

SUIZA.

N° 04



Suiza.

A

B

C

D



Grand Train Tour

SUIZA

1

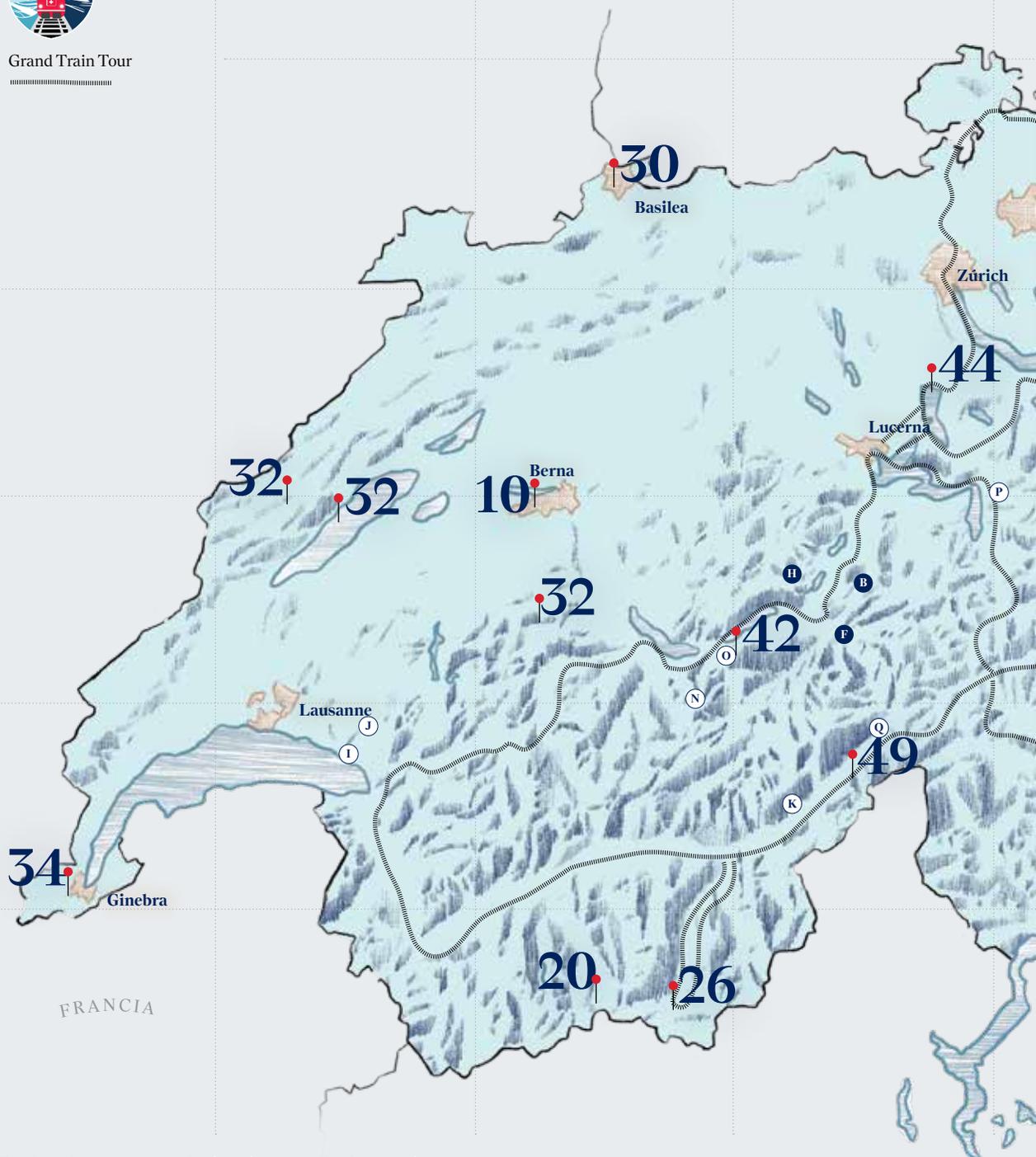
2

3

4

5

6



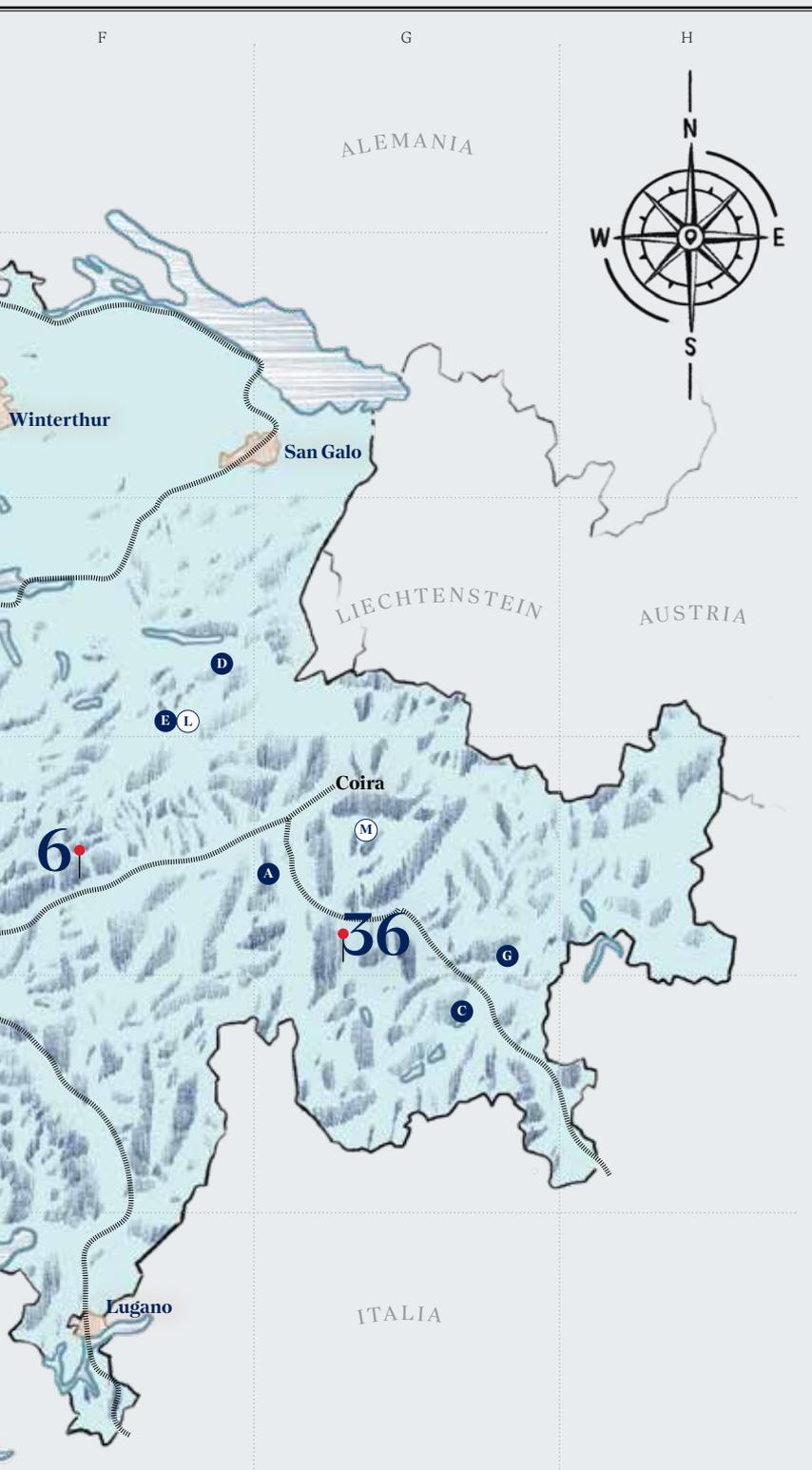
Todas las zonas de invierno de la revista. Más información en las págs.52-55

Estaciones de esquí

- | | |
|-------------------------|--------------------|
| A Tenna | E Braunwald |
| B Melchsee-Frutt | F Hasliberg |
| C St.Moritz | G Zuoz |
| D Flumserberg | H Sörenberg |

Transporte no motorizado

- | |
|----------------------|
| I Montreux |
| J Les Paccots |
| K Riederalp |
| L Braunwald |



SEDRUN
Es cuestión de ritmo

6

BERNA
El elemento decisivo

10

EVOLÈNE
Arte efímero

20

ZERMATT
Baños de contrastes
para relajarse

26

BASILEA
Casas con historia

30

LA CHAUX-DE-FONDS
FRIBURGO | NEUCHÂTEL

Perlas de la
Suiza Occidental

32

GINEBRA
Una nueva visión de Ginebra

34

BERGÜN
La joya de Bergün

36

GRINDELWALD
Sobre cuchillas veloces

42

SCHWYZ
Cosa de familia

44

BLATTEN-BELALP
Diversión invernal para
toda la familia

49

El parte de nieve

sabe el estado de las pistas, las rutas de senderismo de invierno y los tramos para ir en trineo de todas las estaciones de esquí, sabe qué tiempo hará, así como los precios de los billetes. Actualizado a diario.

→ snow.MySwitzerland.com

- (M) Savognin
- (N) Kandersteg
- (O) Grindelwald
- (P) Stoos
- (Q) Fiescheralp

- Frontera —————
- Montaña [mountain symbol]
- Agua [water symbol]
- Casa [house symbol]



Todas las historias de un vistazo:
→ [mapa en la última página.](#)

Más inspiración en:
→ [MySwitzerland.com](https://www.myswitzerland.com)

Grüezi.

Le damos la bienvenida al invierno suizo! Los búhos somos muy afortunados por tener una vista aérea del mágico paisaje nevado. La vista de los densos bosques, las escarpadas cumbres de las montañas, los imponentes glaciares (pág. 22) y las vibrantes ciudades es realmente impresionante desde aquí arriba.

A menudo, me poso sobre una rama y observo los alrededores. Así que puedo hablarte de gente que sube a las montañas con esquís y se desliza por laderas inmaculadas (pág. 10). ¡Me han dicho que se sienten como si volaran! La gente también parece divertirse mucho en los trineos (pág. 42). Sus risas resuenan por todo el bosque. Las aventuras en el hielo, a veces, me dejan sin aliento. Los más valientes se atreven a trepar por paredes verticales de hielo (pág. 25). Por las noches, las personas parecen no estar cansadas. Recorren las callejuelas hermosamente iluminadas de los pueblos y las ciudades.

En esta revista he recopilado las historias más bonitas para usted. Sumérjase en estas historias de invierno y, luego, viva su propia aventura al aire libre. Después, venga conmigo al bosque. Al gran roble con su imponente copa. Me encantará escuchar sus historias.

¡Buen viaje!

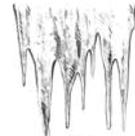
Duri



MONTAÑA

Conquistar las montañas suizas por sus propios medios.

4-17



AGUA

Experimentar este elemento en todas sus formas.

18-27



CASA

Escuchar las historias de los antiguos muros.

28-39



PERSONA

Atravesar el paisaje a toda velocidad sobre un trineo.

40-49

CONSERJE

Siempre a su servicio en sus viajes por Suiza.

50-66

Al subir a la montaña por sus propios medios,
bien temprano para ver los primeros
rayos del sol y luego deslizarse por laderas
vírgenes, a uno le invade la sensación
de una libertad infinita.



SEDRUN
Es cuestión de ritmo

6



BERNA
El elemento decisivo

10



Respeto por la naturaleza

17





Con los esquís de fondo podrá disfrutar del invierno activamente.

MONTAÑA



SEDRUN

Es cuestión de ritmo

El esquí de fondo es cada vez más popular. En Sedrun, los principiantes encontrarán las mejores condiciones para dar sus primeros pasos en el esquí de fondo.

Sedrun es el destino preferido para los deportistas de invierno de todo tipo. Esto incluye a los esquiadores de fondo, que encuentran, junto a las hermosas pistas, una zona de práctica para principiantes en pleno centro del pueblo. Aquí, los profesionales inician a sus alumnos en los secretos de deslizarse sobre los esquís de fondo. Cuando consiga soltarse, no querrá parar de correr.

A Paso a paso

«Merece la pena desarrollar la técnica gradualmente y utilizar las fuerzas con cabeza», explica Martin Cavegn. Martin dirige la sección de esquí de fondo de la escuela de deportes de nieve de Sedrun. La mayor diferencia técnica con el esquí alpino es el cambio completo del peso de una pierna a otra.

B Encontrar el equilibrio

Las correcciones que hace Martin Cavegn son pequeñas, pero el efecto es considerable. «Llega el punto en el que la gente se da cuenta de que cuando te deslizas correctamente sobre una pierna, de repente, lo has descifrado». Como en el patinaje, equilibrio es la palabra mágica.

C Sentir el ritmo

En el esquí de fondo, las piernas hacen la mayor parte del trabajo. Sin embargo, el uso correcto de los largos bastones es fundamental. Como la madre de todos los tipos de pasos, en la técnica 2:1 el golpe de bastón refuerza la zancada. A continuación, se realiza la zancada con la otra pierna, mientras al mismo tiempo se vuelven a adelantar ambos brazos. Dos zancadas, una brazada: 2:1.

