Nendaz und ich

Pressemappe

Sommer 2024

NENDAZ
4 VALLÉES

Nendaz & ich

Dezember 1986. Ich muss wohl kaum mehr als ein paar Tage alt gewesen sein, als meine Eltern mich zum ersten Mal mit nach Nendaz nahmen. April 2023. Ich blicke aus dem Fenster meines Büros in Basse-Nendaz und bewundere das unvergleichliche Panorama. Zwischen diesen beiden Daten liegen knapp 37 Jahre.

In Nendaz habe ich meine ersten Schritte gewagt, sprechen gelernt und bin zur Schule gegangen. Hier habe ich meine ersten Hütten im Wald gebaut und auch die ersten Lausbubenstreiche gemacht. Ich habe meine Freude am Biken, Skifahren, Eislaufen und Fussball entdeckt, habe hier meine ersten Freundschaften und die Liebe meines Lebens gefunden. Neben vielen glücklichen Stunden gab es natürlich auch Momente der Traurigkeit oder der Wut. In Nendaz bin ich nicht nur gross geworden, sondern bin auch persönlich und sozial herangereift und schliesslich zu der Person geworden, die ich heute bin.

Zur Person, die heute diese Worte an Sie richtet. Ich fühle mich glücklich und geehrt, in Nendaz wohnen und arbeiten zu dürfen, freue mich, hier regelmässig meine Freunde zu treffen und empfinde Dankbarkeit, zusammen mit meiner Frau meine Kinder in der für mich schönsten Region der Welt aufwachsen zu sehen. Ich verbringe gerne meine Zeit hier und tanke Energie aus den ganzen Erlebnissen, die dieser Ort mir bietet. Dabei muss es nicht immer eine lange Abfahrt auf den Skis oder eine ausgedehnte Wanderung entlang einer Suone sein. Ein Blick auf den Sonnenuntergang über den Berner Alpen oder ein kurzer Spaziergang zum Dent de Nendaz reichen. Das Glücksgefühl, das das atemberaubende Panorama vom Mont-Fort jedes Mal in mir auslöst, oder die Zufriedenheit, wenn ich meinen Kindern beim Toben auf einem Spielplatz, einem Trampolin oder einem Pumptrack zusehe. In den vergangenen 37 Jahren ist eine unzerstörbare Verbindung entstanden zwischen Nendaz und mir.

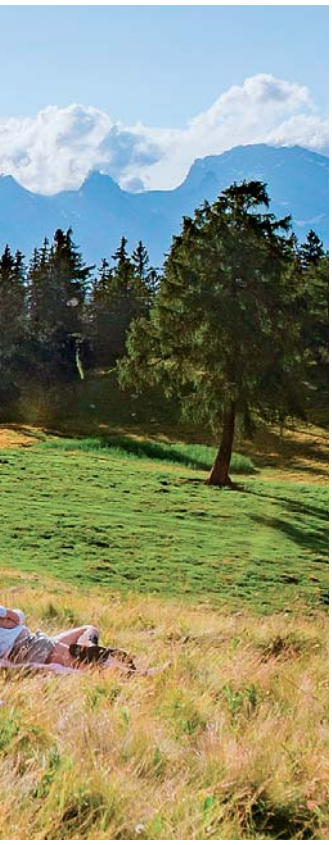
Ich bin stolz darauf, von hier zu sein und fühle mich geehrt, als Direktor von Nendaz Tourisme meine Destination in die Welt hinaus tragen zu dürfen. Eine Destination, die sich durch ihre Authentizität, ihre Berge und ihre Familienfreundlichkeit auszeichnet – und wo hinter jeder Ecke ein neues Abenteuer wartet.

Ich lade Sie, liebe Gäste und Besucherinnen und Besucher, dazu ein, unsere schöne Region inmitten der 4 Vallées selbst zu entdecken und zusammen mit Ihren Liebsten eigene, unvergessliche Erlebnisse zu kreieren – damit auch Sie diese starke Verbindung zu Nendaz ein Leben lang in Ihrem Herzen tragen.

Wir hoffen, dass Sie sich bei uns wie zu Hause fühlen und heissen Sie in Nendaz herzlich willkommen!

Baptiste Constantin
Direktor von Nendaz Tourisme

INHALTSVERZEICHNIS



4 **ANREISE**
Anreise nach Nendaz

5 **IN EINIGEN ZAHLEN**
Nendaz kurz beschrieben...

6 **STORY**
Nendaz Trekking

8 **WANDERN**
Unbegrenzte Wandermöglichkeiten

11 **FAMILIEN**
Ein Paradies für Kinder

14 **STORY**
Das Leben der Murmeltiere

16 **AUF DEM GIPFEL**
Erlebnis Mont-Fort

17 **TRAILRUNNING**
Unbegrenzte Trainingsmöglichkeiten

18 **MOUNTAINBIKE UND EBIKE**
(e)Bike-Spass für alle!

