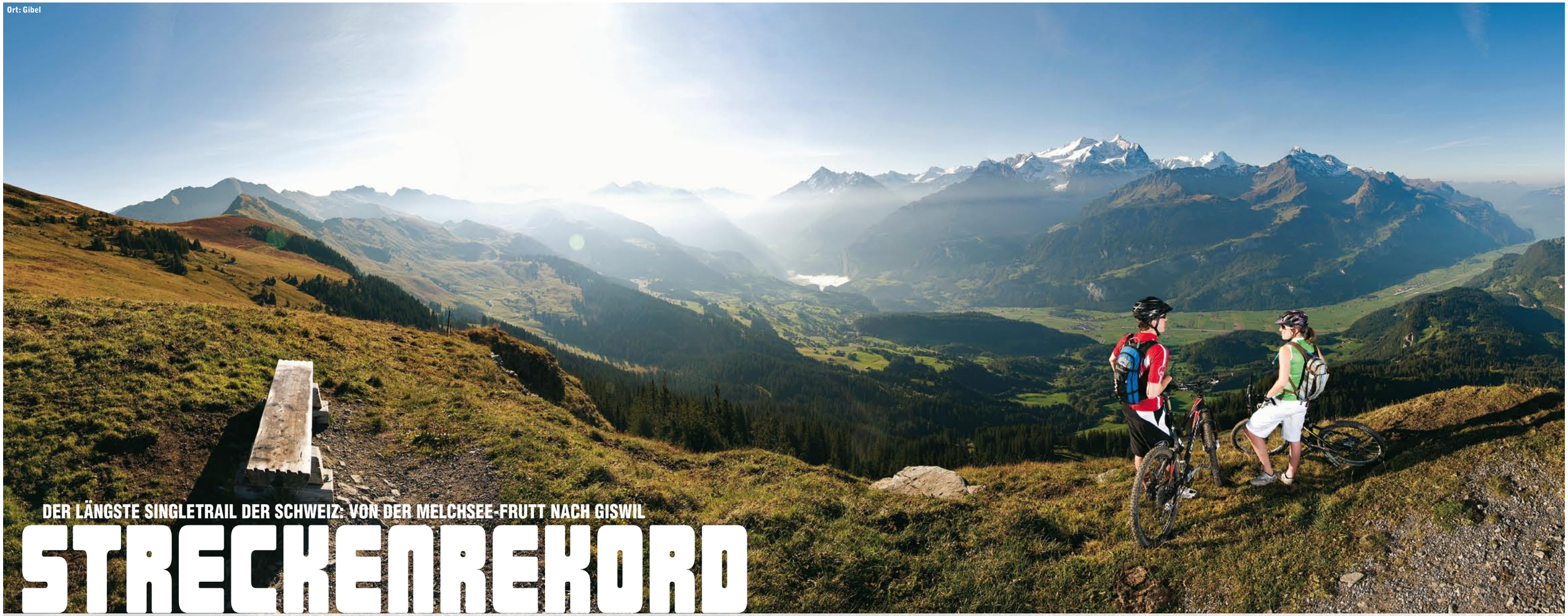
Ort: Erzegg mit Titlis im Hintergrund

MELCHSEE-TOUR

Ort: Gibel



DER LÄNGSTE SINGLETRAIL DER SCHWEIZ: VON DER MELCHSEE-FRUTT NACH GISWIL

STRECKENREKORD

Bisher fast unbemerkt versteckt sich zwischen der Melchsee-Frutt und dem Lungerer See der längste Singletrail der Schweiz. Ein 19 Kilometer langer, meist flüssig zu fahrender Pfad durch alpines Gelände, eine Tagestour fast ausschliesslich auf Singletrails – an der Grenze der Zentralschweiz zum Berner Oberland versteckt sich eine Superlative.

Es ist für uns Mountainbiker fast wie die Suche nach dem Heiligen Gral, eine Suche nach dem nicht mehr Übertreffbaren, nach etwas Magischen: Die Suche nach dem längsten Singletrail. Wer den Heiligen Gral gefunden hat, dem sollen der Legende nach Glückseligkeit, ewige Jugend und Speisen in unendlicher Fülle zufallen. Wir Mountainbiker konzentrieren uns auf die Glückseligkeit. In Bikedeutsch: Auf den Flow.

