

WALLIS

Wo die Schweiz am höchsten ist

GENUSS & NATUR

Die schönsten
Wandertouren
in den Alpen



BERGKULISSEN
DER EXTRAKLASSE



WANDERWEGE
FÜR ALLE ANSPRÜCHE



GENUSS
DIREKT AUS DER REGION

ADELSSTAND DER ALPEN

INHALT

FAKTEN ZUM WALLIS

Die höchsten Gipfel, der längste Gletscher: das Wallis in Zahlen.

03

TOURISTISCHE HIGHLIGHTS

Das Wallis hält viele Highlights parat. Die wichtigsten in der Übersicht.

04-05

CRANS-MONTANA

Panoramen der Extraklasse eröffnen sich rund um Crans-Montana.

06-07

NENDAZ

Bei Nendaz wachsen die größten und ältesten Lärchen Europas.

08-09

LEUKERBAD

Wandern und Wellness: eine gelungene Kombination.

10-11

ALETSCH ARENA

Wo sich der längste Gletscher der Alpen durch sein Tal zieht.

12-13

TOUREN IM WALLIS

Wo die schönsten Touren sind. Ein Überblick.

14

REISE-INFO

Anreisen, übernachten, Veranstaltungen besuchen – ein Überblick.

15

Die höchsten Gipfel, der längste Gletscher, die meisten Sonnenstunden, die spektakulärsten Panoramawege – das alles erhebt das Wallis in den Adelsstand der Alpen. In dem Südschweizer Kanton findet sich eine Landschaft der Extreme auf engem Raum. Im mediterran geprägten Talboden grünen Weingärten und Aprikosenhaine, und nicht weit davon glitzern Berggiganten, ummantelt von teils riesigen Gletschern. Für Bergsteiger ist das Wallis der Inbegriff einer Viertausender-Region. Matterhorn und Monte Rosa, Aletschhorn und Gran Combin sind nur einige der berühmten Aushängeschilder, die Jahr für Jahr zahlreiche Alpinisten anzieht. Doch auch Genusswanderer finden genügend Gelegenheiten, ihre Entdeckungslust zu stillen. Alte Suonenwege, Verbindungsrouten von Alp zu Alp, sowie eine Reihe hochalpiner Wege versprechen abwechslungsreiche Wanderungen. Die Region zwischen Goms und Genfersee verwöhnt neben

landschaftlichen Reizen mit einem mediterran anmutenden Klima mit wenig Niederschlag.

Tiefe Täler schneiden sich nahezu parallel in diese Strauchung der Alpenkette hinein, die nirgends sonst im gesamten Alpenbogen so viele markante Gipfel und Viertausender vereint.

Als eines der am tiefsten gelegenen Alpentäler zieht sich das Tal der Rhone vom Rhonegletscher am Furkapass bis zu den Palmen am Genfersee als eine breite, 120 Kilometer lange Furche. Im Norden begrenzen die Berner Alpen das Wallis. Im Süden bildet das Wallis die Grenze zu Italien. Der Südschweizer Kanton ist zweisprachig und teilt sich bei Sierre in das deutschsprachige Oberwallis und das französischsprachige Unterwallis. Im Wallis können sich Wanderer kaum entscheiden, ob ihnen wegen der Vielzahl an Touren oder den grandiosen Aussichten – etwa auf den gigantischen Aletschgletscher oder das pyramidenförmige Matterhorn – die Luft wegbleibt.

Abb. (Titel) Valais/Wallis Promotion, David Carlier
Abb. (Titel unten links) Valais/Wallis Promotion, David Carlier
Abb. (Titel unten Mitte) Valais/Wallis Promotion, David Carlier
Abb. (Titel unten rechts) Valais/Wallis Promotion, David Carlier
Abb. Valais/Wallis Promotion, David Carlier

DER LÄNGSTE GLETSCHER DER ALPEN

Die Region »Swiss Alps Jungfrau-Aletsch« wurde 2001 als Landschaft von einzigartiger Schönheit zum ersten alpinen UNESCO-Welterbe gekürt. Im Zentrum umrahmt das gewaltige Felsmassiv von Eiger, Mönch und Jungfrau den Großen Aletschgletscher – mit einer Länge von 23 Kilometern der längste Gletscher der Alpen.



Abb. ©Aletsch Arena

ÜBER 50 BERGHÜTTEN

Durch die lange Tradition der Gastfreundschaft in den Bergen wurden aus den Zufluchtsorten aus alten Zeiten zum Teil moderne Hütten. Von 1.475 bis auf 3.507 Höhenmeter: Das Wallis bietet teils urige, teils futuristisch anmutende Unterkünfte des Schweizer Alpen Clubs (SAC).



Abb. Valais/Wallis Promotion, Pascal Gertschen

Über 50 Rebsorten

Vor der Kulisser der Walliser Viertausender herrscht ein mediterran anmutendes, trockenes Klima mit jährlich über 2100 Sonnenstunden. »Schuld« daran tragen die mächtigen Bergketten, an denen sich die feuchte Luft abregnet, während im Rhone-Tal die Sonne scheint. Ein sonniges Frühjahr, ein langer Herbst, ein uraltes System von Bewässerungskanälen und kalkhaltige Böden in idealer Südausrichtung machen das Wallis zum interessantesten Weinanbaugebiet der Schweiz. Weine aus einheimischen Rebsorten erfreuen sich zunehmender Beliebtheit. Einige von ihnen sind an keinem anderen Ort der Welt zu finden. Als Electus, der »Auserwählte« auf den Markt kam, überschlug sich die Fachwelt mit Lob. Seither gilt er als der vielleicht beste Wein der Schweiz.

Abb. Valais/Wallis Promotion, Pascal Gertschen



45 GIPFEL ÜBER 4.000 METER

Darunter das Matterhorn (4.478 m), einer der höchsten Berge der Alpen und das Wahrzeichen der Schweiz.

8.000 Kilometer Wanderwege

Ein dichtes Netz an Wanderwegen durchzieht das Wallis. Einige führen um große, berühmte Bergmassive mit Ausläufern. Der Monte Rosa, das markante Matterhorn und die Gruppe um den Grand Combin sind besonders beliebte Ziele.



Abb. Valais/Wallis, David Carlier

40.000 Hektar NATURPARK

Zwei Gebiete im Wallis tragen die offizielle Bezeichnung Naturpark. Der Naturpark »Pfynges«



Abb. Valais/Wallis Promotion, Frederic Huber

erstreckt sich über 12 Gemeinden, liegt auf etwa 500 bis 4.100 Meter Höhe und umfasst eine Fläche von ca. 23.800 Hektar. Der »Landschaftspark Binntal« gilt als Eldorado für Mineralienliebhaber: Fast 200 verschiedene Sorten wurden dort bereits gefunden.

»Wohin du auch gehst,
gehe mit ganzem Herzen.«

Konfuzius

IN DIE KÖNIGSKLASSE

Was es im Wallis zu besichtigen gibt

Abb.: Valais/Wallis Promotion, Pascal Gertschen

Zahlreiche
Viertausender,
der größte
Gletscher
der Alpen,
traditionsreiche
Dörfer und
traumhafte
Wanderungen
garnieren das
Wallis.

