

# *Schwyz*

SOMMER 2019

*magazin*



**WANDERTIPPS IN IHRER NÄHE  
SOMMER-KURZFERIEN ZU GEWINNEN  
UNGEWÖHNLICH ÜBERNACHTEN**

**INHALT**

<b>ÜBERSICHT UND ERLEBNISTIPPS</b>	<b>4</b>
<b>FRANZ-KARL SCHULER, MUOTATHAL WANDERAKADEMIE</b>	<b>6</b>
<b>TOP EVENTS</b>	<b>11</b>
<b>SASCHA KRÄHENBÜHL, LANDSCHAFTSFOTOGRAF</b>	<b>12</b>
<b>WANDERN PLUS</b>	<b>16</b>
<b>UNGEWÖHNLICH ÜBERNACHTEN</b>	<b>19</b>
<b>WETTBEWERB</b>	<b>21</b>
<b>ARMIN GRAB, BEAVER CREEK RANCH</b>	<b>22</b>
<b>WELLNESS FÜR MÜDE BEINE</b>	<b>24</b>
<b>ESSEN UND GENIESSEN</b>	<b>25</b>
<b>PETER MATHIS, ORTSLEITER WANDERWEGE FREIENBACH</b>	<b>26</b>
<b>WANDERTIPPS</b>	<b>28</b>

**ERLEBNISREGION MYTHEN**

Brunnen Schwyz Marketing AG  
 Bahnhofstrasse 15  
 6440 Brunnen  
 Telefon +41 41 825 00 40  
[www.erlebnisregion-mythen.ch](http://www.erlebnisregion-mythen.ch)

**REGION EINSIEDELN-YBRIG-ZÜRICHSEE**

Einsiedeln-Ybrig-Zürichsee AG  
 Hauptstrasse 85  
 8840 Einsiedeln  
 Telefon +41 55 418 44 88  
[www.eyz.swiss](http://www.eyz.swiss)

**REGION RIGI - BERG UND SEE**

Gäste-Service Rigi  
 Bahnhofstrasse 7  
 6354 Vitznau  
 Telefon +41 41 399 87 87  
[www.rigi.ch](http://www.rigi.ch)

**REGION STOOS-MUOTATAL**

Stoos-Muotatal Tourismus  
 Grundstrasse 232  
 6430 Schwyz  
 Telefon +41 41 818 08 80  
[www.stoos-muotatal.ch](http://www.stoos-muotatal.ch)



## VORWORT

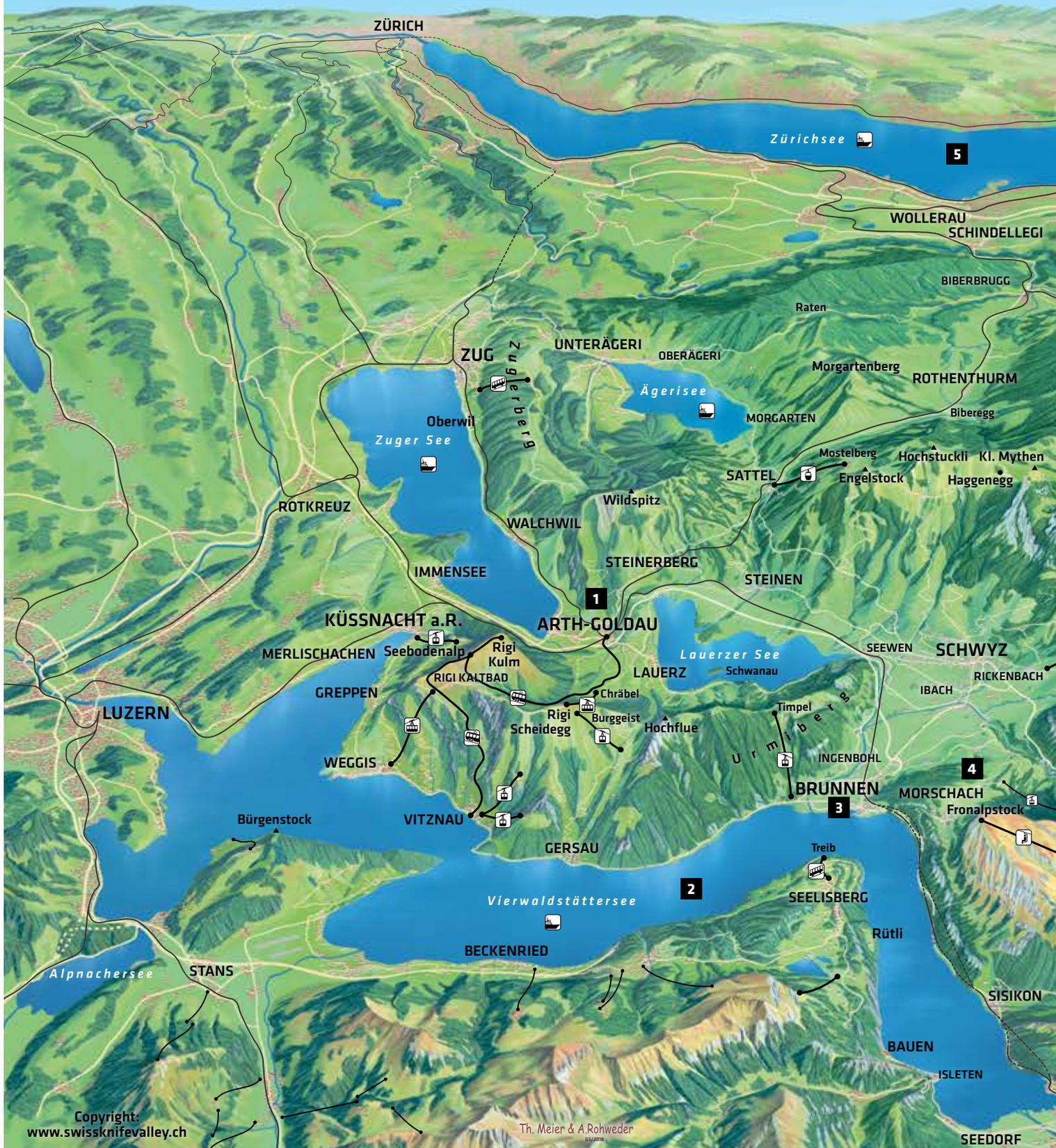
# DIE SCHWYZER WANDERREGIONEN – GANZ IN IHRER NÄHE

Durch den Wald schlendern, wenn es heiss ist? Mit Blick auf die Pulsuhr Höhenmeter um Höhenmeter zurücklegen? Mit den Kindern ein Feuer anzünden und die Wurst aufspießen? Egal, welcher Wandertyp Sie sind, unter den Schwyzer Wanderwegen finden Sie bestimmt den passenden Weg.

Ausserdem lernen Sie in dieser Ausgabe vier Personen kennen, in deren Leben das Wandern eine Rolle spielt. Bergführer Franz-Karl Schuler lehrt im Muotatal, wie man sicher in den Bergen wandert. Landschaftsfotograf Sascha Krähenbühl streift durch die Zentralschweizer Landschaft, wartet auf die perfekten Lichtverhältnisse und drückt auf den Auslöser. In der Westernwelt von Armin Grab können Wanderer rasten. Und Peter Mathis unterhält ein Stück des Jakobswegs an seinem Hausberg Etzel.

Schliesslich finden Sie im Magazin auch einen Wettbewerb, ein Sommer-Rezept zum Ausprobieren und viele Ideen für Wanderungen und Ausflüge. Egal ob Schäfchenwolken, Föhnwellen auf dem Vierwaldstättersee oder geheimnisvoller Nebel – die Schwyzer Landschaft hat bei jedem Wetter etwas zu bieten und liegt nah bei Ihrer Haustür.

# ÜBERSICHT UND ERLEBNISTIPPS



Copyright:  
www.swissknifevalley.ch

Th. Meier & A. Rohweder  
© 2018



**1**  
**NATUR- UND TIERPARK**  
Europäische Wildtiere  
[www.tierpark.ch](http://www.tierpark.ch)



**2**  
**VIERWALDSTÄTTERSEE**  
Mitten durch die Urschweiz  
[www.lakelucerne.ch](http://www.lakelucerne.ch)



**3**  
**VICTORINOX-MUSEUM**  
Das Schweizer Taschenmesser  
[www.swissknifevalley.ch](http://www.swissknifevalley.ch)



**4**  
**GOLFPLATZ MORSCHACH**  
Golfen mit Weitsicht  
[www.golfclub-axenstein.ch](http://www.golfclub-axenstein.ch)



**ZÜRICHSEE**

Entspannende Rundfahrten  
[www.zsg.ch](http://www.zsg.ch)



**ALPAMARE**

Wasserpark mit vielen Rutschen  
[www.alpamare.ch](http://www.alpamare.ch)



**WÄGITALERSEE**

Fischen mit Bergpanorama  
[www.waegitalersee.ch](http://www.waegitalersee.ch)



**HÖLLOCH**

Faszinierendes Höhlensystem  
[www.trekking.ch](http://www.trekking.ch)



**WANDERAKADEMIE:** Mit ihrem Bergführer wanderten Inga, Jessica und Manuela sicher durch die Muotathaler Bergwelt. Oben auf der Glattalp mit dem Höch Turm (l.) und dem Ortstock im Hintergrund, rechts beim Waldisee.



