlittler ihren Weg streckenweise mit den Skifahrern teilen, kann der Schlittelweg am Abend gesperrt werden. Bei Vollmond lohnt sich eine Nacht-abfahrt, auch wenn die Strecke nicht beleuchtet ist. Von Donnerstag bis Samstag kann nachts auch am Cheselenhang (mit Sesselbahn ab Stöckalp) geschlittelt werden. Die Stöckalp erreicht man mit dem Postauto ab Sarnen.

Info: 041 669 12 10

| www.melchsee-frutt.com