BERGPROMINENZ MATTERHORN

Mit einer exakt vermessenen Höhe von 4.478 Metern schrammt das Matterhorn in der Liste der Alpenviertausender mit Platz sieben zwar deutlich an den Medaillenrängen vorbei, doch das tut seinem Ruhm keinen Abbruch. Seine markante Form ist weltweit bekannt; die Umrisse prangen auf Bonbons, Schokolade, Münzen und Briefmarken. Andere Berge des Wallis sind höher – im Norden das Weisshorn (4.505 m), im Osten die Dufourspitze (4.634 m) – doch das Matterhorn wirkt magisch wie kaum ein anderer Berg der Alpen. Es schreckt die Menschen ab und zieht sie gleichzeitig an, seit der Erstbesteigung am 14. Juli 1865 durch Edward Whymper. Sechs Jahre später, im Jahr 1871, schaffte die aus Liverpool stammende Lucy Walker als erste Frau den Aufstieg. Bei ihren Bergtouren, heißt es, soll sie vor allem Champagner getrunken und Biskuitkuchen gegessen haben. Mit der Gornergratbahn, der höchsten Zahnradbahn Europas, und das seit 1898 – kann man dem Matterhorn bis auf eine Höhe von 3.089 Metern ohne alpi-

nistische Erfahrung nahekommen. Zurück ins Tal, ins autofreie Zermatt, geht es über gut markierte Wanderwege.

WEINWANDERN ENTLANG DER RHONE

Aus dem Tal der Rhone kommt eine ganze Reihe hochwertiger Weine, schon während der Römerzeit wurde hier Weinanbau betrieben. An den teils abenteuerlich steilen, terrassierten Südhängen des Rhonetals wachsen mehr als fünfzig verschiedene Rebsorten, die Weingärten erstrecken sich über mehr als 100 Kilometer und bedecken eine Fläche von ca. 5.200 Hektar. Besonders lohnenswert ist eine Tour durch ein Band von Reben zwischen Martigny und Leuk: Der »Chemin du vignoble« führt auf 66 Kilometern durch die Hügel- und Steillagen des Rhone-Ufers. Freunde von hochwertigen Weinsorten wie Chasselas, Johannisberg, Pinot Noir und Gamay erfahren einiges über deren Anbau. Die technisch einfache Tour lässt sich bequem in vier Etappen wandern, erfordert aber, aufgrund der Etappenlänge, etwas Kondition.

Bild linke Seite | Eishöhlen im Aletschgletscher - das Fotografieren ist von außen erlaubt, betreten darf man sie allerdings nicht. **Bild links oben** | Zahlreiche Wasserkanäle durchziehen das Wallis. **Bild rechts oben** | Schwarznasenschafe sind seit Jahrhunderten im Wallis heimisch. In den Sommermonaten kann man sie auf einzelnen Hochalpen entdecken.

LANGE LEITUNGEN: SUONEN

»Suonen« heißen die oft viele Kilometer langen Leitungen im Oberwallis. Im französischsprachigen Unterwallis tragen sie den Namen »Bisses«. Noch Anfang des 20. Jahrhunderts zählt man im Wallis mehr als zweihundert dieser Wasserwege mit einer Gesamtlänge von knapp 1.800 Kilometern. Einige sind inzwischen verfallen oder haben ihren Nutzen durch den Einsatz von Bewässerungsanlagen verloren. Durch viele fließt das Wasser aufgrund von Sanierungsarbeiten noch immer (bzw. erneut).

MUND, DAS SAFRANDORF

In dem kleinen Ort Mund wird eine Pflanze angebaut, die aus dem indischen Kaschmir stammt und ein besonders feines Gewürz liefert: Safran. Die Safranwiesen liegen unterhalb des Dorfes, sind anderthalb Hektar groß und liefern pro Jahr zwei bis vier Kilogramm des kostbaren Gewürzes, das früher mit Gold aufgewogen wurde. Der geschichtsträchtige Zehndenstadel, in dem sich ein Safran-Museum befindet, stammt aus dem Jahr 1437 und gehört zu den ältesten Holzgebäuden der Schweiz.

Wechselnde Öffnungszeiten

Adresse: Dorf 3, 3903 Mund
Tel.: +41 79 377 68 06

BARRHÖRNER

Als »höchster Wanderberg« der Alpen gilt das Äußere Barrhorn (3.610 m), einer von zwei Doppelgipfeln auf der östlichen Seite des Turt-

manntals. Direkt daneben erhebt sich das Innere Barrhorn (3.583 m). Beide Gipfel sind ohne Hochalpinarausrüstung zugänglich, von oben öffnen sich bei klarer Sicht weite Aussichten über die 4.000er-Kette der Walliser Alpen. Wer hinauf möchte, sollte mindestens zwei Tage Zeit und einiges an Kondition und alpiner Erfahrung mitbringen: Die knapp 19 km lange Tour führt durch eine steile, mit Eisenbügeln durchsetzte Felsrinne.

SCHWARZNASENSCHAFE

Auf den Walliser Hochalpen weiden im Sommer einige Schafe – und dazu ganz besondere. Die Schwarznasenschafe mit den spiralförmigen Hörnern und der schwarzen Nase sind echte Bergbewohner: robust, ausdauernd und bestens an ihren alpinen Lebensraum angepasst.

Seit Jahrhunderten leben sie im Wallis und sind, vermutlich, ein Import aus Nordafrika um das Jahr 930 n.Chr. Typisch ist ihr dichtes Fell, auch an den Beinen. Männliche Tiere (Widder) erreichen nicht selten ein Gewicht von über 100 Kilogramm. Wer keine Schwarznasen sichtet, kann in den Walliser Alpen zahlreiche wildlebende Tiere beobachten, zum Beispiel Gämsen, Steinböcke und Murmeltiere.

AUSFLUGSTIPPS

GLETSCHER-ERFAHRUNG

Eine Tour über den Feegletscher hinterlässt bleibende Eindrücke. Mit Steigeisen und Pickel steigt man, unerfahren definitiv nur mit Bergführer, am Seil gesichert den Gletscher hinauf und erreicht am Ende die Längfluh, die zu Recht den Namen »Sonnenterrasse« trägt.

Info: saas-fee.ch

IN LUFTIGE HÖHEN

Schwindelfrei sollte man sein, denn die nach dem Hauptsponsor benannte »Charles Kuonen Fußgängerhängebrücke« misst eine Länge von stattlichen 494 Metern und spannt sich bis zu einer Höhe von 85 Metern und liegt auf dem Weg zwischen Grächen und Zermatt. Aktuell ist sie die längste Hängebrücke der Welt und eine von vielen im Wallis: Rekordverdächtige 15 Brücken überspannen das Tal der Rhone und seine Seitentäler.

Info: europaweg.ch, graechen.ch, zermatt.ch

FÜRSTLICH ÜBERNACHTEN

Von außen wirkt das Kulmhotel mit seiner steinernen Fassade und den beiden metallenen Kuppeln wie eine mittelalterliche Raumstation. Es befindet sich oberhalb von Zermatt, auf einer Höhe von ca. 3.100 Metern. Seine Lage bietet den Gästen einen einzigartigen Blick auf 29 Berggipfel über 4.000 Metern: das Matterhorn, den Monte Rosa, daneben den Liskamm. Einige Hundert Meter tiefer liegt der gigantische Gornergrat-Gletscher.

