

**Appenzellerland Tourismus AI**  
Hauptgasse 4, CH-9050 Appenzell  
Tel. +41 71 788 96 41  
Fax. +41 71 788 96 49  
appenzell.ch

Medieninformation – Wandern.

Von Hügel zu Hügel – zwecks Weitblick und Nahaufnahmen.

## **AUF UND AB IM APPENZELLERLAND – FÜR BEWEGLICHE NATURELLE**

Zuoberst thront der Säntis, dicht gefolgt vom Altmann und Hohen Kasten. Die klingenden Namen weisen den Weg. Das kleine Appenzellerland will hoch hinaus. Wanderer erklimmen felsige Giganten mit sportlichem Eifer und im Talgrunde spazieren Schlemmer und Naturfreunde über Stock und Stein, durch Feld und Wald. Alle Wege führen ins Appenzellerland.

Weltbekannt sind die Bilder mit den tief grünen Grashügeln zwischen sanft aufsteigenden Nebelwolken, die den starken Sonnenstrahlen im Morgengrauen nicht widerstehen können. Sie verhalfen Fuchs, Gantenbein, Hautle und anderen bekannten Fotografen und Malern zu grossem Ruhm. In der Ferne erklingt das Bellen des «Blässes», des weltweit begehrten Appenzeller Hundes. Er wohnt wie viele seiner Artgenossen auf einem der zahlreichen stattlichen Höfe, die auf ebenso vielen Hügeln thronen. In früheren Tagen soll ein Riese mit einem Sack voller Häuschen auf seinem Rücken über den Alpstein gestiegen sein und dabei prompt an der Spitze des Säntis ein Loch in seinen Sack gerissen haben. Ein Häuschen hier, ein Häuschen da purzelten heraus. Der Riese bemerkte, wie luftig sein Gepäck geworden war und schaute zurück. Die Anmut seiner unfreiwilligen Raumplanung bewog ihn, es dabei zu belassen.

### **Grüne Wellen, furchteinflössende Kolosse.**

Der Alpstein sei vielleicht «das schönste Gebirge der Welt», liess der bekannte Geologe Albert Heim (1849-1937) verlauten. Das aus dem Osten des Appenzellerlandes bis 2'502 m ü. M. ragende Alpstein-Massiv ist ein Faltengebirge, das auch Laien auf ihren Expeditionstouren in Staunen versetzt. Sechs Seilbahnen – Säntis, Hoher Kasten, Ebenalp, Kronberg, Staubern und Sigel – transportieren

aussichtsbegeisterte Geniesser ins Gebirge. Der Hohe Kasten, ein wuchtiger Kalkblock, ist ein heiss begehrter Ausgangspunkt für geologie- und florainteressierte Wanderer. Auf rund 1'800 m ü. M. ruht ein traumhafter Alpengarten. Hier erfahren angehende Phytologen, dass der blaue Eisenhut eine der giftigsten Pflanze ist, wie man Skabiosen und Witwenblumen unterscheiden kann oder dass beim gelben Enzian von der Samenkeimung bis zur Blüte etwa 15 Jahre vergehen.

Vom Hohen Kasten führt eine Wanderroute bis zur Saxerlücke, unterwegs werden eindruckliche geologische Phänomene sichtbar. Vor rund 15 Millionen Jahren wurde das noch flache Appenzellerland von den Schubkräften des nach Norden drängenden afrikanischen Kontinentes erfasst. Entstanden sind spektakuläre Gesteinsfalten und Brüche wie der einzigartige Sax-Schwende-Bruch. Gletschereis, Wasser und Frost bildeten mit der Zeit Grate, steile Felswände und Täler mit Seealpsee, Fählensee und Sämtisersee. Bergsteiger bezeichnen die Gegend mit Hundstein, Meglisalp und Kreuzberge als Kletterparadies. Der Fählensee trotzt beständig dem geflügelten Wort, dass der Fisch als einziges Tier auch nach dem Tod noch wachse. Manch einer hat ein Prachtstück von Bachforellen aus dem tiefen Blau gezogen. Für erschöpfte Kletterflöhe und weniger erfolgreiche Fischer wartet im Berggasthaus Bollenwees die nahrhafte Rösti.