D Explorar la naturaleza

Quien deje atrás el circuito para principiantes, puede esperar pistas llanas sobre terrazas soleadas y a lo largo del joven Rin Anterior, salpicadas de subidas cortas y pronunciadas. Los variados 30 kilómetros de senderos reúnen a profesionales y principiantes, o como dice Martin Cavegn: «Se trata de salir, experimentar y sentir la nieve». 

En la ruta de esquí de fondo con Martin Cavegn →



Cinco técnicas



Paso de patinaje sin palos



2:1 simétrico



1:1



Diagonal



2:1 asimétrico







DESLIZARSE POR SUIZA

Además de Sedrun, existen muchos otros rincones suizos para poder disfrutar del esquí de fondo. Cada uno con sus propias características especiales.



Excelente

Esta zona de esquí de fondo ha sido nombrada una de las mejores de Suiza y ofrece pistas para principiantes, avanzados y expertos.

Lenzersheide (GR)

1475 m s.n.m.

56 kilómetros

La única pista de biatlón fija de Suiza



Variedad

Cinco áreas diferentes invitan a la diversión del esquí de fondo. Gracias a los autobuses para esquiadores, los que aman las nuevas experiencias pueden ir de una a otra cuando quieran.

Toggenburg (SG)

908 m s.n.m.

42 kilómetros

Nieve garantizada: top 3 de la Suiza Oriental



Liberarse sobre más de 200 kilómetros de pistas

Esta red de pistas de esquí de fondo es una de las mayores de Europa Central. Así que póngase los esquís de fondo y empiece a deslizarse.

Vallée de Joux (VD)

1150 m s.n.m.

220 kilómetros

Cerca de la orilla del Lac de Joux



Espacio para deslizarse

Las pistas de esquí de fondo de Goms están ubicadas a orillas del Ródano y conectan cuatro pueblos a lo largo del recorrido.

Goms (VS)

1422 m s.n.m.

103 kilómetros

Billete para el Matterhorn Gotthard Bahn incluido



Belleza natural

Un paisaje como el del norte. El denso bosque de abetos y las amplias llanuras se complementan en este hermoso paisaje.

Campra, Valle di Blenio (TI)

1416 m s.n.m.

29 kilómetros

Centro deportivo de relevancia nacional



Vistas a la distancia

No solo pasará junto al Eiger, al Mönch y a la Jungfrau, sino que el lago de Thun y la cadena montañosa del Gantrisch también se mezclan en el panorama.

Gantrisch (BE)

1539 m s.n.m.

90 kilómetros

Cerca de Berna, Thun y Friburgo



Comenzar temprano

Si las condiciones de nieve son buenas en el valle Urserental, por ejemplo, a lo largo del río Reuss, la temporada de esquí de fondo puede comenzar incluso en noviembre.

Andermatt (UR)

1430 m s.n.m.

28 kilómetros

Con un emocionante recorrido temático para los niños



Excelente servicio

Los hoteles de esquí de fondo tienen todo lo que usted busca: desde servicio de lavado hasta las pistas en la puerta.

Kandersteg (BE)

1172 m s.n.m.

51 kilómetros

A 1934 m s.n.m.: la Höhenloipe Sunnbüel



Desafío

Es la sede de la Copa del Mundo de esquí de fondo en Suiza. Pero no solo lo disfrutaban los deportistas profesionales, también hay hueco para los principiantes.

Davos (GR)

1556 m s.n.m.

172 kilómetros

El uso de las pistas es gratuito

Suiza se enorgullece de contar con 5000 kilómetros de variadas pistas de esquí de fondo. En términos de extensión, se podría cruzar Suiza de oeste a este casi 15 veces con esquís de fondo.

Más información
sobre el esquí de
fondo →





BERNA

El elemento decisivo

Con sus esquís de travesía y freeride, Hanno Schwab establece nuevos estándares de sostenibilidad.

Hanno, ¿cuál es tu idea de deportes de invierno sostenibles?

Los deportes de invierno en general, y el esquí de travesía en particular, son deportes individuales y, por tanto, combinan muy bien con la sostenibilidad si se tienen en cuenta ciertos aspectos. Todo comienza con la planificación de la travesía. Si puedes, es mejor que vayas el fin de semana completo a las montañas, en lugar de un solo día, y que compartas el coche. Es importante no dejar ningún rastro y moverse por la naturaleza de forma consciente.

¿La sostenibilidad es contagiosa?

Sí, yo creo que sí. Se puede apreciar de maravilla en Suiza, donde hay mucho camino recorrido a este respecto. La sostenibilidad es de lo más común. Hoy, el que no practica la sostenibilidad es el raro. Hace unos diez años era al revés.

¿Cómo se te ocurrió la idea de construir tu propio esquí?

En una temporada compré seis esquís de freeride diferentes y nunca estaba satisfecho. La idea surgió en una travesía. Después, con un amigo, pasé todo un año reuniendo información y fundamentos. Como ingeniero y arquitecto de edificios sostenibles, lo llevaba en la sangre. El primer esquí se hizo en un taller durante un fin de semana con amigos. Muchas cosas salieron mal durante el proceso, pero cuando los probé, seguían siendo mucho mejor que todos los esquís de freeride que había utilizado antes.

¿Y cuál es la receta del éxito?

El esquí debe ser técnicamente mejor en términos de peso y rendimiento en comparación con los productos de la competencia.

Debe ser ligero y fácil de dirigir. Primero, diseño el mejor producto y luego lo hago sostenible.

¿Cómo fue la primera vez que hiciste una travesía con tus propios esquís y llegaste a la cumbre?

Me sentí muy motivado y lleno de entusiasmo. Nunca antes había subido 1450 metros de desnivel tan rápido. El descenso fue sensacional. El esquí respondió exactamente como lo había imaginado. Era muy consciente de cada movimiento y, técnicamente, respondían mejor que mis anteriores esquís. Las largas sesiones de trabajo habían dado sus frutos, lo cual me llenaba de orgullo.

¿Cómo consigues la energía para tu día a día?

Cuando, después de un día estresante en la oficina, subo al Teysachaux con un amigo, a la luz de la luna llena, y me sitúo en la cumbre en mitad de la noche. La vista única del lago Lemán y las montañas a la luz de la luna me hacen olvidar cualquier día estresante en la oficina. No son las travesías más duras, sino los momentos como este que me dan energía. →

EARLYBIRD SKIS

En 2014, el esquiador Hanno Schwab fundó la marca earlybird eco freeride skis, conocida como earlybird skis. Los esquís se adaptan a las necesidades de los apasionados del freeride. Dependiendo de la nieve y la habilidad, hay diferentes modelos, tanto para el esquí de travesía como para el freeride puro.

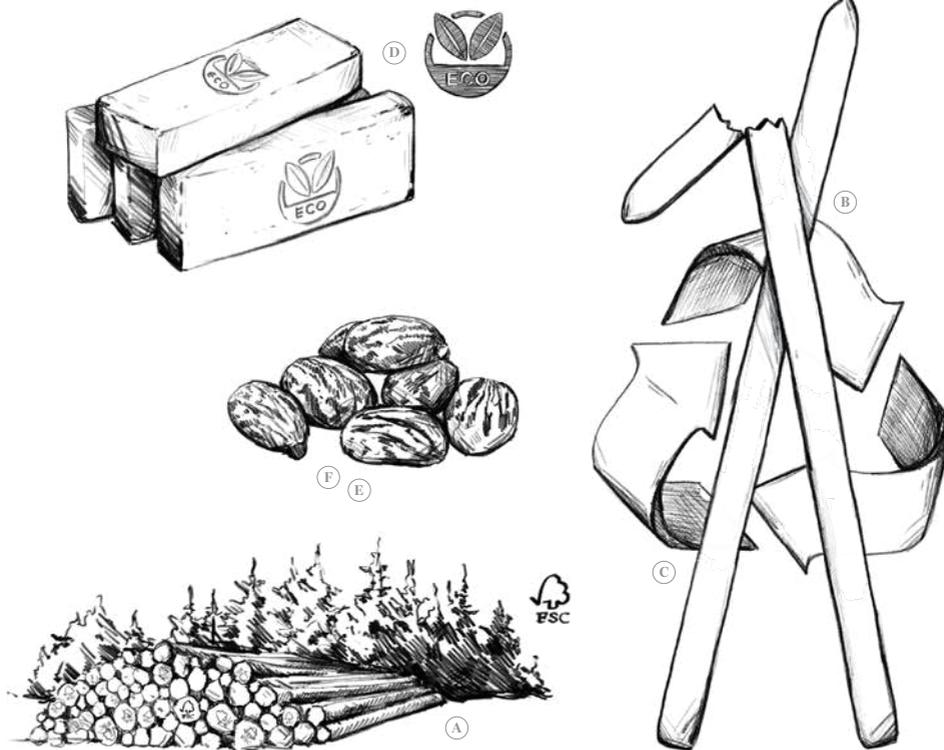






DESDE DENTRO

El nombre de earlybird skis es sinónimo de las más bellas y primeras huellas de la mañana en la montaña, pero también de un enfoque holístico de la producción. Los materiales son respetuosos con el medioambiente y el reciclaje juega un papel importante, pero también lo hace el trato justo con los socios.

**(A) Núcleo de madera**

El núcleo del esquí es de madera, lo que lo hace duradero y, al mismo tiempo, flexible y estable. La madera utilizada tiene certificado FSC.

(D) Cera natural para esquí

La capa de cera está compuesta por ingredientes naturales no tóxicos. Esto significa que no se liberan sustancias nocivas para el medio ambiente en el suelo ni el agua como resultado del desgaste.

(B) Resina epoxi reciclable

Todos los componentes del esquí son reciclables, incluida la innovadora resina epoxi de origen biológico que mantiene unidos los distintos componentes.

(E) Madera cepillada a mano

La capa superior del esquí está compuesta por madera FSC o judías de ricino. La primera se mantiene regularmente con aceite para prolongar la vida del esquí.

(C) Base de P-Tex reciclado

La base inferior del esquí está hecha de P-Tex reciclado, un plástico resistente que se utiliza en la fabricación de esquíes y tablas de snowboard desde 1955.

(F) Judías de ricino

La película de poliamida para la capa superior, fabricada con las judías del ricino de crecimiento rápido, no solo es ligera, sino que también es robusta y resistente a los arañazos.





MAMMUT
SWISS 1862

Seguridad fuera de las pistas

Un recorrido de freeride ofrece libertad y alberga peligros. Se puede minimizar el riesgo de un accidente por avalancha con el equipo adecuado y siguiendo las importantes normas de comportamiento.



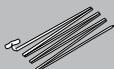
Baliza señalizadora de avalanchas

Con la baliza señalizadora de avalanchas se puede localizar a los compañeros de excursión enterrados de forma rápida y precisa.



Conocimiento de las avalanchas

Merece la pena realizar un curso de avalanchas, para poder actuar de forma rápida, correcta y eficaz en caso de emergencia.



Sonda de avalancha

La sonda de avalancha se utiliza para determinar la posición exacta y la profundidad de enterramiento de una persona.



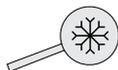
Pronóstico del tiempo

Es importante comprobar las condiciones meteorológicas antes de cada salida.



Pala de avalancha

Con una pala de avalancha se puede desenterrar a los compañeros de excursión sepultados de forma rápida y eficaz.



Boletín de avalanchas

En slf.ch el Instituto Suizo de Investigación de Nieve y Avalanchas ofrece información sobre la situación de la nieve y las avalanchas.



Airbag de avalancha

Con el airbag desplegado aumentan las posibilidades de alcanzar la superficie de una avalancha y no quedar enterrado en lo más profundo.



Normas de comportamiento

Nunca ir solo en terreno abierto y siempre esquiar uno tras otro en pendientes empinadas.

La forma más segura de realizar una salida de freeride es con un guía de montaña experimentado.

mammutalpineschool.com



Correr por la profunda nieve resulta agotador, por eso los animales salvajes necesitan tranquilidad.

Respeto por la naturaleza

Al esquiar y hacer snowboard fuera de pista, es importante que preste atención a su propia seguridad y salud. Pero igual de importante es cuidar de la naturaleza y su fauna.

En las excursiones con raquetas de nieve y esquís, así como en los descensos fuera de pista, solo se es un invitado en la naturaleza. Los paisajes vírgenes alejados del bullicio son el hogar de los animales salvajes, y alterarlos puede tener consecuencias fatales. Correr, especialmente a través de la nieve profunda, consume mucha energía. Los animales deben economizar en invierno, pues de lo contrario corren el peligro de agotar sus reservas antes de la primavera. Para evi-

tarlo, se están creando zonas especiales tranquilas y de protección para la fauna. Son zonas a las que no se puede entrar y solo podrán cruzarse por caminos señalizados. Antes de cada excursión hay que saber dónde se encuentran estas zonas y qué normas hay que respetar. En ruta, hay que evitar las zonas tranquilas y de protección. Esto garantizará que la diversión invernal no sea a costa de los rebecos, las liebres de montaña, los urogallos y compañía. 🐾



ANIMALES SALVAJES DE NUESTRAS MONTAÑAS

Compartimos la naturaleza con numerosas especies animales. Mientras algunas duermen durante todo el invierno, otras son muy activas incluso en la estación fría y están muy adaptadas a las condiciones.



