

Jungfrau Region 

Info Guide

Lauterbrunnental
Lauterbrunnen Valley

LAUTERBRUNNEN 

STAUBBACHFALL

STECHELBERG 

TRÜMMELBACHFALLE

ISENFLUH 

SULWALD

Kirche Lauterbrunnen
Kirche vom Jahr 1488

Lauterbrunnen Church
Church dating from 1488

Erläuterungen *Explanations*



Ausrüstung
Equipment



Distanz
Distance



Dauer
Duration



Siehe Ortsplan
See Village Map



Schwierigkeit
Difficulty



Family Tipp
Family Tip



Sommer
Summer



Winter
Winter



Aufstieg / Abstieg
Ascent / descent



Willkommen Welcome

Lauterbrunnen	4
Isenfluh / Sulwald	10
Stechelberg	12

Gut zu Wissen Good to Know

Anreise <i>How to Get Here</i>	16
Parkieren <i>Parking</i>	18
Kurtaxen & Gästekarte <i>Visitor's Tax & Guestcard</i>	19
Wichtige Kontakte <i>Important Contacts</i>	21
Revisionen <i>Maintenance Schedule</i>	21
Tal der Wasserfälle <i>Valley of Waterfalls</i>	22

Sommer Erlebnisse Summer Activities

72 Wasserfälle <i>72 Waterfalls</i>	28
Wanderungen <i>Hikes</i>	30
Mountain Bike	34
Ausflüge <i>Excursions</i>	36
Abenteuer <i>Adventure</i>	38
Mit der Familie <i>With the Family</i>	40
Regenwetter Aktivitäten <i>Rainy Weather Activities</i>	42
Digitale Erlebnisse <i>Digital Experiences</i>	44

Winter Erlebnisse Winter Activities

Skigebiete <i>Ski areas</i>	48
Aktivitäten <i>Activities</i>	52
Events	54
Gastronomie <i>Gastronomy</i>	56
Unterkünfte <i>Accommodations</i>	58

Willkommen

Welcome

Willkommen im Tal der 72 Wasserfälle! Wandeln Sie auf den Spuren von J. R. R. Tolkien und Johann Wolfgang von Goethe, die neben vielen anderen, in unserem Tal Inspiration für ihre Arbeit gefunden haben. In diesem Info-Guide finden Sie Informationen zu Aktivitäten, Abenteuern, Restaurants, Hotels und vielem mehr. Wenn Sie Fragen haben oder sich beraten lassen möchten, freuen wir uns auf Ihren Besuch im Tourismusbüro. Sie finden uns an der Hauptstrasse, 50 Meter vom Bahnhof.

Welcome to the Valley of 72 Waterfalls! Walk in the footsteps of J. R. R. Tolkien and Johann Wolfgang von Goethe who, amongst many, have found inspiration for their work in our valley. Explore this Info Guide to find information on activities, adventures, restaurants, hotels and much more. If you have any questions, or are looking for some guidance, we look forward to your visit at the Lauterbrunnen Tourist Office. You can find us on the main street, approximately 50 meters from the train station.



Höhe m ü. M. *Meters above sea level*
800



Fläche *Area*
12,3km²



Einwohner *Population*
804



Gästebetten *Guestbeds*
1320



Sprache *Language*
Schweizerdeutsch *Swiss German*





Lauterbrunnen
800 m.ü. M

Lauterbrunnen
800 m above sea level

Kontakt *Contact*

Lauterbrunnen Tourismus

Tourismusbüro *Tourist Office*
Stutzli 460, 3822 Lauterbrunnen
+41 33 856 85 68
info@lauterbrunnen.swiss
lauterbrunnen.swiss
Resort Director: Thomas Durrer

Stechelberg Tourismus

+41 33 855 10 32
info@stechelberg.ch
stechelberg.ch

Social Media



mylauterbrunnen



Lauterbrunnen-Switzerland



Stechelberg



lauterbrunnen



Stechelberg

Links



lauterbrunnen.swiss,
isenfluh.ch, stechelberg.ch,
schilthorn.ch, jungfrau.ch

Reiseführer der Jungfrau Region
Travel Guide for the Jungfrau Region



Öffnungszeiten
Opening hours



Geschichte

- 1240** Erste schriftliche Erwähnung als «in claro fonte»
- 14. Jhr.** Hauptkolonie der Lötsschmiedniederlassungen im Oberland
- 1487** Erster Kirchenbau ohne Erlaubnis von Pfarrei
- 1528** Lauterbrunnen wird eine eigene Kirchgemeinde
- 1669** Grosse Pest im Berner Oberland
- 18. Jhr.** Einführung Strumpfweberei durch Joseph Brunner
- 18. Jhr.** Erste Touristen und Bergsteiger kommen nach Lauterbrunnen
- 1830** Bau der neuen Kirche
- 1877** Erschliessung der Trümmelbachfälle
- 1890** Erschliessung durch Berner Oberlandbahn (BOB)
- 1901** Gründung des Verkehrsvereins Lauterbrunnen
- 1913** Bau des Tunnellifts Trümmelbachfälle
- 1928** Das Infernorennen wird ins Leben gerufen
- 1939** Bau Schwimmbad
- 1975** Luftseilbahn Isenfluh–Sulwald wird fertiggestellt
- 1983** Fertigstellung der Sportanlage Eyelti
- 1986** Bau der obersten Tunnel-Treppe mit Galerie und Ausgucks Stollen bei den Trümmelbachfällen
- 1987** Bau Seilbahn vom Sandweidli nach Isenfluh
- 1996** Kauf des Staubbachhubels durch die Gemeinde und Öffnung für Besucher
- 1998** Einweihung der Beleuchtung des Staubbachfalls
- 2001** Schliessung des Staubbachhubels wegen Steinschlaggefahr
- 2006** Eröffnung der neuen Staubbachgalerie
- 2008** Gründung des Hoteliervereines Mürren–Lauterbrunnen





History

- 1240** First mentioned in latin meaning "clear springs"
- 14. cent.** Main colony of the "Lötschen Parish"
- 1487** First church built without permission of the parish
- 1528** Lauterbrunnen becomes an independent parish
- 1669** The plague hits the Bernese Oberland
- 18 cent.** Joseph Brunner opens a sock weaving factory in the valley
- 18 cent.** The first visitors and alpinists visit the valley
- 1830** The new church is built
- 1877** The Trümmelbach Falls are developed
- 1890** The Bernese Oberland Bahn is developed to Lauterbrunnen
- 1901** Establishment of Lauterbrunnen Tourism Association
- 1913** A elevator is installed at the Trümmelbach Falls
- 1928** The first Inferno race takes place
- 1939** The outdoor swimming pool is opened
- 1975** A temporary cable car is built from Isenfluh to Sulwald due to a landslide closing the road access
- 1983** Tennis and minigolf are opened at the Eyelti Sport Centre
- 1986** Construction of the uppermost tunnel staircase with gallery and lookout tunnel at the Trümmelbach Falls
- 1987** A cable car is built from Sandweidli to Isenfluh
- 1996** Purchase of the "Staubbachhubel" and opening to visitors
- 1998** Inauguration of the Staubbach Falls being illuminated at night
- 2001** Staubbach Falls closed due to rock fall
- 2006** Opening of the new Staubbach gallery
- 2008** Establishment of the Mürren-Lauterbrunnen Hoteliers Association



- 1 Tourist-Information
- 2 Bank, Bankomat ATM
- 3 Post Post office
- 4 Doktor Doctor
- 5 Polizei Police
- 6 Spielplatz Playground
- 7 Schwimmbad
Swimming pool
- 8 Gemeindeverwaltung
Council administration
- 9 Klöppelzentrum
Lace making center
- 10 Talmuseum
Valley museum
- 11 Sportanlage
Sommer: Tennis, Minigolf, Snack,
Fitnessraum / Gym
Winter: Langlauf / Cross-country ski
- 12 Kirche Church
- 13 Friedhof Cemetery
- 14 Tankstelle Gas station
- 15 Autogarage
- 16 Heliport
- 17 Trümmelbachfälle