#### **Gegen Höllendurst und Bärenhunger.**

Aus echtem Fels ist die Rückwand im Wirtshaus Äscher, die Speiskarte ist in Holz geritzt. Die Gaststätte hängt mit dem Wildkirchli bei den bereits früh von Bären und Eremiten bewohnten Berghöhlen mitten in der Südostwand des Ebenalpstocks, der mit der Luftseilbahn Wasserauen-Ebenalp einfach erreichbar ist.

Hoch über den Hügeln zwischen Steinegg und Fähnernspitz liegt das urchige Berggasthaus Eggli mit integriertem Bauernhof, das den Besucher wegen seiner phänomenalen Aussicht und des heimeligen Ambiente nur schwer zur Weiterreise bewegen kann. Über 600 Gaststätten finden sich im nur 26 Gemeinden und Bezirke zählenden Appenzellerland. Der Proviant kann also getrost zu Hause gelassen werden. Etliche kulinarische Perlen lassen manch Bewegungsscheuen steile Wege besteigen, beispielsweise für eine «Südwooscht» (Siedwurst) mit «Chääsmageroone» und «Epfelmues» (Käsemakkaroni mit Apfelmus).

#### **Es spricht der Berg.**

Die Hörwanderung auf dem Kronberg mit dem Titel «Weiter Himmel – enges Tal» lässt den Berg zu den Wanderern sprechen. Zwei verschiedene Routen stehen zur Verfügung, auf denen eine Ich-Erzählerin die Zuhörer mit spannenden Geschichten über Hexen, Wilderer, Heilige, Sennen, den Glauben und das Verhältnis der Appenzeller zur Natur begleitet. Die Handlungen der Geschichten, Sagen und Lieder spielen sich alle rund um oder auf dem Kronberg ab. Die MP3-Player, die zum Abspielen der Geschichten benötigt werden, können bei der Talstation der Kronbergbahn gemietet werden.

Ein tolles Erlebnis verspricht auch der Seilpark am Fusse des Kronbergs. Mut, Geschicklichkeit und Konzentration sind in acht Metern Höhe mitten im Wald gefragt. Kinder ab 8 Jahren mit Begleitperson können sich auf mehreren Parcours mit je sechs bis acht Stationen tummeln.

Eine gewisse Sportlichkeit wird auch auf dem neuen und schweizweit ersten Motorikpark beim Kronberg benötigt. Dort können bestimmte Muskelpartien auf spielerische Art und Weise trainiert werden.

### **Barfuss durch die Landschaft.**

Ein besonderer Talwanderweg ist der Barfussweg von Jakobsbad nach Contenbad. Kaum sind Schuhe und Socken ausgezogen überraschen die ungewohnten Sinneseindrücke des Barfussgehens. Wiesen und Bäche wechseln sich ab mit kurzen steinigen oder asphaltierten Streckenabschnitten. Auf halber Strecke beim Toobeschopf wartet ein Armbad-Brunnen nach Dr. Kneipp. In der anschliessenden Moorlandschaft darf nach Herzenslust durch den Dreck gewatet werden. Dort steht nämlich eine Fusswaschanlage – ebenfalls nach Dr. Kneipp – zur Verfügung.

### **Unterwegs beobachten: Die Herstellung von Alpkäse.**

Auf den Alpen Grosshütten und Rainhütten kann während der Alpsaison (Anfang Juni bis Ende August) den Sennen bei der täglichen Alpkäseproduktion über die Schultern geschaut werden. Teilweise mit alten Gerätschaften wie dem «Brecher» (Rührinstrument aus Draht mit Holzstiel), «Kessi» (offenes Gefäss aus Kupfer) und «Werb» (Gefäss zum Pressen und Formen des Frischkäses), jedoch unter modernsten Hygiene- und Qualitätsanforderungen können Interessierte mitverfolgen, wie ein Laib Käse entsteht.