Liebre de montaña

Tamaño: 48-60 cm

Peso: 1,8-3,5 kg

Población: aprox. 14 000

Estado: especie no amenazada

Gracias a sus peludas patas traseras pueden correr como si lo hicieran sobre raquetas de nieve.



Rebeco

Altura a la cruz: 70-85 cm

Peso: 35-50 kg

Población: aprox. 95 000

Estado: especie no amenazada

Durante la época de celo, en invierno, los machos apenas se alimentan y deben vivir de sus reservas.



Ciervo

Altura a la cruz: 120-150 cm

Peso: 90-220 kg

Población: aprox. 30 000

Estado: especie no amenazada

«En «modo ahorro de energía», los ciervos reducen la temperatura de las patas para mantener su temperatura interna.»

Más información:

→ natur-freizeit.ch/snow-sports-and-respect

El agua es un elemento muy variado. En estado sólido funciona como almacén, se le puede dar forma de objetos artísticos o es el centro de las actividades de ocio.



ÉVOLÈNE
Arte efímero
20



Gigantes de hielo en peligro
22



Juegos con el hielo
24



ZERMATT
Baños de contrastes
para relajarse
26





Con vistas a las
montañas, Marcio
Morais crea obras
de arte heladas.

AGUA



EVOLÈNE

Arte efímero

Por fuera: un camión de tamaño real. Por dentro: una catedral ornamentada. ¿Qué tiene de especial? Que todo está hecho de nieve. Las esculturas de nieve de Marcio Morais impresionan a locales y visitantes.

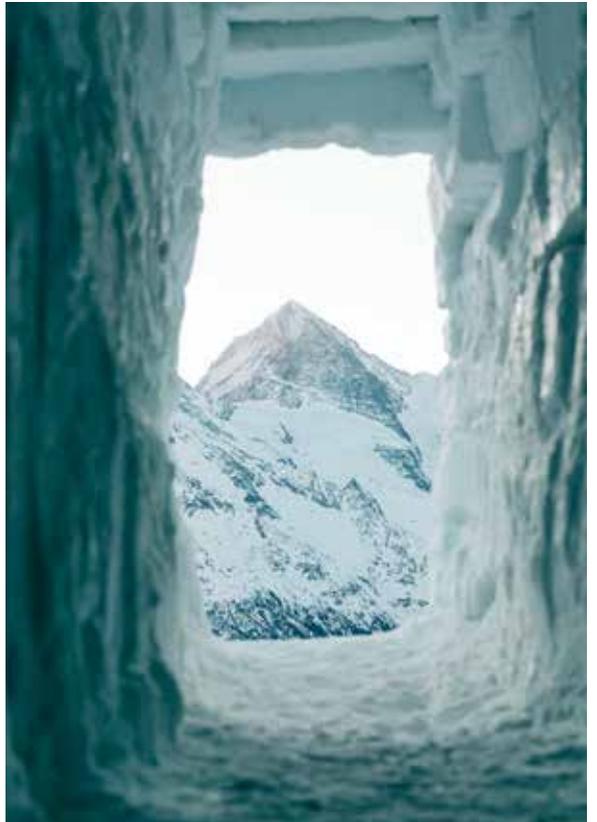
Un traqueteo interrumpe el silencio de las montañas. Una nube de nieve se eleva por los aires. Un hombre se arrodilla sobre un enorme montón de nieve. Al examinarlo de cerca, queda claro: la pila de nieve tiene la forma de un camión de 15 metros de largo y 4 metros de alto y ancho. Un camión de estilo americano hecho completamente de nieve. El interior de la escultura de nieve es hueco; una inmensa catedral, decorada hasta el último rincón con adornos, animales y formas curvas. Es la obra más reciente de Marcio Morais, empleado de funicular.

Tiene 38 años y se crió en un suburbio parisino. Hasta la mitad de su vida solo había visto la nieve en la televisión. Con 18 años abandonó la megalópolis para dirigirse al valle valesano de Evolène y, aquí, encontró su paraíso. «Mira eso. El entorno. Nunca querrás irte de aquí». Señala el panorama detrás de su escultura de hielo. En el centro, el Dent Blanche destaca como el más llamativo de toda la cadena de cumbres impresionantes. Las montañas son ahora el centro de la vida de Marcio. Durante el invierno trabaja en la estación de esquí. «A veces, hay momentos tranquilos en los que no hay tanto movimiento en el remonte», explica. Así que empezó a trabajar la nieve a su alrededor, a modelarla, a darle forma.

Desde el principio, tanto los visitantes como los locales reaccionaban con entusiasmo ante este inesperado arte en la montaña. Esto impulsó a Marcio a crear algo cada vez más loco, invierno tras invierno. Figuras humanas, muecas salvajes, animales o, su última obra, un camión completo. La pala del remonte ya no es suficiente. Ahora le ayuda la máquina quitanieves para reunir decenas de metros cúbicos de nieve. Cuando la nieve se ha asentado y solidificado, Marcio utiliza sierras eléctricas y manuales. Luego palas de todo tipo. Al final, destapa las filigranas en la nieve con pequeños cuchillos de cocina. Pero Marcio no se ve como un artista. «Creo que todo el mundo es capaz de crear algo con sus manos», afirma con modestia. Tal vez. Pero sus esculturas son únicas en Suiza. Y son una de las muchas y buenas razones por las que viajar a Evolène. *

El creador de
esculturas
Marcio Morais
trabajando →









Las grutas glaciares, como esta de la región de Aletsch, son obras maestras heladas de la naturaleza.



Gigantes de hielo en peligro

Numerosas leyendas y mitos rodean a los glaciares de los Alpes suizos. Desde tiempos inmemoriales, los gigantes de hielo han dado forma al paisaje y han hechizado a las personas. A menudo se les llama «hielos eternos». Una denominación que, como tristemente se ha demostrado en los últimos años, no es del todo correcta, ya que los gigantes se están derretiendo. Retroceden e incluso amenazan con desaparecer del todo, un hecho con consecuencias y efectos de gran alcance en ecosistemas enteros, en el suministro de electricidad y agua, y en el turismo. Por esta razón, los investigadores llevan años trabajando

para ver cómo se puede evitar o, al menos, ralentizar el retroceso de los glaciares. Así, por ejemplo, partes del glaciar del Ródano se cubren de láminas blancas a finales de primavera. Están diseñadas para ralentizar la fusión de la nieve y el hielo durante los meses de verano. Otro proyecto consiste en tapar los glaciares con una capa de nieve artificial para proteger el hielo que hay debajo de los rayos del sol en verano. Aunque para muchos glaciares esta ayuda llega demasiado tarde. En el Parque nacional suizo, sin ir más lejos, había unos 12 glaciares en 1970. Hoy han desaparecido todos. ◊



TODA SUIZA

Juegos con el hielo

Ya sea para hacer elegantes piruetas, para una atrevida escalada o para una inmersión en el frío, el hielo ofrece innumerables posibilidades de actividades deportivas y de ocio relajante.



AGUA



BUCEO EN EL HIELO

Bajo la capa de hielo de un lago congelado, de centímetros de grosor, se esconde un misterioso mundo subacuático. Puede experimentarlo en una inmersión, equipado con los conocimientos necesarios, un traje de neopreno térmico y una dosis de valentía. En el Col des Mosses, en Vaud, tres orificios en el hielo se mantienen despejados durante todo el invierno en el lago Lioson, a 1850 metros de altitud. ❄️



0,918 g/cm³

El hielo tiene una densidad menor que el agua, que es por lo que flota.

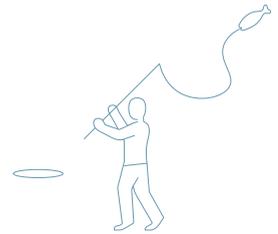


PATINAJE SOBRE HIELO

Una pista de hielo no solo es bonita de admirar, también se puede utilizar de muchas formas: para practicar patinaje artístico, jugar al hockey sobre hielo o al curling bávaro. La lista de posibilidades parece no tener fin. En las pistas de hielo en la naturaleza, la diversión del patinaje sobre hielo se suma a la belleza del paisaje. Por ejemplo, en el camino de hielo de la Engadina, cerca de Sent. ❄️



Para que una capa de hielo en un lago soporte a una persona debe tener al menos 8 cm de espesor.



PESCA EN EL HIELO

La pesca en el hielo es una experiencia que invita a perder la noción del tiempo en medio del paisaje invernal de montaña. Requiere, además del equipo adecuado y un permiso, mucha calma y paciencia. Solo entonces existe la posibilidad de sacar un pez de las profundidades del agua helada. ❄️



El agua del fondo de un lago está siempre a 4 °C.



ESCALADA EN HIELO

Las cascadas heladas son un espectáculo para la vista y un reto invernal para los aficionados a la escalada. Con crampones en los pies y piolets en las manos, luchan por subir, poco a poco. Lo realmente especial es que cada escalada en una cascada helada es diferente a la anterior, puesto que el hielo está en constante movimiento. La mayor zona de escalada en hielo de Suiza se encuentra en Kandersteg, en el Oberland bernés. ❄️



A -30 °C el hielo es casi tan duro como una pared de piedra.



ZERMATT

Baños de contrastes para relajarse

En el Mountain Ashram Spa de Cervo Mountain Resort encontrará agua en todos los estados físicos y experimentará rituales de relajación de todo el mundo.

45°

Baños de vapor de hierbas

Envuelto en un fragante vapor, aquí podrá aclimatarse maravillosamente y sentir cómo el estrés desaparece tras las primeras inspiraciones.

-20° hasta 5°

Temperatura exterior

Después, el aire limpio de la montaña le espera en el exterior. La temperatura va de suave a muy fría. El aire fresco es vigorizante en cualquier caso.

25°

Yurta de té

Ahora, volvemos rápidamente al calor. La yurta de té instalada en el exterior seduce con su ambiente acogedor y sus infusiones recién preparadas.

Aquí es fácil relajarse.

90°

Sauna

Aquí sí que hará calor. En la sauna finlandesa se sentará a sudar y a disfrutar de los efectos beneficiosos del calor. La circulación y el flujo sanguíneo se estimulan, los músculos se relajan y el sistema inmunológico se fortalece.

-5°

Nieve

Después de una sesión de sauna, un baño en la nieve polvosa fresca es la mejor manera de refrescarse.

42°

Onsen

Por último, sumérgase en la centenaria tradición de baño de Japón, el onsen. Rodeado de agua agradablemente cálida, podrá disfrutar de la vista del Cervino y del paisaje nevado desde la piscina infinita.



DESTINO DE BIENESTAR



En Suiza, no solo encontrará excelentes hoteles de bienestar, sino también destinos enteros que se dedican a ello.

[MySwitzerland.com/spa](https://www.myswitzerland.com/spa)





CASA

Una casa es mucho más que un techo sobre la cabeza. Puede ser un testigo del tiempo, un narrador o incluso una obra maestra.