19 **WELLNESS**
Entspannen und Geniessen

20 **KULTURERBE**
Die Hauptstadt des Alphorns

22 **STORY**
Das Leben auf der Alp

24 **GASTRONOMIE**
Kulinarische Höhenflüge

25 **HERBST**
Farben und Aromen

27 **WINTER**
Nendaz im Winterkleid

28 **KONTAKT**
Kontaktpersonen

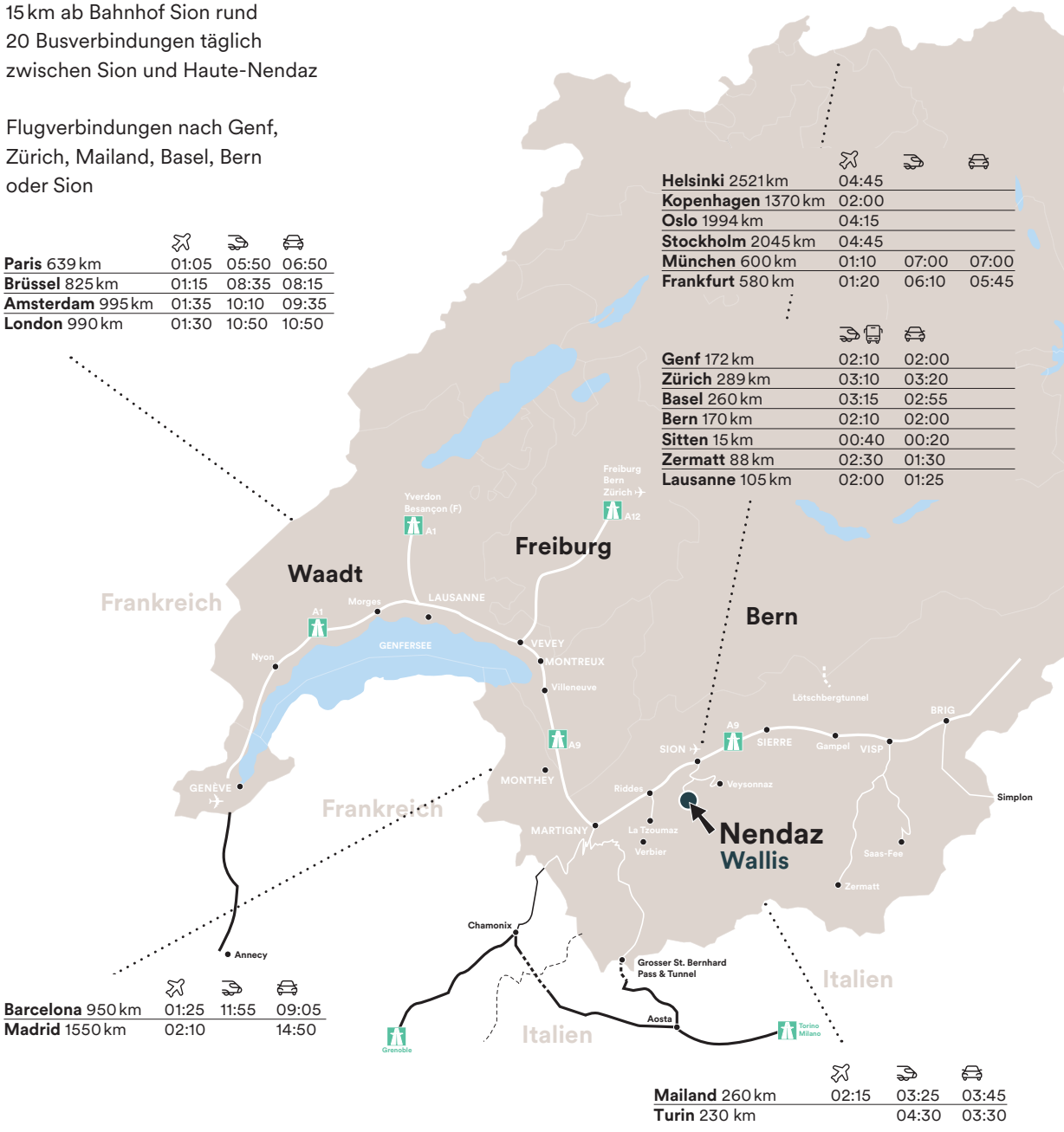
Anreise nach Nendaz

15 km ab der A9-Autobahnausfahrt «Sion-Ouest»

15 km ab Bahnhof Sion rund 20 Busverbindungen täglich zwischen Sion und Haute-Nendaz

Flugverbindungen nach Genf, Zürich, Mailand, Basel, Bern oder Sion

www.nendaz.ch/shuttlebus
www.sbb.ch



Paris 639 km	01:05	05:50	06:50
Brüssel 825 km	01:15	08:35	08:15
Amsterdam 995 km	01:35	10:10	09:35
London 990 km	01:30	10:50	10:50

Helsinki 2521 km	04:45		
Kopenhagen 1370 km	02:00		
Oslo 1994 km	04:15		
Stockholm 2045 km	04:45		
München 600 km	01:10	07:00	07:00
Frankfurt 580 km	01:20	06:10	05:45