**FRANZ-KARL SCHULER, BERGFÜHRER WANDERAKADEMIE MUOTATHAL**

# WIE WANDERT MAN RICHTIG?

**Ein Fuss vor den anderen. Muss man mehr wissen? Ja! Die Wanderakademie Muotathal lehrt, wie man sich sicher in den Bergen bewegt. Der Bergführer Franz-Karl Schuler leitet den Kurs «alpines Wandern».**

Inga, Jessica und Manuela blicken auf die Karte an der Leinwand. Die Punkte markieren Geröll, die schraffierten Flächen stehen für Karrenfelder und die Fähnchen für Alpwirtschaften. Unter Berücksichtigung der Höhenlinien suchen sie eine Route, um vom Waldisee über den Älpler Stock zum Älpler Horn zu gelangen – und dann über den Geissstock wieder zum Waldisee zurückzukehren. «GPS-Daten und Karten lesen können, ist etwas vom Wichtigsten», erklärt Kursleiter Franz-Karl Schuler. Wenn kein Weg mehr zu erkennen oder dieser schlecht markiert sei, helfe nur eine geografische Karte, guter Orientierungssinn und GPS oder Kompass weiter. Mit 120 Bergtouren pro Jahr spricht hier einer mit Erfahrung.

## GUT GEPLANT

Im Sali des Restaurants «Husky-Lodge» in Muotathal beginnt die Hitze zu drücken. Vor dem Fenster kühlt der Schatten des Fichtenwalds die Felslandschaft. Trotz Kribbeln in den Beinen sitzen die drei Frauen konzentriert am Tisch. Ihre Freude, sich in der Natur zu bewegen, hat sie zur Wanderakademie Muotathal geführt. «Ich komme schon zum zweiten Mal aus Begeisterung», sagt Inga. Manuela faszinieren Alpenblumen. «Ich bin viel allein unterwegs und möchte erfahren, was ich mir in den Bergen zutrauen kann», erklärt Jessica. Diese Frage sollten sich alle stellen, bevor sie loswandern. Bergführer Franz-Karl Schuler ist überzeugt, dass eine gute Routenplanung an-



**BERGFAN:** Franz-Karl Schuler zieht es mehrmals pro Woche in die Berge.



#### WEGKATEGORIEN



**Wanderweg:** Keine besonderen Anforderungen. Schuhe mit griffiger Sohle empfohlen.



**Bergwanderweg:** Voraussetzungen sind gute körperliche Verfassung, Trittsicherheit, Schwindelfreiheit und feste Schuhe.



**Alpinwanderweg:** Nötig sind sehr gute körperliche Verfassung, Trittsicherheit, Schwindelfreiheit sowie alpine Erfahrung und entsprechende Ausrüstung.

Quelle: Schweizer Wanderwege

hand einer Karte die wichtigste Frage überhaupt beantwortet: Ist diese Wanderung für mich geeignet?

#### RICHTIG AUSGERÜSTET

9 Kilometer, 900 Höhenmeter und 7 Stunden Wanderzeit. Das haben sich Inga, Jessica und Manuela für den nächsten Tag vorgenommen. Nach der Berg- und Alpinwanderskala entspricht ihre Wanderung dem Grad T4/T5, anspruchsvolles Alpinwandern. «Was gehört also zur Ausrüstung und was in den Rucksack?», fragt der Kursleiter. Als von der Apotheke bis zum Traubenzucker alles besprochen ist, wird klar, dass ein Velorucksack nicht ausreicht. Für den 64-jährigen Bergführer sowieso nicht. Denn er nimmt auch ein Seil mit, falls sich unterwegs jemand unsicher fühlen sollte. Im praktischen Teil am nächsten Tag werden die Frauen nämlich lernen, einfache Kletterstellen zu überwinden, Schneefelder zu überqueren, einen steilen nassen Grashang zu traversieren und über Geröllflächen zu wandern. Als Letztes prüfen die drei Hobby-Wanderinnen den Wetterbericht. Die Prognosen sagen für den folgen-

## «Die wichtigste Frage: Ist diese Wanderung für mich geeignet?»

den Nachmittag Gewitter voraus. Das heisst für die Gruppe, dass sie am nächsten Tag früher als geplant aufbrechen wird. Nicht weil sie Angst haben, nass zu werden, sondern weil sie im Kurs gelernt haben, welche Gefahren ein Gewitter in den Bergen mit sich bringen kann. Doch jetzt scheint noch die Sonne. Inga, Jessica und Manuela packen schnell zusammen, um die letzten Strahlen des Abends auf der Haut einzufangen.

Die Wanderakademie Muotathal schult Interessierte, sicher in die Berge zu gehen. Kurse für Einsteiger und Fortgeschrittene können bei der Erlebniswelt Muotathal gebucht werden. [www.erlebnisswelt.ch](http://www.erlebnisswelt.ch)



# NEUE ERLEBNISSE



SEEWEN

## Von der Rebe ins Glas

Der Besucherrundgang durch die Schuler St. Jakobskellerei in Seewen entführt in die Welt der Weine. In der hauseigenen Küferei, im uralten Kellergewölbe, im Barrique-Keller, auf dem interaktiven Aroma-Parcours, in der Kork-Ausstellung und der umfangreichen Zapfenzieher-Sammlung erlebt man die Entwicklung des Weines von der Rebe bis ins Glas. Bei der anschliessenden Degustation werden erlesene Weine probiert.

[www.schuler.ch](http://www.schuler.ch)



MORSCHACH

## SICH WUNDERN UND WANDERN

Passen Kinder, Wandern und Spass in denselben Satz? Absolut. Mit dem Familien-Wanderquiz erleben Familien drei spannende Tage in Morschach, auf dem Stoons und im Muotatal. Jeden Tag steht eine Tour an, bei der gerätselt, gespielt und gestaunt werden kann: eine Handy-Safari, ein Moorerlebnisweg und ein Wetterschmöcker-Pfad. Der Wanderpass ist im Swiss Holiday Park erhältlich und gleichzeitig auch ein Ticket zu Wettbewerbsglück.

[www.swissholidaypark.ch](http://www.swissholidaypark.ch)

RIGI

## TIERISCH GUT

Gianna, Derya, Enzo und Max heissen die treuherzigen Bernhardiner auf der Rigi. Die knuddeligen Vierbeiner zeigen den Gästen während eines Barry-Spaziergangs die Schönheit der Königin der Berge. Nach der Wanderung wird das tierische Erlebnis mit einem Grillplausch im «ächt SCHWYZ»-Restaurant BärGnuss vervollständigt.

[www.rigi.ch/barrywanderung](http://www.rigi.ch/barrywanderung)

MUOTATAL

*Bissige Aufstiege, technisch anspruchsvolle Singletrails und ein Urwald – das erwartet abenteuerhungrige Biker in der Muotataler Bergwelt. Anfang Juli 2019 wird die neue 25 Kilometer lange «Urwald Bike»-Route eröffnet.*

[www.stoos-muotatal.ch](http://www.stoos-muotatal.ch)

PFÄFFIKON

## Pokerface oder doch nicht?

Täglich blicken wir in verschiedene Gesichter. Lesen wir ihre Mimik richtig? Das Vögele Kultur Zentrum in Pfäffikon setzt sich in seiner Ausstellung vom 19. Mai bis 22. September 2019 mit dem Gesicht als wichtigem Hilfsmittel für unsere Interaktion auseinander. Die Schau verbindet Alltag, Kunst und Wissenschaft. Im Mittelpunkt stehen unterschiedliche Themen wie die Mimik, der Wunsch nach Selbstinszenierung oder die Technik der Gesichtserkennung.

[www.voegelekultur.ch](http://www.voegelekultur.ch)

Foto: Asta Grötting, Touch, Videoprojektion. Courtesy Galerie Cailler/Gebauer, Berlin. © 2019 Prolitteris Zurich.



# ZAHLENSPIELEREIEN

# 16

Runder Geburtstag, Polterabend oder Familientreffen? Im Bergbeizli Adlerhorst im Hoch-Ybrig feiert man in einem familiären Rahmen mit Weitblick. In den beiden Mehrbettzimmern können bis zu 16 Personen schlafen, sodass die Party bis in die Morgenstunden dauern kann. Ab der Bergstation Laucheren erreicht man den Aussichtspunkt Adlerhorst zu Fuss in rund 50 Minuten.

[www.adlerhorst-oberiberg.ch](http://www.adlerhorst-oberiberg.ch)



# 200 000

2018 war auf der Alp Chäserenholz ein Rekordjahr. Franz-Toni Kennel stellte 3600 Alpkäse-Laibe aus 200 000 Liter Milch her. Bei so viel Käse entsteht auch viel Molke. Auf Voranmeldung kann man in einem Holzbottich ein Molkebad nehmen. Die gemütliche Alpwirtschaft Chäserenholz liegt wenige Gehminuten von Rigi Kulm entfernt.

[www.rigi.ch](http://www.rigi.ch)

# 1270

Der erste Aussichtspunkt auf der Sihlsee-Höhenwanderung ist die Gueteregg. Die Bauernfamilie Schönbächler kümmert sich auf 1270 Meter um die Kapelle und die Alpwirtschaft. Bei schönem Wetter ist der Ort bei Wanderern und Bikern beliebt. Bei durchgezogenem Wetter findet man problemlos Platz.

