

# Tourenbeschrieb Innereriz - Merligen

Outdoor Sommer - Planung einer Outdoortour  
am Institut für Sportwissenschaft  
der Universität Bern



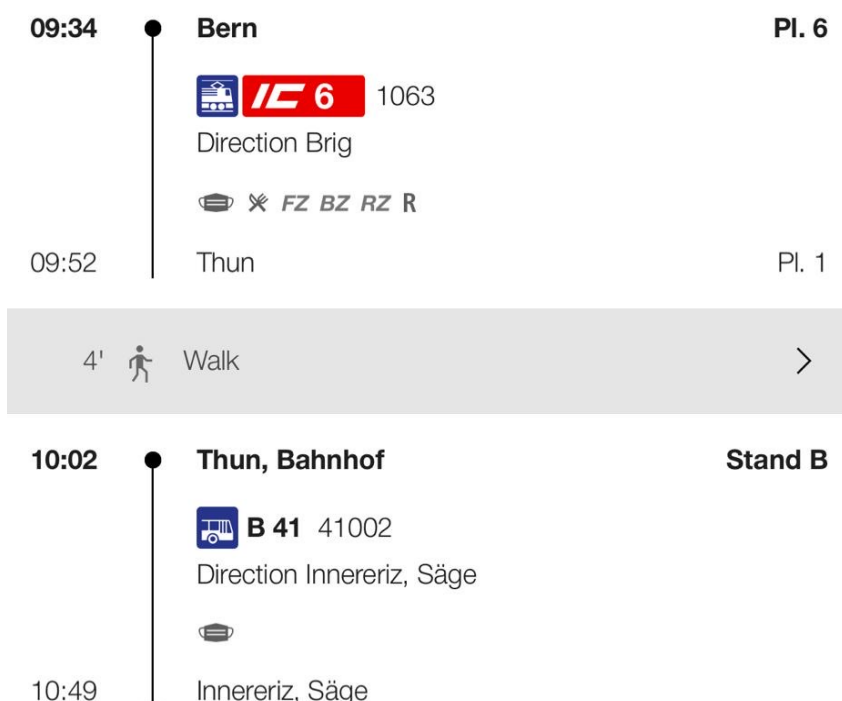
Referent: Martin de Bruin

Vorgelegt von  
**Christian Mathis**  
**16-106-338**

Bern, Juli 2020

## Tourenbeschrieb

Von Hauptbahnhof in Bern aus, nimmt man den IC-Zug nach Thun und steigt da auf den 41er Bus um nach Innereriz. Nach circa 80 Minuten Hinfahrt steigt man an der Haltestelle Innereriz Säge aus. Unser Postauto war ziemlich voll mit anderen Besuchern. Unbedingt mitzunehmen ist eine Gesichtsschutzmaske, ohne die man nicht ins Postauto einsteigen dürfte. Wichtig ist auch zu beachten, dass nur alle zwei Stunden ein Bus nach Innereriz fährt und daher empfiehlt es sich die Wanderung gut im vornherein zu planen.