Der Blick auf die Bikekarte verspricht viel: ein scheinbar nie enden wollender Singletrail durch alpines Gelände, kilometerlang und voller Abwechslung. Die Route führt von der Melchsee-Frutt auf die Planplatten hoch über Meiringen und durch den Hasliberg zurück in die Zentralschweiz nach Giswil.

Unsere Suche nach dem heiligen Trail ist kurz vor sieben Uhr in der Früh in Luzern losgegangen. Mit der Bahn nach Sarnen, danach mit dem Postauto zur Talstation Stöckalp und das letzte Stück mit der Gondelbahn bis hoch zur Melchsee-Frutt. Wir folgen das erste Stück dem Strässchen, noch liegt eine frühmorgendliche Ruhe über dem Hochtal. Einzig die Fischer säumen bereits in Massen die Ufer der beiden kleinen Stauseen. In stoischer Ruhe sitzen sie auf ihren Klappstühlen, warten hoffnungsvoll auf ein Zucken ihrer Angelleinen und bemerken uns Biker nicht einmal. Ein Angler-Flow? Uns bleibt die Faszination des Fischens verwehrt, lieber steuern wir unserem geplanten Trail entgegen.

HEILIGES TRAIL-GELÄNDE

Nach dem Tannensee geht es los. Ein kurzer Aufstieg zum grossen Heiligenkreuz, als wolle dieses den bevorstehenden Trail als gesegnetes Gelände markieren. Hinter uns sticht der Titlis mit seiner Gletscherkuppe in den Morgenhimmel und weit vor uns am Horizont sind bereits die Berner Hochalpen der Jungfrauregion zu erkennen. Nun lenken wir auf den erwarteten Trail ein, der uns gleich ordentlich fordert. Knifflige Passagen führen bergab, unbarmherzig steile Stiche gegenüber gleich wieder hoch. Vom Flow ist noch nichts zu spüren, dafür ein ordentlicher Säuregehalt in den Oberschenkeln. Es scheint, als wolle uns der Trail hier testen – wer diesen Part nicht übersteht, der ist die restliche Route nicht wert.

Auf dem Balmeggerhorn angelangt bemerken wir, dass die Bergbahnen für den Bau einer Bergstation einen neuen Fahrweg ins Gelände gelegt haben und der Aufstieg bis hierher weit einfacher zu fahren gewesen wäre. Bedauern wechselt aber sogleich in Vorfreude: Der anstehende Trail ist in seiner ganzen Länge zu erkennen und zieht sich wie eine Schlangenlinie der Bergflanke nach. Kette rechts und rein ins Vergnügen. Eine vorsichtige Fahrweise ist hier aber angesagt, links geht es steil runter ins Gental, ein Sturz hätte hier fatale Folgen. Bei etwas geübter Fahrtechnik ist der Weg aber Spitzenklasse. Immer wieder queren wir kleine Bachrinnen oder kurven um felsige Bergkuppen, mal fällt der Weg leicht ab, dann steigt er wieder für ein paar Meter, mal fährt er sich superflüssig, um kurz danach in einer steinigen Passage unsere ganze Konzentration zu fordern. Der Weg ist gerade breit genug, um ihn schnell und flüssig fahren zu können. Kurze Pausen sind hier ein Muss, alleine dem Panorama wegen. Links glitzert der Triftgletscher in der Morgensonne und vor uns bäumt sich das Wetterhorn mit dem Rosenlauigletscher auf.

Auf diesem Abschnitt sind wir froh, schon früh unterwegs zu sein. Zwischen Planplatten und der Melchsee-Frutt spazieren viele Wanderer, die auf der einen Seite mit der Gondel hoch, auf der anderen Seite wieder mit der Gondel ins Tal fahren. Dieses Segment des Wandervolks ist uns Mountainbikern bekanntlich bis heute nicht grün und wir beugen Diskussionen vor, indem wir ein wenig früher aus den Federn steigen. So einfach geht das.