[www.gueteregg.ch](http://www.gueteregg.ch)



# 95

Total regional. Beim familiären Berg-hotel Stoos Hüttä wurde 95 Prozent lokales Holz für Konstruktion, Ausbau und Möblierung verwendet. So erstaunt es auch nicht, dass die Zimmer Baumnamen tragen. Im Saal isst und trinkt man mit mythischer Aussicht: mit Blick auf das autofreie Bergdorf Stoos und die beiden Mythen.

[www.stooshutta.ch](http://www.stooshutta.ch)



# 50

Naschkatzen werden den Familienbetrieb Q-Hof auf dem Mostelberg lieben. 50 Schritte von der Bergstation der Drehgondelbahn entfernt, geniessen sie dort Glacé wie in Italien – aus der Gelateria Artigiana in Brunnen. Von Mitte September bis Mitte Oktober bereitet die Küche Wild von der Damhirschzucht «Töni» am Mostelberg zu.

[www.mostlers-q-hof.ch](http://www.mostlers-q-hof.ch)



# 4

Familie Gwerder zieht in vierter Generation jeden Sommer mit ihrem Vieh auf den Pragelpass. Auch nach dem Umbau kochen sie in der Alpwirtschaft auf Feuer und bereiten ausschliesslich Spezialitäten aus eigenen und lokalen Produkten zu. Idealer Ausgangspunkt für Wanderungen im Urwald Bödmeren und Karstgebiet Silberer.

[www.pragelpasshoehe.ch](http://www.pragelpasshoehe.ch)

# 183

Was heisst eigentlich «herrliche Aussicht»? Im Bergrestaurant Gipfelstубли bedeutet es, dass man 183 Berge der Schwyzer und Glarner Alpen sieht. Direkt an der Bergstation der Rotenfluebahn gelegen, lassen sich von hier aus panoramareiche Wanderungen in der Mythenregion unternehmen.

[www.gipfelstубли.ch](http://www.gipfelstубли.ch)



Ihr Kraftort inmitten der Erlebnisregion  
Mythen Schwyz.

[www.karl-illgau.ch](http://www.karl-illgau.ch)

*Karl* CHARMANTE  
FERIENWOHNUNGEN



Strüby Immo AG  
6423 Seewen SZ | T +41 41 817 47 47 | [www.strueby.ch](http://www.strueby.ch)

 **STRÜBY**  
Erfolgreich planen – mit Freude bauen

SPEZIELLE SCHWYZER ANLÄSSE

# SOMMER-HIGHLIGHTS

Foto: Windweek Brunnen



11. MAI BIS 27. OKTOBER 2019

## **Ausstellung «Glasworks»**

26 internationale Glaskünstler präsentieren Werke in der Ital Reding-Hofstatt in Schwyz. Tradierete Techniken treffen auf neue Formensprachen.  
[www.verarte.ch](http://www.verarte.ch)

10. JUNI UND 14. JULI 2019

## **Berg-Schwingfeste**

Die Schwinger, Äpler und Sennen feiern inmitten prächtiger Alpenwelt. Ein urtümliches Erlebnis für alle Generationen.

[www.stooschwinget.ch](http://www.stooschwinget.ch), [www.rigi-schwingen.ch](http://www.rigi-schwingen.ch)

16. JUNI 2019

## **1. Rigi Foodfestival**

Kulinarische Leckerbissen von der Königin der Berge: Von traditioneller Kost bis regionalem Slow Food findet man alles auf Rigi Kaltbad.

[www.rigi.ch](http://www.rigi.ch)

19. UND 20. JUNI 2019

## **Tour de Suisse**

Die 5. Etappe der Tour de Suisse wird auf dem imposanten Klosterplatz in Einsiedeln entschieden. Zeltstadt mit vielen Attraktionen.

[www.eyz.swiss](http://www.eyz.swiss)

25. BIS 29. JULI 2019

## **Stradivari-Fest Gersau**

Spektakuläres hoch zwei: Stradivari-Instrumente live auf der Seebühne, im Hintergrund die Vierwaldstättersee-Landschaft.

[www.gersau.ch](http://www.gersau.ch)

27. JULI 2019

## **Musig-Gnuss Stoos**

Ein Volksmusikfest mit 17 Formationen. Klingende Namen der Schwyzer und Schweizer Volksmusikszene in zehn Gasthäusern.

[www.stoos-muotatal.ch](http://www.stoos-muotatal.ch)

9. UND 10. AUGUST 2019

## **Einsiedler Musikfest**

Crimer, Seven, Sina und viele mehr – Bands und Solokünstler aus verschiedenen Musikgenres treten auf zwei grossen Bühnen auf.

[www.einsiedler-musikfest.ch](http://www.einsiedler-musikfest.ch)

16. BIS 18. AUGUST 2019

## **Windweek**

Der Wassersport-Grossanlass in Brunnen am Vierwaldstättersee. Segelmeisterschaften verbunden mit vielen Aktivitäten für Kinder und Erwachsene.

[www.windweekbrunnen.ch](http://www.windweekbrunnen.ch)

17. AUGUST 2019

## **Brunnen kocht**

Kulinarikfestival mit Köstlichkeiten aus aller Welt. Mit über 30 Hobby-Köchen die grösste Open-Air-Küche der Zentralschweiz.

[www.brunnenkocht.ch](http://www.brunnenkocht.ch)

30. AUGUST BIS 1. SEPTEMBER 2019

## **Schwyzzer Gmeindsfäscht**

Ein dreitägiges Volksfest, das die natürliche Schönheit des Orts Schwyz und die Bodenständigkeit der Bevölkerung feiert.

[www.gmeindsfaescht.ch](http://www.gmeindsfaescht.ch)

31. AUGUST 2019

## **1. Innerschweizer Biermarkt**

Regionale Brauereien stellen eine Vielfalt an Biersorten vor. Auf dem Auslandschweizerplatz in Brunnen direkt am Vierwaldstättersee.

[www.biermarkt.ch](http://www.biermarkt.ch)

26. UND 27. OKTOBER 2019

## **Alpkäsemarkt Muotathal**

Markt mit Käse und Alproprodukten direkt von den Muotathaler Alpen. Umrahmt von Brauchtumsdarbietungen und viel Volksmusik.

[www.alpkaesemarkt.ch](http://www.alpkaesemarkt.ch)



11.07 UHR FELSENWEG



**BERGE UND SEEN:** Sascha Krähenbühl fotografiert vorwiegend in der Zentralschweiz.



9.01 UHR KRÄBEL

**SASCHA KRÄHENBÜHL, LANDSCHAFTSFOTOGRAF**

# VON EINEM DER AUSZOG, DIE RIGI LIEBEN ZU LERNEN

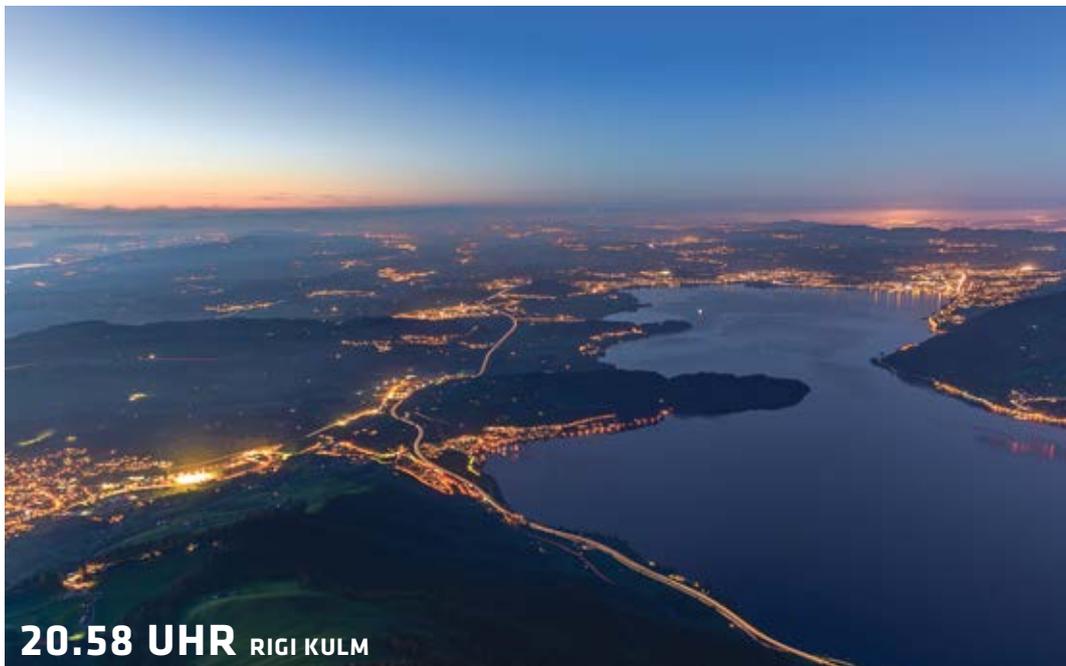
**Die Zentralschweiz – das ist die Welt von Sascha Krähenbühl. Mit elf Jahren begann er, ihre Landschaften zu fotografieren. Nur die Rigi blieb ihm fremd. Für das Sommer-Magazin machte er sich auf, die Königin der Berge zu entdecken.**

«Sandalen-Touristen!» «Voll mit Leuten, welche Rigi, Interlaken und Zermatt an einem Tag abhaken.» In Sascha Krähenbühls Berg-Hitliste belegte die Rigi in den vergangenen Jahren den letzten Platz. Der 28-Jährige ist jeden zweiten Tag in seiner Freizeit draussen unterwegs, beobachtet die Natur und fängt

Lichtspiele mit seiner Kamera ein. Er wandert meist allein, mit abgestelltem Mobiltelefon, entscheidet spontan, ob er links oder rechts abbiegt, und spricht gern mit Äplern über das Wetter und Wildtiere. Was könnte ihm die Rigi da bieten? Der Landschaftsfotograf suchte die Antwort an einem Juli-Wochenende.