- 1 Hotel Steinbock
- 2 Hotel Silberhorn
- 3 Valley Hostel
- 4 Hotel Oberland
- 5 Hotel Crystal
- 6 Hotel Schützen
- 7 Hotel Jungfrau
- 8 Hotel Staubbach
- 9 Hotel Horner
- 10 Chalet Rosa
- 11 Chalet Rohr
- 12 Alpinebase
- 13 Camping Jungfrau
- 14 Camping Schützenbach
- 15 Camping Breithorn
- 16 Camping Rütli

- 17 Airtime Café
- 18 Base Café
- 19 Anna's Chalet
- 20 Flavours Café
- 21 Food Point
- 22 Hotel Stechelberg
- 23 Alpenhof Bed & Breakfast
- 24 Berghaus* Trachsellaunen
- 25 Berggasthaus* Tschingelhorn
- 26 Berghotel* Obersteinberg

* Mountain hut / Cabane de montagne



LAUTERBRUNNEN

STAUBBACHFALL



< Winteregg, Mürren

< Winteregg, Mürren

< Grüttschalp

< Winteregg, Mürren

< Winteregg, Mürren

Gryffenbach >

Gässliweg 3/4 h

Alpweg 3/4 h

Bahnhof Lauterbrunnen
BOB / BLM / WAB

Stockiweg 3/4 h

Heimeggweg 1 1/4 h

Wengen
Kleine Scheidegg
Jungfraujoch >

ondelbahn Cable car
ahn Railway
rillstelle BBQ area

-  Parking
-  Aussichtspunkt View point
-  Bus stop (● = nur/only Winter)

Illustration & Plan: 1zigartig.ch 12015

Isenfluh / Sulwald

Willkommen in Isenfluh/Sulwald

Das kleine, ursprüngliche Bergdorf Isenfluh liegt an sagenhafter Lage oberhalb von Lauterbrunnen und bietet ein faszinierendes und bezauberndes Panorama auf die imposanten Bergriesen Eiger, Mönch und Jungfrau. Das Dorf liegt abseits der grossen Touristenpfade und bietet einen eigenen Charme.

Hier erwartet Sie unberührte Natur mit besonderen geologischen Verhältnissen und gelebte Schweizer Kultur.

Welcome to Isenfluh/Sulwald

The small charming mountain village of Isenfluh nestled above the valley of Lauterbrunnen on a sunny platform offers magnificent views of the Eiger, Mönch and Jungfrau mountains.

The village is off the beaten track and far from the hustle and bustle of the main tourist attractions. Here you can appreciate true Alpine nature, enchanting panoramic views and Swiss rural culture.



Höhe m ü. M. *Meters above sea level*
1081



Fläche *Area*
24 km²



Einwohner *Population*
69



Gästebetten *Guestbeds*
160



Sprache *Language*
Schweizerdeutsch *Swiss German*

Geschichte

- 1333** Wird Isenfluh in einem Kaufbrief Urkundlich erwähnt
- 1927** Verbauungsprojekt Sengiswald–Riseten
- 1936** Elektrifizierung des Dorfes: 3 öffentliche Strassenlampen
- 1948** Dürreschäden
- 1945** Überschwemmung Sagibach
- 1973** Gründung Genossenschaft Luftseilbahn Isenfluh-Sulwald
- 1978** Kredit von 1,26 Mio. für Bau der Guferwaldstrasse
- 1982** Gründung des Schlittelclub Isenfluh: Einziger Verein im Dorf
- 1983** Hangrutsch im Trippi–Isenfluh 1 Monat abgeschnitten
- 1987** Hangrutsch im Ritt, Isenfluhstrasse muss gesperrt werden. Eine temporäre Seilbahn wird gebaut.
- 1992** Bau der neuen Strasse vom Sandweidli nach Isenfluh
- 1997** Einweihung des neuen Magazin Isenfluh (Bus, Wehrdienste, Zivilschutzraum, Wegmeistermagazin)
- 2005** Renovation der Luftseilbahn
- 2009** Einweihung des Themenweges Isenfluh–Sulwald (Natur, Sagen, Kraftorte)
- 2012** Sanierung der Isenfluhstrasse

History

- 1333** *Mentioned in a bill of sale*
- 1927** *Building project Sengiswald–Riseten*
- 1936** *The village is provided with electricity for 3 street lamps*
- 1948** *Drought damage*
- 1945** *Flooding of the Sagibach*
- 1973** *Establishment of the cable car cooperative*
- 1978** *A credit is given for the building of the Guferwald road*
- 1982** *Establishment of the tobogganing club, the only club in Isenfluh*
- 1983** *Landslide in "Trippi" leaving Isenfluh cut off for one month*
- 1987** *Landslide in "Ritt" leaves the road to Isenfluh closed. A temporary cable car is installed from the valley*
- 1992** *A new road is built to Isenfluh*
- 1997** *Initiation of the new storage bunkers (bus, military services, defense bunker, trail work etc)*
- 2005** *Renovation of the cable car*
- 2009** *Inauguration of the "theme path" Isenfluh–Sulwald (Nature and Fables)*
- 2012** *Upgrade of the road to Isenfluh*

Stechelberg

Willkommen in Stechelberg

Stechelberg ist ein kleines Bergdorf im Lauterbrunnental, welches mit seiner Schönheit und der wilden Landschaft Besucher aus der ganzen Welt begeistert. Das Tal ist umgeben von atemberaubenden Berggipfeln, die zum Wandern und Entspannen einladen.

Welcome to Stechelberg

Stechelberg is a small alpine village in the Lauterbrunnen Valley. The wild beauty of the landscape astounds people from all over the world. The valley is surrounded by breathtaking mountain peaks, which invite to hike and explore or simply to take in the serenity of the almost untouched nature.

**UNESCO Weltnaturerbe
UNESCO World Heritage**



Höhe m ü. M. *Meters above sea level*
910



Fläche *Area*
50,9 km²



Einwohner *Population*
199



Gästebetten *Guestbeds*
400



Sprache *Language*
Schweizerdeutsch *Swiss German*

Geschichte

Das Dorf wurde erst um 1750 besiedelt. In dieser Zeit taucht erstmals der Dorfname «Stechelberg» in den Akten auf. Die Bezeichnung ist abzuleiten vom mittelhochdeutschen Adjektiv «stechel», das so viel heisst wie stechend oder jäh/steil. Steil und jäh sind nämlich die Felswände Mürrenfluh und Schwarzmönch, welche das Dorf von beiden Seiten einrahmen. Um 1868 wurde das Schulhaus Stechelberg erbaut. Im Jahre 1950 hat man die Postautolinie von Lauterbrunnen nach Stechelberg eröffnet und mit dem Bau der Schilthornbahn wurde Stechelberg 1965 an den Fremdenverkehr angeschlossen.

Im hinteren Teil von Stechelberg, in Trachsellauenen, war früher eine Erzverhüttungsanlage und es wurde Erz abgebaut. Heute gibt es dort ein riesiges Naturschutzgebiet. Die Bewohner von Stechelberg leben hauptsächlich von der Landwirtschaft und dem Tourismus.

History

The first settlers arrived in Stechelberg around 1750; this is also the year the name "Stechelberg" first appears in historical records. The name describes the sharp cliffs of the "Mürrenfluh" and "Schwarzmönch" which surround the village. In 1868, the Stechelberg school house was built. In 1950, the Post Bus route between Stechelberg and Lauterbrunnen began operation and with the construction of the Schilthorn cable car in 1965, the village of Stechelberg became easily accessible for tourism.

The remains of an iron ore smelting plant can be found at Trachsellauenen. The area was declared a protected nature reserve to preserve its present condition. The residents of Stechelberg live mainly from traditional farming and tourism.