Info: gornergrat-kulm.ch

Abb. © My Leukerbad AG

»CRANS-MONTANA«



Abb. Valais/Wallis Promotion, David Carlier



Abb. Crans-Montana Tourisme & Congrès, Olivier Maire



Abb. Valais/Wallis Promotion, David Carlier



Abb. Valais/Wallis Promotion, Pascal Geertschen

ORT MIT AUSSICHT

Crans-Montana bietet Panoramen der Extraklasse



Abb. Hannes Kutza (hanneskutza.de)

Rund um Crans-Montana finden Wanderer ein weitläufiges Wegenetz – Aussichten inklusive.

»Beim Wandern genieße ich vor allem die Stille der Bergwelt. In der Natur kann ich am besten vom Alltag abschalten.«

HANNES KUTZA
Bergsportfotograf

Crans-Montana vereint die Annehmlichkeiten eines modernen Ferienortes mit der Panorama-Aussicht der Walliser Alpen. Historisches Ambiente, gepaart mit alpin anmutender Architektur, satte Wiesen und nicht zuletzt die Kulisse erhabener Bergriesen: In einer exzellenten Dramaturgie bauen sich prachvolle Szenarien auf.

Bei klarer Sicht erhebt sich die Viertausenderparade aus Dent d'Hérens, Matterhorn, dem »Weißen Zahn« Dent Blanche sowie Zinalrotorn und Weisshorn gleich daneben. Unten schlängelt die Rhone dahin – Wallis wie aus dem Bilderbuch. Doch auch Crans-Montana selbst liefert einige Argumente, für gut befunden zu werden. Der Ort schmiegt sich auf ein Hochplateau auf knapp 1.500 Meter, rundherum eröffnet sich ein umfassendes Wanderwegenetz. Anmutende Bergwelten schätzte auch der britische Schauspieler und James Bond-Darsteller Roger Moore, der bis zu seinem Tod im Jahr 2017 in Crans-Montana lebte.

Wanderer erleben auf dem knapp vierstündigen Höhenweg »Panorama 4000« alle

genannten Aussichten vereint, denn der Name ist Programm: Freie Sichten auf das Rhonetal rücken ins Blickfeld, dahinter erstreckt sich das Val d'Annivièrs, majestätisch umrahmt von der Walliser Viertausenderkette. Ausgangspunkt für die dreizehn Kilometer lange Tour ist die Bergstation der Gondelbahn Cry d'Er, mit dem gleichnamigen Restaurant und seiner Sonnenterrasse gleich daneben. Nach etwa zwei Kilometern tauchen sie auf, die alten Steinmauern und rot-weißen Fensterläden der Berghütte Cabane des Violettes (2.208 m), wo eine Einkehr lohnt: Der Sternekoche Frank Reynaud betreibt auch eines der besten Gourmetrestaurants in Crans-Montana, in der Hostellerie du Pas de l'Ours. Oben, in der Cabane des Violettes, ist neben den einfachen, erstklassigen Traditionsgerichten auch die Aussicht ein Genuss. Von der Sonnenterrasse bietet sich ein Panorama auf die Alpenwelt mit dem Dom, dem Weisshorn und dem »Weißen Zahn«, der Dent Blanche, direkt daneben.

Parallel zum Südhang des Mont Bonvin (2.995 m) geht es weiter auf gut markierten

Bild linke Seite | Wandern mit unbezahlbarem Blick: Bergwelt mit gletscherverhangenen Gipfeln.

Bild Mitte oben | Glatte Wasseroberflächen schaffen natürliche Spiegel. **Bild Mitte unten** | Wenn Bergwelten auf Bäche treffen, erfahren Wanderer besonders hohen Landschaftsgenuss. **Bild rechts** | Vergletscherte Bergflanken kreieren hochalpine Kulissen.

Pfaden, bis sich der Weg in weiten Serpentina hinab nach Aminona schlängelt. Historisch spannend ist ein Teilstück entlang der Bisse de Tsittoret, einem Bewässerungskanal aus dem 15. Jahrhundert oder einer »Suone«, wie man im deutschsprachigen Oberwallis sagt. An manchen Stellen balanciert man auf einem schmalen Holzbrett.

An längst vergangene Zeiten erinnert ebenso Colombire: Der Weiler wurde als Ökomuseum neu belebt; Besucher entdecken originalgetreue den Alltag von damals.

Ebenso spannend ist der »Walliser Sonnenweg«. Die insgesamt viertägige, ca. 75 Kilometer lange Mehrtagestour durch die Walliser Alpen passiert, wie der »Panorama 4000«, den Kanal Bisse de Tsittoret, verläuft aber zunächst in tieferen Höhenlagen von Crans-Montana bis nach Leukerbad. Rund sieben Stunden sollte man für die erste Etappe einplanen, die in Les Barzettes, einem Ortsteil von Crans-Montana, beginnt. Crans-Montana ist bequem mit der Standseilbahn ab Sierre erreichbar. Kleinere Wildbäche gurgeln vor sich hin, durch lichten Lärchenwald

läuft man bis zum höchsten Punkt an der Vernalalp West auf 2.181 Meter, und schraubt sich, immer am Sonnenhang über dem Rhonetal entlang, über die Alp Chäller (1.875 m) bis hinab nach Leukerbad.

Und wer sich zwischen den Wanderungen nach einer Auszeit sehnt, garniert seinen Aufenthalt mit einem Ausflug: zum Beispiel zum Lac Souterrain von Saint-Léonard, rund zehn Kilometer von Crans-Montana entfernt. Der größte natürliche unterirdische See Europas ist mit einer Länge von 300 Metern Zeuge des Entstehungsprozesses der Alpen und befindet sich bis zu 70 Meter unterhalb der Weinberge. Ein Erdbeben, das 1946 den Wasserspiegel senkte, machte es möglich, dass er nun per Ruderboot befahrbar ist.