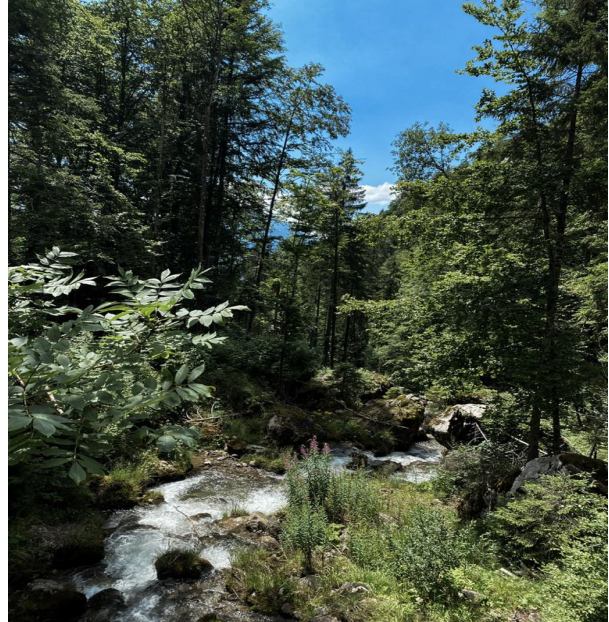
An der Haltestelle Innereriz, Säge angekommen, läuft man am Gasthof Säge vorbei und biegt rechts ab und überquert den Sulg-Bach. Man folgt den Wegweisern in richtung Geisseg und Schwändli. Anschliessend läuft man an der Skischule Eriz vorbei und dem Sulzbach stromaufwärts entlang bis nach Oberschöriz. Diese Strecke dauert gut anderthalb Stunden. In Oberschöriz angekommen teilt sich der Weg in zwei Teile. Wenn man zur Sichle gelangen will, muss man den linken Weg, welcher nach Südosten führt wählen. Als Orientierungshilfe dienen hier auch die Berggipfel der "Sibe Hängste" welche östlich des Weges hervorragen. Nun beginnt die strengste Strecke wobei man in wenigen Kilometern 300 Höhenmeter gutmachen muss. Oben auf der Sichle angekommen war es ziemlich windig und wir konnten den Ausblick leider nicht allzu sehr

geniessen. Die Sichle ist der höchste Punkt unserer Wanderung mit 1679 mÜM. die Sichle ist, wie der Name vermuten lässt ein sichelförmiger Pass zwischen den zwei Gipfeln "Burst" und "Schibe".

"Sichle"



"Grönbach"



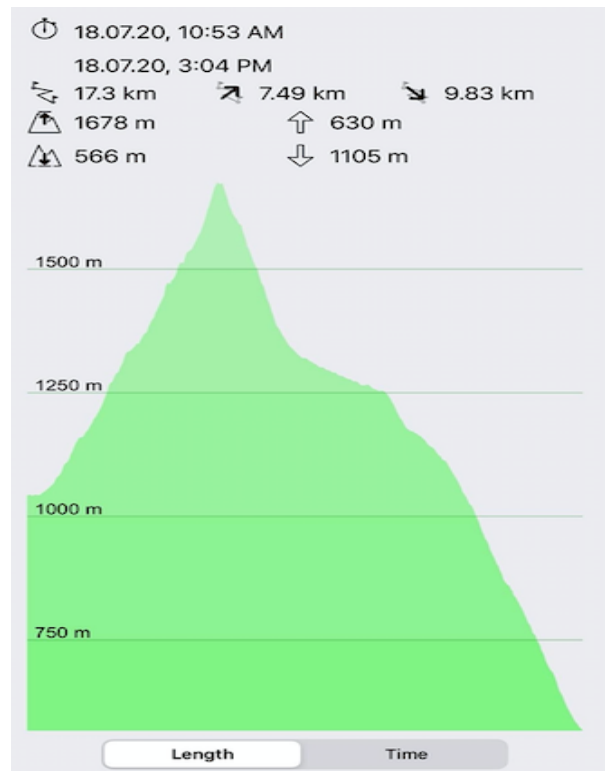
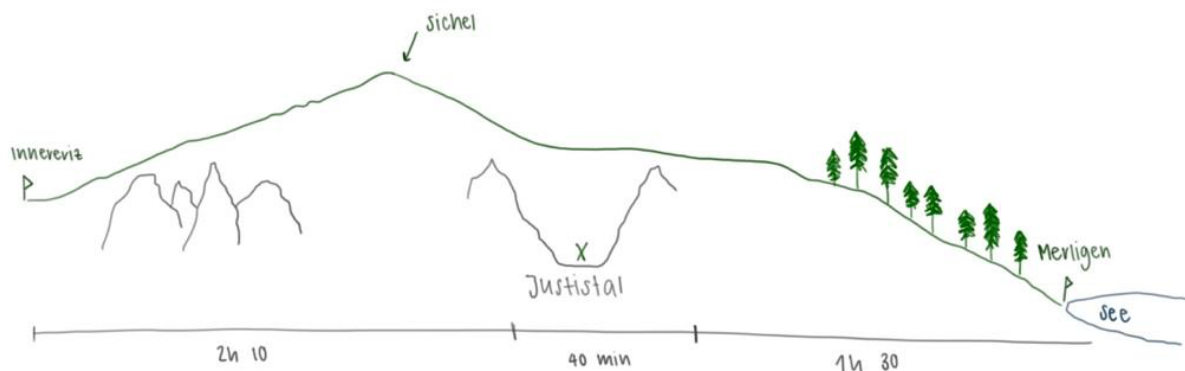
Während dem Abstieg, circa 15 Minuten nach der Sichle, gelangt man zu Tinu's Hütte Loube, ein altes, traditionelles Restaurant, welches verschiedene Schweizer Spezialitäten anbietet. Im Justital gelegen bietet es natürlich auch Berner Alpkäse an, welchen man sich im Restaurant für einen fairen Preis kaufen kann.