BASILEA
Casas con historia
30

LA CHAUX-DE-FONDS | FRIBURGO | NEUCHÂTEL
Perlas de la Suiza Occidental

32



GINEBRA
Una nueva visión de Ginebra
34



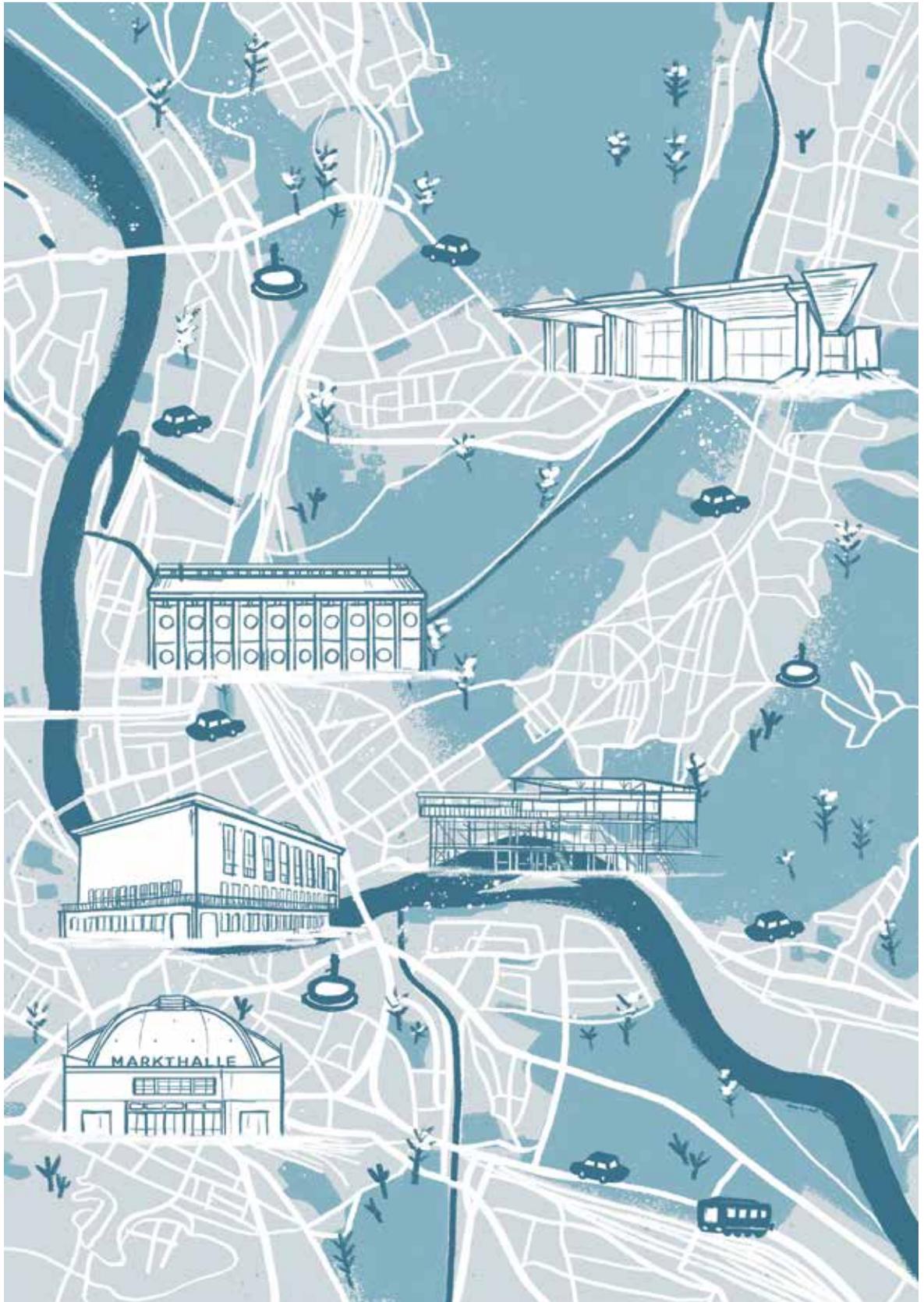
BERGÜN
La joya de Bergün
36





La Fondation
Beyeler es una obra
de arte en sí.

CASA





BASILEA

Casas con historia

Quien recorra las calles de Basilea se encontrará numerosos tesoros arquitectónicos. Muchos de ellos son clásicos antiguos, pero se les suman otros nuevos constantemente.

A

Hotspot del arte

En la Fondation Beyeler el arte y la arquitectura se funden.

La Fondation Beyeler es uno de los lugares con más renombre en cuanto a arte moderno y contemporáneo. El edificio fue diseñado por el arquitecto Renzo Piano. De este modo, no solo el arte expuesto tiene algo especial, sino todo el edificio. Se funde con el paisaje y difumina los límites entre el interior y el exterior.

Fondation Beyeler *Baselstrasse 101, Riehen*

B

Antiguo almacén de café

En un silo del barrio de Erlennmatt puede pasar la noche y celebrar.

En el silo, la historia y la arquitectura van de la mano. Fue construido en 1912 según los planos del arquitecto de Basilea Rudolf Sanderreuter y, en su momento, fue un importante almacén de cereales y cacao. La remodelación por parte de Harry Gugger Studio comenzó en 2016, y en 2020 reabrió sus puertas. Hoy, el silo es un ejemplo de reconversión urbana y un apasionante lugar de encuentro. Alberga un hostel boutique, espacios de gastronomía creativa y estudios de diversos artistas.

Silo *Signalstrasse 37, Basilea*

C

Mundos sonoros

En el Stadtcasino Basel podrá escuchar música clásica.

La sala de música del Stadtcasino Basel es conocida internacionalmente por su excelente acústica. Desde su inauguración en 1876, numerosos músicos famosos han pasado por este escenario. Entre 2016 y 2020, se remodeló el edificio según los planos del estudio de arquitectura Herzog & de Meuron y desde entonces brilla con nuevo esplendor.

Stadtcasino Basel *Konzertgasse 1, Basilea*

D

Bajo la capota

Pasee y compre en el mercado de Basilea.

El mercado Markthalle de Basilea tenía la tercera cúpula de hormigón armado más grande del mundo cuando se inauguró en 1929. Tras este dato se ocultan más cifras impresionantes: la cúpula tiene 27 metros de alto y 60 de diámetro. Además cubre una superficie de 3000 metros cuadrados. Tras desaparecer el mercado mayorista en 2004, el ambiente de mercado volvió bajo la majestuosa cúpula en 2013. En la actualidad, diferentes puestos de mercado atraen a los visitantes y les invitan a realizar un viaje culinario por el mundo o a descubrir la artesanía local.

Markthalle *Steinentorberg 20, Basilea*

E

Baños históricos

En Rheinbad Breite puede nadar y bañarse.

La vista de la ciudad desde Rheinbad Breite es única. Da la sensación de flotar sobre el río. El Rheinbad Breite es una construcción con remaches de acero del siglo XIX. En 1898 se inauguró como cuarta zona de baño de la ciudad; entonces era el doble de grande que ahora. A lo largo de los años ha habido diversos proyectos para demoler los baños. Pero los habitantes de Basilea siempre se han opuesto y han conservado su «Rhybad-hysli». Ahora atrae a la gente en verano y en invierno: en verano para un refrescante baño en el Rin, en invierno para sudar en la sauna.

Rheinbad Breite *St. Alban-Rheinweg 195, Basilea*

Descubrir las
maravillas
arquitectónicas
de Basilea →



Perlas de la Suiza Occidental



LA CHAUX-DE-FONDS

La metrópoli relojera

Hacia
La Chaux-de-Fonds →



La Chaux-de-Fonds en el Jura de Neuchâtel es famosa por ser la metrópoli relojera de Suiza. La ciudad, idílicamente enclavada entre pastos y bosques, es también el lugar de nacimiento y de trabajo de Charles-Édouard Jeanneret, que alcanzó fama mundial como arquitecto bajo el nombre de Le Corbusier. Y si observa la ciudad a vista de pájaro, se dará cuenta de otra peculiaridad. Las calles están dispuestas en forma de damero, como suele ocurrir en las grandes ciudades estadounidenses.

A Art nouveau
Los elementos artísticos del *art nouveau* se pueden descubrir a pie en La Chaux-de-Fonds. Solo hay que mirar bien.
Todo el casco antiguo

B Maison Blanche Le Corbusier
La magnífica villa fue la primera construcción del arquitecto.
Chemin de Poullèrel 12

C Crematorio
El edificio *art nouveau* del cementerio municipal es una obra de arte única.
Rue de la Charrière 120



FRIBURGO

La ciudad medieval

Hacia Friburgo →



Friburgo, situada en un promontorio rocoso rodeado por el río Saane, es una de las ciudades medievales más bellas de Suiza. Un paseo por el casco antiguo entre fachadas góticas del siglo XV es como un viaje en el tiempo. En la visita a la ciudad «Frÿburg1606», este sentimiento aumenta: gracias a la realidad aumentada, los visitantes se trasladan al siglo XVII. La historia de la ciudad cobra vida en forma de animaciones de imágenes virtuales.

D Fri Art – Kunsthalle
El centro de arte contemporáneo puede presumir de tener fama internacional.
Petites-Rames 22

E Catedral de St. Niklaus
El campanario del edificio gótico sigue inacabado hoy en día.
Rue du Pont-Suspendu

F Espace Jean Tinguely – Niki de Saint Phalle
Las obras de la pareja de artistas se encuentran en un antiguo depósito de tranvías.
Rue de Morat 2



NEUCHÂTEL

Ciudad de la belle époque

Hacia Neuchâtel →



A orillas del lago de Neuchâtel se encuentra la ciudad homónima con su rico pasado cultural y arquitectónico. La ciudad vivió un periodo especial de prosperidad durante la *belle époque*. Los años entre 1896 y 1914 estuvieron salpicados de alegría, optimismo y progreso. Los visitantes pueden sumergirse en este periodo de cambio gracias a las diferentes visitas a la ciudad con el tema «Neuchâtel à la Belle Époque». Por último, merece la pena hacer un viaje en el barco de vapor Le Neuchâtel, construido a principios del siglo XX.

G Centre Dürrenmatt
Un edificio-museo construido por Mario Botta sobre la ciudad muestra la obra artística y literaria de Dürrenmatt.
Chemin du Pertuis-du-Sault 74

H Museo de Historia del Arte
Tras los majestuosos muros del museo aguardan obras de arte de varios siglos.
Esplanade Léopold-Robert 1

I Castillo y colegiata
El castillo bien conservado y la imponente iglesia románico-gótica son los hitos históricos de la ciudad.
Rue de la Collégiale 3







GINEBRA

Una nueva visión de Ginebra

Los que adoptan una perspectiva diferente, suelen descubrir algo nuevo. Así, los lugares más bellos de la orilla destacan cuando se admira la ciudad desde el lago.

A

Oasis invernal

Relajarse y disfrutar en los Bains des Pâquis.

Esta zona de baño también es muy frecuentada en invierno. En lugar de broncearse al sol, se suda en la sauna y se disfruta de la cultura del baño oriental en el hammam y el baño turco. Si se le despierta el apetito, cerca se encuentra el Buvette des Bains. La especialidad del restaurante es la deliciosa fondue.

Bains des Pâquis *Quai du Mont-Blanc 30, Ginebra*

B

La perla del lago

Admirar las montañas desde el Parc de la Perle du Lac.

El parque junto al lago debe su nombre a la esposa de Hans Wilsdorf, fundador de la marca de relojes Rolex. Aquí podrá visitar el Museo de Historia de la Ciencia o disfrutar de la vista al Mont Blanc.

Parc de la Perle du Lac

Rue de Lausanne 128, Ginebra

C

Zona de baño circular

Darse un chapuzón al agua fría desde el Ponton de Cologny.

El círculo de madera de 40 metros de diámetro que flota sobre el agua es otra de las atracciones a orillas del lago desde julio de 2020. En invierno, aquí se celebra la Coupe de Noël, jornada de natación navideña de Ginebra. Este tradicional evento se celebra cada diciembre desde 1934. Si le resulta demasiado frío, quédese en tierra y observe el espectáculo acuático del Jet d'Eau.

Pontons du quai de Cologny

Quai de Cologny, Cologny

D

Monumento histórico

Port Noir es un paraíso para los amantes de la navegación y de la historia.

Mientras los amantes del deporte náutico cuentan los yates, los interesados en la historia se reúnen ante el monumento del 1 de junio de 1814 que conmemora la integración de Ginebra en la Confederación Helvética, con el desembarco de los contingentes suizos. Tras la clase de historia, la cita es en el elegante restaurante Le 82, a tan solo unos pasos del puerto, en el encantador Parc La Grange.

Port-Noir *Quai Gustave-Ador 87, Ginebra*

E

Un soplo de verano

Pasear entre plantas exóticas en el jardín botánico.

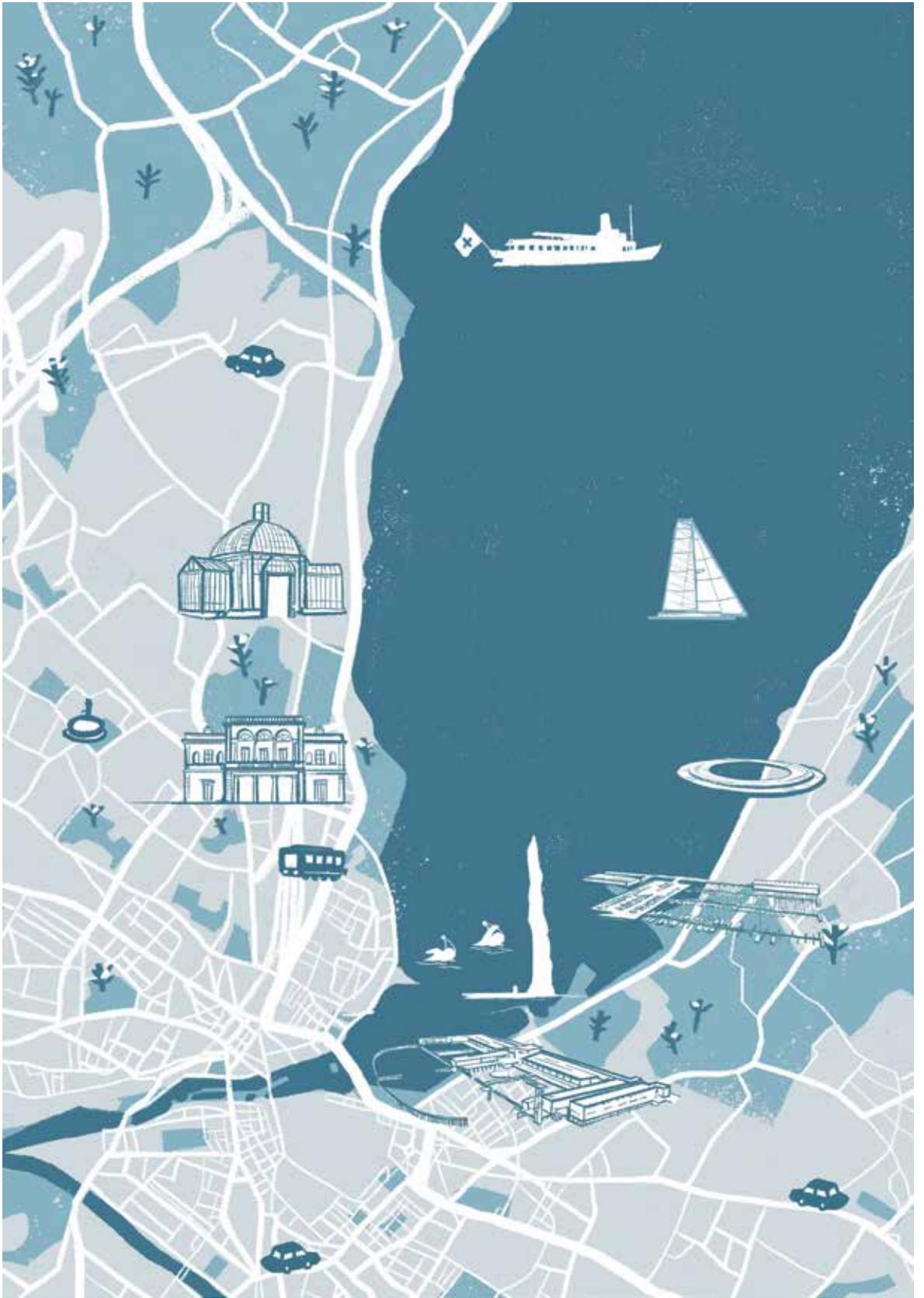
No importa si fuera trueno o nieva. Siempre es verano en los invernaderos del jardín botánico. Bajo el techo de cristal crecen plantas mediterráneas y tropicales de los cinco continentes: palmeras, orquídeas, nenúfares gigantes y cactus, entre otros, que llevan al visitante a un viaje por el mundo.