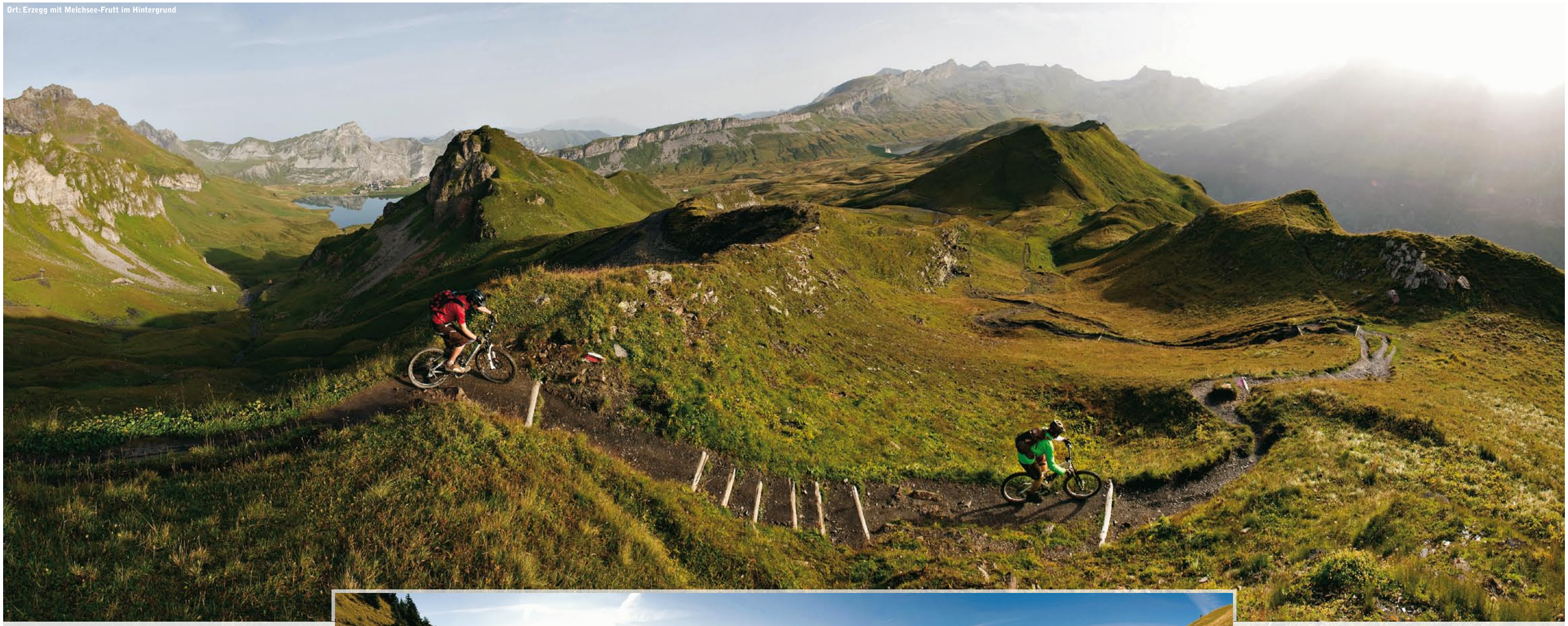
DREIGESTIRN STATT MALLORCA

Beim Planplatten gehts rein in die erste längere Abfahrt des Tages. Fahrtechnisch ist der Singletrail nun etwas einfacher als zuvor, durch viele kleine Kurven gelangt man bis zur Alp Hääggen. Hier hat sich der Blick in die Berner Alpen nun geändert. Direkt gegenüber steht nun das Dreigestirn Wetterhorn, Mittelhorn und Rosenhorn. Aus der Distanz wirken sie noch eindrücklicher als wenn man direkt unter ihnen steht. Ein kurzer Trailaufstieg steht nun bevor, hoch zur Käserstatt, für uns ein idealer Ort für eine Mittagspause. Der Wirt des Berghauses ist ein Radsportliebhaber und er scheint sich über eintreffende Biker zu freuen wie ein Kind über die Weihnachtsbescherung. Für Mountainbiker hat er eine spezielle Informationsecke eingerichtet und besonders stolz ist er auf das dicke Biker-Gästebuch. Das Buch quillt fast über, so viele haben sich schon darin verewigt. Und wer sich einträgt, nimmt dadurch automatisch an der Verlosung von Veloferien auf Mallorca teil. Auch unser Name steht nun auf der Liste, fasziniert blicken wir von der Terrasse hinüber zur Nordwand des Wetterhorns. Veloferien auf Mallorca? Ist doch gar nicht nötig bei solcher Schönheit im eigenen Land.