**15.26 UHR** RIGI STAFFEL



**20.58 UHR** RIGI KULM

#### **SAMSTAG, 9.01 UHR**

Die Luftseilbahn schwebt von Kräbel nach Rigi Scheidegg. Obwohl ich in Brunnen aufgewachsen bin, war ich als Kind zum letzten Mal auf der Scheidegg. Mein Ziel ist der Dosen. Nach wenigen Minuten des Wanderns bin ich plötzlich allein wie im hintersten versteckten Winkel. Links schimmert türkis der Vierwaldstättersee, rechts grüssen zackig die Mythen. Was mich unterwegs erstaunt: Die vereinzelt Wanderer, auf die ich treffe, haben genauso viel Zeit wie ich.

#### **11.07 UHR**

Beim steilen Abstieg zum Viadukt begleitet mich der Klang von weit entfernten Kuhglocken. Später ziehen bei «Hinderem Schild» die Tiere umrahmt von einer Älplerfamilie an mir vorbei. Ein so normales Bergleben hatte ich auf der Rigi nicht erwartet. Ich wandere bis Rigi Kaltbad und fahre mit der Luftseilbahn nach Weggis. Das gefällt mir an

der Rigi, man kann Wandern und Bergbahnfahren beliebig kombinieren.

#### **15.26 UHR**

Wie auf dem Schiff nach Vitznau dokumentieren die asiatischen Touristen auch in der Zahnradbahn die Fahrt mit dem Handy. Ich steige in Rigi Staffel aus und schlendere hoch auf den berühmten Rigi Kulm. Zu viele Menschen für meinen Geschmack. Mich zieht es weiter. Weit muss ich nicht gehen. Bereits rund 30 Meter unterhalb des Kulms bekommt man nichts mehr mit vom Rummel.

#### **20.58 UHR**

Das letzte Abendlicht fällt auf den Fronalpstock und das Stanserhorn. Von der Rigi aus scheint die Welt klein. Diese Berge und Seen, das ist meine Heimat. Mit dem letzten Sonnenstrahl verschwindet die Wärme, und ein kühler Wind kommt auf.

**6.00 UHR** ALP CHÄSERENHOLZ

## «Die Zentralschweizer Berge und Seen sind meine Heimat.»

Sascha Krähenbühl

**9.06 UHR** KULMHÜTTE

### SONNTAG, 6.00 UHR

Ich verlasse mein Nachtlager in der Alpwirtschaft Chäserenholz früh. Stille liegt über dem Berg, und ein sanftes Lüftchen weht. Mein Kopf ist leer. Dann werden die Alpen farbig, der Himmel beginnt zu leuchten, und sie hat ihren grossen Auftritt: die Sonne.

### 9.06 UHR

Mein Tagesziel ist der Kräbel. Ich wandere anfänglich Richtung Klösterli, später dorthin, wo mein Auge etwas Interessantes sieht. Die Rigi bietet viele Möglichkeiten, die Route spontan zu wählen. So erreiche ich das Ziel über einen grossen Umweg und später als geplant.

Als Landschaftsfotograf muss Sascha Krähenbühl bereits vor dem perfekten Moment am perfekten Ort sein. In diesen zwei Tagen entdeckte er etliche Motive und Orte, an die er zurückkehren möchte. Deshalb kaufte er einige Wochen nach diesem Erlebnis eine Jahreskarte. «Jetzt muss ich nur noch auf die perfekte Lichtstimmung warten», so Sascha Krähenbühl.

Die Rigi ist nicht nur ein Berg, sie ist eine ganze Welt. Wer die Königin der Berge auch entdecken möchte, findet viele Informationen auf der Website.

[www.rigi.ch](http://www.rigi.ch)





# EINSIEDLER-BIER TRADITION AUS DER URSCHWEIZ SEIT 1872



[www.einsiedlerbier.ch](http://www.einsiedlerbier.ch)

## Auswahl für alle Ansprüche!



Von 9<sup>00</sup> – 21<sup>00</sup> Uhr

kompetent beraten  
und freundlich bedient!

Samstag 8<sup>00</sup> – 18<sup>00</sup> Uhr

**Seedamm**  
**Center**

| Pfäffikon SZ | [seedamm-center.ch](http://seedamm-center.ch)

Überraschend vielseitig!

# DARFS EIN BISSCHEN MEHR SEIN?

Egal ob spielerisch, lehrreich oder unterhaltsam – Themenwege bringen Abwechslung ins Wandern. Und manchmal begeistern sie sogar Wandermuffel.



ILLGAU

## MARIENKÄFER

Wer findet die sieben Kinder der Familie Käfer? Sie haben sich oberhalb des Bergdorfs Illgau versteckt. Nach der Fahrt mit der kleinen nostalgischen Seilbahn nach St. Karl beginnt die Suche auf einem Waldspielplatz mit Grillstelle und Picknicktisch. Unterwegs dürfen alle an der Glockenstation eine Melodie spielen und sich auf einem zweiten Waldspielplatz über die Seilbrücke in den Adlerhorst wagen. Auf den Boden aufgemalte Marienkäfer weisen den Weg durch die Landschaft, die man fast für sich allein hat.

[www.seilbahn.illgau.ch](http://www.seilbahn.illgau.ch)

SATTEL-HOCHSTUCKLI

## NATURKRÄFTE

Innehalten, den Stimmen der Natur lauschen, wahrnehmen. Der 3,6 Kilometer lange Erlebnisweg «der pfad» lädt ein, die Kräfte der Natur zu beobachten und zu spüren. Entweder man macht sich allein mit Pendel und Rute auf den Weg; oder man wandert in einer Gruppe unter Leitung der Radiästhetischen Vereinigung Ägerital von Station zu Station. Die Wanderzeit beträgt eine Stunde, für das Erfahren der Naturphänomene plant man am besten rund drei Stunden ein. Zum Ausgangspunkt bringt die Drehgondelbahn ab Sattel.

[www.der-pfad.ch](http://www.der-pfad.ch)

MUOTATHAL

## URWALD

Vor Tigern oder Gorillas braucht sich niemand zu fürchten. Im Fernglas zeigen sich jedoch Birkhühner, und zwischen den uralten Fichten und knorrigem Bergföhren erklingt der Ruf des Sperlingkauzes. Auf der «Urwaldspur» entdeckt man die Naturphänomene des Fichtenbergwalds in der Bödmeren – einem der ertümlichsten Wälder der Alpen, in dem kaum jemals ein Mensch Hand angelegt hat. Volksmusikliebhaber schauen auch in der Alpwirtschaft Roggenloch vorbei, wo jeden Sonntag aufgespielt wird.

[www.boedmeren.ch](http://www.boedmeren.ch)



## ETZEL

**BAUERNLEBEN**

Zwischen Schindellegi und Einsiedeln geben 14 Informationstafeln Einblick in das Leben und Arbeiten der Bauern: von der Viehzucht über den Weinbau bis zur bäuerlichen Energieproduktion. An Kühen und Wäldern vorbei führt der Bauernlehrpfad zum Aussichtspunkt St. Meinrad mit einer Kapelle und einem Restaurant. Nach einem Halt im barocken Kloster Einsiedeln setzt die Milchmanufaktur Einsiedeln den Schlusspunkt. In ihrer Schaukäserei können die Gäste mitverfolgen, wie aus Heumilch Käse und Joghurt hergestellt wird.

[www.bauernlehrpfad.ch](http://www.bauernlehrpfad.ch)

## ARTH

**SCHUTZWALD**

Ein intakter Wald ist auch ein Schutz. An der Rigi-Nordlehne schützt er zum Beispiel die Bahnlinie Basel-Chiasso gegen Lawinen und Steinschlag. Der schlaue Waldkobold Silvio begleitet kleine und grosse Naturfreunde mit Fragen, Rätseln und einem gelegentlichen Augenzwinkern auf der Via Silva. Die Wanderer erwartet mal ein lauschiger Waldweg unter Buchen, Tannen und anderen einheimischen Baumarten, mal steiles, felsiges Gelände. 50 Tafeln informieren darüber, wie der Wald gegen Naturgefahren schützt.

[www.viasilva.ch](http://www.viasilva.ch)

## RIGI

**GLETSCHER**

Vor 24 000 Jahren umfloss der Reussgletscher die Rigi. Die Spuren seines Rückzugs sind noch heute auf der Seebodenalp oberhalb von Küsnacht zu sehen. Der Rundweg «Gletscherspur» führt zurück in die Eiszeit. Unterwegs laden die typischen Rigi-Liegen zum Ausruhen ein. Mit 90 Minuten ist die Wanderung nicht so lang, dass man eine Pause einlegen muss. Doch für das Panorama, das sich vor den Liegen entfaltet, sollte man sich Zeit nehmen. Dieses lässt sich auch in den Alpwirtschaften Räbalp und Ruodisegg genießen.