MEHR INFORMATIONEN

Crans-Montana: crans-montana.ch
Lac Souterrain: lac-souterrain.com

»Der Sinn des Reisens ist es, an ein Ziel zu kommen, der Sinn des Wanderns, unterwegs zu sein.«

Theodor Heuss (1884-1963)

SPANNENDES ZUM ORT

LAC SOUTERRAIN

Wer, als Abwechslung zum Wandern, in die Tiefe abtauchen möchte, unternimmt eine Schifffahrt der besonderen Art: Das Wasser des unterirdischen Sees »Lac Souterrain« bei St. Léonard in der Nähe von Sion reichte ursprünglich bis knapp unter die Höhlendecke. Nach einem Erdbeben sank der Seespiegel auf den heutigen Stand ab. Seitdem werden das ganze Jahr über Bootsfahrten angeboten. Nachdem sich im Jahr 2000 ein zwei Tonnen schwerer Felsbrocken von der Decke gelöst hatte und ins Wasser gestürzt war, wurden aufwendige Sicherheitsmaßnahmen vorgenommen. Zu besichtigen von Mitte März bis Anfang November. Bootsfahrten von 10-17 Uhr.
Info: lac-souterrain.com, valherens.ch

BEST OF THE ALPS

Seit über 25 Jahren steht »Best of the Alps« für den unvergleichlichen alpinen Charme und das hohe Anspruchsniveau der dazugehörenden Destinationen. Crans-Montana erweitert als neues Mitglied den exklusiven Kreis.
Info: bestofthealps.com/de/d/crans-montana/

»NENDAZ«



Abb. Valais/Wallis Promotion, David Carlier

STOLZE GIGANTEN

Bei Nendaz wachsen die größten Lärchen Europas



Abb. Hannes Kutza (hanneskutza.de)

»Die grandiose Vegetation rund um Nendaz führt mich immer wieder an diesen Ort zurück.«

KAJA WEINANDI
Wildtierbiologin

Wald der Rekorde: Im Lärchenwald bei Balavaux sind einige Bäume knapp 1.000 Jahre alt.

Bereits die geographische Lage von Nendaz verspricht große Wandergenüsse: Der Ort liegt auf einer Terrasse über dem Rhonetal auf einer Höhe von ca. 1.400 Metern. Rund um den Kern des alten Walliser Dorfes mit seinen traditionellen Wohnhäusern, Scheunen, Speichern und Schnitzereien, die Giebel und Balkone zieren, erstrecken sich Wege für Genusswanderer und solche, die ihre Grenzen ausloten möchten: Das Wanderwegenetz rund um Nendaz umfasst stattliche 250 Kilometer und liefert ausreichend Spielraum für aktive Urlauber.

Wer Teile davon entdeckt, durchquert oft mehrere Klima- und Vegetationszonen, von den Obstgärten im Tal bis in die Hochalpen, wo Richtung Süden der Mont Fort seine 3.328 Meter in den Himmel streckt. Eine knapp vierstündige Tour zeigt Wanderern die größten und ältesten Lärchen Europas, garniert mit Aussichten auf das Tal der Rhone. Die Tour beginnt an der Bergstation Tracouet (2.200 m), die man nach einem ca. zweistündigen Aufstieg von Haute-Nendaz erreicht. Wer sich den Aufstieg per

pedes sparen möchte, schwebt mit der Gondel ab Haute-Nendaz zum Ausgangspunkt, wo sich die Bergstation an die Nordwestflanke der Dent de Nendaz (2.463 m) schmiegt. Auf dem ersten Abschnitt steigt man ein kurzes Stück zum »Schwarzen See«, dem Lac Noir ab, bevor der Weg die sonnige Südseite zur Alp von Balavaux (2.050 m) quert, die zur Gemeinde Iséarbles gehört. Entweder dort oder ein paar Meter weiter, im »Chalet des Alpes« unten in Prarion, locken ein zweites Frühstück und der freie Blick von der Sonnenterrasse. Entlang des historischen Bewässerungskanals, der Suone von Saxon, windet sich der stille Weg weiter bergab Richtung Tal. Die Tagestour bietet ihre eigene Art von Energie: Stille zum Hinhören und Innehalten. Kein Wunder, dass die Wanderung für einige Einheimische ein magisches Stück Landschaft hoch über Nendaz durchquert. Und dank der Nähe zum mediterranen Süden ist die Region mit einem ausgesprochen milden Sommerklima gesegnet. Es sind die Walliser und Berner Alpen, die das dazwischen liegende Rhonetal mit seinen kleinen Nebentälern vor den Feuchtigkeits-



Abb. Valais/Wallis Promotion, Pascal Perret



Abb. Valais/Wallis Promotion, David Carlier



Abb. Valais/Wallis Promotion, David Carlier

»Ein Baum, dessen Zweige von unten bis oben, die ältesten wie die jüngsten, gen Himmel streben, der seine dreihundert Jahre dauert, ist wohl der Verehrung wert.«

Johann Wolfgang von Goethe (1749-1832)

Bild linke Seite | Die Gegend rund um Nendaz ist für ihre Lärchenwälder bekannt. Einige Bäume haben ein stattliches Alter von fast tausend Jahren. **Bild Mitte oben** | Wenn man beim Wandern eine Pause einlegt, hat man genug Zeit, den großen Bruder zu ärgern.

Bild Mitte unten | Zwei weiße Streifen mit einem roten in der Mitte: Die Wanderwege sind markiert und ausgeschildert – eine Wanderkarte gehört dennoch in den Rucksack. **Bild rechts** | Grüne Idylle im japanischen Garten.

massen größtenteils wie Barrieren schützen. Bei ihrem Aufstieg regnen die Wolken vor den Bergen aus, ein trockener, warmer Föhn strömt ins Wallis.

Neben dem milden Klima und den alten, teils gigantischen Lärchen lockt ein weiteres Highlight hierher: »Königin der Suonen« wird der historische Bewässerungskanal »Suone von Saxon« genannt. Mitte des 19. Jahrhunderts wurde er gebaut. Sein Königstitel ist jedoch seiner Länge gewidmet: Mit 32 Kilometern ist er die längste Suone der Schweiz, die einst die Wasserversorgung für Dörfer und Felder sicherstellten. Wanderer folgen der Suone von Saxon stromaufwärts. Auf gut markierten Wegen geht es stetig steigend durch den Wald. Im Anschluss durchquert man die friedliche Lichtung »Pra da Dzeu«. Der Wanderweg führt unterhalb der Gondelbahn weiter nach »Le Bourlâ« und in nördlicher Richtung zurück nach Haute-Nendaz.

Wege mit weiten Aussichten auf imposante Bergkulissen gibt es in den Alpen einige, doch keine Wanderung demonstriert ihren Gästen solch alte, knorrige Lärchen wie aus dem Mär-

chenbuch. Vor allem im Herbst breitet die Natur ihre Farbpalette aus: Die Nadeln wechseln ihre Farbe von Sattgrün zu Golden und Rot, im bunten Kontrast zu den tiefgrünen Tannen in ihrem Umfeld. Nennenswert ist, neben ihrer farblichen Verwandlung, vor allem ihre Statur: Normalerweise wachsen die Lärchen groß und schlank mitten im Wald. Bei hoher Sonnenintensität und viel Platz um sie herum, wie bei Balavaux, werden sie zu riesigen einzeln stehenden Giganten im hohen Greisenalter: In Balavaux stehen mehr als 250 Lärchen, die zwischen 300 und knapp 1.000 Jahre alt sind.

Neben ihrer Höhe und dem teils stattlichen Alter bricht ihr Umfang Rekorde: Der älteste Baum misst an der dicksten Stelle seines Stammes rundherum exakte 14,6 Meter und ist damit, vermutet man, der mächtigste Baum Europas.

NICHT VERPASSEN

INTERNATIONALES ALPHORNFESTIVAL

Alphornbläser aus der ganzen Welt treffen sich am internationalen Alphornfestival vom 26.07. bis 28.07.2019 in Nendaz. Auf dem Programm stehen ein offizieller Alphornbläserwettbewerb, ein Trachtenumzug, Konzerte, Folkloreveranstaltungen sowie Alphornblaskonzerte mit mehr als 150 Musikern.