Gut zu Wissen

Hier finden Sie Informationen zu
Ihrem Aufenthalt in Lauterbrunnen.

Good to Know

*Here you will find information regarding
your stay in Lauterbrunnen.*





Anreise

How to Get Here



ÖV

Innerhalb der Schweiz gelangen Sie mit Intercity-Zügen von Basel, Bern, Genf und Zürich nach Interlaken Ost. Von Interlaken Ost ist es eine weitere 20-minütige Zugfahrt direkt nach Lauterbrunnen.

Public Transport

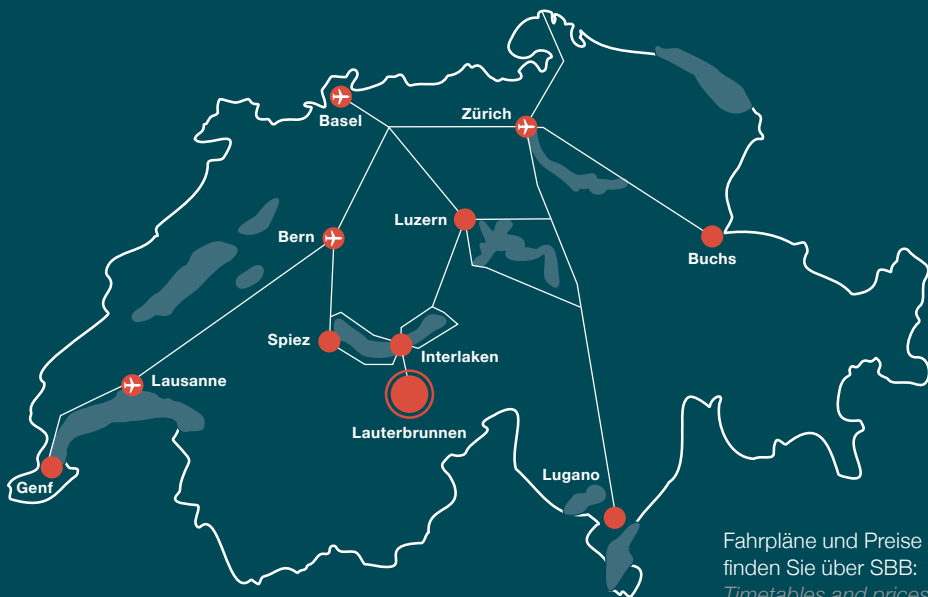
There are connections from all major train stations, and airports, such as Basel, Bern, Geneva, and Zürich to Interlaken Ost. From Interlaken Ost it is just another 20 minute train ride to Lauterbrunnen.

Auto

Sie gelangen mit dem Auto von Basel, Zürich oder Genf über Bern oder Luzern/Brüningpass (Sommer und Winter offen) nach Wilderswil bei Interlaken. Folgen Sie dort den Strassenschildern zur Jungfrau Region und Lauterbrunnen.

By Car

Take the highway from Basel, Zürich, Geneva via Bern or Luzern and the Brüning Pass (open summer and winter) to Wilderswil near Interlaken. From there follow the road signs to the Jungfrau Region and Lauterbrunnen.



Fahrpläne und Preise
finden Sie über SBB:
*Timetables and prices
can be found at SBB:*



Parkieren *Parking*

Parkhaus Lauterbrunnen

Das Parkhaus finden Sie am Eingang des Dorfes.
Parkplätze können online reserviert werden.

Parking Garage Lauterbrunnen

*Find the Parking Garage at the entrance of the village.
Parking can be reserved online.*



Parkplatz Kirche Lauterbrunnen

Parkplatz bei der Kirche, an der Hauptstrasse
ca. 700m vom Bahnhof.

Parking Church Lauterbrunnen

*Parking found by the church on the main street
approx. 700m past the train station.*



Parkplatz Schilthornbahn

Parkplatz bei der Schilthornbahn Station in Stechelberg
(ca. 5 km von Lauterbrunnen).

Parking Schilthorn Station

*Parking at the Schilthornbahn Cable Car Station in
Stechelberg (approx. 5km past Lauterbrunnen).*



Die Parkmöglichkeiten sehen Sie
auf dem Ortsplan auf Seite 6.

*Please see the village map on page 6
for the location of parking possibilities.*



Kurtaxen & Gästekarte

Die Kurtaxe ist für jeden Gast, der eine Nacht in Lauterbrunnen, Isenfluh, Sulwald und Stechelberg verbringt, obligatorisch. Es kann von Unterkunft zu Unterkunft variieren ob die Kurtaxe im Übernachtungspreis enthalten ist oder nicht. Mit der Bezahlung der Kurtaxe erhalten Sie die Gästekarte, mit der Sie an verschiedenen Orten Ermässigungen erhalten. Bitte fragen Sie Ihre Unterkunft nach der Gästekarte.

Kirchenparkplatz
an der Hauptstrasse

Church Parking
on the main street

Visitor's Tax & Guestcard

The visitor's tax is compulsory for each guest that stays overnight in Lauterbrunnen, Isenfluh, Sulwald and Stechelberg. It can vary with each accommodation on whether the tax is included in the overnight rate or not. The payment of the visitor's tax entitles you to the Guest Card offering discounts to various places. Please ask your accommodation for the Guest Card.

Reduktionen mit der Gästekarte
Discounts with the Guest Card



Silberhorn
3695 m. ü. M



Wichtige Kontakte *Important Contacts*

Arztpraxis Lauterbrunnen

Doctor's Office

Caremed Praxis, Dokterhuus
3822 Lauterbrunnen
T 033 856 26 26

Notfalldienst

Emergency Doctor

Caremed Praxis:
T 033 856 26 26

Regionalspital Interlaken

Hospital Interlaken

T 033 826 26 26

118

Feuerwehr
Fire Station

144

Sanität Notruf
Medical Emergency

117

Polizei Notruf
Police Emergency

1414

Rettungsflugwacht
Air Rescue

Revisionen

Jeden Frühling und Herbst müssen
Seilbahnen, Züge und Bergbahnen gewar-
tet werden.

Die Daten der Revisionen der Schilthornbahn
(inkl. Stechelberg, Gimmelwald, Mürren, Birg,
Schilthorn und Allmendhubel) finden Sie
unter dem untenstehenden QR-Code.



Die Daten der Revisionen der Jungfrau-
bahn (inkl. Wengen, Kleine Scheidegg,
Eigergletscher, Jungfraujoch Top of Europe,
Grindelwald und First) finden Sie unter dem
untenstehenden QR-Code.



Maintenance

*Each spring and fall, cable cars, trains and
mountain railways must undergo maintenance.*

*Please find the maintenance schedule of the
Schilthornbahn (incl. Stechelberg, Gimmel-
wald, Mürren, Birg, Schilthorn and Allmend-
hubel) here:*



*For the maintenance schedule of the Jung-
fraubahn (incl. Wengen, Kleine Scheidegg,
Eigergletscher, Jungfraujoch Top of Europe,
Grindelwald und First), please see this
QR Code:*