Nicht weit davon entfernt erscheint talwärts bereits das nächste Restaurant mit dem Namen Lilis Beizli. Verhungern würde man also bestimmt nicht auf dieser Wanderung denn für traditionellen Speis und Trank ist reichlich gesorgt.

Nun kann man alles dem Grönbach entlanglaufen, welcher abwechselnd durch einen losen Wald und Lichtung bis nach Merligen führt. Da der Grönbach in den Thunersee mündet kann man sich nicht verlaufen, solange man dem Bach folgt. Unterwegs erblickt man auch immer wieder den atemberaubenden Thunersee, welcher den Muskelschmerz der Oberschenkel und Waden ein bisschen zu lindern vermag und einem eine Motivationsspritze gibt. Bei der Grönhütte angekommen teilt sich der Weg erneut in zwei Teile. Hier nimmt man dann den rechten Weg in Richtung Merligen. Auch hier bei der Abzweigung ist der Weg gut durch einen Wegweiser beschriftet und kaum zu verfehlen.

Merligen ist mit seinen 568 müM genau 1111m tiefer gelegen als die Sichel und von der Bushaltestelle Merligen, Kreuz aus, kann man dann mit dem Bus nach Thun und von da aus auf die S-Bahn umsteigen um nach Bern zu gelangen. Diese Strecke dauert bisschen mehr als eine Stunde und jede halbe Stunde fährt ein Bus gen Thun.

Insgesamt dauerte die Wanderung 4h und 11Minuten und man legt eine Strecke 14.25km zurück. Doch da wir beide ziemlich sportlich sind und wenige Pausen einlegten waren wir schneller als die vorgeschriebene Zeit. Für das nächste Mal würde ich mir gerne mehr Zeit für die Wanderung einplanen um die Köstlichkeiten aus Tinu's Hütte Loube oder Lili's Beizli zu probieren.