DEM HIMMEL SO NAHE

Wir schlagen uns im Berghaus die Bäuche voll, bereuen unsere Masslosigkeit später aber etwas. Zurück auf dem heiligen Trail, führt er uns den Berg hoch, nie richtig steil aber immer ganz schön anstrengend. Beim Aussichtspunkt unterhalb dem Gibel hat die Tour schliesslich himmlische Verhältnisse erreicht. Gegenüber ragt noch

Der Gibel mit Sicht auf den Talboden mit Meiringen und auf die Berner Hochalpen ist eine der schönsten Stellen der Tour.


Ort: Erzegg mit Melchsee-Frutt im Hintergrund

Ort: Balisalp

immer das Dreigestirn in den Himmel, tief unter uns breitet sich der weite Talboden zwischen Meiringen und Brienz aus und etwas weiter hinten ist das tiefdunkle Blau des Brienzersees zu erkennen. Ein fantastisch schöner Ort, eine Pause auf der Sitzbank ist hier mehr als angebracht. Wir staunen aber nicht schlecht, als ein Kampfjet der Schweizer Armee auf Augenhöhe an uns vorbei donnert. Gleichzeitig fasziniert und abgestossen von diesem Schauspiel, erinnern wir uns an den Militärflugplatz weit unten im Tal. Hier starten mitten aus dieser scheinbar heilen Bergwelt die Kriegsflieger zu ihren Übungsflügen. Der stechende Lärm der Jets durchbricht diese Alpenidylle jäh, doch irgendwie sind wir von diesen kleinen Fliegermonstern auch angetan. Von König Arthur mit dem Heiligen Gral sind wir bei Tom Cruise in TopGun angekommen.

ZURÜCK IN DER ZENTRALSCHWEIZ

Unser heiliger Trail findet seine Fortsetzung. Wir lassen die Berner Alpen im Rücken und steuern nordwärts zurück in die Zentralschweiz. Bis hinunter nach Lungern führt nun die Abfahrt, anfänglich über alpines Weideland, dann weitgehend in der Falllinie entlang einem kleinen Bergsträsschen. Die Route ist nicht mehr von der himmlischen Qualität der vorherigen Abschnitte, doch die Messlatte liegt unterdessen auch gar hoch. Die Abfahrt führt immer wieder durch Weideland, Kühe haben dem Weg zum Teil arg zugesetzt. Doch wir Mountainbiker nehmen es, wie es kommt. Schliesslich sind unsere Räder grosszügig gefedert. Steil schlängelt sich der Weg durch die Wiesen und steil unter uns liegt der Lungerer See. Vom Weiss der Gletscher haben wir nun zum Blau der Seen gewechselt.

REKORDWERTE FÜR DIE ROUTE

Zurück im Tal wissen wir, dass unsere Suche nach dem Gral erfolgreicher war als die von König Arthurs Rittern. Wir haben den heiligen Trail gefunden. Es ist mit Sicherheit nicht der einzige, aber bestimmt der längste. 19 Singletrail Kilometer haben wir in den Waden. Wohl kaum eine andere Biketour in der Schweiz weist einen so hohen Trailanteil auf. 63 Prozent der Strecke führen über erstklassige Singletrails. Rechnet man das Panorama dazu, gehört die Runde zu den besten Biketouren der Alpen.

STEIGERUNG NOCH MÖGLICH

Es ist auch möglich, den heiligen Trail in umgekehrter Richtung mit Start in Lungern in Angriff zu nehmen. In dieser Version wird eine gute Fitness vorausgesetzt, fällt doch der praktische Aufstieg mit Postauto und Gondelbahn weg und wird durch die eigene Muskelkraft ersetzt. Dafür kann am Schluss ein Höhepunkt oben drauf gesetzt werden: Wer beim Tannensee noch Kräfte übrig hat, nimmt da den Trail zur Engstlenalp, lässt sich mit Sesselift auf den Jochpass chauffieren und fährt über Engelberg bis zum 1700 Höhenmeter weiter unten liegenden Grafenort.