Tal der Wasserfälle

literarische Inspiration

Valley of Waterfalls

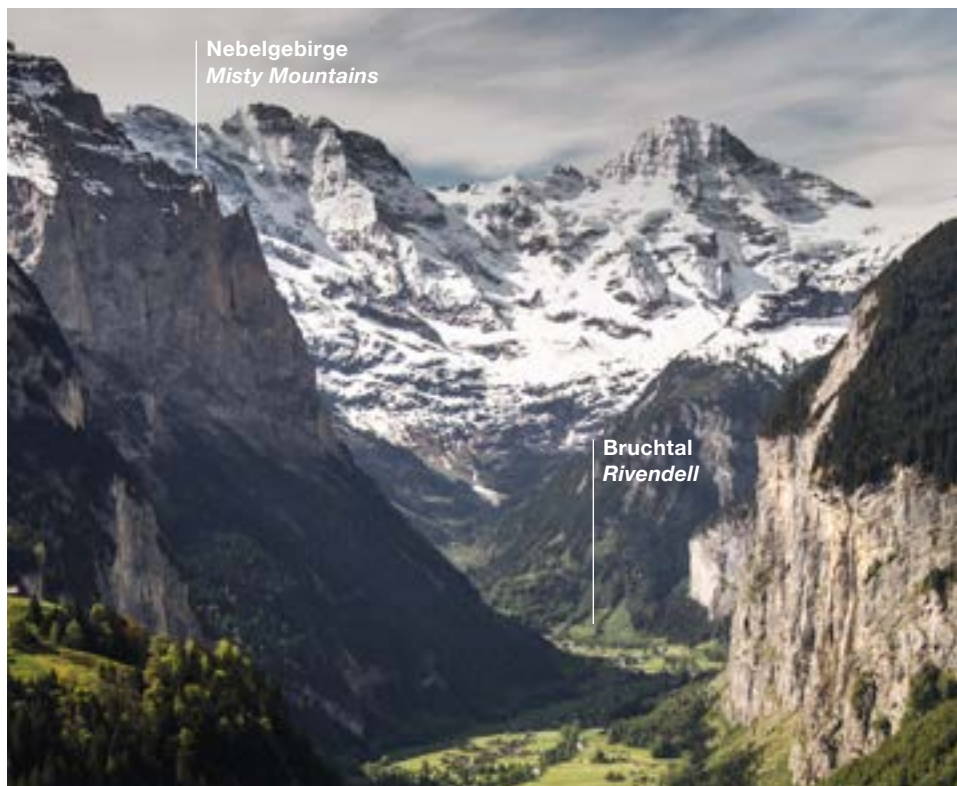
literary inspiration

Johann Wolfgang von Goethe & Gesang der Geister über den Wassern

Johann Wolfgang von Goethe, der 1779 das Tal besuchte, liess sich von den tosenden Wassermassen zu seinem Gedicht «Gesang der Geister über den Wassern» inspirieren.

Song of the Spirit Over the Waters

In 1779, Johann Wolfgang von Goethe visited the valley, and was inspired by the roaring waters to write his well known poem "Spirit Song Over the Waters".



J. R. R. Tolkien & Bruchtal

1911 wandert der damals 19-jährige J. R. R. Tolkien durch die Schweizer Alpen – und natürlich auch durch das Lauterbrunnental mit seinen steil abfallenden Felswänden. Kaum jemand weiss, dass er hier seine Inspirationen zu den Landschaften von «Herr der Ringe» gefunden hat. Und tatsächlich: Wer die Bücher und Verfilmungen kennt, fühlt sich im Lauterbrunnental immer wieder nach Mittelerde versetzt.

J. R. R. Tolkien & Rivendell

In 1911, J. R. R. Tolkien, then aged 19, visited the Swiss Alps – and of course also the Lauterbrunnen valley with its steep rock faces. Few people know that it was here that he found the inspiration for the landscapes in “The Lord of the Rings”. And indeed: those familiar with the books and the film adaptations feel transported to the Lauterbrunnen Valley, as if to Middle-earth.

Für mehr Informationen
zu Tolkien's Inspiration:
*For more information
about Tolkien's inspiration:*



Sommer Erlebnisse *Summer* Activities

Lobhornhütte
1955 m ü. M.





Finstera
427.

arhorn
4 m

Eiger
3970 m

Mönch
4107 m

Jungfrau
4158 m

Ebneflüh
3960 m

Mittaghorn
3895 m

Grosshorn
3762 m

Breithorn
3782 m

Fiescherhörner
4049 m

**Jungfrauoch
Top of Europe**
3454 m

Silberhorn
3695 m

Eismeer
3160 m



Klettersteig Rotstock
Klettergurt mit Kletterseile
für Selbstsicherung notwendig

Eigergletscher
2320 m

Kleine Scheidegg

2061 m

36

37

38

39

40

41

42

43

44

45

46

47

48

49

50

51

52

53

54

55

56

57

58

59

60

61

62

63

64

65

66

67

68

69

70

71

72

73

74

75

76

77

78

79

80

81

82

83

84

85

86

87

88

89

90

91

92

93

94

95

96

97

98

99

100

101

102

103

104

105

106

107

108

109

110

111

112

113

114

115

116

117

118

119

120

121

122

123

124

125

126

127

128

129

130

131

132

133

134

135

136

137

138

139

140

141

142

143

144

145

146

147

148

149

150

151

152

153

154

155

156

157

158

159

160

161

162

163

164

165

166

167

168

169

170

171

172

173

174

175

176

177

178

179

180

181

182

183

184

185

186

187

188

189

190

191

192

193

194

195

196

197

198

199

200

201

202

203

204

205

206

207

208

209

210

211

212

213

214

215

216

217

218

219

220

221

222

223

224

225

226

227

228

229

230

231

232

233

234

235

236

237

238

239

240

241

242

243

244

245

246

247

248

249

250

251

252

253

254

255

256

257

258

259

260

261

262

263

264

265

266

267

268

269

270

271

272

273

274

275

276

277

278

279

280

281

282

283

284

285

286

287

288

289

290

291

292

293

294

295

296

297

298

299

300

301

302

303

304

305

306

307

308

309

310

311

312

313

314

315

316

317

318

319

320

321

322

323

324

325

326

327

328

329

330

331

332

333

334

335

336

337

338

339

340

341

342

343

344

345

346

72 Wasserfälle

72 Waterfalls

Trümmelbachfälle
Trümmelbach Waterfalls

Der Trümmelbach entwässert die riesigen Gletscherwände von Eiger, Mönch und Jungfrau und befördert bis zu 20 000 Liter pro Sekunde sowie 20 000 Tonnen Gesteine jährlich aus seinem Einzugsgebiet (24 km²), welches zur Hälfte mit Schnee und Eis bedeckt ist. Die einzigen Gletscherwasserfälle Europas, die im Berginneren liegen und trotzdem zugänglich sind.

The Trümmelbach drains the huge glacier walls of the Eiger, Mönch and Jungfrau and transports up to 20 000 litres per second and 20 000 tonnes of debris per year from its catchment area (24 km²), half of which is covered in snow and ice. The only glacier waterfalls in Europe that are located inside the mountain and are still accessible.



☀ Nur im Sommer
geöffnet
Only open in
Summer

Mürrenbachfall

417 m hoch

Mürrenbach Waterfall

417 m high

Der Gewaltige. Dies ist der höchste Wasserfall der Schweiz (417 m).

The mighty. This is the highest waterfall in Switzerland (417 m).

Staubbachfall

297 m hoch

Staubbach Waterfall

297 m high

Das Wahrzeichen von Lauterbrunnen und der höchste freifallende Wasserfall der Schweiz. Lauterbrunnen's landmark and Switzerland's tallest free-falling waterfall.

Spissbachfall

265 m hoch

Spissbach Waterfall

265 m high

Der Spissbach verläuft seit dem Bergsturz von 1889 100 m südlicher der Lutschine zu.

Since the rockfall in 1889, the Spissbach falls some 100 meters south of it's original location.

Schmadribachfall

270 m hoch

Schmadribach Waterfall

270 m high

Dieser Wasserfall liegt im Hinteren Lauterbrunnental, das Teil des UNESCO-Weltnaturerbes ist.

This waterfall is located in the rear Lauterbrunnen Valley, which is part of the UNESCO World Heritage Site.