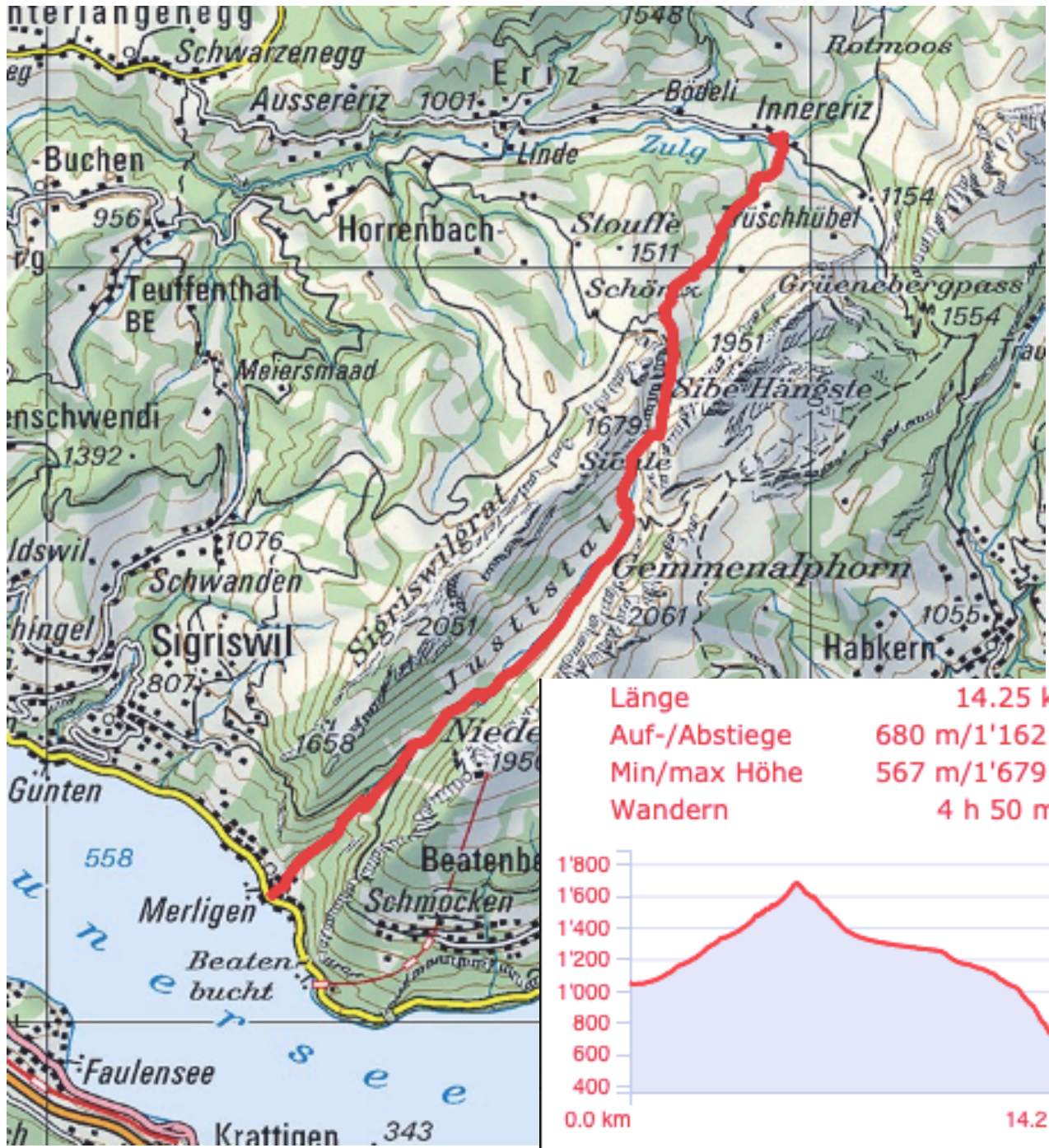
# Karte und Höhenprofil

Link auf SchweizMobil Tour:

[https://map.schweizmobil.ch/?](https://map.schweizmobil.ch/?lang=de&photos=yes&logo=yes&season=summer&bgLayer=pk&resolution=11.78&E=2626294&N=1176724&trackId=7456353)

[lang=de&photos=yes&logo=yes&season=summer&bgLayer=pk&resolution=11.78&E=2626294&N=1176724&trackId=7456353](https://map.schweizmobil.ch/?lang=de&photos=yes&logo=yes&season=summer&bgLayer=pk&resolution=11.78&E=2626294&N=1176724&trackId=7456353)

GPS Track: <http://www.spw.unibe.ch/touren/16106338.php>



## **Justitaler Chästeilet**

Jedes Jahr wird am Freitag vor oder nach dem eidgenössischen Dank-Buss und Betttag der Käse geteilt. Diese beinahe dreihundert Jährige Tradition, welche über die Kantons Grenzen hinweg bekannt ist, findet dieses Jahr am 18. September statt.

Am Chästeilet treffen sich die Landwirte welche ihre Kühe (über 250 Stück) über den Sommer, den sogenannten Alpsommer, im Justital weiden liessen. Die speziell gute Milch entsteht durch das Weiden der würzigen Alpenkräuter durch die Kühe. Alltäglich werden die Kühe gemolken und die Menge der Milch gewogen und notiert. Aus der gesammelten Milch wird nun der würzige Alpkäse hergestellt. Der Käse wird nun am "Chästeilet", am Verhältnis der Milchleistung der Kühe angepasst, an die Landwirte aufgeteilt.