Info: nendazcordesalpes.ch

JAPANISCHER GARTEN

Im Tal von Tortin, am Rand einer Gletschermoräne, erfreut der Japanische Garten seine Besucher. Der Name des Gartens lässt eine künstliche Gestaltung vermuten, allerdings ist die Landschaft komplett natürlich und verfügt über ein einzigartiges Ökosystem.

Info: nendaz.ch

SONNENAUFANG

Zugegeben: Früh aufstehen muss man schon, doch der Anblick des Sonnenaufgangs am Mont-Fort beseelt noch Tage danach. Alphornklänge begleiten das Schauspiel bis man im Restaurant Col des Gentiannes hervorragend frühstückt.

Info: nendaz.ch

MEHR INFORMATIONEN

Nendaz: nendaz.ch

»LEUKERBAD«



Traditionell und gut: Schon Johann Wolfgang von Goethe genoss im Jahr 1779 die heißen Quellen in Leukerbad.

AKTIVE ERHOLUNG

Leukerbad gilt als Wellness-Paradies der Schweiz



Abb. Hannes Kutza (hanneskutza.de)

»Es ist ein Genuss, sich nach langen Wanderungen in den Thermalbädern von Leukerbad zu entspannen.«

DANIEL SCHWALBE
Grafiker und Alpinsportler

Bei Leukerbad befinden sich zahlreiche lohnenswerte Wanderwege.

Die Römer waren besonders gerne dort, wo es warmes Wasser gab, unter anderem in Leukerbad. Der Ort ist bereits seit der Antike besiedelt, schon Goethe setzte sich im Jahr 1779 in eine der heißen Quellen. Der Tourismus brachte den Fortschritt und so war Leukerbad 1889 das erste Dorf im Wallis mit elektrischer Beleuchtung. Heute ist Leukerbad der größte Thermalbade- und Wellnessferienort der Alpen. Ein guter Ort also, um die vom Wandern müden Beine zu verwöhnen.

3,9 Millionen Liter Thermalwasser sprudeln täglich mit bis zu 51°C aus rund 65 gefassten Quellen in die Wellnessbecken der Thermalbäder. Am schönsten sind die Außenbäder, von denen man die steil aufragende Felswände am Gemmipass beobachten kann.

Als einer der ältesten Alpenübergänge der Schweiz schlängelt er sich als Transitweg vom Berner Oberland ins Wallis. Heute führt eine Seilbahn direkt zum Pass, dem Daubensee und den umliegenden Wanderwegen. Ein Wanderklassiker beginnt an der Bergstation der Gemmipass-Seilbahn (2.346 m) und führt auf brei-

tem Weg zunächst sanft bergab bis zum unteren Ende des rund anderthalb Kilometer langen Daubensees. Im Sommer weiden dort die Schafe, und jeweils am letzten Sonntag im Juli findet am Daubensee seit 1957 ein großes Schäferfest statt. Der Wanderweg steigt am Ende des Daubensees leicht an und führt talauswärts zum altherwürdigen Berghaus Schwarzenbach – mit Baujahr 1742 einem der ältesten alpinen Hotels der Schweiz. Knapp zwei Kilometer weiter nördlich erreicht man die Spittelmatte. Am 11. September 1895 wurde die Alp von einer riesigen Eislawine verwüstet, die sich weit oben am Altels (3.629 m) löste.

Umfassenden Wandererlebnis verspricht eine Tour zum Wysse See im Torrent-Gebiet, von dem aus sich ein faszinierender Blick über die Viertausenderkette des Wallis und das Rhonetal eröffnet. Hier oben beginnt die ca. vierzigjährige Reise des Thermalwassers von Leukerbad: Bis ca. 500 Meter unter den Meeresspiegel sickert das Regenwasser, das hier oben fällt, nimmt in der Umgebung des triadischen Gipses Calcium und Sulfate auf und tritt als Thermalwasser aus

Bild linke Seite | Kostenlose Aussicht mit unbezahlbarem Blick: am Berghotel Wildstrubel am Gemmipass. **Bild Mitte oben** | Das Weindorf Varen auf der Terrasse des Naturparks Pfyng-Finges hat sich dem naturnahen Weinbau verschrieben. **Bild Mitte unten** | Wild gezackt und sanft geschwungen: Landschaftliche Kontraste garnieren die Region rund um Leukerbad. **Bild rechts** | Verdientes Bad: Leukerbad ist der größte Thermalbade- und Wellnessferienort der Alpen.

den zahlreichen Quellen in Leukerbad wieder ans Tageslicht. Wer an der Bergstation Rinderhütte (2.350 m) startet, gelangt in etwa drei bis vier Stunden auf einem moderaten Wanderweg zum Wysse See, mit dem Torrenthorn in direkter Nachbarschaft. Je nach Zeit und konditionellem Anspruch schwebt man mit der Seilbahn ab Leukerbad hinauf zur Rinderhütte, oder, Sie ahnen es: Man läuft in weiten Serpentinaugen selbst hinauf.

Ganz in der Nähe zieht sich das Lötschental als längstes nördlichstes Seitental der Rhone auf 27 Kilometern Richtung Aletschhorn (mit dem berühmten Aletschgletscher gleich daneben). Auch die Wege zwischen dem Lötschental und Leukerbad versprechen große Wandererlebnisse, ebenso wie der Thermalquellenweg in die Dalschlucht. Unterhalb des Museumsstädtchens Leuk erstreckt sich der Naturpark Pfyngwald mit dem Weindorf Varen an seinem südlichen Rand. Varen selbst zählt zehn Weinkellereien, allesamt Familienbetriebe. Neben klassischen Walliser Rebsorten wie Rouge du Pays, der autochthonen Petite Arvine und Humagne Blanc

werden auch Spezialitäten wie Gwäss (Gouais) und Plantscher angebaut. Lohnenswert ist ein Besuch Ende September, zum Pfyngfoltru-Weinfest. Der Pfyngfoltru (walliserdeutsch für Schmetterling) ist das Varenere Symbol.

Auf dem gleichnamigen, eineinhalbstündigen Wanderweg, der bei der Kirche beginnt, wird Gästen der naturnahe Weinbau offenbart. Übrigens: Hervorragend ausgeschildert sind die Wege hier alle: Die Vereinigung »Walliser Wanderwege« hat mit der Konzeption, Einrichtung und Markierung des Wanderwegenetzes die Entwicklung des Kantons zum Wanderdomizil vorangetrieben und die Schweiz gilt als Vorreiter für nachhaltige Mobilität: Mit dem Postbus lassen sich die Ausgangspunkte zu den Touren auch ohne eigenes Auto erreichen.