Conservatoire et Jardin botaniques Genève

Chemin de l'Impératrice 1, Pregny-Chambésy

Descubrir
Ginebra
desde el agua →









La pintoresca Bergün se encuentra en la espectacular línea del ferrocarril que va de Coira a la Engadina, declarada Patrimonio de la Unesco desde Thusis.



BERGÜN

La joya de Bergün

En el corazón del montañoso cantón de Graubünden, el frío Albulu fluye a través del salvaje y romántico paisaje del Parc Ela. En su camino, recoge el agua de cientos de pequeños afluentes y la canaliza hacia el poderoso Rin. Este paisaje es especialmente bello en el tramo superior del río. Entre el poderoso Piz Kesch y el Piz Ela, el río ha excavado un profundo valle en la roca en una juguetona obra de arte con profundas gargantas y altas cascadas. Pero en un momento dado el valle se abre y deja paso a una gran pradera. Allí se encuentra el pueblo de montaña de Bergün, un antiguo asentamiento con muchas casas históricas alineadas a lo largo de la carretera de puerto de montaña, que muestran con orgullo sus hermosas decoraciones. Los viajeros que se dirigían a la Engadina solían detenerse aquí para reponer fuerzas antes del último y largo tramo a través del puerto Albulapass.

Cuando llegó el ferrocarril, llevando todavía más viajeros y mercancías a la Engadina, un espíritu de optimismo inundó Bergün. Se esperaba que el aumento del tránsito llevara al pueblo a una nueva prosperidad. El símbolo de ello es la Kurhaus, construida en 1906 en el apogeo del estilo *art nouveau* y que ofrece un agradable descanso a los huéspedes de las demás regiones suizas. Pero en lugar de quedarse en Bergün, siguieron adelante. No se les puede culpar. La espectacular línea del ferrocarril es única y fue incluida en la lista del Patrimonio de la Unesco en 2008.

El error de apreciación de entonces, hoy debe considerarse una suerte. Aunque la Kurhaus luchó durante años por sobrevivir y no se pudo renovar durante mucho tiempo por falta de ingresos, en 2002 se reconoció el valor de su original arquitectura y se renovó cuidadosamente la estructura, en gran parte inalterada. Desde entonces, la Kurhaus, elegido hotel histórico del año 2012, vuelve a brillar con orgullo sobre Bergün y ofrece a los visitantes un alojamiento con estilo en este paisaje único. →

Kurhaus Bergün

ESTILO ART NOUVEAU EN UN PAISAJE ROMÁNTICO

En la primavera de 1906, la Kurhaus abrió sus puertas y puso así a Bergün en el mapa como un lugar de aclimatación para la alta Engadina y como balneario. Con su apertura ofrecía muchas comodidades: calefacción central, luz eléctrica, ascensor, salón de señoras, billar y cuarto oscuro. Muchos de los muebles originales de antaño se han conservado y renovado con esmero. Veamos algunos detalles.

Salón azul de las rosas

Unas delicadas rosas blancas adornan el techo azul claro. El gran salón de banquetes, con sus ventanas originales y sus históricos apliques y lámparas de techo de 1906, es uno de los salones más valiosos que se conservan de la época *art nouveau*. Posiblemente, las rosas sean copias de las rosas de Glasgow, creadas por el arquitecto escocés Mackintosh en su momento. Durante los largos años en que la casa era un simple albergue para familias, los pequeños soñaban en literas y jugaban al fútbol durante el día. Durante unos años, los techos y las paredes del vestíbulo estuvieron cubiertos de pintura marrón. Sin embargo, se les devolvió su antiguo esplendor en el transcurso de los cuidadosos trabajos de restauración llevados a cabo en 2002.

Cine

Un antiguo cartel de cine de la película «El secreto de Mary» del sábado 18 de agosto de 1924 indica que aquí se proyectaban pe-

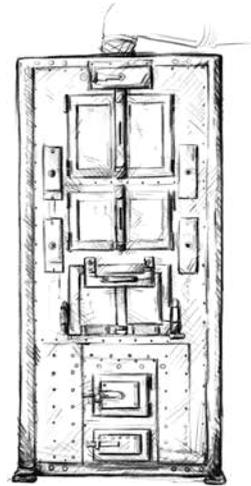
lículas desde el principio. Dado que la Kurhaus no se menciona en las primeras guías de cine, se supone que fue un cine ambulante el que hacía escala y ofrecía regularmente agradables veladas cinematográficas. Hoy en día, los huéspedes jóvenes y mayores disfrutan de los clásicos de la historia del cine.

Griferías

Las griferías curvas de los lavabos y las bañeras de las habitaciones son auténticas joyas. Muchas piezas son originales y proceden de la Kurhaus de Bergün, otras fueron traídas de otros hoteles históricos. Para asegurar el entonces novedoso suministro de agua para las habitaciones de la época, se hicieron llegar hojalateros desde Inglaterra, pues eran los británicos quienes dominaban como nadie el arte de la fundición y el curvado del plomo. Los artesanos, vestidos de traje, llegaron a Bergün y fabricaron las tuberías a puerta cerrada.

Muebles de ratán

En los primeros tiempos de la casa, los sillones tejidos a mano procedentes de Vietnam resultaban acogedores. Para recuperar el estilo de esta época inaugural, los propietarios buscaron una empresa familiar que pudiera volver a tejer los muebles de mimbre. Desde 2006, los huéspedes se sientan en la zona de la entrada como antaño en los sillones y se sumergen en los libros sobre el mundo.



Horno en la antigua cocina

En el sótano o sous-sol, donde se encuentra la antigua cocina, un gran horno de leña desprende historias románticas y buenos olores. A finales del siglo XIX era habitual construir la cocina en el sótano. La cocina actual está ahora junto al comedor. Durante los meses de invierno, el antiguo horno también cobra vida. El chef Marcus Lübke se enamoró de la antigua cocina y conmemora la región y sus productos en la larga mesa con una comida de cinco platos. 📖





PERSONA

El trineo está considerado el medio de transporte más antiguo creado por el hombre. Hoy en día es sinónimo de aventuras en la nieve que pueden disfrutar juntos jóvenes y mayores.



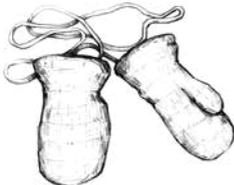
GRINDELWALD
Sobre cuchillas veloces
42



SCHWYZ
Cosa de familia
44



Con huskies por
el mundo invernal
46



BLATTEN-BELALP
Diversión invernal
para toda la familia
49





El Velogemel es una
creación original de
Grindelwald.

PERSONA



GRINDELWALD

Sobre cuchillas veloces

El trineo es un equipamiento de deporte invernal muy popular entre grandes y pequeños. En Suiza no solo hay innumerables y hermosas pistas de trineo, sino también vehículos especiales.

Ya en la Edad de Piedra se utilizaba el trineo como medio de transporte. Así lo atestiguan las pinturas rupestres. Esto lo convierte en el medio de transporte más antiguo creado por el hombre. Hoy en día, el trineo es quizás el equipamiento de deporte invernal más popular, gracias a sus múltiples posibilidades. Incluso los niños pequeños lo utilizan para bajar a toda velocidad por las laderas nevadas o los arrastran sus padres por el paisaje invernal. Los profesionales, en cambio, vuelan por el canal de hielo a una velocidad de vértigo en un bobsleigh, por ejemplo, en la carrera olímpica de bobsleigh de St. Moritz a Celerina.

Rara vez hay tanta adrenalina en un trineo común, pero el factor diversión es más importante. En Suiza, el trineo más utilizado suele ser el de Davos. Desarrollado en el siglo XIX y fabricado tradicionalmente con madera de fresno, es el trineo de ocio más extendido del país.

Los que quieran llevar la diversión sobre el trineo al campo de la aventura, pueden via-

jar a Grindelwald, la cuna del Velogemel. El vehículo, un cruce entre bicicleta, esquí y trineo, fue inventado hace más de 100 años por el aserrador Christian Bühlmann. Debido a la poliomielitis, no era muy bueno con los pies y, aunque siempre montaba en bicicleta en verano, le resultaba difícil desplazarse en la nieve profunda en invierno. La solución fue crear un cuadro de madera similar al de una bicicleta, dirigible con un manillar, con patines en lugar de ruedas. Bühlmann solicitó una patente para este «trineo deportivo dirigible de una sola línea» el 1 de abril de 1911. Desde entonces, el Velogemel ha adquirido un estatus de culto en Grindelwald. Muchos lugareños tienen sus propios trineos, los visitantes pueden alquilar los inusuales trineos en varios lugares y, después de unos primeros metros tambaleantes, abordar las pistas de trineo alrededor de Grindelwald. Los Campeonatos Mundiales de Velogemel en el Bussalp son un acontecimiento frenético que se celebra cada mes de febrero, en el que lugareños y visitantes, de cerca y de lejos, compiten por el título de campeón del mundo. 🏆



El Velogemel es una mezcla de trineo, esquí y bicicleta.







SCHWYZ

Cosa de familia

CUARTA GENERACIÓN DE
CONSTRUCTORES DE TRINEOS



Por las pistas de trineos de Schwyz y los alrededores a menudo encontrará los trineos de la manufactura Lindauer. Se fabrican cuidadosamente a mano en Schwyz desde hace cuatro generaciones. Jo Lindauer lleva trabajando en el negocio familiar desde 1970. Hace más de diez años, su hija Viola también se apasionó por el oficio. Desde entonces, padre e hija fabrican juntos estos hermosos trineos de madera. 🛷



TODA SUIZA

Con huskies por el mundo invernal

AYUDA ANIMAL



Los huskies, armados con la energía de todo un equipo de atletas, son los ayudantes perfectos para las aventuras en trineo por la nieve. Son capaces de arrastrar nueve veces su propio peso corporal y tienen un excelente sentido de la orientación que les permite no desviarse nunca de un camino conocido, aunque esté oculto bajo una gruesa capa de nieve. Durante un trekking con huskies o un paseo en trineo con ellos podrá hacerse amigo de los animales y sentir su incontenible fuerza. 🐾



SWISS SKI SCHOOL FOR EVERYONE



Build your confidence on the slopes

When was the last time you were given feedback on your skiing or snowboarding style? Maybe you haven't skied for ages or perhaps you've just bought your first snowboard. Would you like to improve your carving style, venture into powder snow with professional guidance or simply feel more confident on the slopes? With offices in over 150 locations, the Swiss Ski Schools are present in all winter sports resorts and a number of larger cities and offer a range of different snow sports lessons in all disciplines. Ideal for beginners, experienced skiers and those who are getting back on the slopes after an extended break, the Swiss Ski Schools offer courses for all levels and all ages.

Don't delay, book your course today at swiss-ski-school.ch



Diversión invernal para toda la familia

En la región de Blatten-Belalp, en el Valais, las familias encontrarán todo lo que necesitan para pasar unas buenas vacaciones de invierno.



El destino vacacional de Blatten-Belalp, situado en el Gran Glaciar de Aletsch, es un paraíso para las familias. En el centro de vacaciones Reka encontrará un alojamiento asequible y, como destino familiar oficial, la oferta y la infraestructura están orientadas específicamente a las necesidades de los niños y sus acompañantes. Un punto llamativo es la sinuosa pista de trineo desde Belalp hasta Blatten, que es toda una experiencia tanto de día como a la luz de la luna. 