Wanderungen Hikes

Tal der Wasserfälle
Lauterbrunnen – Stechelberg

Valley of Waterfalls
Lauterbrunnen – Stechelberg



Schwierigkeit *Difficulty* ★ leicht *easy*

Strecke *Route* ↔ 7 km

Dauer *Duration* ⌚ 1.45 h

Aufstieg *Ascent* ▲ 117 m

Abstieg *Descent* ▼ 3 m

Winter *Winter* ❄️

Sommer *Summer* ☀️

Familien Tipp *Family Tipp* 👨👩👦



Themenweg Isenfluh

Sulwald–Lobhorn-
hütte–Isenfluh

Theme Trail Isenfluh

Sulwald–Lobhorn-
hütte–Isenfluh

★ mittel
medium ▲ 480m ▼ 908m
↔ 11,5km ⌚ 3.50h ☀



Grütschalp–Mürren via Winteregg

★ leicht
easy ▲ 152m ▼ 1m
↔ 4,5km ⌚ 1.20h ☀ ☀ ☀



Panoramaweg Männlichen–Kleine Scheidegg

Panorama Trail
Männlichen–Kleine
Scheidegg

★ leicht
easy ▲ 0 m ▼ 161m
↔ 4,6km ⌚ 1.10h ☀ ☀



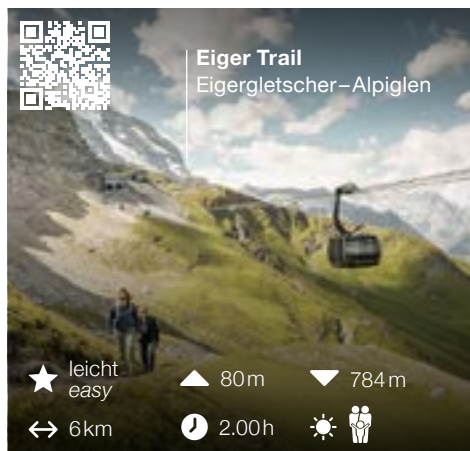
Hinteres Lauterbrunnental UNESCO Themenweg Stechelberg–Oberhornsee

Back of Lauterbrunnen Valley
Stechelberg–Oberhornsee

★ schwierig
difficult ▲ 1243m ▼ 214m
↔ 8,3km ⌚ 4.00h ☀ ☀ ☀



Eiger Trail
Eigergletscher–Alpiglen



★ leicht
easy

↔ 6km

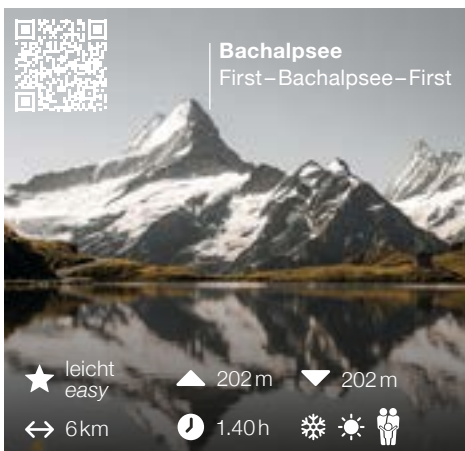
▲ 80m ▼ 784m

🕒 2.00h

☀️ 👤



Bachalpsee
First–Bachalpsee–First



★ leicht
easy

↔ 6km

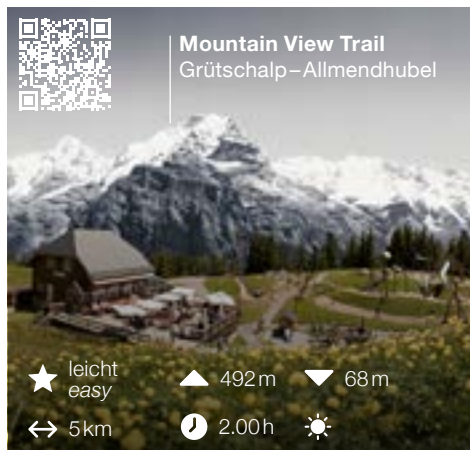
▲ 202m ▼ 202m

🕒 1.40h

❄️ ☀️ 👤



Mountain View Trail
Grütschalp–Allmendhubel



★ leicht
easy

↔ 5km

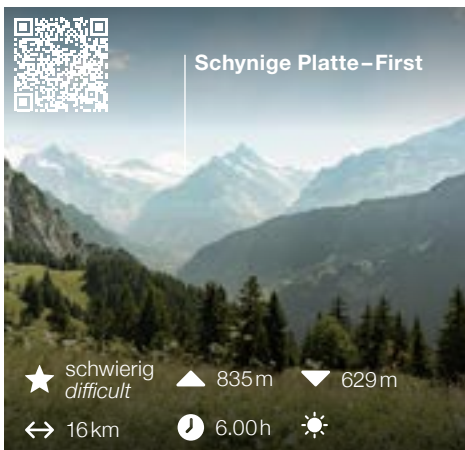
▲ 492m ▼ 68m

🕒 2.00h

☀️



Schynige Platte–First



★ schwierig
difficult

↔ 16km

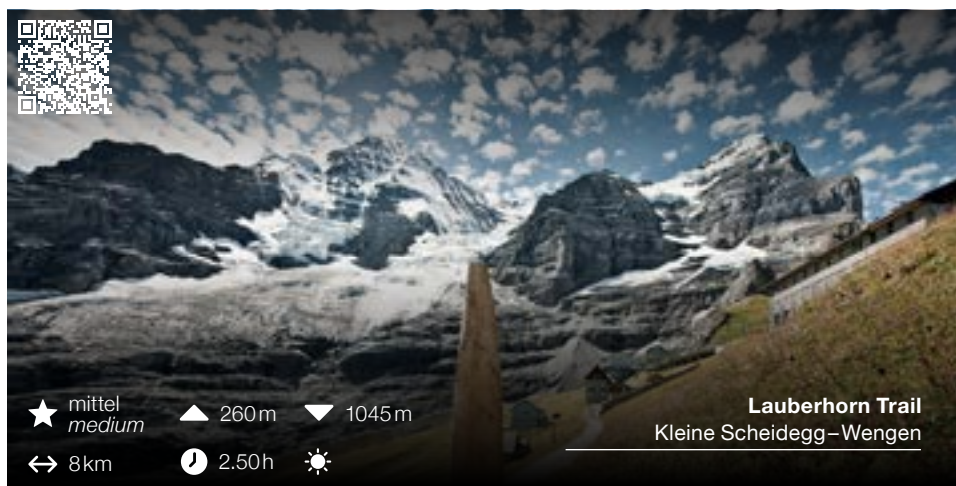
▲ 835m ▼ 629m

🕒 6.00h

☀️



Lauberhorn Trail
Kleine Scheidegg–Wengen



★ mittel
medium

↔ 8km

▲ 260m ▼ 1045m

🕒 2.50h

☀️

Bergwandern

Wandern ist eine gute Möglichkeit, die Jungfrau Region mit Familie und Freunden zu entdecken. Damit Sie die Gegend sicher geniessen können, finden Sie hier einige Tipps zum Bergwandern.

Wanderlevel

Informieren Sie sich über die Details der Wanderung, um sicher zu gehen, dass sie Ihrem Fitness- und Erfahrungsniveau entspricht.

Ausrüstung & Wanderbedarf

(je nach Distanz und Schwierigkeitsgrad anpassen)

- Wasser und Snacks
- Angemessenes Schuhwerk
- Erste-Hilfe-Set
- Wetter angepasste Kleidung
- Wetter angepasste Accessoires (Sonnencreme, Hut, Handschuhe usw.)
- Taschenlampe
- Navigation

Respektieren Sie die Natur und die Umwelt

Hinterlasse keine Spur. Bitte nehmen Sie Ihren Müll wieder mit, lassen Sie nichts zurück was nicht in die Natur gehört. Somit halten wir unsere Umwelt sauber und sicher auch für die Tiere welche hier leben. Machen Sie keinen übermässigen Lärm, bleiben Sie auf den markierten Wegen, pflücken Sie keine Blumen, respektieren Sie geschützte Gebiete und stören Sie keine Tiere (wilde oder auf Weiden lebende).

