

Lust auf Bouldern?

Auf der Engstligenalp gibt's Boulder Parcours für alle!

Allgemein

Was ist Bouldern?

Ein «Boulder» ist ein Felsblock. Statt mit Seil und Haken wird beim Bouldern in Absprunghöhe an Felsblöcken geklettert. Zur Sicherung dient lediglich eine Matte, die bei einem Sprung zurück auf den Boden gut dämpft und schützt.

Bouldern können alle! Viele kennen Bouldern aus der Kletterhalle. Besonders viel Spass bietet es aber draussen in der Natur.

Der Mammut Boulder Parcours auf der Engstligenalp oberhalb von Adelboden ist ein kleines aber feines Boulderparadies inmitten einer prächtigen Bergwelt. Verschiedene Parcours sind mit Farben markiert. Von grün über blau, rot und schwarz bieten die verschiedenen Schwierigkeitsgrade allen eine spannende Herausforderung.

■ Leichter Parcours für Einsteiger und Kinder

■ Mittelschwieriger Parcours für Gelegenheitskletterer

■ Anspruchsvoller Parcours für Fortgeschrittene

■ Schwieriger Parcours für ambitionierte Boulderer

Ausrüstung

Was braucht es zum Bouldern?

Zum Bouldern braucht es ein Paar Kletterschuhe, einen Magnesiabeutel und ein «Crash Pad», eine Bouldermatte, die bei einem Sprung zurück auf den Boden schützt.

Boulderdecken können beim Berghotel Engstligenalp für Fr. 10.– gemietet werden.

Auskunft: Berghotel Engstligenalp, Tel. +41(0)33 673 22 91

Risiko

Ist Bouldern gefährlich?

Das Verletzungsrisiko beim Bouldern ist grundsätzlich gering. Wer sich gut aufwärmt und sich bewusst ist, wie hoch über der Matte geklettert wird, kann das Risiko auf ein Minimum reduzieren.

Wer sich den ersten Schritt zum Bouldern nicht alleine zutraut, kann sich für einen Boulderkurs auf der Engstligenalp anmelden. **Die Mammut Alpine School führt diverse Kurse für Einsteiger und Fortgeschrittene durch: www.mammut.ch.**

Respekt

Naturschutzgebiet und Verantwortung

Die Boulder Parcours befinden sich mehrheitlich in einem Naturschutzgebiet. Bitte tragen Sie Sorge zur Natur und halten Sie sich an die Anweisungen. Verlassen Sie die Bouldergebiete bitte ohne Spuren zu hinterlassen.

Fotos: Wolfgang Arz



Adelboden
Frutigen

Berner Oberland



Adelboden
Frutigen

Berner Oberland



Die Mammut Alpine School bietet Boulderkurse auf der Engstligenalp an. Infos unter: mammut.ch

Die Mammut Alpine School bietet Boulderkurse auf der Engstligenalp an. Infos unter: mammut.ch

Infos Engstligenalp

Anreise

Zug: Von Frutigen per Bus nach Adelboden-Oey und per Ortsbus (Boden) nach Birg (Endstation).
Auto: Über Spiez, Frutigen nach Adelboden. In Adelboden bei der Bäckerei Aellig nach Birg (grosser Gratisparkplatz bei der Talstation).

Luftseilbahn Betriebszeiten und Tarife Sommer 2011
bis 24.06. 8.40–17.00 h Einfach Retour
bis 28.08. 8.20–18.00 h EW CHF 16.50 CHF 24.00
bis 23.10. 8.40–17.00 h Kind CHF 7.20 CHF 10.00
Alle 15 Minuten.
Ermässigungen: ½ Tax, GA, Swiss Card, Regiopass, FVP

Allgemeine Auskunft

Bergbahnen Engstligenalp AG
Unter dem Birg, 3715 Adelboden
Tel. +41 (0)33 673 32 70 oder +41 (0)33 673 22 91
info@engstligenalp.ch, www.engstligenalp.ch

Restaurants/Hotels

Berghotel Engstligenalp, Tel. +41 (0)33 673 22 91
Berghaus Bärtschi, Tel. +41 (0)33 673 13 73

Notfallnummern

Ambulanz 144, Polizei 117,
Rega 1414

Boulder Parcours Engstligenalp – Adelboden

In Zusammenarbeit mit Bimano, www.bimano.ch
und Bergbahnen Engstligenalp AG, www.engstligenalp.ch



MAMMUT
Absolute alpine.