7.00

Empezar con energía

Durante el desayuno en el apartamento para vacaciones de Reka, es importante recargar las pilas para el día, después de todo hay mucho que experimentar.

9.00

Escuela para aficionados a la nieve

Mientras los pequeños perfeccionan sus habilidades en Hexenland con la escuela de deportes de nieve de Belalp, los mayores disfrutan de las hermosas pistas de descenso.

12.00

Cargar baterías

A la hora de comer, la familia se reúne de nuevo en uno de los restaurantes de montaña para hacer un descanso y tomar un refrigerio.

14.00

Diversión en trineo

Por la tarde, el programa incluye una aventura en trineo. El descenso de unos 10 kilómetros entre Belalp y Blatten es muy divertido para toda la familia.

17.00

Hora de lectura

Después de un día lleno de acción, volvemos al apartamento para vacaciones. Aquí, todos se ponen cómodos en el sofá y leen la historia de la pequeña bruja de Belalp.

19.00

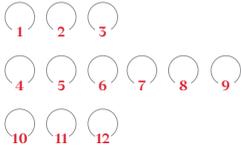
A la cama

Después de la cena, las camas no quedan lejos de los pequeños aventureros.



JUEGO

Encuentre la palabra misteriosa y gane una mochila de Mammut.
MySwitzerland.com/quiz



Editor
Suiza Turismo
Morgartenstrasse 5a, 8004 Zürich, Suiza

Concepto | Texto | Redacción | Diseño
Transhelvetica, Passport Azi:
Jon & Pia Bollmann | Seraina Fels
Nadine Hager | Anna-Sophie Herbst
Claudia Jucker | Laura Meier | Anna Sarcletti
Franca Sidler | Aurelia Schöb
→ passport.ch → transhelvetica.ch

Suiza Turismo:
Hans Estermann | Florian Frey
Sarah Haslebacher | Franziska Lüthi
Oliver Nyffeler | Felix Pal | Florian Rötheli
Nina Vanoli | Laura von Escher
Stéphanie Weber | Jasmin Wyrsch
René Ziegler | Christoph Zwaan
→ MySwitzerland.com

Fotos
Foto pág. 10, © Beatrice Fischli
Foto pág. 12-15, © Ruedi Flüch
Foto pág. 24, © Daniel Mazza
Foto pág. 25, © Jonas Jäggy
Foto pág. 27, © Alamy
Foto pág. 29, © Fondation Beyeler
Foto pág. 30-31, © Stefano Iori
Foto pág. 32-33, © Alamy
Foto pág. 32-33, © Tourisme neuchâtelois
Foto pág. 32-33, © Guillaume Pythou
Foto pág. 44-45, © Hansruedi Rohrer

Todas las demás fotos han sido facilitadas por Suiza Turismo y sus socios.

Ilustración
Silvan Borer → silvanborer.com
Katrín von Niederhäusern, Janine Wiget
→ katrin.cool → janinewiget.com (pág. 50)

Copyright Suiza Turismo, todos los derechos reservados.
Tirada 281 000
Idiomas de fr en nl es
Impresión Vogt-Schild Druck AG
→ vsdruck.ch



Pie de imprenta, juego y socios
printed in **switzerland**

Recomendados por Suiza Turismo:
↑ MySwitzerland.com/strategicpartners

MIXTO
Papel procedente de fuentes responsables
FSC® C012018

Socios premium estratégicos

HotellerieSuisse 1
hotelleriesuisse.ch

Swiss Travel System. 2
mystsnet.com

SWISS 3
swiss.com

Socios estratégicos

AMERICAN EXPRESS 4
americanexpress.ch

Coca-Cola 5
coca-cola.ch

coop 6
coop.ch

Europcar 7
europcar.ch

Zurich Airport 8
zurich-airport.com

GASTROSUISSE 9
gastrosuisse.ch

QUESOS DESUISA 10
quesosdesuisa.es

VALSER 11
valser.ch

VICTORINOX 12
victorinox.com

Socios oficiales

APPENZELER BIER
appenzellerbier.ch

BMC
bmc-switzerland.com

Caotina
caotina.ch

GÜBELIN
gubelin.com

Halweg
Kümmerli+Frey
swisstravelcenter.ch

Hertz
We're here to get you there.
hertz.ch

Kambly
kambly.ch

KIRCHHÖFER
INTERLAKEN · SWITZERLAND
kirchhofer.com

LANDQUART
FASHION OUTLET
landquartfashionoutlet.com

MAMMUT
SWISS 1962
mammut.com

ovomaltine
ovomaltine.ch

SWICA
swica.ch

SWISS EDUCATION GROUP
swisseducation.com

SWISS SKI SCHOOL
swiss-ski-school.ch

SWI swissinfo.ch
swissinfo.ch

swissrent
swissrent.com

SWISS WINE OF COURSE
swisswine.ch

VISANA
visana.ch



El conserje está a su servicio con discreción. Con mucha información e indicaciones, se anticipará a sus deseos.

CONSERJE



Viajes sostenibles por Suiza

Es el momento de viajar de una forma diferente. Y es que viajar de forma sostenible no significa necesariamente tener que prescindir de algo. Un par de inspiraciones para su próximo viaje:



Súbbase al tren

En Suiza, el transporte público le llevará incluso a los lugares más pequeños y remotos, y con 9000 trenes diarios, seguro que encontrará una conexión. Además, SBB llevará su equipaje de invierno de estación a estación o incluso de puerta a puerta, para que pueda disfrutar de su viaje con cualquier clima de forma relajada y respetuosa con el medioambiente.



Disfrute de la cocina responsable

La Guía Michelin tiene un nuevo símbolo desde 2021: la estrella verde es sinónimo de gastronomía sostenible. En los 19 establecimientos galardonados, podrá disfrutar de una buena cocina con productos regionales, con la seguridad de que los animales y la naturaleza se tratan de forma responsable.



Proteja el invierno

Una ONG llamada Protect Our Winters organiza, entre otras cosas, fines de semana de esquí de travesía y freeride con expertos en protección del clima. De este modo, disfrutará de una ruta segura por las montañas y, al mismo tiempo, aprenderá lo que puede hacer para garantizar que las experiencias invernales en las montañas sigan siendo posibles dentro de 50 años.



Visite las ciudades

Las ciudades suizas están repletas de mentes creativas que también se han comprometido con la sostenibilidad a través de sus empresas y lo viven en forma de producción local y justa o con proyectos gastronómicos innovadores. Todo esto puede descubrirlo en un viaje por la ciudad.

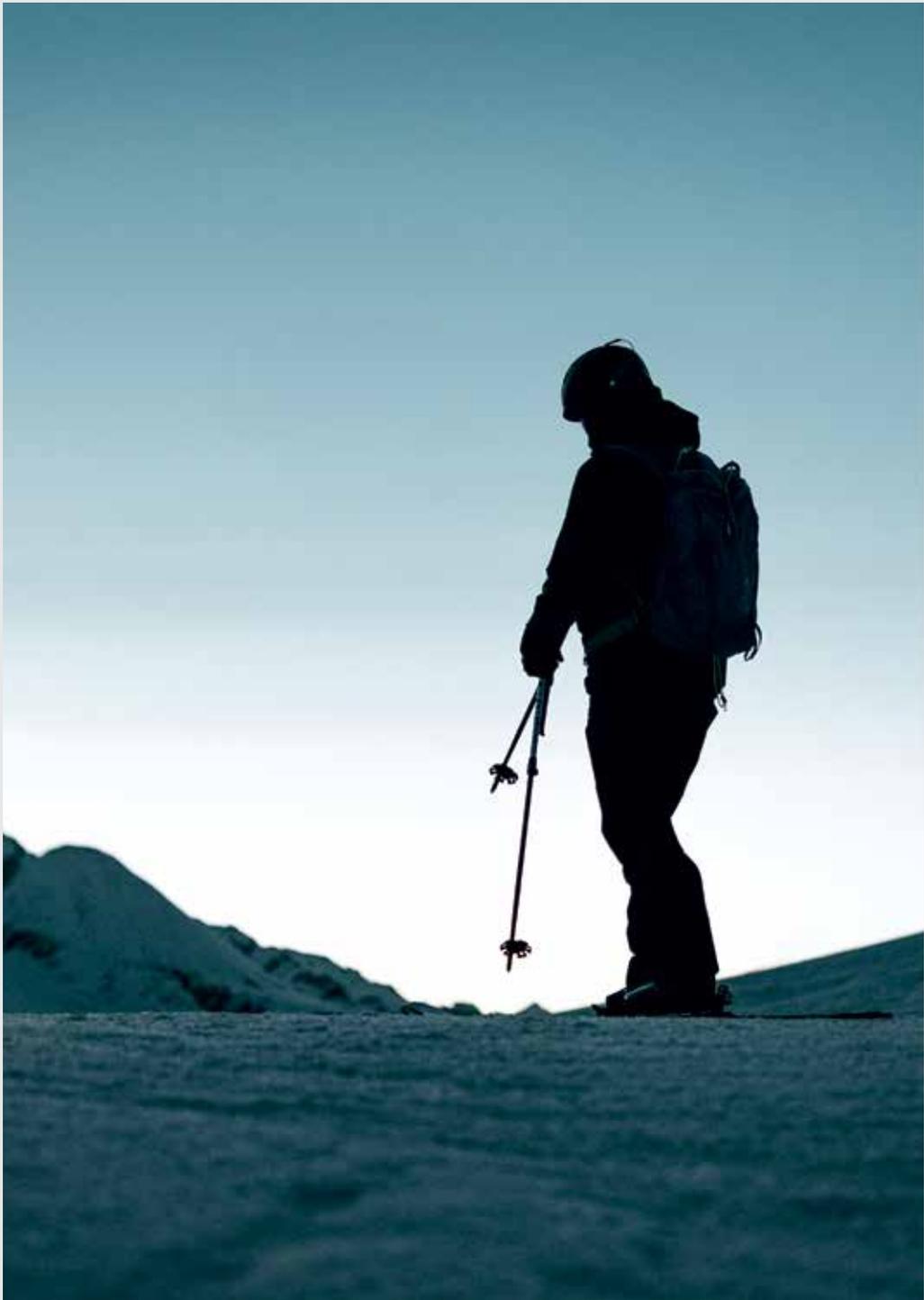


Campana para una mayor sostenibilidad

Swisstainable destaca lo que ya existe en términos de sostenibilidad e incentiva nuevas ideas.

Más información:

» [MySwitzerland.com/swisstainable](https://www.myswitzerland.com/swisstainable)



«My Swisstainable Journey»
incluye una serie de historias
personales inspiradoras.

Déjese inspirar

Suiza Turismo ha observado a las personas que trabajan por una mayor sostenibilidad con nuevas ideas o un estilo de vida respetuoso con el medioambiente. En el proceso, han surgido hermosas historias que le dejarán con ganas de más.

Viajes sostenibles



SchweizMobil
Experiencias invernales sostenibles: más de 600 excursiones con conexión de transporte público a un solo clic.

» Aplicación SwitzerlandMobility
» switzerlandmobility.ch/winter



Viaje en tren y autobús por el paisaje nevado y disfrute de la magia especial de la naturaleza con su suave vestido invernal, mientras pasea con raquetas de nieve, practica senderismo o descensos en trineo. Con estos consejos, podrá disfrutar al máximo de su descanso invernal. Todas las historias de un vistazo → mapa en la última página.

RAQUETAS DE NIEVE

→ **Montreux**

Ruta con «vistas al mar»

Puesta de sol en lo alto del lago Lemán.

A Casi nadie piensa en raquetas de nieve cuando está a orillas del lago Lemán. ¡Se equivocan! Una excursión con raquetas de nieve en Caux, a los pies de las Rochers de Naye, ofrece unas vistas difíciles de superar, especialmente al atardecer. Una copa de vino local completa la experiencia.

Tren de cremallera hasta la cumbre de Rochers de Naye.

→ **Les Paccots**

Ruta culinaria

Fondue en la mochila por los Prealpes de Friburgo.

D Con el kit de fondue en la mochila, emprenda la ruta circular alejada de las pistas y los remontes de la zona de esquí. El lema es: pare donde quiera, haga la fondue y dese un festín. Pero hasta que uno decide dónde descansar, puede pasar algún tiempo, ya que hay numerosos lugares con vistas de ensueño.

En Châtel-St-Denis puede probar el pan de azafrán de Friburgo.

→ **Riederalp**

Muy cerca del cielo

Frente a los glaciares, los cuatromiles y el bosque.

En esta excursión guiada con raquetas de nieve, la vista del glaciar de Aletsch, el mayor glaciar alpino de Europa, y los majestuosos cuatromiles le dejarán sin aliento.

Disfrute de un plato del Valais en la terraza del hotel de golf.

SENDERISMO DE INVIERNO

→ **Braunwald**

Aire puro en Glaris

Suaves senderos frente a impresionantes cumbres.

B La excursión atraviesa las montañas de Braunwald, que parecen sacadas de un cuento, y ofrece vistas del Tödi y otros picos de Glaris. La galería de hielo en la roca y la incisión del valle más profunda de Suiza son realmente impresionantes. Casi 3000 metros de altitud separan el Tödi, la montaña más alta de Glaris, y el pueblo de Linthal.

