



ALLE BIKE-ROUTEN
AUF OUTDOORACTIVE



WICHTIGE SYMBOLE

- Einfache Route
- Mittelschwere Route
- Schwere Route
- Teerstrasse | Asphalt
- Karrweg | Forststrasse
- Singlettrail | Wanderweg
- Bike-Anlage Höchst-Trail
- Biketransport
- Kasse
- Tourist Center
- Restaurant / Hotel
- Ladestationen
- Waschanlage
- Bikehotel
- Pumptrack
- Bike-Service
- Bike-Vermietung
- Alpine Route Nr. 1
- Höchst-Trail
- Route Nr. 2, 20 & 33v: Abschnittsweise Bike schieben.

ROUTEN ADELBODEN FRUTIGEN

- 1 Familien-Biketour zur Cholerenschlucht
→ 9,3 km ↑ 232 hm ↓ 232 hm
- 3 Tschentenalp – Bannwald – Adelsboden
→ 4,5 km ↑ 6 hm ↓ 589 hm
- 4v Tschentenegge Trail Tschenten – Alpengarten
→ 3,2 km ↑ 0 hm ↓ 425 hm
- 5 Sillerenbühl – Tronegggrat
→ 26,4 km ↑ 1116 hm ↓ 1204 hm
- 6 Geils – Bergläger via Lurnigege
→ 3,3 km ↑ 1 hm ↓ 222 hm
- 8 Alp Metsch
→ 26 km ↑ 1026 hm ↓ 1026 hm
- 11 Adelsboden – Tschentenalp – Schermtanne
→ 16,1 km ↑ 829 hm ↓ 829 hm
- 20 Engstligen-Loop
→ 57,8 km ↑ 2540 hm ↓ 2490 hm

- 21 Tschentenalp – Schlachtfluh – Adelsboden
→ 4,5 km ↑ 1 hm ↓ 584 hm
- 22v Chüebodmi – Aebi
→ 1,4 km ↑ 0 hm ↓ 191 hm
- 23 Hahnenmoos – Geils
→ 2,1 km ↑ 0 hm ↓ 239 hm
- 24v Blatti Trail Metschstand – Führenweidli
→ 9,9 km ↑ 24 hm ↓ 850 hm
- 25 Elsigsee Runde Elsigalp – Elsigsee
→ 3,1 km ↑ 142 hm ↓ 142 hm
- 36s Höchst-Trail
→ 4 km ↑ 2 hm ↓ 410 hm
- 37 Alpine Bike 1
Kiental – Frutigen – Adelsboden – Lenk
→ 44,6 km ↑ 1631 hm ↓ 1527 hm

ROUTEN LENK

- 1 Veloweg Lenk – Simmenfälle
→ 9,7 km ↑ 41 hm ↓ 41 hm
- 2 Lenk – Hahnenmoos
→ 16 km ↑ 885 hm ↓ 885 hm
- 3 Lenk – Iffigenalp – Lenk
→ 16,9 km ↑ 524 hm ↓ 524 hm
- 4 Lenk – Laubbärgli – Obere Seewle – Lenk
→ 21,5 km ↑ 1083 hm ↓ 1083 hm
- 24v Zum Höchst-Trail und zurück
→ 3,1 km ↑ 142 hm ↓ 142 hm
- 31v Hahnenmoos – Bühlberg – Lenk
→ 8,9 km ↑ 21 hm ↓ 904 hm
- 32v Lenk – Leiterli – Summerwald – Lenk
→ 26,6 km ↑ 924 hm ↓ 924 hm
- 33v Panoramaroute Metschhorn – Langermatte
→ 28,4 km ↑ 1319 hm ↓ 1319 hm
- 34v Lenk – Lochberg – Trütlibergpass – Turbach – Gstaad
→ 23,6 km ↑ 999 hm ↓ 1006 hm

Masstab 1:38'000
1 cm in der Karte entspricht 380 m in der Natur
pm maps gmbh, CH-8887 Mels, www.pm-maps.ch
Kartengrundlagen: outdooractive Kartografie;
©OpenStreetMap [www.openstreetmap.org]