[www.seebodenalp.ch](http://www.seebodenalp.ch)



56 Geschäfte  
unter 1 Dach

# Grösster Marktplatz der Region

u. a. mit **MIGROS** **MANOR**  

Montag – Donnerstag 9 – 20 Uhr  
Freitag Abendeinkauf 9 – 21 Uhr  
Samstag lange offen 8 – 18 Uhr  
[www.mythen-center.ch](http://www.mythen-center.ch)    
GPS: Mythencenterstrasse 18, 6438 Ibach

**Mythen Center**  **Schwyz**  
E R L E B N I S E I N K A U F E N

**Felchlin**  
SWITZERLAND



**Traditionell hergestellte Edel-Schokolade  
made in Schwyz**

Feinste Schweizer Spitzen-Schokoladen, von der Kakao-  
bohne bis zur Tafel in Schwyz hergestellt. Besuchen Sie uns  
im Fabrikladen.

**Chocolat noble préparé selon la méthode  
traditionnelle made in Schwyz**

Chocolats suisses surfins, fabriqués à Schwyz de la fève à la  
tablette. Visiter notre boutique d'usine.

**Traditional-recipe fine chocolate  
made in Schwyz**

Premium Swiss chocolate. Made completely in Schwyz,  
from cocoa bean to finished chocolate bar. Visit our factory  
shop.

**Finissimo cioccolato dal cuore di Svitto**

Cioccolato di primissima qualità prodotto secondo la  
tradizione svizzera a Svitto, dai semi di cacao fino alla  
tavoletta. Visitate il nostro spaccio aziendale.

**Felchlin Fabrikladen**

Gotthardstrasse II – 6438 Ibach – Switzerland – T + 41 (0) 41 819 30 79  
fabrikladen@felchlin.com – [www.felchlin-fabrikladen.com](http://www.felchlin-fabrikladen.com)

# ZU SCHADE ZUM SCHLAFEN



SATTEL

## Tipizelt

Wie nordamerikanische Prärie-Indianer übernachten Familien und Gruppen in Sattel im Tipi. Sie kochen im Zelt am Lagerfeuer, am Abend geniessen sie die Aussicht auf die Zentralschweizer Alpen, und am Morgen grüssen sie die neugierigen Classic Lamas. Tipi-Ferien auf dem Lamahof der Familie Betschart sind von Mai bis September möglich. [www.lamahof.ch](http://www.lamahof.ch)



Foto: Carlie Volkart Photography

FRONALPSTOCK

## STERNENHIMMEL

Schlafsack ausrollen, hinlegen und die Sterne zählen. Dank dem Panorama-Zelt mit integrierter Schlafmatte spüren Outdoor-Enthusiasten und Romantiker auf dem Gipfel des Fronalpstocks die Kraft der Berge. Sie erleben hautnah das Abendrot über dem Vierwaldstättersee und den glänzenden Sonnenaufgang auf 1922 Meter. Zum Naturerlebnis gehört ein Alpfrühstück im Gipfelrestaurant. [www.fronalpstock.ch/hotel](http://www.fronalpstock.ch/hotel)



MERLISCHACHEN

## LUXUSSCHLITTEN

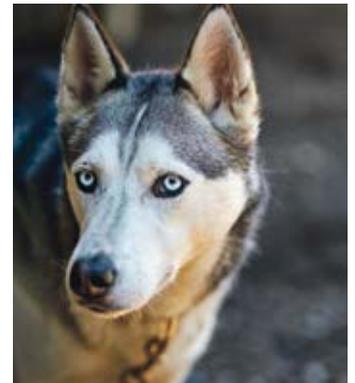
Der Partner hats nicht so mit den romantischen Gesten? Warum nicht selber handeln und Männerherzen höherschlagen lassen? Im Swiss-Chalet befindet sich hinter der Türe 276 ein perlweisser Jaguar MK 10 aus dem Jahre 1963. Ein Doppelbett ist im Auto integriert.

[www.swiss-chalet.ch](http://www.swiss-chalet.ch)

MUOTATHAL

## Schlittenhunde

Husky-Feeling erleben Abenteurer in Muotathal. Beim Einführungsprogramm lernen sie die Charaktere der zutraulichen Huskies kennen und bereiten sich auf die abenteuerliche Übernachtung im Freien vor. Nach dem Nachtessen machen sie es sich gemütlich im Nachtlager in der Nähe der Schlittenhunde. Diese wünschen mit ihrem Abendlied-Geheul gute Nacht. [www.erlebnisswelt.ch](http://www.erlebnisswelt.ch)



MERLISCHACHEN

*Die Grillen zirpen, und durch die Glaskuppel zwinkern die Sterne: Auf dem Bauernhof Gehren kann in der Jurte übernachtet werden. Am Morgen gibt es ein zünftiges Bauernfrühstück.*

[www.gehren.ch](http://www.gehren.ch)

# SCHWYZ IM RUCKSACK

Wenn der Magen lauter knurrt, als die Vögel zwitschern, dann ist Zeit für eine Rast. Mit Schwyzer Produkten im Rucksack lernt man die Region auch über den Gaumen kennen.



RIGI

## Bergbier

Feuerspeiend flog einst ein Drache von der Rigi zum Pilatus und warf einen Stein ab. An diese Legende knüpft das «Rigi Gold Drache» an – ein tiefschwarzes, obergäriges Bier mit cremigem Schaum. Naturbelassen und unfiltriert. Die stark gerösteten Braumalze verleihen dem Stout seine ausgeprägte Kaffee-Note. Übrigens: Der Stein kann heute noch im Naturmuseum in Luzern besichtigt werden.

[www.rigi-bier.ch](http://www.rigi-bier.ch)



STEINEN

## Schwyzerkäse

Mit einem Stück Schwyzerkäse im Rucksack fällt das Wandern leichter. Denn mit dem «Swiss Cheese Award»-Gewinner 2018 freut man sich noch mehr auf die wohlverdiente Pause. Die Aromavielfalt des typischen Schwyzerkäses aus der Käseerei Annen und das wunderschöne Berg- und Seenpanorama verschmelzen zu einem Genussserlebnis.

[www.schwyzerkaese.ch](http://www.schwyzerkaese.ch)



SCHWYZ

## Herrengass-Speck

Speck eignet sich gut, um beim Wandern den Salzhaushalt des Körpers im Gleichgewicht zu halten. Der Herrengass-Speck ist mild gesalzen, mit einer Würzmischung abgeschmeckt, dunkel geräuchert und anschliessend sanft gegart. Ein Speck für jede Wanderung, zart im Geschmack und saftig zum Essen. Aufgeschnitten oder als Speckriemli verpackt erhältlich.

[www.reichmuth-metzg.ch](http://www.reichmuth-metzg.ch)



SCHWYZ

## Überlebenswerkzeug

Kompakt, wendig und bereit für jedes Abenteuer. Das Victorinox-Taschenmesser ist seit 1897 unersetzbarer Begleiter und ein Muss in jedem Rucksack. Jedes der heute über 400 in Schwyz hergestellten Modelle ist ein Alleskönner und Überlebenswerkzeug: ob Brot und Käse schneiden für den Znüni, eine Grillgabel schnitzen für den Cervelat, oder sich wie MacGyver aus einer Notsituation retten.

[www.victorinox.com](http://www.victorinox.com)



RIGI

## Wiesenkräuter-Senf

Senf zur Wurst kennt jeder. Der Wiesenkräuter-Senf passt hervorragend zu Alpkäse von der Rigi. Alle verwendeten Kräuter sind aus dem Alpen-Kräutergarten der Stiftung für Kulturbewusstsein und Genuss auf 1550 Meter. Der Garten umfasst rund 450 verschiedene essbare Kräuter und Pflanzen und ist öffentlich begehbar. Ideal für ein Erlebnis mit Kindern. Alle Senfzutaten sind bio und aus der Schweiz.

[www.genussundkultur.ch](http://www.genussundkultur.ch)



## ENTSPANNEN AM VIERWALDSTÄTTERSEE

## SOMMERKURZFERIEN GEWINNEN

## WETTBEWERBSFRAGE

Welcher britische Premierminister übernachtete im Seehotel Waldstätterhof in Brunnen?

- A Tony Blair**  
**B Margaret Thatcher**  
**C Winston Churchill**

## PREIS IM WERT VON 900 FRANKEN

- 2 Nächte im Doppelzimmer mit Seesicht für 2 Personen im Waldstätterhof
- reichhaltiges Frühstücksbuffet
- 2x Vier-Gang-Wahlmenü für 2 Personen
- Benutzung Spa-Bereich mit Whirlpool
- 1x Urnerseerundfahrt für 2 Personen
- Tageskarte für den Golfclub Axenstein

## TEILNAHME

Lösungswort zusammen mit Name, Adresse und Telefonnummer an:

[info@schwyz-tourismus.ch](mailto:info@schwyz-tourismus.ch) (Mail) oder  
 Schwyz Tourismus, Zeughausstrasse 10,  
 6430 Schwyz (Postkarte)

## TEILNAHMESCHLUSS 31. OKTOBER 2019

Es wird keine Korrespondenz geführt. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Keine Barauszahlung. Die Daten der Teilnehmenden werden vertraulich behandelt. Die gesammelten Daten können für Marketingzwecke durch die Schwyz Tourismus AG sowie deren Partner weiterverwendet werden.



