

Fitness am Berg

Samstag, 11. April 2026

Innert knapp einer Stunde erreichen wir ab Aarau mit dem IC 5 und dem Regionalzug den Bahnhof Twann, von wo wir durch die Twannbachschlucht und via Lamboing zum Mont Sujet, oder auf Deutsch Spitzberg, aufsteigen. In der Hoffnung den Richtigen Zeitpunkt zu erwischen, um nach den gut 900 Höhenmetern ein blühendes Meer von Osterglocken anzutreffen, nehmen wir insbesondere den zweiten Teil des Anstiegs, im Forêt de Chassin, recht zügig unter die Füsse. So bringen wir unser Herz-Kreislauf-System auch ausserhalb eines Fitness-Studios auf Touren und geniessen dabei die frische Luft und Wunder der Natur. Danach steigen wir nach Les Prés-d'Orvin ab und treffen unterwegs hoffentlich auf eine offene Métairie zum Einkehren.

- Treffpunkt: **Samstag, 11.04.2026, um 09:27, Gleis 3 in Twann**
- Fahrplan: **08:30 ab Aarau**, mit IC 5 nach Biel/Bienne, Gleis 4
09:21 ab Biel/Bienn, mit R 16 nach Twann, Gleis 10 (Richtung Neuchâtel)
- Wanderzeit: ca. 4 1/2 Stunden Gehzeit (zügiges Marschtempo), 14.5 km, +980m, - 400m
- Ausrüstung: Schuhe mit gutem Profil, dem Wetter und den Temperaturen entsprechende Kleidung (wir gehen bis auf knapp 1400 MüM), evtl. Wanderstöcke, Getränke und Snacks für unterwegs
- Verpflegung: Getränke und Snacks aus dem Rucksack, voraussichtlich Einkehr in einem Berg-Restaurant
- Durchführung: nur bei trockener Witterung
- Rückfahrt: ab Les Prés-d'Orvin, Bellevue voraussichtlich um 17:11 (Ankunft in Aarau um 18:29)
- Kosten: alle: Billett löst jeder selber, Schlucht-Zoll (CHF 2), sowie Konsumation im Restaurant
Nicht-Mitglieder: zusätzlicher Unkostenbeitrag von CHF 10
(für Kinder, Jugendliche, Flüchtlinge sowie Kulturlegi entfällt dieser Betrag)
- Versicherung: ist Sache der Teilnehmenden
- Anmeldung: bis spätestens 01.04.2026 (Teilnehmerzahl beschränkt)
an wanderungen@nf-aarau.ch
- Leitung & Infos: z.B. bezüglich Durchführung:
Luzia Suda, esa-Wanderleiterin, 078 403 14 73
- weiteren Touren: nf-aarau.ch