Möchten Sie die Berge mit einem erfahrenen Bergführer erkunden? Fragen Sie uns im Tourismusbüro.

Mountain Hiking

Hiking is a great way to discover the Jungfrau Region with family and friends. To safely enjoy the area, here are some mountain hiking tips.

Hiking Level

Make sure to inform yourself about the details of the hike to ensure they are appropriate to your fitness and experience level.

Equipment & Hiking Essentials

(adjust depending on distance and difficulty level)

- Water and Snacks
- Appropriate Footwear
- First Aid Kit
- Weather appropriate clothing
- Weather appropriate accessories (sun screen, hat, gloves etc)
- Flashlight
- Navigation

Respect the Nature and the Environment

So that we can keep our environment safe and clean for everyone to enjoy, please: take your rubbish with you, don't make excessive noise, stay on marked pathes, do not pick flowers, respect protected areas and do not disturb animals (wild or those in pastures).

Want to explore the mountains with an experienced mountain guide? Ask us at the Tourist Office.

Mountain Bike

North Face Trail Mürren



Ausrüstung können Sie im Imboden Bike Shop und Intersport Lauterbrunnen mieten
Equipment can be rented at Imboden Bike Store and Intersport Lauterbrunnen

Schwierigkeit *Difficulty* ★ mittel *medium*

Strecke *Route* ↔ 6,1 km

Dauer *Duration* 🕒 1.00h

Aufstieg *Ascent* ▲ 317 m

Abstieg *Descent* ▼ 317 m

Sommer *Summer* ☀️





Ausflüge Excursions

Staubbachfall

Der höchste freifallende
Wasserfall der Schweiz

Staubbach Falls

*The tallest free-falling
waterfall in Switzerland*

Der Staubbach ist das Wahrzeichen von Lauterbrunnen und der höchste freifallende Wasserfall der Schweiz. Er kann im Sommer mittels speziell angelegter Galerie von hinten besichtigt werden.

Nach dem Staubbach führt der Weg weiter zu den zahlreichen Wasserfällen des Tals, darunter Trümmelbach und Mürrenbach. Der Wanderweg ist auf dem Dorfplan eingezeichnet.

The Staubbach is the landmark of Lauterbrunnen and the tallest free falling waterfall in Switzerland. He can be viewed from behind in summer via a specially constructed gallery.

Continue on the trail past the Staubbach to explore the many waterfalls in the Valley including Trümmelbach and Mürrenbach. The walking path is marked on the village map.





Schilthorn Piz Gloria

Drehort des James-Bond-Films «Im Geheimdienst Ihrer Majestät» von 1969.
Filming location of the 1969 James Bond film "On Her Majesty's Secret Service".



Top of Europe Jungfrauoch

Die Station Jungfrauoch ist mit 3454 Metern über dem Meer die höchstgelegene Station in Europa.
At 3454 meters above sea level, the Jungfrauoch station is the highest station in Europe.



Männlichen Royal Walk

30 Min. von Lauterbrunnen mit Zug und Seilbahn. Nehmen Sie den 25-minütigen Royal Walk zum Aussichtspunkt.
30 min. from Lauterbrunnen by train and cable car. Take the 25 min Royal Walk to the viewpoint.



First Glider Grindelwald First

In 25 Minuten mit der Seilbahn von Grindelwald nach First. Erleben Sie den Nervenkitzel des Cliff Walk, First Flyer und First Glider.
25 min by cable car from Grindelwald, explore the thrills of the Cliff Walk, First Flyer and First Glider.

Abenteuer Adventure

Paragliding Tandemflug
Paragliding tandem flight



Erleben Sie die einzigartige Vogelperspektive des Tals beim Gleitflug von Mürren nach Stechelberg. Buchungen sind im Tourismusbüro oder direkt bei AirTime Paragliding möglich.

Experience the unique birds eye view of the Valley gliding from Mürren to Stechelberg. Bookings available at the Tourist Office or directly with AirTime Paragliding.





Klettersteig
Mürren–Gimmelwald
Via Ferrata
Mürren–Gimmelwald



3.00h



Ausrüstung kann in Lauterbrunnen
und Mürren gemietet werden.
*Rental equipment available in Lauter-
brunnen and Mürren.*



Adrenalin



Monster Trotti
Isenfluh/Sulwald



Ausrüstung in Sulwald mieten
Rentals in Sulwald



Skydiving Interlaken
über dem Lauterbrunnental

Skydiving Interlaken
above the Lauterbrunnen Valley



Mit der Familie With the Family

Schwimmbad

Schwimmen mit einmaliger Aussicht

Swimming pool

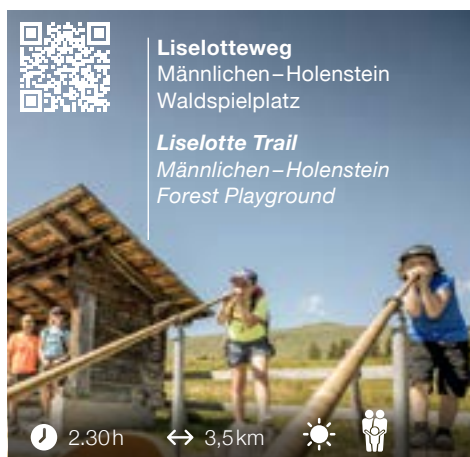
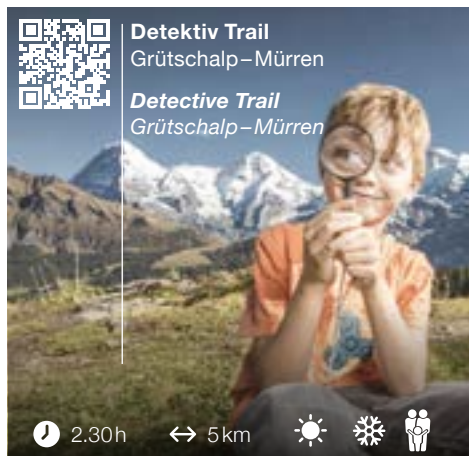
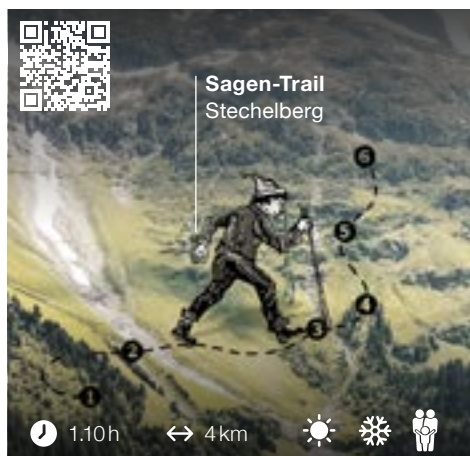
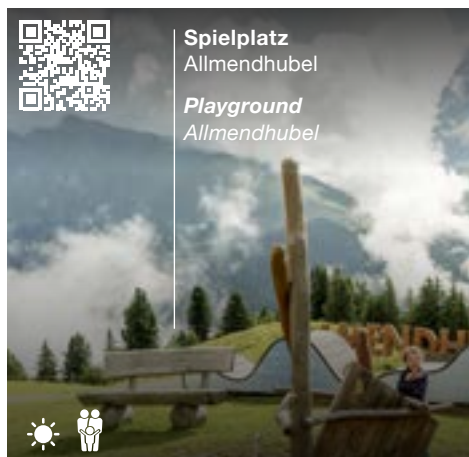
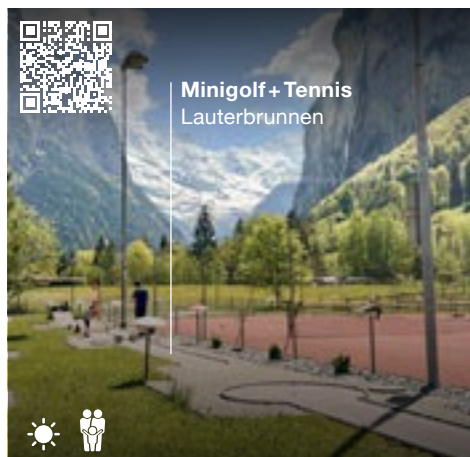
Swimming with a unique view



Das etwas oberhalb des Dorfes gelegene Schwimmbad lädt im Sommer zum Schwimmen und Plantschen vor der gigantischen Kulisse des Lauterbrunnentals ein. Am Kiosk können Sie sich mit Snacks und erfrischenden Getränken eindecken. Das Wasser ist geheizt und stets 23 Grad warm.