Terraza soleada de la Ortstockhaus, edificio protegido.

→ **Savognin**

Tras la pista de la naturaleza

Observación de ciervos en invierno.

E Con prismáticos y acompañado por un guía local, caminará 15 minutos hasta una ladera orientada al sur que atrae a los ciervos. Para no molestar a los animales, siempre se mantiene una distancia mínima durante la observación.

Abríguese bien. Con el atardecer también llega el frío.

→ **Kandersteg**

Lejos de todo

Senderismo invernal lejos de la civilización.

F Tras el viaje en teleférico de Kandersteg a Sunnbüel hay 400 metros de desnivel y 4 horas de caminata hasta el puerto de montaña Gemmipass. Una ruta impresionante que fue la conexión principal entre el Oberland bernés y el Valais en la Edad Media. Con un poco de suerte, la foto del Gemmi estará adornada por un quebrantahuesos volando.

El hotel Schwarenbach ofrece una cama lejos de todo.

TRINEO

→ **Grindelwald**

El otro trineo

Monte en Velogemel bajo el Eiger, el Mönch y la Jungfrau.

C Trineo + bicicleta = Velogemel. Este trineo es una invención de un habitante del Oberland bernés y antiguamente se utilizaba para desplazarse, no para divertirse. Hoy es diferente. La diversión comienza en la estación de Grindelwald, donde se pueden alquilar los vehículos. A continuación, se sube en autobús hasta el Bussalp, donde la frenética aventura sigue su curso.

Las mejores vistas del Eiger, el Mönch y la Jungfrau le esperan nada más comenzar.

→ **Stoos**

Vista amplia y profunda

Diez lagos, incontables cumbres y un descenso emocionante.

Gracias a su posición, la vista desde el Fronalpstock es fenomenal. Pero igual de tentador es el trepidante recorrido en trineo hasta la estación intermedia. El tramo, con velocidad y curvas, ofrece diversión en trineo en su máxima expresión. Pero no es para principiantes.

Suba al Stoos con el funicular más empinado del mundo.

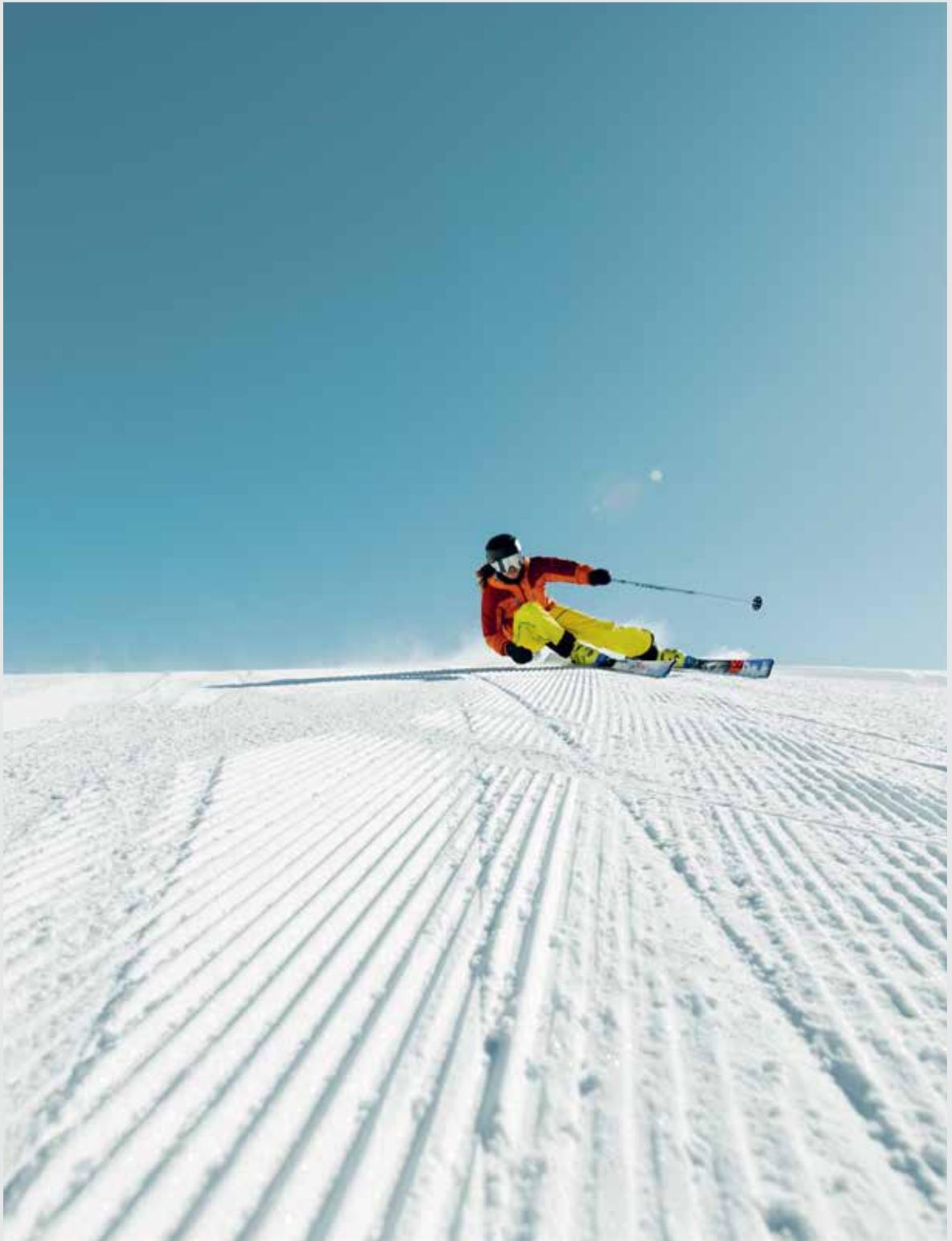
→ **Fiescheralp**

Descenso eterno

Diversión en trineo con muchas curvas en Valais.

El tramo desde Fiescheralp hasta Lax es de más de 13 kilómetros de largo. El camino serpentea rápidamente cuesta abajo y atraviesa bosques cubiertos de nieve. Con el autobús lanzadera puede regresar a Fiesch para otra ronda, si todavía tiene fuerzas.

Baje en trineo al valle, por la noche, con una linterna frontal, después de una fondue.



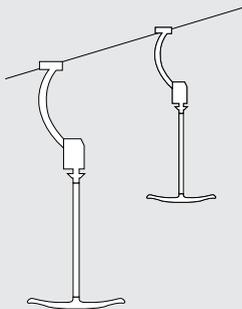
Swissrent

Del sofá directos a la nieve. Gracias a la amplia gama de alquiler de Swissrent, los aficionados a

los deportes de nieve estarán bien equipados para cualquier aventura. » swissrent.com



Con alrededor de 7000 kilómetros de pistas, Suiza es la jaja para los deportes de invierno. Felicidad asegurada para los más experimentados, pero también para aprendices y los amantes de la nieve polvo. Esto es posible gracias a las tecnologías modernas y a las ofertas a la última. Todas las historias de un vistazo → mapa en la última página.



MÁS SOSTENIBILIDAD

→ Tenna Remontes solares

El pionero cumple años.

El primer remonte del mundo equipado con instalación solar se encuentra en el valle Safiental de Graubünden. La instalación de 450 metros de largo transporta a deportistas y produce energía solar al mismo tiempo. Este año la instalación cumple diez años. ¡Felicidades!

→ Melchsee-Frutt Hacer nieve sin electricidad

La clave es la altitud.

En 2013, los habitantes de la Suiza Central pusieron en marcha un programa piloto. Hoy ya hay 19 máquinas de nieve Nessay Zero E. El invento suizo dispersa la nieve utilizando únicamente la presión del agua. Y el agua la proporcionan los lagos de la parte alta de Melchsee-Frutt.

→ St. Moritz Visión 100% de reciclaje de agua

Primicia mundial en la Engadina.

St. Moritz solo quiere utilizar agua reciclada para la fabricación de nieve en sus pistas a partir de 2025 y está planeando un segundo embalse. Tendrá

que estar a 2500 m s.n.m. para recoger el agua de deshielo que se devolverá a las laderas en forma de nieve en otoño. Los habitantes de la Engadina quieren ahorrar un total de 4 GW/h de electricidad, lo que corresponde al consumo anual de 900 hogares.

→ Flumserberg Medición de nieve con má- quina pisanieves

Más conocimiento, menos nieve.

Los transportes de montaña de Flumserberg fueron los primeros en utilizar Snowsat, una tecnología que mide la profundidad de la nieve bajo las máquinas pisanieves. Esto significa que se necesita menos nieve para compensar los desniveles, y se pueden reducir los costes de producción y de preparación. En toda Suiza, 190 vehículos de 28 estaciones de esquí lo equipan ya.

ESQUIAR CON TODA LA FAMILIA

→ Braunwald Kinderland Hüttenberg

*La zona infantil para
toda la familia.*

Además de 30 kilómetros de pistas, Braunwald ofrece el Kinderland Hüttenberg, con dos remontes mecánicos para los más pequeños, así como trampolines, recorridos y muchas posibilidades de práctica.

→ Hasliberg Skihäsliland Bidmi

*La zona de prácticas
de esquí definitiva.*

Meiringen-Hasliberg cuenta con 60 kilómetros de pistas

y Skihäsliland con seis remontes, un carrusel y un parque de atracciones.

→ Zuoz Funslope Gian Plaiv

*Una pista divertida para
toda la familia.*

El Funslope Gian Plaiv es un recorrido excepcional, mezcla de pista, snowpark y recorrido de fondo, popular entre grandes y pequeños, principiantes y expertos.

→ Sörenberg El paraíso infantil

Variado y lleno de diversión.

Desde el Kids Village, pasando por el Kinderland con alfombra mágica cubierta, hasta la Kids Freestyle Line para los más grandes: algo para cada edad.



DESTINOS FAMILIARES

Para grandes y pequeños

*Las vacaciones en familia
perfectas de la A a la Z.*

Las familias serán bien recibidas en los 25 complejos turísticos galardonados con la etiqueta de Destino Familiar. La oferta está orientada a las necesidades y los deseos de los niños y sus acompañantes. Lo más destacado:

MySwitzerland.com/family

En la pista

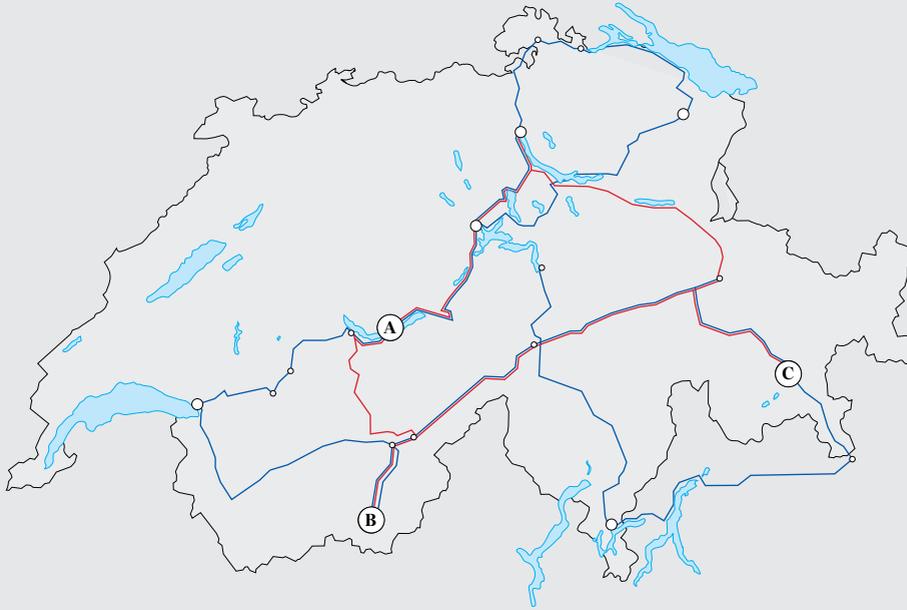
Shop.
Experience.
Enjoy.

Also open on Sundays.



Zurich Airport

Viaje invernal mágico en tren



Grand Train Tour

Winter Magic Tour



Un país, un billete

Desde las tarjetas de un día económicas hasta el Swiss Travel Pass, hay un billete para cada visitante.

→ [MySwitzerland.com/tickets](https://www.myswitzerland.com/tickets)



Viajar sin preocupaciones

Sin cargas ni tiempo de espera innecesario. Sencillamente, envíe su equipaje de estación a estación o de puerta a puerta.

→ [sbb.ch/luggage](https://www.sbb.ch/luggage)



Descubrir, reunirse, beneficiarse

Con la aplicación Grand Train Tour.

→ [MySwitzerland.com/trainourapp](https://www.myswitzerland.com/trainourapp)

Los helados, ligera nieve polvo y majestuosos glaciares. Todo esto le espera en el Winter Magic Tour. El viaje parte de Lucerna, pasando por la región de la Jungfrau hasta Zermatt, donde le espera el mundialmente conocido Cervino. Tras ascender al Gornergrat, el Glacier Express lleva a sus visitantes a través de un paraíso invernal hasta la Engadina. En el camino, se atraviesan hermosos paisajes donde las carreteras son intransitables en los meses fríos. Nunca fue tan cómodo vivir el invierno en todo su esplendor.