MEHR INFORMATIONEN

Leukerbad: leukerbad.ch
Varen: weininsel.ch

WAS MAN NICHT VERPASSEN SOLLTE

LUFTIGE TIEFBlicKE

Rund um den Gemmipass bestehen mehrere Möglichkeiten, seine Zeit abwechslungsreich zu gestalten. Eine einfache Tour mit moderaten Steigungen führt in zwei Stunden vom Pass rund um den Daubensee. Etwas Nervenkitzel beschert die Aussichtsplattform beim Hotel Wildstrubel: Sie ragt rund zehn Meter vor und bietet neben weichen Knien vor allem luftige Tiefblicke und freie Sichten auf das Walliser Viertausender-Panorama. Vom »Skywalk« aus kann man Klettersteiggeher beobachten, die die Daubenwand durchqueren.

Info: gemmi.ch

KÖNIGLICH RELAXEN

Events wie »Aguas Mystica«, wenn Kerzen, Musik und Lichteffekte die Badenden verzaubern oder ein Champagnerfrühstück (im Wasser!) machen aus der berühmten »Leukerbad Therme« im gleichnamigen Ort ein Erlebnisbad. Erwachsene zahlen für eine Tageskarte 30,00 CHF, Kinder 16,50 CHF. Öffnungszeiten: 08:00-20:00 Uhr.

Info: leukerbad-therme.ch

»ALETSCH ARENA«



GIGANT AUS EIS

Am Großen Aletschgletscher ist man der Arktis am nächsten.

Abb. Valais/Wallis Promotion, Frederic Huber



Abb. Valais/Wallis Promotion, Pascal Geretschen



Abb. ©Aletsch Arena



Abb. ©Aletsch Arena

»Die Natur vollbringt Wunder.
Es liegt an mir, sie zu genießen.«

Jean-Christophe Lafaille, franz. Bergsteiger (1965-2006)



Abb. Hannes Kutza (hanneskutza.de)

»Am Eggishorn ist man dem Großen Aletschgletscher sehr nahe. Von oben wirken die riesigen Eismassen fast unwirklich.«

KATHARINA BAUS

Redakteurin und Bergsportlerin

Der Große Aletschgletscher ist 23 Kilometer lang und rund 11 Milliarden Tonnen schwer.

Er ist ein Gigant aus Eis, gilt als eines der größten Naturwunder der Schweizer Alpen und ist ein riesiger Wasserspeicher: Mit dem verflüssigten Eis des Großen Aletschgletschers könnte man jeden Menschen auf der Erde vier Jahre lang täglich mit einem Liter Wasser versorgen.

Noch ist der Große Aletschgletscher sogar aus dem Weltall zu sehen: 23 Kilometer schlängeln sich seine bis zu 900 Meter dicken Eismassen von den Nordflanken von Eiger, Mönch und Jungfrau bis zur Massaschlucht. Nordseitig wird er von den Dreieinhalb- und Viertausendern der Berner Alpen überragt. Die imposantesten Aussichten auf den Eisstrom bietet die dem Rhonetal zugewandte Bergkette mit dem Eggishorn (2.979 m) als höchsten Punkt. Die Region »Jungfrau-Aletsch-Bietschhorn« wurde 2001 als Landschaft von außerordentlicher Schönheit in die Liste des UNESCO-Welterbes aufgenommen. Doch man ahnt es: Der Gletscher schrumpft, weil sich die Erde erwärmt und ist seit 1870 bereits um drei Kilometer zurückgewichen. Ein Riese ist er allemal noch, der

sich aus dem Herzen der Berner Alpen südwärts Richtung Rhonetal wälzt – man wähnt sich in seinem Angesicht in arktischen Gefilden. Am Konkordiaplatz fließen die Firnmulden Großer Aletschfirn, Jungfrau firn, Ewigschneefälde und Grüneggfirn zusammen und bilden hier den Ausgangspunkt der beiden mächtigen Mittelmoränen. Es ist kühl am größten Eisschrank der Alpen, der von oben herab noch beinahe flach erscheint. Fast so, als sei ein wilder Fluss zu Eis erstarrt, unter dem Gletscherbäche ins Tal donnern. Spalten oder kleine Schmelzwasserteiche erlauben einen Blick ins Innere, wo Türkis, Aquamarin und Jadegrün leuchten. Eine etwa vierstündige Wanderung rund um das Eggishorn führt Wanderer nah an die Eismassen heran. Die Wanderung startet an der Fiescheralp, der Zwischenstation der Eggishorn-Seilbahn, und verläuft auf rauen Pfaden zunächst Richtung Norden zur Gletscherstube am Vordersee. Der folgende Abschnitt führt parallel zum Gletscher, in seiner Fließrichtung, in einem weiten Bogen zurück zur Alp. Wer die Aussichten in einem stillen Umfeld erleben möchte, sollte früh mor-

Bild linke Seite | Gigantische Eiszunge: Der Große Aletschgletscher ist der flächenmäßig größte und längste Gletscher der Alpen. **Bild Mitte oben** | Unters Eis: Azurblaue Eishöhlen schaffen malerische Bildmotive. Das Fotografieren ist gestattet, betreten darf man sie allerdings nicht. **Bild Mitte unten** | Maximalen Genuss verspricht die Aussicht auf den Großen Aletschgletscher. **Bild rechts** | Besuch in arktischen Klimaten: angesessene Hochtourengruppe auf dem Weg übers Eis.

gens aufbrechen; die Wanderung zählt zu einer der beliebtesten im Wallis. Neben dem Anblick der Gletscherkammer selbst setzen sich Eiger, Mönch und Jungfrau dahinter in Szene, mit dem Aletschhorn gleich daneben. Insgesamt erwarten Besucher der Aletsch Arena eine Ehrfurcht einflößende Aussicht auf über 40 Viertausender, unter anderem das Weiss- und das Matterhorn, und das Naturreservat mit bis zu tausend Jahre alten Arven. Mit ihrem ca. dreihundert Kilometer langen Wanderwegenetz darf man die Aletsch Arena ruhigen Gewissens als Wanderparadies bezeichnen. Ambitionierte, die über ausreichend Trittsicherheit und alpine Erfahrung verfügen, folgen auf dem UNESCO-Höhenweg dem gesamten Gratrücken von der Riederfurka bis zum Eggishorn und queren die Hangkante zurück zum Ausgangspunkt. Die etwa sechsstündige Tour umfasst rund 1.300 Höhenmeter im Aufstieg und richtet sich an Wanderer, die auch ein bisschen Bergsteiger sind. Wer dagegen grandiose Aussichten ohne nennenswerte alpine Herausforderungen genießen möchte, umrundet in etwa eineinhalb Stunden das Rie-

derhorn. Die Wanderung beginnt an der Villa Cassel in der Gemeinde Riederalp, die das Pro Natura Besucherzentrum mit zahlreichen Ausstellungen beherbergt. Von hier geht es in südlicher Richtung vorbei am Gipfel des Riederhorns. Nach etwa zweieinhalb Stunden macht der Weg einen scharfen Rechtsknick und dreht zurück in Richtung Riederfurka, wo ein Besuch des Alpengartens mit über 300 Pflanzengarten aus dem Aletschgebiet lohnt. Und wer von der Belalp zur Riederalp wandert, überquert auf einer 124 Meter langen Hängebrücke in bis zu achtzig Meter Höhe direkt vor dem Gletschertor in ca. viereinhalb Stunden die Massaschlucht. Neben dem Blick auf den Aletschgletscher, der einen auf der gesamten Route begleitet, eröffnet einem der Abschnitt durch den Aletschwald ein unvergessliches Naturerlebnis.