Located just above the village, the swimming pool invites you to swim and splash around or have a refreshingly cold ice-cream in front of the gigantic backdrop of the Lauterbrunnen Valley. The water is heated and at a constant temperature of 23 degrees Celsius.





Regenwetter Aktivitäten *Rainy Weather* Activities

Spa
Mürren



Spa & Wellness in Mürren, Wengen
oder Grindelwald.

*Spa & Wellness available in Mürren,
Wengen and Grindelwald.*



Gletscherschlucht
Grindelwald
Glacier Gorge
Grindelwald



Wandere durch Felsgalerien und Tunnels.
Hike through rock galleries and tunnels.



Aareschlucht
Meiringen
Aare Gorge
Meiringen



Hautnah ein Naturwunder entdecken,
spüren und erfahren.
*Discover, feel and experience a natural
wonder up close.*



Tal- und Sagenmuseum
Lauterbrunnen



Erfahren Sie mehr über die Geschichte und
Sagen von Lauterbrunnen.
*Explore the history and legends of
Lauterbrunnen.*



Fitnessraum
Lauterbrunnen
Gym
Lauterbrunnen



Trainieren Sie mit modernsten Geräten.
Work out with modern equipment.



Sportzentrum
Grindelwald
Sport Centre
Grindelwald



Viel Spass wünschen wir Ihnen im Wellness,
in der Eishalle, im Boulderraum, oder im
Indoor Seilpark.
*Visit and enjoy the wellness area, the ice
rink, boulder room or the indoor rope park.*



St. Beatus-Höhlen
am Thunersee
St Beatus Cave
on Lake Thun



Erleben Sie in der St. Beatus-Höhlen-
Erlebniswelt magische Höhlenmomente
im Herzen des Niederhornmassivs.
*Experience magical cave moments in
the heart of the Niederhorn massif in the
St Beatus Cave.*

Digitale Erlebnisse *Digital Experiences*

Foto Hotspot Trail
Photo hotspot trail

Folge dem Trail und erreiche die schönsten Fotoplätze im Lauterbrunnental.

Follow the trail and visit the most beautiful photo spots in the Lauterbrunnen Valley.



Foto Hotspot Trail



Finde alle digitalen
Erlebnisse
*Find all Digital
Experiences*

Entdecken Sie die Jungfrau Region mit Ihrem Smartphone. Lassen Sie sich von unseren smarTrails durch die Gegend führen, lernen Sie neue und spannende Dinge über die Gegend, finden Sie die schönsten Foto-Spots und lösen Sie Kriminalfälle.

Discover the Jungfrau-Region with your smartphone. Let yourself be guided by smarTrails, learn new and interesting things about the area, find the best photo spots and solve cases of crime with the KrimiSpass.



BASE-Jump Infotrail in Lauterbrunnen

🕒 1.30h ☀️ ❄️

Lernen Sie den BASE-Jumping-Sport im Lauterbrunnental kennen.
Learn about the BASE jumping haven in the Lauterbrunnen Valley.



KrimiSpass in der Jungfrau Region

KrimiSpass
in the Jungfrau Region



KrimiSpass Jungfrau Region ist ein interaktives Outdoor-Abenteuer für Jung und Alt.
KrimiSpass Jungfrau Region is an interactive outdoor adventure for young and old.



Wengen 1274 m ü. M.

🕒 1.30h ☀️ 👤

Eine digitale Schnitzeljagd durch Wengen.
A digital scavenger hunt through Wengen (only available in German).



Lauterbrunnen 800 m ü. M.

🕒 1.30h ☀️ 👤

Ein Rätselweg durch Lauterbrunnen.
*Take a leisurely stroll through Meiringen
A riddle trail through Lauterbrunnen (only available in German).*

Winter Erlebnisse

In unseren Skigebieten

Winter Activities

in our ski areas



Eine Nebeldecke
über dem Lauterbrunnental

A blanket of mist
above the Lauterbrunnen Valley



Skigebiete Ski areas





Das Skigebiet Jungfrau Region besteht aus Grindelwald-First, Kleine Scheidegg-Männlichen und Mürren-Schilthorn. Wer einen Skipass besitzt, hat Zugang zu allen drei Gebieten inklusive allen 44 Transportanlagen und rund 213km Skipisten.

Die Jungfrau Region hat für alle etwas zu bieten!

Fahren Sie auf den Spuren der Weltcup-Skifahrer des Lauberhornrennens, testen Sie Ihre Nerven auf der Piste 9, Diretissima, der steilsten Abfahrt in der Jungfrau Region. Gönnen Sie sich einen Tag abseits der Skipisten beim Schlitteln, Winterwandern oder Schneeschuhlaufen.

The Jungfrau Region Ski Area consists of Grindelwald-First, Kleine Scheidegg-Männlichen, and Mürren-Schilthorn. With your skipass you have access to all three ski areas including all 44 transport facilities and 213km of ski slopes!

The Jungfrau Region offers something for everyone!

Ski in the footprints of the World Cup Skiers of the Lauberhorn race, test your nerves on Slope 9 "Diretissima", the steepest run in the Jungfrau Region or take a day off the skis and enjoy some sledding, snowshoeing and winter hiking in the Region.

EIGER
3970 m

SCHRECKHORN
4078 m

WETTERHORN
3692 m

SCHWARZHORN
2928 m

OBERJOCH
2500 m

FAULHORN
2681 m



Schilthornbahn
wieder geöffnet
*Schilthorn cable
car reopened*



Aktivitäten

Activities

Skifahren
Skiing



Über 213 präparierte Pistenkilometer,
abwechslungsreiche Abfahrten und Snowparks.
*Over 213 kilometres of groomed skipistes,
varied downhill runs and snow parks.*



Langlauf
in Lauterbrunnen

Cross Country Skiing
in Lauterbrunnen

12 km Loipe Lauterbrunnen-Stechelberg
(Klassisch und Skating).
12 km track Lauterbrunnen-Stechelberg
(Classic and Skating).



**Winter-/Schneeschu
Wandern**
Chânelegg-Trail Mürren

Winter hiking and
Snowshoeing
Chânelegg-Trail Mürren

↔ 3,63 km ⌚ 1.30h ▲ 199m ▼ 199m

Durch den Tiefschnee stapfen.
Stomp through powder snow.



Schlitteln
in Sulwald

Sledding
in Sulwald



Schlitteln vor einmaliger Bergkulisse.
Sledding in front of incredible mountain
backdrop.



Eislaufen & Curling
in Mürren

Icerink & Curling
in Mürren



Besuchen Sie die Eisbahnen zum Schlitt-
schuhlaufen und Curling in Mürren, Wengen
und Grindelwald.

Visit the ice rinks for ice skating and curling
in Mürren, Wengen and Grindelwald.