→ [MySwitzerland.com/wintermagic](https://www.myswitzerland.com/wintermagic)



Grand Train Tour of Switzerland

Viajar tranquilamente recorriendo lugares de interés y admirar el impresionante paisaje por la ventana.

- » 1280 kilómetros
- » Trayectos panorámicos mundialmente famosos
- » Lugares de interés destacados y excursiones a las montañas



Grindelwald →
Glaciar del Eiger

Eiger Express

Última tecnología

A Dos nuevos teleféricos salen de Grindelwald hasta el corazón de la montaña. El Eiger Express, el teleférico 3S más moderno del mundo, le lleva en 15 minutos directamente al glaciar del Eiger, el punto más alto de la zona de esquí. El punto de partida es la nueva terminal de Grindelwald, desde donde también sale el teleférico de Männlichen.

Grindelwald

Duración: 15 minutos

Experiencias de esquí en la región de la Jungfrau

Parque de atracciones de nieve a más de 3500 m s.n.m.

Zermatt → Gornergrat

Gornergrat Bahn

El Cervino al alcance

B Hay que visitar el Gornergrat a 3089 metros, después de todo, no hay un lugar con mejores vistas al majestuoso Cervino. El viaje ofrece innumerables motivos de postal: alerces cubiertos de nieve y un impresionante panorama montañoso.

Zermatt

Duración: 33 minutos

Pasear en trineo entre 29 cuatromiles

Recorrido en raquetas de nieve por el Gornergrat

Zermatt → St. Moritz

Glacier Express

Recorrido por puertos espectaculares

C Gargantas profundas, altos puertos de montaña, majestuosas montañas y brillantes lagos. El recorrido del Glacier Express está repleto de hitos naturales. El viaje lleva por paisajes invernales vírgenes desde Zermatt hasta St. Moritz y es un placer para todos los sentidos.

Engadina

Duración: aprox. 8 horas

En la región de las oportunidades ilimitadas para el esquí de fondo

Patinar sobre hielo en el helado lago de St. Moritz



Experiencias nevadas en trenes panorámicos

A primera hora de la mañana, se limpian y calientan los raíles para un recorrido un recorrido pintoresco. → [MySwitzerland.com/panorama](https://www.myswitzerland.com/panorama)





SILVAPLANA-SURLEJ

Para amantes de los deportes de nieve

¡E se aire maravilloso! Cuando descubra la Alta Engadina, querrá volver a este paraíso una y otra vez. En el punto más alto del pintoresco pueblo de Surlej se encuentra el hotel Nira Alpina. Brilla con el sol. Su especial ubicación directamente en la pista de esquí hace que el hotel sea el punto de partida ideal para los amantes de los deportes de nieve. En el exterior hay un montón de aventuras deportivas y en el interior espera puro confort, con una bañera de hidromasaje con vistas al maravilloso panorama montañoso.



Comodidad y confianza de la A a la Z.



La vida social es una prioridad.



Snow Sports Hotels



Aventura deportiva: el secreto del Nira Alpina es el descenso desde el lago Hahnensee hasta St. Moritz.

SNOW SPORTS HOTELS

[MySwitzerland.com/snowsportshotels](https://www.myswitzerland.com/snowsportshotels)

Estos alojamientos son un paraíso para todos los apasionados de los deportes de nieve, ideales para relajarse después de un día lleno de acción en las pistas de esquí alpino o de fondo, mantener el equipamiento y ser los primeros en la montaña de nuevo al día siguiente. Aquí, las necesidades de los huéspedes son lo más importante.

Nira Alpina ^A
Silvaplana-Surlej

Hotel Castell
Zuoz

Hotel Bella Vista
Zermatt

Lenkerhof
Lenk

Huus Gstaad Hotel
Saanen





HOTELES TÍPICAMENTE SUIZOS

MySwitzerland.com/typisch

Estilo regional, instalaciones tradicionales o especialidades suizas en la carta: los Hoteles Típicamente Suizos (ya sea un palacio urbano o una posada rural) cumplen los deseos de todos a los que les encanta Suiza.

Hotel Fafleralp **A**
Blatten

Hotel Krone
Sarnen

SWISS DELUXE HOTELS

MySwitzerland.com/deluxe

Arquitectura elegante, equipamiento moderno y servicios del más alto nivel: los Swiss Deluxe Hotels ofrecen un ambiente exclusivo, donde cada momento deja huella.

Four Seasons Hotel **B**
Ginebra

SPA & VITALITY HOTELS

MySwitzerland.ch/spa

Sauna, tratamiento médico o piscina exterior: los huéspedes de los Spa & Vitality Hotels disfrutan de hoteles bienestar excepcionales en plena naturaleza suiza. Justo lo que necesita para cuidar la salud.

Cervo Mountain Resort
Zermatt

Wellness & Spa Hotel Ermitage **C**
Schönried

INSPIRADORES HOTEL PARA REUNIONES

Reuniones con un panorama montañoso impresionante, en un antiguo monasterio o una lujosa tienda de campaña de alta tecnología: los Inspiradores

Hoteles para Reuniones se encargan de que sus reuniones sean exitosas gracias a su especial ubicación y a su programa marco excepcional.

Pilatus Kulm Hotel **D**
Kriens/Lucerna

Sorell Hotel
Zürichberg

SWISS FAMILY HOTELS & LODGINGS

MySwitzerland.com/familyhotels

Guardería, cuentos de hadas, spa para niños, salas de cine o un parque infantil de aventuras: en los Swiss Family Hotels & Lodgings, todo gira alrededor de las necesidades de los más pequeños.

Centro de vacaciones Reka **E**
Belalp

DESIGN & LIFESTYLE HOTELS

MySwitzerland.com/designlifestyle

Altas exigencias creativas, un diseño claro y materiales cuidadosamente seleccionados: gracias a su arquitectura inspiradora, una estancia en los Design & Lifestyle Hotels es toda una experiencia para huéspedes con estilo.

Marktgasse Hotel
Zürich

Boutique-Hotel Guarda Val **F**
Scuol

SWISS HISTORIC HOTELS
MySwitzerland.com/historic

Ya sea en un gran hotel de la *belle époque* o en una hospedería de estilo barroco, en los Swiss Historic Hotels, los huéspedes duermen tras muros cargados de historia y disfrutan del ambiente de una época pasada.

Castillo de Wartegg **G**
Rorschacherberg





↑
Aquí encontrará
más hoteles y
alojamientos.



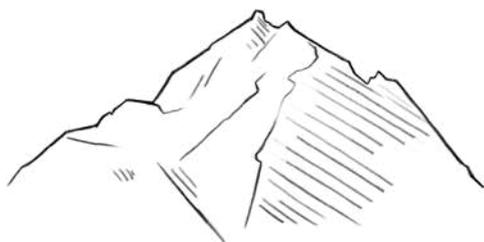


INFORMACIÓN UTIL

Ideas para el invierno en Suiza:
→ myswitzerland.com/invierno

Los Alpes suizos en cifras

Los Alpes acaparan el 58% de la superficie total de Suiza.
Un total de 48 montañas superan los 4000 metros.



Con 4048 m s.n.m., el Piz Bernina es el pico más alto de los Alpes orientales y el único cuatromil de Graubünden.



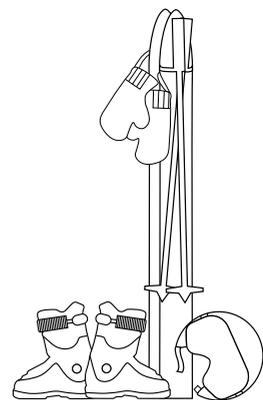
Punto más elevado
El Dufourspitze, con sus 4634 m s.n.m., es la cumbre más alta de los Alpes del Valais.



Localidad a más altitud
El pueblo de Juf a 2126 m s.n.m. está habitado todo el año.



Punto más profundo
El lago Maggiore en el cantón Ticino se encuentra a 193 m s.n.m.



3821 m s.n.m.
Estación de montaña a mayor altitud
En la estación de esquí de Zermatt.

10 km
Descenso glaciar asegurado más largo
La pista sobre el glaciar del Morteratsch en la Engadina.

76%
Descenso más pronunciado
La pista de esquí Le Mur Suisse de Champéry en el Valais.

La pista de esquí más famosa
El descenso del Lauberhorn a Wengen es el más famoso gracias a la carrera de esquí.

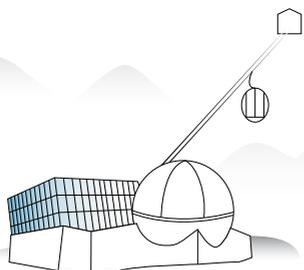

Vacaciones en Suiza

Estaremos encantados de ayudarle a planificar sus vacaciones en Suiza de la mejor manera.

Llame gratis* al:
00800 100 200 30
*pueden surgir tasas locales

Transporte sostenible

Varios teleféricos y ferrocarriles de montaña funcionan en su totalidad o en gran parte con electricidad sostenible, estableciendo nuevos estándares de sostenibilidad.



REGENERACIÓN ENERGÉTICA
Gornergrat Bahn

ENERGÍA HIDRÁULICA
Ferrocarril Rético

ENERGÍA SOLAR
Teleférico de Staubern

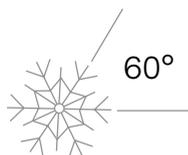
Los copos de nieves

10¹⁸

Un copo de nieve está formado por un trillón de moléculas de agua.



Probablemente nunca ha habido dos copos de nieve exactamente iguales.



Las puntas de los copos de nieve siempre están dispuestas exactamente en un ángulo de 60°.

4 km/h

es la velocidad de un copo de nieve al caer.



La mayor profundidad de nieve registrada es de

816 cm

en el Sântis en abril de 1999.



El récord oficial de frío en Suiza de

-41,8°C

se registró el 12 de enero de 1987 en La Brévine (NE).

✈ De viaje ✈

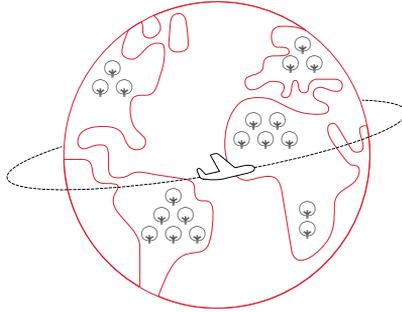

Cada contribución cuenta

Viajar compensando las emisiones de CO₂

Compensaid le permite reducir o compensar las emisiones de CO₂ de sus vuelos a través de la fundación Myclimate comprando queroseno sintético (combustible sostenible en aviación, SAF por sus siglas en inglés).


Ayude a reforestar el bosque de Nicaragua.


Vuele con combustible de aviación sostenible (SAF). En comparación con los combustibles fósiles, el SAF reduce las emisiones de CO₂ hasta en un 80 %.



SOSTENIBILIDAD EN CIFRAS

78 g de CO₂

por pasajero y kilómetro emite la flota de SWISS. En un coche pequeño, las emisiones de CO₂ son de aprox. 110 g/km.

-50%

CO₂ de aquí a 2050: este es el objetivo del sector de la aviación.

La demanda de queroseno ha aumentado solo un 30%

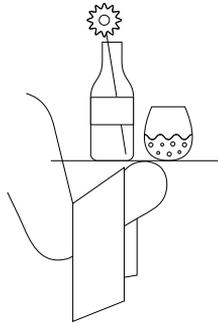
mientras que las cifras de pasajeros y el servicio de transporte han crecido más del doble.



El mundo de SWISS

Estilo SWISS

Como compañía aérea, SWISS lleva cada día los valores por los que Suiza es famosa a todos los rincones del mundo.



Tradición y modernidad

Siempre construyendo hábilmente puentes entre lo viejo y lo nuevo.

Hospitalidad

Dar al huésped una sensación hogareña esté donde esté.

Fiabilidad

Fiabilidad, sin importar la situación.

Movilidad

✈ Viajar con SWISS

Swiss International Air Lines (SWISS) es la compañía aérea de Suiza. Desde los aeropuertos suizos de Zúrich y Ginebra vuela a muchos destinos en todo el mundo.

Buscar y reservar:
swiss.com



SWISS BLOG



Información detallada y sugerencias de viajes.

GASTRONOMÍA EN EL AIRE

SWISS Saveurs

El nuevo concepto también convierte el viaje en un vuelo culinario.

SWISS Altitude 1150

El agua mineral pura de Glaris refresca a los viajeros durante el vuelo.

Sprüngli x SWISS

Dos marcas tradicionales que juntas proporcionan deliciosos momentos a bordo.



El mejor chocolate en las nubes

¡Gracias!

Las chocolatinas de SWISS son una muestra de atención a los clientes de SWISS y un delicioso pedacito de las cosas por las que Suiza es conocida en todo el mundo.



Relajación SWISS Alpine Lounge

La SWISS Alpine Lounge ofrece lo mejor de dos mundos: el encanto de una cabaña alpina rústica y el confort familiar de un SWISS Lounge.