### **Über 20 Gratis-Angebote ab 3 Übernachtungen inklusive.**

Wer drei Nächte oder länger beim gleichen Beherberger im Appenzell übernachtet, kommt in den Genuss der Appenzeller Ferienkarte. So gibt's für Gäste über 20 Gratis-Angebote: Freie Fahrten in 15 Zonen der Appenzeller Bahnen, freie Fahrten mit den Bergbahnen (Kronberg, Hoher Kasten und Ebenalp) sowie Eintritte für Museen, Schwimmbäder und sonstige Freizeiteinrichtungen. Dazu kommen im Sommer Spezialangebote wie beispielsweise gratis Velo-Verleih und im Winter kostenlose Schneeschuhe.

### Transportmittel.

Appenzeller Bahnen	<a href="http://www.appenzellerbahnen.ch">www.appenzellerbahnen.ch</a>
Postauto St. Gallen – Appenzell inkl. PubliCar	<a href="http://www.postauto.ch">www.postauto.ch</a>
Hoher Kasten Drehrestaurant u. Seilbahn AG	<a href="http://www.hoherkasten.ch">www.hoherkasten.ch</a>
Luftseilbahn Jakobsbad–Kronberg AG	<a href="http://www.kronberg.ch">www.kronberg.ch</a>
Säntis-Schwebebahn AG	<a href="http://www.saentisbahn.ch">www.saentisbahn.ch</a>
Luftseilbahn Wasserauen–Ebenalp AG	<a href="http://www.ebenalp.ch">www.ebenalp.ch</a>
Seilbahn Frümsen–Staubern	<a href="http://www.staubern.ch">www.staubern.ch</a>
Seilbahn Alp Sigel	<a href="http://www.alpsigel.ch">www.alpsigel.ch</a>

### Themenwanderwege.

Barfussweg	Jakobsbad – Contenbad	1½ h
Chlustobelweg	Weissbad – Brülisau	1 h
Geologischer Wanderweg	Hoher Kasten – Saxerlücke – Brülisau	4½ h
Hörwanderung Kronberg	Kronberg – Jakobsbad	2 h
Kapellen-Rundwanderwege	Nördlich und südlich von Appenzell	je 4-5 h
«Pfeff ond Lischt»-Weg	Steig, Appenzell – Schlatt	1½ h

Weitere Wandervorschläge auf [appenzell.ch/tourenvorschlaege](http://appenzell.ch/tourenvorschlaege)

### Tipps und Tricks.

Der tagesaktuelle Zustand der Wanderwege im Alpstein	<a href="http://appenzell.ch/wegzustand">appenzell.ch/wegzustand</a>
Tourenvorschläge mit Karten und Höhenprofilen	<a href="http://appenzell.ch/tourenvorschlaege">appenzell.ch/tourenvorschlaege</a>
Filme «Alpstein von Oben»	<a href="http://appenzell.ch/alpsteinvonoben">appenzell.ch/alpsteinvonoben</a>
Webcams in und um Appenzell	<a href="http://appenzell.ch/webcams">appenzell.ch/webcams</a>
Informationen auf einen Blick, welche Berggasthäuser und Luftseilbahnen im Alpstein geöffnet haben.	<a href="http://alpstein.ch">alpstein.ch</a>

### Hinweis an die Redaktionen.

Aktuelles Bildmaterial kann bei Appenzellerland Tourismus AI angefordert werden. Für weitere Auskünfte steht Ihnen gerne zur Verfügung:

Appenzellerland Tourismus AI

Susanne Stäheli, Leiterin Marketing

Hauptgasse 4, CH-9050 Appenzell

Tel. +41 71 788 96 41; Direktwahl +41 71 788 96 39, Fax +41 71 788 96 50

[Susanne.staeheli@appenzell.ch](mailto:Susanne.staeheli@appenzell.ch); [appenzell.ch](http://appenzell.ch)