

Grösster Gletscher der Alpen



Medienmitteilung

Aletsch Arena, Januar 2022 - Aletsch Arena: Hochalpinerlebnis für Senioren
Ressort: Best Ager, Reise, Tourismus, Freizeit, Wandern, Schweiz, Wallis, Aletsch Arena

Hochgebirge für höhere Semester

„DIESES WANDERGEBIET MACHT'S UNS LEICHT“

Richtig hohe Berge sind nichts mehr für ältere Menschen? Von wegen! Ursula Sass aus Hamburg ist 83 und war mit ihrer Tochter zum Wandern in der Aletsch Arena im Wallis. Dort fährt der Zug ganz komfortabel direkt unten in die Seilbahnstation – und von dort schwebt man direkt hinauf auf das sonnige Hochplateau beim grössten Gletscher der Alpen. Auf gut ausgebauten Wanderwegen spazieren hier auch Seniorinnen und Senioren Aug' in Aug' mit 40 Viertausendern und dem Aletschgletscher oder steigen bei einer geführten Gletschertour sogar hinab aufs ewige Eis. Wer dann erst so richtig in Fahrt kommt, wie Ursula Sass, schwebt per Tandemflug mit dem Gleitschirm hinab ins Tal. Und das alles ganz altersgerecht.

Frau Sass, Sie sind mit dem Nachtzug aus Hamburg angereist. Hat das gut geklappt?

Ja, das ging sehr gut: Der Zug ruckelt einen gemütlich von Ort zu Ort, ein paar Stunden Schlaf sind auch drin, und am nächsten Morgen ist man schon in der Schweiz! Man steigt um und fährt gegen Mittag mit dem Zug direkt unten in die Seilbahnstation ein. Von dort sind's noch ein paar Minuten hinauf auf 2000 Meter. Und weil die Orte oben autofrei sind, wird das Gepäck mit Elektro-Fahrzeugen zur Unterkunft gebracht.

Können Sie denn sagen, was das Schönste in Ihren Ferien war?

Die Wanderung durch den Aletschwald hat mir besonders gut gefallen. Ich wollte unbedingt die uralten Arven sehen, und unsere Wanderleiterin hat uns so viele interessante Dinge darüber erzählt... Zum Beispiel, dass der Tannenhäher – das ist ein Vogel, der mit dem Eichelhäher verwandt ist – die Samen der Arven sammelt und an markanten Orten für den Winter versteckt. Er findet dann aber nicht alle wieder, und so gehen die Samen auf, und neue Bäume wachsen an diesen Plätzen.

Ist diese Tour denn für jede und jeden geeignet?

Der Weg durch den Wald ist nicht ganz eben, aber Dominique unsere Wanderleiterin, hat mir einen Trekkingstock geliehen, und damit ging's dann gut. Vielleicht schaffe ich mir doch auch mal Stöcke an...

Waren Sie denn auch ohne Guide unterwegs?

Aber ja: Es gibt viele Touren, die man problemlos allein machen kann. Wir – also meine Tochter und ich – sind zum Beispiel von der Bettmeralp, wo unser Hotel war, mit dem Sessellift zum Wurzenbord gefahren. (Dort ist auch eine nette Hütte zum Einkehren, die Bättmer-Hitta...) Und von dort führt der „Herrenweg“ hinüber zur Fiescheralp – den kann wirklich jeder bequem machen. Als wir dort waren, leuchtete das Laub der Heidelbeeren feuerrot in der Sonne, es war wunderschön. Überhaupt hatten wir die ganze Woche lang grossartiges Bergwetter. Dann fährt man mit der Seilbahn hinauf zum Eggishorn und dort gibt's auf fast 3000 Metern einen „View

Grösster Gletscher der Alpen



Point“, von dem man einen wirklich grossartigen Blick auf den Gletscher hat. Und das ganz ohne Anstrengung... (lacht)

Sie sagen „ganz ohne Anstrengung“, weil Sie an Ihre Tour vom Vortag denken, die Sie auf den Gletscher führte, oder? War das ihre erste Wanderung auf Eis? Wie ging's?

Ja, das war tatsächlich meine erste Gletschertour. Und sie hatte es schon in sich: Wir sind mit der Bahn zur Moosfluh hochgefahren, ein Stück auf die Seitenmoräne aufgestiegen und dann hinab zum Gletscher, der von Nahem so beeindruckend ist! Wir hatten einen Bergführer, Peter, der uns angeseilt hat und uns auf dem Eis Spikes für die Schuhe gegeben hat. Und er hat uns viel erklärt und gezeigt und uns an eine sehr eindrucksvolle Eishöhle geführt: Das Licht scheint dort tiefblau durch das Eis, ein kleiner Bach fliesst durch die Höhle, überall plätschert und tropft es, das hört sich lustig an.