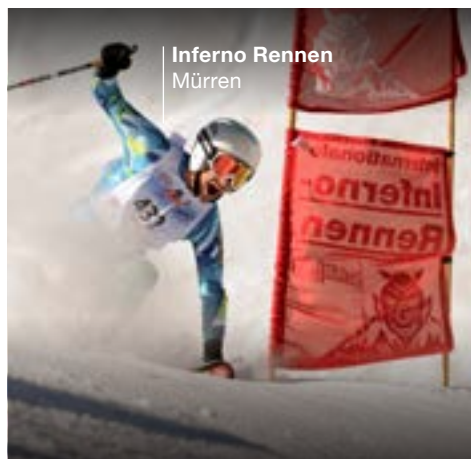
Events

Photo by Reto Nyfenegger

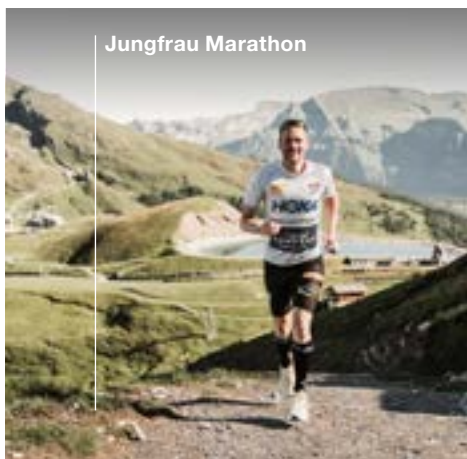
Lauberhorn Ski World Cup
Wengen



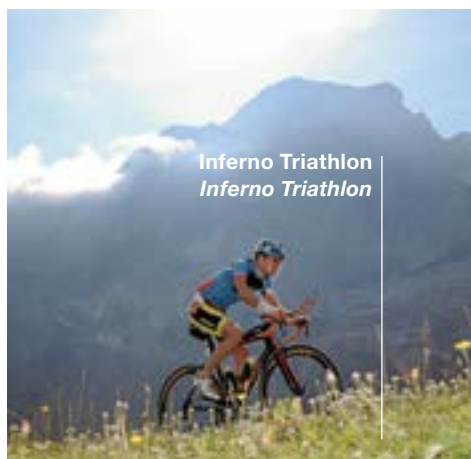
Finde alle Events hier
Find all Events here



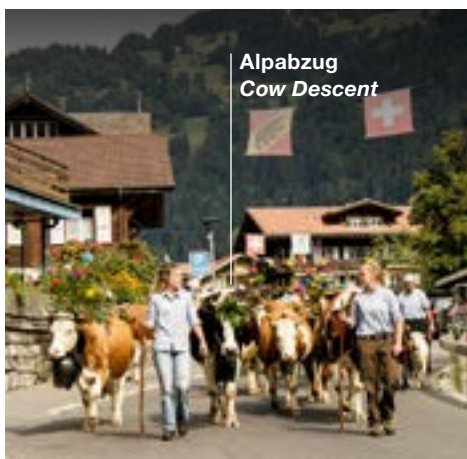
Inferno Rennen
Mürren



Jungfrau Marathon



Inferno Triathlon
Inferno Triathlon



**Alpabzug
Cow Descent**



Folklore Abende
Folklore Evenings



Weihnachtsmarkt
Lauterbrunnen
Christmas Market
Lauterbrunnen

Gastronomie *Gastronomy*

Restaurants Lauterbrunnen

Restaurant/Hotel Jungfrau

T +41 79 425 41 97 jungfrau-lauterbrunnen.ch

Restaurant/Hotel Oberland

T +41 33 855 12 41 hoteloberland.ch

Restaurant/Hotel Schützen

T +41 33 855 30 26 restaurantschuetzen.com

Restaurant/Hotel Silberhorn

T +41 33 856 22 10 silberhorn.com

Restaurant/Hotel Steinbock

T +41 33 855 12 31 steinbocklauterbrunnen.ch

Restaurant Weidstübli

T +41 33 856 20 10 weidstuebli.swiss

Airtime Café

T +41 33 855 15 15 airtime.ch

Horner Pub

T +41 33 855 16 73 hornerpub.ch

Base Café

T +41 77 977 11 06 basecafe.ch

Food Point Lauterbrunnen

T +41 76 793 62 11 foodpoint-lauterbrunnen.ch

Flavours Cafe

T +41 33 855 36 52

Bar/Club Lauterbrunnen

Horner Bar

T +41 33 855 16 73 hornerpub.ch





Geniessen Sie Schweizer Spezialitäten stets mit Blick auf die schnee- und gletscherbedeckten Berge der Jungfrau Region.

Enjoy your meal with a view of the panoramic mountain range and its glaciers.

Restaurants Stechelberg/Isenfluh

Restaurant/Hotel Stechelberg

T +41 33 855 29 21 hotel-stechelberg.ch

Restaurant/Hotel Waldrand

T +41 33 855 12 27 hotel-waldrand.ch

Camping Rütli

T +41 33 855 28 85 campingruetti.ch

Restaurant/Café Trümmelbach

T +41 33 855 32 32 truemmelbachfaelle.ch
(nur im Sommer / only in summer)

Bergrestaurants *Mountain restaurant*

Lobhornhütte

T +41 79 656 53 20 lobhornhuetten.ch

Restaurant Sulwald Stübli

T +41 33 855 12 51 sulwaldstuebli.ch/
www.isenfluh.ch

Restaurant Trachsellaunen

T +41 33 855 12 35

Restaurant Tschingelhorn

T 33 855 13 43 tschingelhorn.ch

Restaurant Obersteinberg

T +41 33 855 20 33 obersteinberg.ch

Unterkünfte *accommodations*

Unterkünfte in Lauterbrunnen

Accommodations in Lauterbrunnen

Hotel Horner

T +41 33 855 16 73 hornerpub.ch

Hotel Jungfrau

T +41 79 425 41 97 jungfrau-lauterbrunnen.ch

Hotel Oberland Hotel Crystal**

T +41 33 855 12 41 hoteloberland.ch

Hotel Schützen

T +41 33 855 30 26 hotelschuetzen.com

Hotel Silberhorn***

T +41 33 856 22 10 silberhorn.com

Hotel Staubbach

T +41 33 855 54 54 staubbach.com

Hotel Steinbock**

T 033 855 12 31 steinbocklauterbrunnen.ch

Alpinebase Hostel

T 079 820 79 18 alpinebase.ch

Chalet im Rohr

T +41 33 855 21 82 chaletimrohr.ch

Chalet Rosa

T +41 78 311 16 84

Valley Hostel

T +41 33 855 20 08 valleyhostel.ch

Camping Jungfrau

T +41 33 856 20 10 camping-jungfrau.ch

Camping Schützenbach

T +41 33 855 12 68 schutzenbach.ch





Insgesamt 11 Hotels, 88 Ferienwohnungen, 4 Campingplätze, und 7 Hostels/Gruppenhäuser bieten Ihnen einen Platz für süsse Träume und entspannte Tage.

a total of 11 hotels, 88 holiday apartments, 4 camp-sites and 7 hostels/group accommodations offer you a place to spend relaxing days and dreamy nights.

Unterkünfte in Isenfluh *Accommodations in Isenfluh*

Hotel Waldrand

T +41 33 855 12 27 hotel-waldrand.ch

Lobhornhütte

T +41 79 656 53 20 lobhornhuette.ch

Unterkünfte in Stechelberg *Accommodations in Stechelberg*

Camping Rütli

T +41 33 855 28 85 campingruetti.ch

Alpenhof

T +41 33 855 12 02 alpenhof-stechelberg.ch

Hotel Stechelberg

T +41 33 855 29 21 hotel-stechelberg.ch

Camping Breithorn

T +41 33 855 12 25 campingbreithorn.ch

Berghotels *Mountain hotels*

Berggasthaus Trachsellauenen

T +41 33 855 12 35

Berggasthaus Tschingelhorn

T +41 33 855 13 43 tschingelhorn.ch

Berggasthaus Obersteinberg

T +41 33 855 20 33 obersteinberg.ch



LAUTERBRUNNEN

STAUBBACHFALL

Lauterbrunnen Tourismus

Stutzli 460, 3822 Lauterbrunnen, +41 33 856 85 68
lauterbrunnen.swiss, info@lauterbrunnen.swiss



@lauterbrunnen