

Adelboden – Engstligen-Wasserfälle - Adelboden
Donnerstag, 16. Oktober 2025



Engstligen-Wasserfälle / Neue Forschungsergebnisse bestätigen die «Kraft» der Wasserfälle.

Die zweithöchsten Wasserfälle der Schweiz, die Engstligenfälle, gehören zu den schönsten Kraftorten in der Schweiz. Schäumende «Gist», die mit Ionen gesättigte Luft (positiv oder negativ geladene Ionen?), im Volksmund als «gute Luft» bekannt, tragen zu diesem imposanten Naturschauspiel bei. Laut tösend stürzt das Wasser 600 Meter tief ins Tal. «Die vom Wasserfall freigesetzte Kraft macht diesen Ort zu einem wahren Energiebad».

Dauer	ca. 3h 30', 7,6 km  450m  360m
Charakteristik	Eine Wanderung mit leichtem Auf und Ab, dem Ufer der Engstligen entlang. Anstieg und Rundwanderung bei den Wasserfällen. Interesse an Kraftorten.
Ausrüstung	Der Witterung angepasste Kleidung. Wanderschuhe  , Regen-/Sonnenschutz, viel Humor und Spass.
Verpflegung	Verpflegung aus dem Rucksack. Startcafé in Adelboden.
Treffpunkt	Adelboden-Post (Bus-Endstation), 10.02 Uhr Individuelle Anreise nach Adelboden Post. SBB bis Frutigen. Bus 230, Kante A (vor dem Bahnhof-Gebäude) nach Adelboden-Post.
Rückkehr	Bus 232 von Unter dem Birg (Engstligenfälle) nach Frutigen, via Adelboden-Oey, Abfahrt 15.40 Uhr, Frutigen an 16.21 Uhr.

Billette	Die Billette (An-/Rückreise) werden von den Teilnehmenden selbst gelöst und bezahlt.
Kosten	Die Wanderung kostet CHF 10.00. Weitere Kosten (Billette, Verpflegung, etc.) gehen zu Lasten der Teilnehmenden.
Versicherung	Ist Sache der Teilnehmenden.
Leitung, Auskunft	Bernhard Steiner, Lenzburg, www.steinerkonfliktloesungen.ch Mobile: 079 598 37 78 / WhatsApp E-Mail: steinerbernhard@bluewin.ch
Anmeldung	Bis spätestens Dienstag, 14. Oktober 2025, (Anmeldung erforderlich):
Durchführung	Die Wanderung findet bei fast jedem Wetter statt. (Ausnahmen: Wetter-Warnung, Regen, Gewitter, etc., Info am Mittwoch, 15. Oktober 2025 per Mail, ohne Information findet die Wanderung statt).
Besonderes	Entlang der Engstligen, auf dem Weg zu den Wasserfällen, lädt eine Kneipp-Gesundheits-Anlage zu «Storchenschritten» und zu einem kurzen, kreislaufanregenden Verweilen. Bitte Frotte-Tuch mitnehmen. «Jeder und jede von uns hegt den Wunsch, einen Ort zu finden, wo man sich wohl fühlt, Kraft schöpfen kann, um unbelastet den Augenblick der Gegenwart bewusster geniessen zu können» (Blanche Merz). Verschiedene Übungen und Rituale am Kraftort helfen diese Energie/Kraft zu integrieren.