Würden Sie die Tour Gleichaltrigen empfehlen?

Nun, es ist immerhin eine Tagestour und es geht auf und ab, das ist für uns Flachlandtiroler nicht ohne. Ich würde sagen, die Tour ist schon eher für sportliche Senioren geeignet. Und auf alle Fälle mit Bergführer, da man sich mit dem Gletscher nicht auskennt. Aber, wenn man fit ist, ist es wirklich ein tolles Erlebnis.

Sie haben wirklich alle Mutproben mitgenommen, sind sogar Gleitschirm geflogen. Haben Sie das vorher schon mal gemacht? Hatten Sie Bammel beim Start?

Ich muss gestehen, ich bin vor ein paar Jahren schon mal mitgeflogen. Und ich kann alle beruhigen: Es ist überhaupt nicht schwer, der Pilot macht bei einem Tandemflug ja die ganze Arbeit, selber muss man nur beim Start mal drei, vier Schritte laufen. Und dann schwebt man über dem Wald, sieht in jedes dieser kleinen Täler hinein, die Vögel fliegen unter einem hinweg... Es ist wirklich wunderbar.

Wie kommt's eigentlich, dass Sie so fit sind?

Ich war früher Tänzerin, und die Kondition von damals, die geht nie ganz weg. Zu Hause fahre ich viel Fahrrad... Aber wie gesagt: Viele dieser Touren können wirklich auch weniger trainierte Senioren machen.

Was raten Sie denn älteren Menschen, die in die Alpen zum Wandern kommen?

Ganz wichtig ist, dass man sich nicht hetzen lässt – jeder soll sein eigenes Tempo gehen. Dann sollte man, gerade in höheren Lagen, sich erst mal ein, zwei Tage Zeit lassen zum Akklimatisieren. Vielleicht nicht gleich mit der schwersten Wanderung starten – so wie wir (lacht). Und bei Pausen setze ich mich nie hin, das habe ich noch vom Ballett: Lieber im Stehen regenerieren, dann kommt man leichter wieder los.

Grösster Gletscher der Alpen



Tipps von Ursula Sass

- **Übernachten im Hotel Alpfrieden:** „Die Aussicht ist grossartig, die Leute unglaublich nett und das Abendmenü sowas von lecker, dass ich mich gar nicht für ein Lieblingsgericht entscheiden kann“. Hotel Alpfrieden Bettmeralp, Telefon +41 27 927 22 32, www.alpfrieden.ch
- So kommt man rum: Die Orte sind durch Bergbahnen, Busse und Züge bestens vernetzt. Der **Aletsch Entdeckerpass** deckt fast alle Bergbahnen ab und die Zugstrecke Brig–Mörel–Betten Talstation–Fiesch–Fürgangen. 55 CHF/Tag, 145 CHF/Woche. aletscharena.ch/entdeckerpass
- **Geführte Gletschertour:**
 - o Peter Stucky aletscharena.ch/aletsch-arena/poi/bergsteigerzentrum-bettmeralp
 - o Übersicht aller Gletschertouren aletscharena.ch/gletschertouren
 - o Wanderung Aletschwald mit Dominique Balmer: Auf Anfrage unter +41 79 781 25 52, dominique.balmer@bluewin.ch
- Dem Himmel so nah: Wie ein Adler über der Aletsch Arena kreisen. Beim **Tandemflug** kann sich in Fiesch-Eggishorn, das als Mekka für Gleitschirmfliegen gilt, jeder den Traum vom Fliegen erfüllen. Es gibt spezielle Angebote für Senioren und Gäste im Rollstuhl. aletscharena.ch/aktivitaeten/gleitschirm-delta
- **Museum des UNESCO-Welterbe Swiss Alps Jungfrau-Aletsch:** „Tolles Museum, wir haben einen sehr interessanten Film gesehen – und der alte Waggon des Glacier Express hat es mir angetan.“ World Nature Forum, Bahnhofstrasse 9a, CH-3904 Naters, Telefon +41/27/924 52 76, www.wnf.ch
- **Hängebrücke Goms Bridge:** eine 92 Meter hohe und 280 Meter lange Hängebrücke über den Rotten, wie die junge Rhone genannt wird. Übrigens auch für Rollstuhl geeignet. aletscharena.ch/aktivitaeten/tour/rundwanderung-von-fiesch-ueber-die-goms-bridge-nach-ernen-und-zurueck
- **Einkehr-Tipp Mühlebach:** „Jenseits der Goms Bridge haben wir in Mühlebach ein hübsches kleines Café in einem alten Schafstall entdeckt: Amanda Imhof war viele Jahre Schäferin und filzt noch heute schöne Sachen aus der Wolle der Schwarznasenschafe.“ Amy's Schafstube, Lengbodenstrasse 38, CH-3995 Mühlebach, Telefon +41/27/9216083, www.amysschafstube.ch