## SEEHOTEL WALDSTÄTTERHOF IN BRUNNEN

Die bald 150-jährige Geschichte des Hauses wirkt im Ambiente. Sie geniessen die Annehmlichkeiten eines modernen Erstklasshotels und fühlen sich gleichzeitig ins Fin de siècle zurückversetzt, als die europäische Noblesse im Grandhotel logierte.

Auch wenn Sie nicht Winston Churchill oder König Alfons von Spanien heissen, werden Sie königlich verwöhnt. Sich vom traumhaften Blick auf den Vierwaldstättersee loszureissen, kostet Kraft, doch es lohnt sich, denn vom Waldstätterhof aus können Sie den See, die Berge, das Rütli und viel Schweizer Geschichte entdecken.

[www.waldstaetterhof.ch](http://www.waldstaetterhof.ch), Telefon +41 41 825 06 06



Sich wie die alten Eidgenossen fühlen. Einem Schweizer Raubtier begegnen. Oder hinter Klostermauern blicken. An ausserschulischen Lernorten können Schülerinnen und Schüler ein Unterrichtsthema erleben. Der Kanton Schwyz bietet Originalschauplätze der Schweizer Geschichte, Schauplätze von identitätsstiftenden nationalen Mythen sowie ein Kompetenzzentrum für einheimische Tiere und Natur.

DAS **GRÖSSTE**<sup>+</sup>  
 KLASSENZIMMER  
 DER SCHWEIZ

SCHULE EINMAL ANDERS

[www.groesstesklassenzimmer.ch](http://www.groesstesklassenzimmer.ch)

**COWBOYBLUT:** Armin Grab leitet auch Trekkings.



**BEAVER CREEK RANCH:** Der Wilde Westen beginnt in Rothenthurm.

ARMIN GRAB, GASTGEBER BEAVER CREEK RANCH

# WILD WEST ROTHENTHURM

**120 Kilometer. 6000 Höhenmeter. 42 Stunden Wanderzeit. Das sind die Fakten zur Schwyzer Tal- und Gipfeltour. Dahinter verbergen sich spannende Begegnungen. Auf dem Abschnitt vom Wildspitz zum Mostelberg bietet sich ein kleiner Umweg über Biberegg an, um sich wie ein Cowboy oder Cowgirl zu fühlen.**

Angefangen hat alles mit einem Pferd. Als Bauernsohn wuchs Armin Grab in Rothenthurm mit dem typischen Schweizer Arbeitspferd, dem Freiburger, auf. Nach seinen rastlosen Jahren rund um die Welt als Mitglied des Schweizer Skikaders und in Bahrain als Elektriker trieb ihn Mitte der 80er-Jahre die Neugierde an eine Meisterschaft im Westernreiten in Bern.

Dort lernte er die amerikanischen Pferderassen Appaloosa, Paint Horse und Quarter Horse kennen. Zwei Jahre später kaufte er zwei Paint Horses in den USA und begann selbst mit dem Westernreiten. «Ich war der Einzige weit und breit», erzählt der heute 61-Jährige.

## WESTERN-STADT MIT SALOON

Nachts träumte Armin Grab von der weiten Prarie in Montana und Wyoming, tagsüber baute er 1998 mit seiner Frau Trix die einstige Besenbeiz «Liftstubi» seiner Eltern zum Country-Ausflugsrestaurant Beaver Creek Ranch um. Heute hängen die Hörner eines Texas Longhorn an der Wand im Pferdestubi, ein Wagenrad dient als Armlehne in der Sommer-Lounge und das Paint Horse Missy steht in der Pferdekoppel. Um die Ranch zu beschreiben, fasst der Begriff Westernrestaurant zu kurz. Armin Grab hat eine Westernstadt-Kulisse mit Zelt und Saloonbar aufgebaut, wo Familien und Gruppen Feste in Westernatmosphäre feiern. Auf dem grossen Spielplatz des Ausflugsrestaurants rutschen Kinder direkt in den Streichelzoo und fahren mit dem Zug nach Santa Fe. Erwachsene kommen zu Armin Grab, um das Westernreiten zu erlernen, und mehrmals pro Jahr leitet er Tages- und Mehrtages-Trekkings durch das Hoch-

moor Rothenthurm oder auf den Stoos – selbstverständlich zu Pferd und in Cowboy-Kleidung.

## LAGERFEUER-ROMANTIK UND TRÄUME

Hungrige Wandersleute entscheiden sich für das Rancher-Plättli mit Hufeisen, die Rösti in der Gusspfanne oder das Stück Fleisch mit Indianerpfeil. Bei aller Begeisterung für Amerika setzt Armin Grab in der Küche jedoch auf lokale Produzenten: den Metzger und Bäcker aus dem Dorf, den Schnapsbrenner aus der Nachbargemeinde. Das Fleisch räuchert der Chef persönlich im eigenen Räucherhüttli hinter dem Stall. Wer seine Wanderetappe auf der Beaver Creek Ranch beenden möchte, kann im Studio übernachten. «Oder auf dem Matratzenlager im Pferdestall, inklusive Geschmack und Gewieher», sagt Armin Grab schmunzelnd. Abends entzündet er oft das Lagerfeuer. Und einmal im Monat schrumpfen die Gitarren einer Countryband.

Auf der Ranch leben Gänse, Enten, Zwergziegen, ein Esel, Katzen, zwei Hunde und drei Pferde: Fly, Nanuk und Missy. «Die Pferde merken sofort, wie es mir geht, wenn ich den Stall betrete», erzählt er. Umgekehrt spürt auch er sogleich, was bei ihnen los ist. Einen grossen Pferdeträum hat Armin Grab sich bis heute aufgespart: Er möchte einmal bei einem Cattle Drive mitarbeiten und Tausende von Rindern über eine weite Distanz begleiten.

Beaver Creek Ranch – ideal für Westernfans und Wanderer.  
[www.beavercreek.ch](http://www.beavercreek.ch)

**«Das Westernreiten begleitet mich seit Jahrzehnten.»**

Armin Grab

## SCHWYZER TAL- UND GIPFELTOUR

Die Rundtour führt in sieben Etappen zu aussichtsreichen Schwyzer Gipfeln und durch urige Täler. Aufstiege können je nach Lust und Kondition zu Fuss oder mit der Bergbahn zurückgelegt werden. Die Etappen lassen sich zu einer Wanderreise verbinden und sind als Pauschalen buchbar.

[www.talundgipfeltour.ch](http://www.talundgipfeltour.ch)



# WELLNESS FÜR MÜDE BEINE



MORSCHACH

## Wie die alten Römer entspannen

Auf dem Hochplateau Morschach wartet die erholsame Welt des grössten Ferien- und Freizeitresorts der Schweiz. Im Swiss Holiday Park entdeckt man die Rituale der Römisch-Irischen Badekultur: im römischen Stil in behaglicher warm-trockener Luft baden, nach irischem Brauch ein anregendes Dampfbad nehmen und zum Schluss ins Sole-sprudelbad eintauchen.

[www.swissholidaypark.ch](http://www.swissholidaypark.ch)



BRUNNEN

## NEUE KRAFT FINDEN

Erquickend wirkt bereits die Aussicht von der Spa-Dachterrasse auf den Vierwaldstättersee und die Urner Alpen. Der Waldstätterhof in Brunnen liegt direkt am See. Frisch und belebt kehrt man aus den Tagträumen im Day Spa in den Alltag zurück. Das Kombi - Abendeintritt mit Teilkörpermassage - schenkt dem müden Wanderkörper neue Kraft.

[www.waldstaetterhof.ch](http://www.waldstaetterhof.ch)



RIGI KALTBAD

## SAGENUMWOBEN BADEN

Wie vor 600 Jahren baden die Gäste im Mineralbad & Spa Rigi Kaltbad im mineralhaltigen Wasser der Heilquelle des Drei-Schwestern-Brunnens. Dieses entspringt direkt bei der nahegelegenen Kapelle aus einer Felsspalte. Um das Becken hat Architekt Mario Botta mit dem Spa eine moderne, sakrale Welt zum Entspannen geschaffen. Wer sich nach dem Wandertag nicht vom Blick in die Bergwelt trennen mag, legt sich ins Aussenbecken.

[www.mineralbad-rigikaltbad.ch](http://www.mineralbad-rigikaltbad.ch)

STOOS

## Die Rückkehr ins Tal aufschieben

Man hat sich innere Stille erwandert und fühlt sich von der Ruhe der Berge durchflossen. Da will man an die Rückkehr ins Tal nicht einmal denken. Im Day Spa des Seminar- und Wellnesshotels Stoos entspannen auch Nicht-Hotelgäste unkompliziert auf 1300 Meter über Meer.