Und gar noch eine Steigerung ist möglich: Wer die Tour an einem schönen Herbsttag fährt, wird nicht selten von einer glasklaren Sicht beglückt. Weit oben in den Berggipfeln liegt zu dieser Jahreszeit schon der erste Schnee, weit unten hängt oft bereits ein dichtes Nebelmeer. Bei solchen Bedingungen ist die Tour wahrlich fast biblisch schön.

Text: Thomas Giger **Foto:** Alex Buschor

Bild oben: Hoch über Melchsee-Frutt schlängelt sich der Trail durch die alpine Landschaft, im Bild befahren in Richtung Engelberg.

Bild mitte: Ein Singletrail soweit das Auge reicht, insgesamt 19 Kilometer am Stück.

Ort: Käserstatt

Ort: Käserstatt

ROUTEN-INFOS

Diese «Panoramatour» führt durch die Skigebiete Melchsee-Frutt und Hasliberg. Es warten unzählige landschaftliche Leckerbissen und den wohl längsten Singletrail der Schweiz. Vorbei am Melchsee und Tannensee wird schnell der Trail Richtung Balmeregghorn erreicht. Der imposante Titlis und die mit Felsen und Gletschern durchsetzten Wendenstöcke rücken ins Gesichtsfeld. Einmal auf dem Höhentrail unterwegs, präsentiert sich das Berner Alpenpanorama nun wie auf einem Tablett. Rosenlauigletscher, Wetterhorn und Eiger sind zum Greifen nahe. Fast endlos lang zieht sich der Weg jetzt über die gesamte Flanke des Haslibergs bis hinüber zum Gibel. Es öffnet sich das Panorama zu den Obwaldner Bergen. Weit unten liegt der tiefblaue Lungerer See und im Nordosten ist das Älggi – der geographische Mittelpunkt der Schweiz – zu erkennen. Aber die Tour ist hier noch nicht zu Ende, es folgen noch satte 1400 Höhenmeter Abfahrt bis nach Giswil.	***Kurzbeschrieb***
Höhentrails von der Erzegg bis zum Gibel und die nachfolgende Abfahrt nach Lungern; Aus- und Fernsicht von allen Orten entlang der Tour	***Höhepunkte***
Melchsee-Frutt (Anfahrt ab Sarnen mit Postauto und Gondelbahn)	***Startort***
Frutt–Tannensee–Erzegg–Balmeregghorn–Planplatten–Hääggen–Käserstatt–Gibel–Hüttstett– Lungern–Mülibach–Kaiserstuhl–Giswil	***Strecke***
Bei Käserstatt über das Fruttli ins Klein Melchtal abfahren; Route in umgekehrter Richung fahren	***Alternativstrecken***
31 Kilometer	***Distanz***
2370 Meter Abfahrt, 960 Meter Aufstieg	***Höhendifferenz***
■■■□	***Biketechnik***
■■■□	***Ausdauer***
Diverse Möglichkeiten in Melchsee-Frutt, Panoramarestaurant Alpentower, Hääggenstubeli (Getränke und Speisen direkt von der Alpwirtschaft), Berghaus Käserstatt, diverse Verpflegungsmöglichkeiten in Lungern und Giswil	***Verpflegungsmöglichkeiten***
Swiss Singletrail Map Nid-/Obwalden (Blatt 10)	***Karten/Führer***
Mitte Ende Juli–Oktober	***Jahreszeit***
www.ride.ch/tourendownload/index.php?code=7535 Die Tour kann als Ebene (Layer) für die SwissMap25 oder SwissMap50 auf der Website von Ride bezogen werden. Damit lässt sich die Strecke auf Karten im Massstab 1:25'000 oder 1:50'000 anzeigen und ausdrucken oder kann auf ein GPS-Gerät übertragen werden.	***Routendownload***