Grösster Gletscher der Alpen



- **Safran aus den Bergen** – Ein Ausflug in die Nachbarschaft: In Mund, einem Ortsteil von Naters, wird seit Jahrhunderten Safran angebaut. „Das wollten wir unbedingt sehen und sind mit dem, Postauto' hingefahren. Der Safran wird zwischen Mitte Oktober und Anfang November geerntet – und es gibt auch ein kleines Museum in einem uralten Stadel (aus dem Jahre 1437 – eines der ältesten Holzgebäude der Schweiz) und einen Lehrpfad. Der ist zum Teil recht steil, aber ein Abschnitt ist sogar rollstuhlgängig.“
www.prosafrandorf.ch
- **Ferien für jedes Alter:** „Es hat uns beiden, meiner Tochter und mir, so gut gefallen, dass wir nächstes Jahr wieder kommen wollen – meine Tochter dann mit Familie.“
- **Skikurse für Seniorinnen und Senioren:** „Bisher kannte ich die Aletsch Arena nur im Winter. Ich komme seit einigen Jahren immer zum Skilaufen hierher. Ich war rund 40 Jahre nicht auf Skiern gestanden und habe dann mit einem sehr geduldigen Lehrer, dem Heinz, wieder angefangen. Er nimmt mir die Angst und macht das einfach toll. Wir telefonieren auch ab und zu – er ist im Hauptberuf Tischler, und wenn ich etwas kleben muss, dann ruf ich ihn an.“ aletscharena.ch/planen-buchen/angebote-erlebnisse/angebot/senioren-kurse-fuer-wiedereinsteiger

Spannende Erlebnis-Angebote für Wanderpausen

- **Kräuter-Erlebnis-Nachmittag:** Stefanie Mattig (Kräuterfrau in dritter Generation) gewährt spannende Einblicke in die einheimische Kräuterwelt und die Welt des Räucherns. Abwechselnd werden gemeinsam Naturprodukte für zuhause erstellt: Badekugeln, Salben, Deos, Zahnpaste und weitere Aroma-Pflegeprodukte.
aletscharena.ch/leben/veranstaltungen/veranstaltungskalender/veranstaltung/?event=kraeuter-erlebnis-nachmittag-mit-steffi
- **Jodel-Kurse, Tschiffra-Flechten, Buttern und Käsen**
- **Yoga- und Atemkurse, Shinrin Yoku** (das Japanische Waldbaden) u.v.a.m.
- **Geführter Spaziergang durch eine neue, alte Kastanienselve** – ein Rekultivierungs-Projekt aletscharena.ch/aktivitaeten/tour/themenweg-kastanienselve-salzgaeb-in-moerel-filet
- Führung durch das historische und traditionelle Betten Dorf

Alle Erlebnisse unter aletscharena.ch/planen-buchen/angebote-erlebnisse



Schafscheid und andere Traditionsfeste 2022

- | | |
|---|---------------------|
| - 50. Seefest auf Bettmeralp | 31.07.2022 |
| wo sich traditionell Gäste und Einheimische treffen | |
| - Grosses Äplerfest Riederalp | 07.08.2022 |
| - Casselfest in der Villa Cassel | 14.08.2022 |
| - 61. Walliser Jodlertreffen | 20.08.2022 |
| - Herbstbrunch Villa Cassel | 04.09.2022 |
| - Traditions-Wuchunänd Bettmeralp | 17./18.09.2022 |
| - Gilihüsine Bettmeralp | 18.09.2022 |
| - Chästeileta Alpmuseum Riederalp | 25.09.2022 |
| - Schafscheid | Ende September 2022 |
| - Alpmuseumfest Alpmuseum | 16.10.2022 |

WEITERE SPANNENDE MUSEEN

- Gletscherwelt Bettmerhorn an der Bergstation mit Blick auf den Gletschergiganten
aletscharena.ch/aletsch-arena/poi/gletscherwelt-bettmerhorn
- Pro Natura Zentrum Aletsch in der historischen Villa Cassel
aletscharena.ch/aletsch-arena/poi/pro-natura-zentrum-aletsch
- Alpmuseum in der Alphütte «Nagulschbalmu» auf der Riederalp
aletscharena.ch/aletsch-arena/poi/alpmuseum

