

PVETH

Pensionierten Vereinigung
der ETH Zürich
Postfach, 8092 Zürich
www.pveth.ch



4-Seen-Wanderung Seftigen – Amsoldingen

Donnerstag, 17. September 2026 (Verschiebungsdatum: 24. September 2026)

Wanderleitung: Thomas Malanowski, Co-Leitung Robert Gehrig

Programm: Wanderung von Seftigen nach Amsoldingen, Kanton Bern
ohne Schwimmen in tiefblauen Seen

Anforderung: **leicht** (siehe "Richtlinien" auf der Rückseite unseres Jahres-Programms)
Distanz: **10.0 km** bergauf **189 m** bergab **125 m** Zeit: **2 h 30 min.** höchster Punkt: **677 m**

Billett: Löst jeder Teilnehmer selbst.
Hinfahrt: Wohnort – Seftigen Bahnhof
Rückfahrt: Amsoldingen Kirche – Wohnort
Ab Zürich HB, mit Halbtax-Abo, Hinfahrt Fr. 24.20, Rückfahrt Fr. 32.00

Treffpunkt: Zürich HB 08:15 Uhr beim Prellbock Gleis 6

Fahrplan:	Hinfahrt:	Zürich HB	ab 08:32 Gleis 32
		Bern HB	an 09:28 Gleis 2
		Bern	ab 09:42 Gleis 5 S4
		Seftigen	an 10:09
	Rückfahrt:	Amsoldingen, Kirche	ab 16:09 od. 17:09 Bus 3
		Thun	an 16:27
		Thun	ab 16:34 Gleis 2 IC 81, od. 16:42/ 17:04
		Zürich	an 17:58 Gleis 34 od. 18:10/ 18:52

Ausrüstung: Wanderschuhe, Schutzkleidung gegen Wind, Kälte und Sonne (Hut, Crème, Brille), Getränke, Mittagessen im Landgasthof Grizzlybär

Verpflegung: Startkaffee: Restaurant Höfli, Seftigen (Abmarsch ca. 10:45 Uhr)

Mittagessen: Erlebnisland Grizzlybär, 3636 Forst-Längenbühl

(033-356 26 55, zirka an 12:45 Uhr, ab 13:40)

Menü 1: Fleisch CHF 30.--

Menü 2: Vegi CHF 30.--

Menüwahl bitte bei der Anmeldung angeben.
Schlussbier nach Bedarf im Caffè Spettacolo, Thun (zirka 15:30 Uhr)

Versicherung: Ist Sache der Teilnehmenden

Wanderprogramm

Die Wanderung vom **Donnerstag, 17. September 2026**, führt uns von Seftigen nach Amsoldingen ausserhalb des Einzugsgebietes der Hauptstadt Bern. Wir starten um zirka 10.45 Uhr zu Fuss ab Restaurant Höfli bis zum Restaurant Grizzlybär (Mittagessen zirka 12:45). Distanz 6.4 km, Wanderzeit ca. 1 ¾ h. Anschliessend Abstieg nach Amsoldingen, Distanz 3.2 km, ca. 45 Min., Busfahrt nach Thun Bahnhof.

Besonderes:

Die Haupt-Steigung der Wanderung erfolgt auf den ersten 1,2 km vom Bahnhof Seftigen (80 Höhenmeter) mit gut ausgebauten, breiten Naturstrassen. **Tipp: Nicht zu schnell starten!!** Stöcke können den Anstieg unterstützen sind aber keine Voraussetzung.

Hauptattraktion auf der Wanderung im Kanton Bern ist der Naturweg (500 m.ü.M.) mit Blick auf die Alpen mit Wetterhorn (3670 m), Finsteraarhorn (4274 m), Jungfrau (4150 m), Mönch (4110 m), Eiger (3967 m), Breithorn (3780 m), das Stockhorn (2190 m), der Niesen (2362 m), die 3+1 Seen und die Kirche in Amsoldingen aus dem 10. Jahrhundert n.Chr.

Angehörige und Freunde sind herzlich zum Mitwandern eingeladen.

Anmeldung bis am Dienstag 15.09.26 um 10:00 Uhr

- per Formular PVETH oder
- per E-Mail bei Thomas Malanowski malanowskit24@gmail.com

Auskunft über Durchführung auf PVETH-Homepage [«Aktuell»](#)

Nächste Veranstaltung: 1. Oktober 2026, Stadtwanderung