Vor und während dem traditionellen Ritual beginnt ein fröhliches Fest. Dabei wird viel Volksmusik gespielt und man hört hie und da auch mal Besucher Jodeln oder Schwizerörgeli spielen. Nachdem der Käse gerecht aufgeteilt wurde, ziehen die Sennerinnen und Senner in traditioneller Tracht Richtung Tal. Dabei werden sie von den prachtvoll geschmückten Kühen begleitet wobei die Kühe mit der höchsten Milchleistung unter dem Jahr bekränzt und gefeiert werden. Als Gast kann man den Alpabzug am Ende der Kolonne, hinter den Kühen mitlaufen und erleben.

Geschichtliches: Das Justital wurde vor mehr als 700 Jahren vom Freiherrn Walter von Eschenbach an das Kloster im nahe gelegenen Interlaken verkauft. Die Bauern aus dem Tal, hauptsächlich aus Sigriswil, Oberhofen und Beatenberg, pachteten die Alpen. 300 Jahre lang war es eine einzige Alpgenossenschaft bis sie aufgeteilt wurde in neun Schritten.

## **St. Beatus Höhlen**

Südwestlich unserer Wanderroute liegt Beatenberg mit den bekannten St. Beatus Höhlen welche ein Verbund von Tropfsteinhöhlen sind welche am Nordrand des Thunersees gelegen sind.

Der Legende nach soll der erste Schweizer Apostel, hier im Höhlenmassiv einem feuerspeienden Drachen begegnet sein. Der Heilige Beatus, welcher Sohn eines schottischen Königs war, habe dem Drachen das Christenkreuz gezeigt, woraufhin der Drache aus der Höhle floh und in den Thunersee stürzte und starb. Diese Legende hat sogar die schwierigen Zeiten des Mittelalters und der Zwinglianer überlebt. Bis zur Reformation stand na

nämlich eine Wallfahrtskapelle in der Höhle, die zahlreiche Katholiken auf ihren Pilgerwegen besuchten. Die Kapelle wurde jedoch 1528 auf Anordnung der Berner Regierung runtergerissen und der Höhleneingang

zugemauert. Die Katholiken liessen es sich jedoch nicht auf sich sitzen und brachen die Mauer immer wieder nieder, was über lange Zeit hin und herging. Der heilige Beatus starb im Jahre 112 n.C und Beatus' Gebeine liegen heute im Kanton Obwalden in der Kapelle von Lungern begraben. Der heilige Beatus starb im Jahre 112 n.C und Beatus' Gebeine liegen heute im Kanton Obwalden in der Kapelle von Lungern begraben.

# Fotos der Wanderung





## Literaturverzeichnis

Beatushöhlen. (n.d). *Geschichte*. Zugriff am 19. Juli 2020 unter <https://www.beatushoehlen.swiss/de/>

Eriztal Tourismus. (n.d.). *Wanderwege*. Zugriff am 19. Juli 2020 unter <http://www.eriztal-tourismus.ch/Sommer/Wandern/>

Basads. (2018, 12. Oktober) *Justital - das Tal zwischen Sigriswilergrat und Gueggisgrat*. Zugriff am 20. Juli 2020 unter <http://Basads.ch/blog/justital-das-tal-zwischen-sigriswilergrat-und-gueggisgrat/>

Gemeinde Interlaken. (n.d). *St.Beatus Hoehlen*. Zugriff am 20. Juli 2020 unter <https://www.interlaken.ch/erlebnisse/seen-wasserfaelle/thunersee/st-beatus-hoehlen/>

Gemeinde Sigriswil. (n.d.) *Chaesteilet*. Zugriff am 20. Juli 2020 unter <http://www.sigriswil-tourismus.ch/de/veranstaltungen/>

Basads. (2018, 12. Oktober) *Justital - das Tal zwischen Sigriswilergrat und Gueggisgrat*. Zugriff am 20. Juli 2020 unter

Lenz, P. (2013, 24. März). *Hanspeter Latour, Fussball und die Sieben Hengste*. Zugriff am 19. Juli 2020 unter <http://www.eriztal-tourismus.ch/Presseartikel/>