MEHR INFORMATIONEN

»World Nature Forum« in Naters (Oberwallis) mit einer Ausstellung zum Welterbe: jungfraualetsch.ch

WISSENSWERTES ZUM GLETSCHER

KONKORDIAPLATZ

Der Konkordiaplatz verdankt seinen Namen dem Geistesblitz eines Engländers, J.F. Hardy, der dieses Kernstück des Großen Aletschgletschers mit der Place de la Concorde in Paris verglich.

Info: aletscharena.ch

MITTELMORÄNE

Beim Zusammenfließen dreier Gletscher vereinigen sich die jeweiligen Seitenmoränen zu einer Mittelmoräne. Da am Konkordiaplatz drei Firnfelder zusammentreffen, hat der Große Aletschgletscher zwei Mittelmoränen. Sie zeichnen sich auf der ganzen Länge des Eisstroms als dunkle Linie ab.

GLETSCHER-GESCHICHTE

Postkartenmotive ohne Schweißvergießen gibt es von der »Ice-Terrasse«, die von der Bergstation auf dem Bettmerhorn in drei Minuten zu Fuß zu erreichen ist. Eine Multimediashow im »Ice Room« zeigt den Aletschgletscher im Wandel der letzten 18.000 Jahre.

Info: aletscharena.ch

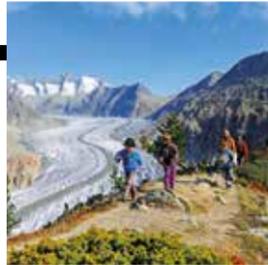


Abb. ©Aletsch Arena

GRATWEG ZUM EGGISHORN

Vom Eggishorn eröffnen sich Aussichten über den Aletschgletscher. Das Gipfelpanorama vermittelt Blicke bis weit nach Süden, wo sich die Walliser Alpen mit ihrer Viertausender-Skyline ausbreiten. Einziges Manko: Als Seilbahnweg ist das Eggishorn ein gut besuchter Ort; bei klarer Sicht tummeln sich dort unzählige Wanderer. Eine lohnenswerte Tour folgt dem kompletten Bergrücken von Süden. Die Wanderung beginnt an der Riederfurka (2.065 m) und zieht sich, in Begleitung des Aletschglätschers zur linken Seite, über mehrere Zweitausendergipfel.

- Dauer: 6 Stunden
- ▲ Höhenmeter bergauf: 1.280
- ▼ Höhenmeter bergab: 340



Abb. Valais/Wallis Promotion, David Cailler

MEHRTAGESTOUR IM VAL D'ANNIVIERS

Zunächst an der westlichen Talflanke des Zinal-Tals mit Aussichten auf das Obergabelhorn, Weisshorn, Schalihorn, Zinalrothorn und dem Besso. Die Tour um das Val d'Annivers startet in Les Pontis und führt nach Chandolin, eines der höchstgelegenen, ganzjährig bewohnten Dörfer Europas. Auf dem Panoramaweg geht es weiter nach St. Luc. Weiter an Tag 2 an der Bergstation der Seilbahn bei St. Luc nach Zinal. Am dritten Tag wechselt man von Zinal nach Grimontz die Talseite, bis Etappe Nr. 4 nach Vercorin führt.

- Dauer: 4-5 Tage
- ▲ Höhenmeter bergauf: 4.970
- ▼ Höhenmeter bergab: 4.660



Abb. Valais/Wallis Promotion, David Cailler

SENTIERS DES BISSÉS: ENTLANG HISTORISCHER WASSERLEITUNGEN

Die Tour folgt alten Wasserführungen. Im Oberwallis tragen die Kanäle den Namen »Suonen«, im französischsprachigen Raum heißen sie »Bissés«. Die Verläufe bieten zahlreiche ausgesetzte Abschnitte. Die Tour verbindet den Grand Bisse de Lens, der in der Liène-Schlucht abgezapft wird, mit dem oberhalb verlaufenden Ancien Bisse du Ro. Start- und Endpunkt ist Icoigne. Wer seine Tour um zwei Stunden verlängern möchte, läuft nach Tseuzier und Mondralèche.

- Dauer: 5,5 Stunden
- ▲ Höhenmeter bergauf: 670
- ▼ Höhenmeter bergab: 670



Abb. ©Zermatt Tourismus

EDELWEISSWEG

Von dem Höhbalmen-Höhenweg rückt das Schweizer Wahrzeichen, das Matterhorn (4.478 m), ins Blickfeld. Zudem eröffnen sich Aussichten auf den Südsturz des Obergabelhorns (4.063 m). Der Höhenweg erhebt sich bis auf eine Höhe von 2.751 Metern und erreicht seinen landschaftlichen Höhepunkt mit der Querung der Schafweiden von Höhbalmen, von wo aus sich besten Aussichten auf das Matterhorn eröffnen. Der Schlussabschnitt verläuft durch den schluchtartigen Taleinschnitt des Triftbachs, bis man wieder in Zermatt eintrifft.

- Dauer: 7 Stunden
- ▲ Höhenmeter bergauf: 1.170
- ▼ Höhenmeter bergab: 1.170



Abb. Valais/Wallis Promotion, Pascal Gerschler

LÖTSCHENTALER HÖHENWEG

Über dem Lötschental reihen sich urige Almen aneinander, man schaut dem Bietschhorn (3.934 m) ins Gesicht und genießt das Walliser Flair mit seinen archetypischen Holzhäusern. Der Lötschentaler Höhenweg demonstriert landschaftliche und kulturelle Highlights gleichermaßen und liefert eine facettenreiche Auswahl fotogener Motive, was ihn in die Liga »Klassiker für Genusswanderer« befördert. Ausgangspunkt der Tour ist die Fafleralp. Ab der Tellialp an der Hangkante entlang, nach etwa sechs Stunden Gehzeit zurück nach Goppenstein ins Tal.

- Dauer: 6 Stunden
- ▲ Höhenmeter bergauf: 730
- ▼ Höhenmeter bergab: 1.280



Abb. Valais/Wallis Promotion

FÜR AMBITIONIERTE: GSPONER UND ALMAGELLER HÖHENWEG

Eine lohnenswerte, mit achteinhalb Stunden Gehzeit recht lange Tour führt an der Ostseite des Saastals entlang: Zunächst wandert man auf dem Gsponer Höhenweg, der in den 1990er Jahren bis zur Almageller Alp verlängert wurde. Tourstart ist in Gspon (1.893 m), den Ort erreicht man mit der Luftseilbahn vom Bahnhof Stalden. Blicke auf die gegenüberliegende Mischabelgruppe und die gletscherverhangenen Flanken der Weissmies (4.017 m) versprechen höchsten Wandergenuss bis zum Zielort nach Almagell.