LOCATION
MELCHSEE-HASLIBERG

INFORMATIONEN
- Zentralschweiz Tourismus, Bahnhofstr. 3, 6002 Luzern, Tel 041 227 17 17, Email: info@centralswitzerland.ch, www.centralswitzerland.ch
- Sarnen Tourismus, Hofstrasse 2, 6060 Sarnen, Tel 041 666 50 40, Email: info@sarnen-tourism.ch, www.sarnen-tourism.ch
- Tourismus Haslital, Bahnhofstr. 22, 3860 Meiringen, Tel 033 972 50 50, info@haslital.ch, www.haslital.ch
- Lungern Tourismus, Bahnhofstr. 33, 6078 Lungern, Tel 041 678 14 55, info@lungern-tourismus.ch, www.lungern-tourismus.ch
- Tourismus Melchsee-Frutt, Sarnerstr. 1, 6064 Kerns, Tel 041 660 70 70, tourismus@melchsee-frutt.ch, www.melchsee-frutt.ch

TIPPS
- Wer mehr Höhenmeter machen will, kann die Tour in der Stöckalp starten. Achtung: Bergstrasse Melchsee-Frutt mit zeitlich geregeltem Verkehr (Bergfahrten in den geraden Stunden: z.B. 8-9 Uhr, 10–11 Uhr, usw.).
- Der Höhenweg in der Region Hasliberg ist auch bei Wanderern beliebt. Die Tour wenn möglich früh starten und Wochenenden in der Hochsaison meiden.

HOTELS
- Diverse Hotels auf Melchsee-Frutt, www.melchsee-frutt.ch
- Berghaus Käserstatt, www.kaeserstatt.ch
- Hotel Bahnhof Giswil, www.bahnhofgiswil.ch

BIKE-HIGHLIGHTS
- Höhentrails von der vom Erzegg bis zum Gibel und die nachfolgende Abfahrt nach Lungern
- Aus- und Fernsicht von allen Orten entlang der Tour

FÜHRER / KARTEN
- Swiss Singletrail Map Nid-/Obwalden (Blatt 10), www.singletrailmap.ch

TOURENANBIETER
- keine offiziellen Tourenanbieter
- Auf Wunsch kann Lukas Stöckli für die Tourenführung gebucht werden: www.lukasstoeckli.ch

BAHNEN MIT BIKETRANSPORT
- Postautobetrieb Sarnen-Stöckalp, www.postauto.ch
- Bergbahnen Melchsee-Frutt, www.melchsee-frutt.ch
- Bergbahnen Meiringen-Hasliberg, www.meiringen-hasliberg.ch

BIKESHOPS
Keine Bikeshops entlang der Strecke.
- Auer Velos Motos, Gartenstr. 21, 6060 Sarnen, Tel 041 660 70 33
- Tschupp Velos-Motos, Rütistr. 13, 6060 Sarnen, 041 660 25 92
- Zebri Velos Motos, Waagstr. 3, 6060 Sarnen, Tel 041 660 60 77
- Bike-Atelier, Brünigstr. 34, 6074 Giswil

SPORTALTERNATIVEN
- Fischen in einem der Seen auf der Melchsee-Frutt

EVENTS SPORT/KULTUR
- Tann-Chilbi, Tannalp, Ende Juli
- Rock am See Lungern, Anfang August
- Schwing- und Älplerfest Melchsee-Frutt, Mitte August
- 2-Seen-Lauf, Melchsee-Frutt, Ende August
- Chästeilet Mäglisalp, Anfang September

WEBSITES
- www.centralswitzerland.ch
- www.sarnen-tourism.ch
- www.haslital.ch
- www.lungern-tourismus.ch
- www.melchsee-frutt.ch
- www.kaeserstatt.ch
- www.alpentower.ch
- www.haeggen.ch

RIDE-BILDER ALS POSTER

Ride ist bekannt für seine hohen Ansprüche an die abgedruckten Bilder. Kaum ein anderes Mountainbike-Magazin erreicht eine so hohe Bildqualität. Nun ermöglicht es Ride seinen Lesern, die im Heft abgedruckten Bilder in Grossformat als Poster für die eigenen vier Wände zu bestellen. Alle Bilder auf den, mit dem kleinen Pfeil-Ikon markierten Seiten können in Grossformat bestellt werden.

Alle mit einem Pfeil-Ikon markierte Bilder können in Grossformat bestellt werden

WWW.RIDE.CH/POSTER