KRAFTORTE UND GLÜCKSTEINE

Bitte fragen Sie uns bei Interesse

Drei Gründe für den Wanderurlaub in der Aletsch Arena

- Ein ausgedehntes Netz von Bergbahnen bringt Alt und Jung direkt ins Hochgebirge – zum befreiendsten Naturerlebnis der Alpen
- Barrierefrei bis zum Gletscherblick: Auf Plankenwegen gelangt man – selbst mit Rollator und Rollstuhl – ganz leicht von den Bergstationen zu den grossartigen View Points (Aussichtsplattformen)
- Gletscher für alle: Traumblick auf den Aletsch Gletscher, den grössten Eisstrom der Alpen

Grösster Gletscher der Alpen



Ticketpauschale

Der **Aletsch Entdeckerpass** ermöglicht die freie Fahrt mit sämtlichen Anlagen der weitläufigen Region – zu den schönsten Einstiegen der angrenzenden Wanderwege und auf alle Ausflugsgipfel. Zusätzlich ist die Zugstrecke Mörel/Betten Talstation/Fiesch/Fürgangen inklusive – einem Teilabschnitt des weltberühmten Glacier-Express. Der Aletsch Entdeckerpass ist als 1- und Mehrtagesticket erhältlich. Ein **7-Tage Entdeckerpass kostet 20 CHF/Tag**. Bei 2 Erwachsenen fahren Kinder bis 20 Jahre kostenlos. Bis zum 6. Lebensjahr fahren Kinder stets kostenfrei. Empfohlen wird der kontaktlose Einkauf der Tickets über den Webshop der Aletsch Arena. Auch Unterkünfte und Erlebnisangebote sind über das Portal zu buchen.

aletscharena.ch/webshop

Nachhaltigkeit: Autofrei in den Wanderurlaub

Das erste wirkliche Zug/Bus/Bergbahn-Drehkreuz der Schweiz

Bergurlaub geht nicht ohne Auto? Und wie das geht: Die Matterhorn Gotthard-Bahn fährt seit letztem Jahr unten rein in den neuen ÖV-Hub Fiesch, und oben schwebt die taufrische 10er-Gondelbahn raus. Direkt hinauf in die Aletsch Arena, mitten ins Wander- und Skigebiet. Die Bergdörfer auf dem Sonnenplateau sind autofrei und der Bergsport- und Skiverleih zählt zu den Besten im Alpenraum. Praktisch übrigens: Der neue Bahnhof ist gänzlich barrierefrei – für Rollstühle, Kinderwagen, Trolleys. aletscharena.ch/oev-hub

Mehr Informationen unter aletscharena.ch

ZUR REGION

Im UNESCO-Welterbe Swiss Alps Jungfrau-Aletsch thronen die autofreien Bergdörfer Riederalp, Bettmeralp und Fiescheralp auf dem sonnenverwöhnten Hochplateau der Aletsch Arena. Im Blick den imposantesten, längsten Eisstrom der Alpen und 40 Viertausender!

Knapp zehn Minuten gondelt die Bahn aus dem Tal – mit den charmanten historischen Orten Betten Dorf, Mörel, Ried-Mörel, Lax, Fiesch und Fieschertal – hinauf in die barrierefreie Sommerfrische der kristallklaren Bergseen und magischen Kraftorte; der eisigen Abenteuer-Touren auf dem 20 Kilometer langen Aletschgletscher; der 1000-jährigen Arven im märchenhaften Aletschwald; der unzähligen Kinderprogramme; der Mountainbike-Trails und Seilparks; und des sensationellen Blicks von den View-Points Hohfluh, Moosfluh, Bettmerhorn und Eggishorn.

Gletscherfreundliche Anreise

Wir alle wissen, dass der Gletscher durch den Klimawandel bedroht ist. 2090 wird es, so haben Forscher berechnet, nur noch einige kleine Reste des heute noch so eindrucksvollen Aletschgletschers geben – wenn die Erderwärmung fortschreitet wie bisher. Die autofreie Aletsch Arena eignet sich bestens für eine Anreise mit Bus und Zug.

Mehr Informationen unter aletscharena.ch

Rückfrage-Hinweis Monika König-Gottspöner, Leiterin Kommunikation

Aletsch Arena AG | Furkastrasse 39 | CH-3982 Mörel

+41 27 928 58 63 | monika.koenig@aletscharena.ch | aletscharena.ch/medien