[www.hotel-stoos.ch](http://www.hotel-stoos.ch)



OBERÄGERI

*Schwimmen oder Entspannen? Das neu eröffnete Ägeribad bietet verschiedene Schwimmbecken, Zugang zum Seebad und einen Wellnessbereich. In der Kneippzone können die Beine weiterwandern und im geheizten Aussenbad blubbern die Düsen.*

[www.aegeribad.ch](http://www.aegeribad.ch)

**SOMMERREZEPT: Ein leichter Salat für heisse Tage.**



**ANDREAS RAPPOLD, KÜCHENCHEF SWISS-CHALET MERLISCHACHEN**

# LEICHTER GENUSS FÜR LEICHTFÜSSIGE

**Küchenchef Andreas Rappold weiss, was Wanderer gerne essen, denn das Swiss-Chalet liegt an der beliebten Wanderroute «Waldstätterweg». Er empfiehlt: regelmässig, dafür leicht.**

Das Restaurant des Swiss Chalets in Merlischachen bringt gepflegte Alphütten-Atmosphäre an den Vierwaldstättersee. Doch bei Wanderwetter ziehen die Gäste die gemütliche Terrasse den Stuben im typischen Schweizer Holzhaus aus dem 17. Jahrhundert vor. Das Publikum ist vielfältig: Familien, die vom Spaziergang im Naherholungsgebiet Allmig zurückkehren, Wanderer, die auf der Waldstätterweg-Etappe Küssnacht-Luzern eine Rast einlegen, und Sportler, die nach dem Training ihre Energiereserven wieder auffüllen.

## WANDERPAUSE

Küchenchef Andreas Rappold empfiehlt Wanderern öfter kurze Stopps einzulegen und regelmässig Snacks zu sich zu nehmen. «Der Körper kühlt so nicht so sehr aus und wird durch die Nahrungsaufnahme nicht unnötig belastet», erklärt er. Für unterwegs eignen sich zum Beispiel Trockenfrüchte, Nüsse oder ein Stück Vollkornbrot mit Käse. Wer bei ihm eine Wan-

derpause macht, sollte den Sommersalat probieren, zu welchem er dem Magazin sein Rezept verraten hat.

Alle, die nicht mehr weiterwandern und gerne Fleisch haben, sind im Swiss-Chalet-Restaurant ebenfalls am richtigen Ort. «Bei uns spielt das Fleisch die Hauptrolle», sagt Andreas Rappold. Das Angebot besteht aus Fleisch vom Grill, Klassikern wie den Muotataler Kalbsleberli und einer Auswahl an verschiedenen Tatars aus Fleisch, Fisch und in vegetarischer Variante. «Als «ächt SCHWYZ»-Restaurant bereiten wir die Gerichte mit frischen und möglichst regionalen Produkten zu», sagt der Küchenchef.

[www.swiss-chalet.ch](http://www.swiss-chalet.ch)

**«Regional und leicht geniessen.»**

**Andreas Rappold**

## SOMMERSALAT FÜR FÜNF PERSONEN

Rucolasalat mit Chriesi und seinem Dressing, karamellisiertem Ziegenkäse und Muotataler Urwaldschinken.

### SALAT

- 400 g Rucola
- 20 Stück Kirschen, halbiert und entkernt
- 200 g Ziegenkäse, in Scheiben
- 120 g Muotataler Urwaldschinken, fein geschnitten
- Etwas Rohrzucker

### DRESSING

- 75 g Kirschen, entkernt
- 75 g Gemüsefond
- ¼ Stück Vanillestange
- 10 g Zucker
- 45 g Kirschenessig
- 12 g weisser Balsamico
- 1 Spritzer Zitronensaft
- 10 g Baumnüsse, leicht geröstet
- 1 KL frisch gehackter Thymian
- 75 g Rapsöl
- Salz, Pfeffer nach Geschmack

Für Dressing Kirschen, Gemüsefond und Zucker in eine Pfanne geben. Vanillestange halbieren, auskratzen und dazugeben. Alles langsam weichköcheln. Vanilleschote entfernen. Kirschenpüree mit Kirschenessig, weissem Balsamico, Zitronensaft, Baumnüssen und Thymian gut mixen. Rapsöl langsam unter ständigem Mixen in die Masse einfliessen lassen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Ziegenkäse mit Rohrzucker karamellisieren. Rucola mit Kirschendressing marinieren. Mit frischen Kirschen, Ziegenkäse und Rohschinken garnieren.

**WURZELWEG: Ein natürliches Kunstwerk.**



**PETER MATHIS: Regelmässig kontrolliert er den Zustand des Wegs.**



**PETER MATHIS, ORTSLEITER WANDERWEGE FREIENBACH**

# AUF DEM JAKOBSWEG

Von der Luegeten in Pfäffikon führt der Jakobsweg steil hinauf zum St.-Meinrad-Pass am Etzel. Der 75-jährige Peter Mathis unterhält dieses Wegstück. Der Berg Etzel begleitet ihn durchs Leben.



**PANORAMA:** Nach der Wanderung durch den Wald öffnet sich hinter der Kapelle St. Meinrad der Blick in die Berge.

## «Ich spreche gerne mit Menschen.»

Peter Mathis

«Als ich noch ein Kind war, wanderten wir an der Familien-Wallfahrt mit unserer Verwandtschaft jeweils von Pfäffikon nach Einsiedeln.» Am Fuss des Etzels aufgewachsen, weiss Peter Mathis viele Geschichten zu seinem Hausberg zu erzählen. Im Ruhestand verbringt der 75-Jährige noch mehr Zeit am Berg: Er betreut fünfzehn Kilometer Wanderwege in der Gemeinde Freienbach, drei Kilometer davon liegen am Etzel. Und es sind keine einfachen Kilometer – weder für ihn noch für die Jakobspilger, Wanderer und Spaziergänger.

In der Luegeten, auf 595 Meter, verabschiedet man sich vom Panoramablick auf den Zürichsee, die Insel Ufnau, die Glarner Alpen und die Pfarrkirche St. Meinrad in Pfäffikon. Steil stapeln sich im Wald die Stufen einer Naturtreppe übereinander, und weiter geht es über einen Wurzelweg. In einem wilden Muster liegen Wurzelstränge über- und untereinander geschlungen auf dem Waldboden. Wenn es stark regnet, kontrolliert Peter Mathis diesen Abschnitt besonders häufig. Mit Holzdämmen versucht er jeweils zu verhindern, dass der Weg weggespült wird. Eine Massnahme, die den Wanderern nützt, aber die Biker stört. Auch das gehört zum Alltag von Peter Mathis: ein Miteinander für Wanderer und Biker zu finden.

### PILGER, WANDERER UND FAMILIEN

Bis vor einigen Jahren joggte Peter Mathis jeden zweiten Abend den Etzel hinauf. Heute nimmt er es gemüthlicher. «Ich spreche unterwegs gerne Leute an und frage, woher sie kommen», erzählt er. Früher oder später will er jeweils auch wissen, wie sie den Weg beurteilen und wie zufrieden sie mit den Markierungen sind, die er entlang des Weges regelmässig

nachmalt oder in die richtige Richtung zurückdreht. Etwa auf halbem Weg öffnet sich eine Lichtung mit einer Gruebi, einem gedeckten Unterstand. Manche Einträge im Gruebi-Buch stammen von Pilgern, andere von Familien, die es schätzen, dass Peter Mathis die Feuerstelle pflegt und mit Holz versorgt.

Seit zehn Jahren ist er Ortsleiter Wanderwege im Auftrag des Vereins Schwyzer Wanderwege und der Gemeinde Freienbach, einer von 34 im Kanton Schwyz. Und obwohl die Errichtung des Wanderwegs von der Luegeten zum St.-Meinrad-Pass in die 1970er-Jahre zurückgeht, kann er sich noch gut daran erinnern. Er leistete damals Dienst im Zivilschutz und war der Truppe zugeteilt, die den Wanderweg anlegte.

### AUF DEN SPUREN DES HEILIGEN MEINRAD

Nach rund 90 Minuten aufwärts wandern entlässt einem der Wald wieder. Man blickt auf den letzten Steilhang, legt den Kopf in den Nacken und sieht oben die Kapelle St. Meinrad warten. Dort soll um 830 der heilige Meinrad als Einsiedler gelebt haben, bevor er zum Ort der heutigen Gnadenkapelle in der Klosterkirche Einsiedeln weiterzog. Auf der Passhöhe, auf 950 Meter, endet das Stück Jakobsweg, das Peter Mathis betreut. Teilstücke ausserhalb des Kantons Schwyz hat er nie erwandert. Er erlebt den Jakobsweg auf seine eigene Art: Er hört Pilgern aus aller Welt zu.

Der Jakobsweg führt von der Passhöhe weiter zum Etappenziel Einsiedeln. Dort trifft man wieder auf den heiligen Meinrad. Auf einer Klosterführung erfährt man mehr über sein Leben.

[www.eyz.swiss](http://www.eyz.swiss)



# MUSS MAN GEMACHT HABEN

Eine Wanderung durch die Schwyzer Landschaft plant man am einfachsten mit der App der Schwyzer Wanderwege. Hier ein paar Empfehlungen, welche Routen man nicht versäumen sollte.

Download App: [www.schwyz-tourismus.ch/wanderapp](http://www.schwyz-tourismus.ch/wanderapp)



## SATTELEGG – CHLI AUBRIG

Wer die Ruhe der Natur fernab von Bergbahnen sucht, macht sich auf, um die Welt vom Chli Aubrig aus zu sehen. Den Gipfel hat man schon kurz nach dem Loswandern stets vor Augen. Gemütlich erreicht man das Gipfelkreuz auf 1642 Meter und genießt eine Rundumsicht. Auf dem Rückweg kann man sich in der Alphütte Wildegg stärken.