- Dauer: 8,5 Stunden
- ▲ Höhenmeter bergauf: 1.050
- ▼ Höhenmeter bergab: 1.230

ALLES IM ÜBERBLICK

ANREISE

AUTO, BAHN & FLUGZEUG

Wer mit dem eigenen Auto ins Wallis reist, fährt von Osten über den Furkapass ins Wallis. Von Süden her geht es über den Simplonpass und ab Aosta über den Großen St. Bernhard. Von Westen fahren Autofahrer über die A9 ins Rhonetal. Autofahrer Richtung Norden fahren von Bern nach Kandersteg und per Autoverlad Lötschenberg nach Goppenstein oberhalb von Brig (Infos: bls.ch). Auf der Hauptachse des Rhonetals verkehren mehrere Züge pro Stunde in beide Richtungen.

Die Seitentäler sind meist per Postbus oder der Matterhorn Gotthard Bahn erschlossen. Informationen zu den öffentlichen Verkehrsmitteln unter sbb.ch und auf der Website der Deutschen Bahn: bahn.de. Der Sion Airport ist der nächste Flughafen, SWISS fliegt außerdem nach Zürich und Bern.

ÜBERNACHTEN MIT AUSWAHL

Ob Urlaub auf dem Bauernhof, in einer Pension, Berghütte – im Wallis findet jeder sein ideales Domizil. Die offizielle Seite des Tourismusverbandes listet Hotels, Campingplätze, Bed and Breakfasts und SAC-Hütten auf. Info: valais.ch

KOMMUNIKATION VOR ORT

Eine der Besonderheiten des Wallis ist seine Sprache. Oder besser: seine Sprachen. Offiziell spricht man im östlichen Oberwallis Deutsch, im westlichen Unterwallis dagegen Französisch. Wer nun glaubt, als Muttersprachler von einer der beiden Sprachen die Einheimischen problemlos zu verstehen, liegt falsch. Sogar Deutschschweizer aus den übrigen Kantonen haben mitunter

Probleme, dem höchstalemannischen Dialekt der Oberwalliser zu folgen. Selbst das schweizerische »Grüezi« gibt es im Wallis nicht. Walliser grüßen mit »N'Abend« oder »Tagwohl«. Etwas weniger präsent, aber bis heute lebendig, sind die französischen Dialekte im Unterwallis, die »Patois.« Interessierte können in einigen größeren Orten im Wallis Sprachkurse buchen.

WETTER IM WALLIS

In der Schweiz sind für allgemeine Lagen die Prognosen von »Meteo-Schweiz« und »SFMeteo« erste Wahl: sma.ch, sf.tv. Für kleinräumigere Wetterprognosen empfiehlt sich die Website von »Meteoblue«: meteoblue.com.

Unter swisswebcams.ch finden sich auch einige Webcams im Wallis, um sich ein Bild vor Ort zu verschaffen. Informationen zu aktuellen Verhältnissen am Berg liefern u.a. die beiden Online-Plattformen bergportal.ch und hikr.org

AUSRÜSTUNG ZUM WANDERN

Wichtig beim Wandern ist eine dem alpinen Wetter angepasste Kleidung. Für alle Temperaturbereiche ideal hat sich das »Zwiebelprinzip« erwiesen: mehrere Schichten übereinander, die an- und ausgezogen werden können. Die Basis allen Wanderglücks bildet ein hochwertiger Wanderschuh. Eine Regenjacke gehört immer in den Rucksack, ebenso wie eine Sonnenbrille, Sonnenschutzmittel, ein Erste-Hilfe-Set, ein Handy, Verpflegung und genügend zu trinken.

NOTSITUATIONEN AM BERG

Falls man in eine Notlage gerät, gilt es zunächst Ruhe zu bewahren und der verletzten Person Erste Hilfe zu leisten.

Die Notrufnummer in der Schweiz lautet 144; die Rettungsflugwacht REGA erreicht man über die Nummer 1414. Wer keinen Empfang oder einen leeren Handy-Akku hat, sendet das alpine Notsignal: sechsmal pro Minute ein akustisches oder optisches Zeichen. Mit je einer Minute Pause dazwischen wird es so lange wiederholt, bis man Antwort erhält. Diese besteht aus dreimaligen Zeichen innerhalb einer Minute.

VERANSTALTUNG SCHÄFERFEST

Zum Schäferfest auf der Gemmi treiben Hirten und Bauern am letzten Sonntag im Juli Hunderte von Walliser Schwarznasenschafen an den Dauenensee. Dazu glüht der Grill, tönen Alphörner, fließt Walliser Wein. Info: valais.ch

WAS ZUM FEIERN SIERRE BLUES FESTIVAL

Das »Sierre Blues Festival« in Siders genießt im Wallis sowie in der gesamten Schweiz einen hervorragenden Ruf. Auch in diesem Jahr gibt es vom 13. bis zum 15. Juni 2019 über 40 Konzerte. Info: sierreblues.ch

Auch in diesem Jahr gibt es vom 13. bis zum 15. Juni 2019 über 40 Konzerte. Info: sierreblues.ch

IN DIE LÜFTE HÄNGEBRÜCKE

Im kleinen Bergdorf Bellwald wurde im Sommer 2015 eine neue, 280 Meter lange und 1,40 Meter breite Hängebrücke eröffnet. Fußgängern, Rollstuhlfahrern und Radfahrern steht die »Goms Bridge« das ganze Jahr über offen. Info: bellwald.ch

EIN STÜCK KULTUR SAFRANLEHRPFAD

Der Safranlehrpfad startet im Dorfzentrum von Mund (Postbus-Haltestelle »Mund Dorf«). Von dort aus führt ein Rundweg über Safranäcker und Wiesen mit Blick auf das Rhonetal. Sechs Stationen mit Infotafeln geben Aufschluss über die Munder Safrankultur. Info: valais.ch/de/aktivitaeten/wein-kulinarik/safran

GEOGRAFISCHE LAGE DES WALLIS

Das Wallis besteht, mit Ausnahme kleiner Gebiete jenseits der Pässe Simplon und Gemmi, aus dem Tal der Rhone vom Rhonegletscher bis zum Genfersee und den Rhone-Seitentälern. Der höchste Berg des Wallis und der Schweiz ist die Dufourspitze (4.634 m).



i IMPRESSUM Verlag: MSV Medien, Modellsport Verlag GmbH, Schulstraße 12, 76532 Baden-Baden, Tel. +49 7221 9521-0, info@msv-medien.de
 Herausgeber: Stefan Rost | Redaktion: Katharina Baus | Grafik: Alex Jaekel | Fotos: Wallis Tourismus/Tourismuspartner
 Diese Beilage entstand in Zusammenarbeit mit Schweiz Tourismus.



Schweiz.

Wandern im Wallis – einfach befreiend!

MySwitzerland.com



Ete Adventure Haute-Montagne © Valais Wallis Promotion / David Carlier

Lass dich inspirieren unter [MySwitzerland.com/sommer](https://www.myswitzerland.com/sommer) und [Wallis.ch](https://www.wallis.ch)

und teile deine schönsten Erlebnisse mit **#VERLIEBTINDIESCHWEIZ**

Persönliche Beratung unter **00800 100 200 30** (kostenfrei*) oder info@myswitzerland.com

*lokale Gebühren können anfallen.



Unser Partner

INS HERZ GEMEISSELT.