MAMMUTBOULDER
ADELBODEN



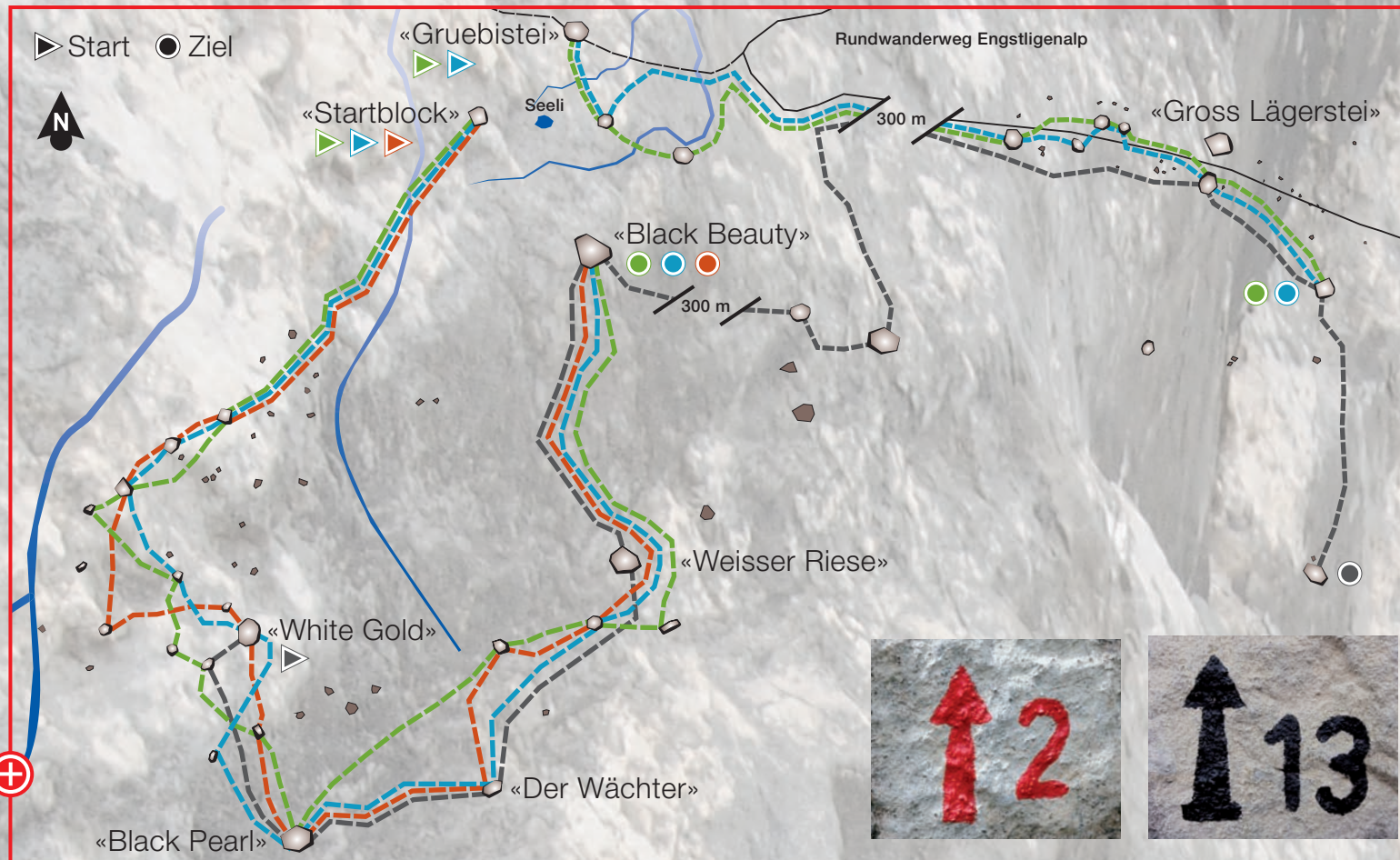
MAMMUT
Absolute alpine.

MAMMUTBOULDER
ADELBODEN



MAMMUT
Absolute alpine.

Übersicht und Detailplan der Boulder Parcours



Übersicht und Detailplan: Bimano



Zugang

Der Start der Boulder Parcours ist in einem kurzen Fussmarsch (25 bis 35 Minuten) von der Bergstation der Seilbahn erreichbar, die Felsblöcke in der Ebene sogar mit Kinderwagen.

Von der Bergstation geht es erst zum Berghaus Bärtschi und von hier auf dem Rundwanderweg gegen Uhrzeigersinn über die Ebene der Engstligenalp. Nach 20 Minuten wird der Bach überquert. Kurz danach wird der Rund-

wanderweg nach rechts auf den kleinen Pfad verlassen. Diesem folgt man rund 150 m. Hier steht der «Gruebistei», welcher den Start für den grünen und blauen Parcours (Nr. 5 und 6) in der Ebene markiert. Der Start der weiteren Parcours befindet sich 10 Minuten bachaufwärts in südwestlicher Richtung. Am «Startblock» beginnt ein grüner, blauer und roter Parcours (Nr. 1, 2 und 3). Etwas weiter oben, am markanten weissen Block «White Gold», startet der schwarze Parcours (Nr. 4).

Boulder Parcours

Die Parcours sind nach Schwierigkeitsgrad eingestuft. Der Schwierigkeitsgrad entspricht der Fontainebleau Boulder-skala. Jede Route ist mit einem Pfeil und einer Nummer markiert. Ein Balken beim Pfeilanzfang markiert, dass aus dem Sitzen zu starten ist. Andernfalls wird aus dem Stehen losgeklettert.

4a – 4c 5a – 5c 6a – 6b 6c – 7b

Die Parcours sind so gelegt, dass häufig an einem Felsblock mehrere Parcours vorbei kommen. So kann, wer beispielsweise den blauen Parcours klettert, auch einmal eine grüne, rote oder gar schwarze Route versuchen. Der Parcours Nr. 6 ist ein spezieller Kinderparcours. Teilweise sind an den Felsblöcken weitere Routen mit feinen schwarzen Pfeilen (ohne Nummer) markiert, die nicht Bestandteil der Parcours sind, aber natürlich auch probiert werden können.

Zeitbedarf

Die verschiedenen Parcours umfassen je zwischen 15 und 20 einzelne Routen. Bei gemächlichem Klettertempo entspricht der Zeitbedarf für einen Parcours inkl. Zustieg/ Abstieg und Pausen ungefähr einem Tagesprogramm.

Wetter

Die Engstligenalp befindet sich auf knapp 2000 Meter in alpiner Umgebung. Passen Sie die Ausrüstung und Bekleidung diesem Umstand an. Die Felsblöcke trocknen

nach Regen sehr schnell ab und ermöglichen ein schnelles Begehen der Parcours.

Weitere Informationen

Die Parcours 7 und 8 sind im Detailplan nicht beschrieben. Infos zu allen Routen/Boulder Parcours sind unter www.bimano.ch zu finden.