### MITTEL

Strecke	8,8 km
Dauer	3 h 5 min
Aufstieg	461 m
Abstieg	460 m



## RIGI-GOETHE-WEG

Der deutsche Dichtervater wanderte 1775 auf seiner ersten Schweizer Reise von Romiti über Rigi Klösterli nach Rigi Kulm. In seinen Fussstapfen geht man über Bergwiesen und durch Mischwälder und erreicht aussichtsreiche Höhen. Wer die 600 Höhenmeter zurückgelegt hat, wird mit dem traumhaften 360-Grad-Blick auf Rigi Kulm belohnt.

### MITTEL

Strecke	5,9 km
Dauer	3 h
Aufstieg	699 m
Abstieg	117 m



## HÖHENWEG HOCH-YBRIG

Eine Rundschau auf die imposanten Schwyzer, Urner und Glarner Berge – und das ohne grosse Anstrengung. Die Auf- und Abstiege übernehmen die Sesselbahnen, und der Weg dem Grat entlang ist so gut ausgebaut, dass die Wanderung auch für Familien zum Bergerlebnis wird. Wer beim Gedanken an eine Sesselbahn ins Gähnen kommt, fährt für den Adrenalinkick mit der Seilrutsche Sternensauer zurück zur Talstation Sternen.

### LEICHT

Strecke	2,9 km
Dauer	55 min
Aufstieg	113 m
Abstieg	163 m



## ALTER SCHWYZERWEG

Im 14. Jahrhundert trieben die Ybriger ihr Vieh über den heutigen «alten Schwyzerweg» auf den Markt nach Schwyz. Da er durch Moor führte, wurde er damals als Prügelweg angelegt. Dank einer Renovation Anfang des Jahrtausends wandert man heute wieder über die typischen Holzprügel. Mehr zu Handelswegen und Säumern erzählt die Ausstellung des Forums Schweizer Geschichte in Schwyz.

### MITTEL

Strecke	13,5 km
Dauer	4 h 10 min
Aufstieg	351 m
Abstieg	921 m



## KARSTSPUR SILBEREN

Je leiser die Glocken der Kühe der Alp- wirtschaf Pragelpasshöhe klingen, desto näher rücken die nackten Karstfelder der Silberer. Aufgepasst, wohin man den Fuss setzt, denn das stark zerklüftete Ge- lände der sagemumwobenen Karstland- schaf fordert Konzentration. Die Ein- samkeit, die Aussicht und die einzigartige Karstlandschaf scheinen nicht von die- ser Welt zu sein.

### SCHWER

Strecke	13,8 km
Dauer	5 h 20 min
Aufstieg	865 m
Abstieg	865 m



## RIGI-GRAT- WANDERUNG

Den steilsten Aufstieg legt am Anfang die Urmiberg-Seilbahn zurück. Mit jedem Höhenmeter wird der Vierwaldstättersee kleiner und die Landschaft weiter. Über den Rücken des Rigi-Massivs geht es zur Scheidegg und schliesslich nach Kaltbad. Eine Rast empfiehlt sich im Berggasthaus Rigi Burggeist mit grossem Kinderspiel- platz. Unterwegs sieht man manchmal vier Seen gleichzeitig. Am spektakulär- sten schaut man vom Felsenweg, der in die senkrecht abfallende Nagelfluhwand ge- hauen ist, auf den Vierwaldstättersee.

### SCHWER

Strecke	13,5 km
Dauer	5 h
Aufstieg	848 m
Abstieg	536 m



## PANORAMAWEG MORSCHACH

«Wandern ist doof» heisst ein Roman von Blanca Imboden. Die Schwyzer Autorin hat den Panoramaweg in Morschach oft erwandert. Und wer sich heute auf diesen Weg begibt, lernt nicht nur das Dorf und seine umliegende Natur kennen, sondern bewegt sich auch dort, wo die Romanfigur Conny ihre Freude am Wandern und den Alpen fand.

### MITTEL

Strecke	5,7 km
Dauer	2 h
Aufstieg	221 m
Abstieg	222 m



## VIA JACOBI

Auf dem Teilstück Rapperswil–Einsiedeln des Jakobswegs begegnet man dem Heiligen Meinrad. Er soll ab 828 auf dem Pass St. Meinrad gelebt haben, bis er im Jahr 835 nach Einsiedeln weiterzog. Wo er später im finsternen Wald seine Klausur errich- tete, steht heute die Gnadenkapelle – in der Kirche des Klosters Einsiedeln. Ja- kobspilgern bietet das Kloster eine Schlaf- stätte.

### MITTEL

Strecke	17 km
Dauer	5 h
Aufstieg	679 m
Abstieg	206 m

# AUF DEN SPUREN ...

MORGARTEN

## ... VON LANDAMMANN WERNER STAUFFACHER

Auf dem Morgartenpfad begleiten die Wanderer verschiedene Figuren rund um die Schlacht am Morgarten. An sieben Stationen erzählen Herzog Leopold, Hofnarr Kuoni von Stocken, Landammann Werner Stauffacher und andere in Hörspielen ihre Sicht der Ereignisse rund um 1315. Wer beim Denkmal in Morgarten loswandert, erlebt die Geschichte zuerst aus habsburgischer Warte; wer in Sattel beginnt, aus Sicht der Schwyzer.

[www.morgarten.ch](http://www.morgarten.ch)



SCHWYZ

## ... der bösen Habsburger

Woher kommt die Geschichte der «bösen habsburgischen Vögte»? Und was davon lässt sich historisch belegen? Die Antwort bietet das Bundesbriefmuseum in Schwyz. Es beschäftigt sich einerseits mit der Geschichte der Alten Eidgenossenschaft und andererseits mit den zahlreichen Mythen, die mit dieser Geschichte in Verbindung stehen. Nach dem Museumsbesuch kann man den historischen Hauptort Schwyz auf einem mit Infotafeln bestückten Rundgang kennenlernen.

[www.bundesbrief.ch](http://www.bundesbrief.ch)



URNERSEE

## ... DER EIDGENOSSENSCHAFT

Zum 700-Jahr-Jubiläum schenkte sich die Schweiz einen 35 Kilometer langen Heimat-Wanderweg. Jeder Kanton konnte gemäss seiner Einwohnerzahl ein Wegstück gestalten. Gestartet wird mit den Urkantonen auf dem Rütli. Der Weg windet sich rund um den südlichsten Teil des Vierwaldstättersees bis zum Auslandschweizerplatz in Brunnen.

[www.weg-der-schweiz.ch](http://www.weg-der-schweiz.ch)



KÜSSNACHT

## ... VON WILHELM TELL

Auf dem historischen Spaziergang von Immensee nach Küssnacht begegnet man der Sage von Wilhelm Tell. Es beginnt gleich mit dem Höhepunkt: der Hohlen Gasse. Der Informationspavillon erzählt die Geschichte des Helden und ihr Nachhallen bis heute. Anschliessend geht es weiter zur Ruine der Gesslerburg, wo einem Küssnacht zu Füssen liegt. Für Abkühlung sorgt am Schluss ein Besuch im Strandbad in Küssnacht.

[www.hohlgassland.ch](http://www.hohlgassland.ch)



Foto: Jean-Marie Duvoisin

EINSIEDELN

## ... von Jesus

Der Kreuzweg in Einsiedeln ist eine Einladung. Man kann ihm folgen und gemütlich auf den Meinradsberg spazieren. Oder man nutzt die zwölf Stationen, die der Einsiedler Künstler Alois Peyer geschaffen hat, zur Andacht und Meditation. Der Weg beginnt am südlichen Ende der Klosterfront, folgt dem Johannisbach und steigt an zur imposanten Skulptur einer Kreuzigungsgruppe. Von dort sieht man das Kloster fast wie aus der Vogelperspektive.

[www.eyz.swiss](http://www.eyz.swiss)



# PERSÖNLYCH

## **GUT BERATEN, SCHWYZER ART.**

Wir leben Nähe. Die Schwyzer Kantonalbank ist eng mit dem Kanton Schwyz verbunden – und mit seinen Einwohnern. Darum sitzen wir mit unseren Kunden im gleichen Boot, wenn es um ihre finanziellen Anliegen geht. Vom einfachen Sparen über Hypothekarkreditmodelle bis zu individuellen Finanzierungs- und Vorsorgeplänen: Wir sind für Sie da.

[www.szkb.ch](http://www.szkb.ch)

 **Schwyzer  
Kantonalbank**



VICTORINOX

## ENTDECKEN SIE DIE HEIMATREGION DES WELTBEKANNTEN SWISS ARMY KNIFE

Swiss Knife Valley Visitor Center | Victorinox Store & Museum  
Brunnen, Bahnhofstrasse 3 | +41 41 820 60 10  
[www.swissknifevalley.ch](http://www.swissknifevalley.ch)

SHOP ONLINE AT [VICTORINOX.COM](http://VICTORINOX.COM)



SWISS  KNIFE  
VALLEY  
VISITOR  
CENTER

MAKERS OF THE ORIGINAL SWISS ARMY KNIFE | ESTABLISHED 1884