Genf 172 km	02:10	02:00
Zürich 289 km	03:10	03:20
Basel 260 km	03:15	02:55
Bern 170 km	02:10	02:00
Sitten 15 km	00:40	00:20
Zermatt 88 km	02:30	01:30
Lausanne 105 km	02:00	01:25

Barcelona 950 km	01:25	11:55	09:05
Madrid 1550 km	02:10		14:50

Mailand 260 km	02:15	03:25	03:45
Turin 230 km		04:30	03:30

Unser Tipp

Shuttlebusse
Unsere Shuttlebusse bringen Sie (auf Reservation) zu den Ausgangspunkten zahlreicher Wanderungen, wo Sie im Nullkommanichts in der Natur sind. Ein Shuttlebus verkehrt vom 9. Mai bis 26. Oktober zwischen Haute-Nendaz und Veysonnaz (in der Hochsaison täglich, in der Zwischensaison jeweils am Dienstag, Donnerstag und Samstag). An den Wochenenden vom 8. und 16. Juni sowie von Donnerstag bis Sonntag zwischen dem 3. und 27. Oktober verbindet eine weitere Linie Haute-Nendaz mit Siviez. In der Hochsaison wird diese Verbindung von PostAuto Wallis angeboten.

Nendaz kurz beschrieben...

Eine Gemeinde mit

- einem 85.9 km² grossen Gebiet zwischen 492 und 3'336 m ü. M.
- 17 Dörfern
- dem Tourismusort Haute-Nendaz mit 18'807 Betten
- einer Bevölkerungszahl von 7'012 Personen für die ganze Gemeinde
- 2'000 Jahreseinwohnern in Haute-Nendaz.

Touristische Unterkünfte

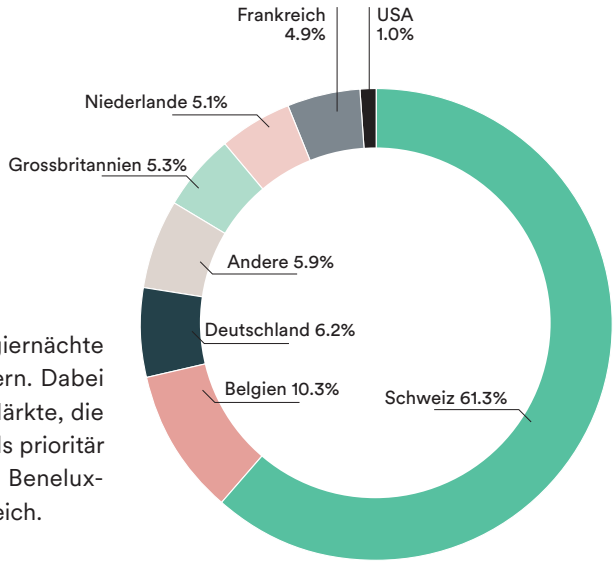
- Hotels und Herbergen: 372 Betten
- Gruppenunterkünfte: 320 Betten
- Ferienwohnungen und Chalets: 18'000 Betten (davon 4'000 in Mietwohnungen)
- Berghütten: 25 Betten
- Gästezimmer: 90 Betten.

BESONDERHEITEN DER DESTINATION

Über drei Viertel der kommerziellen Logiernächte fallen in Chalets und Ferienwohnungen an. Allerdings erfasst Nendaz Tourisme in seiner Statistik nur die Übernachtungen, die über eine Agentur gebucht werden. Hinzu kommen also zahlreiche Übernachtungen in Zweitwohnungen, die von den Eigentümern selbst oder von privat gebuchten Wochen- oder Saisonmietern getätigt werden.

Ergebnisse Tourismus*

- Top 6 der Monate mit den höchsten Übernachtungszahlen:
  1) Februar 2) Dezember 3) Januar
  4) Juli 5) März 6) August
- 64% im Winter, 27% im Sommer und 9% im Herbst.



Herkunft der Gäste (kommerzielle Logiernächte)*

Die Gäste, die 2023 in Nendaz kommerzielle Logiernächte generierten, kamen aus 73 verschiedenen Ländern. Dabei fallen 93% dieser Übernachtungen auf die fünf Märkte, die in der Marketingstrategie von Nendaz Tourisme als prioritär eingestuft werden. Es sind dies die Schweiz, die Benelux-Länder, Deutschland, Grossbritannien und Frankreich.

* Fürs Tourismusjahr vom 01.11.2022 bis 31.10.2023

STORY

Nendaz Trekking

www.nendaz.ch/trekking

Die Liebe zu den Bergen und zur Stille gehören zu den Dingen, die für die 22-jährige ganz oben auf der Liste stehen. Deshalb war sie Feuer und Falle, als sie von der Trekkingtour Nendaz Trekking hörte, bei der man die Region auf eigene Faust und im eigenen Tempo erkundet. Auch ihren Freund musste sie nicht lange überreden: Gleich wie Rita ist auch er gerne in der Natur unterwegs und war begeistert von der dreitägigen Auszeit. Die beiden sind oft beim Wandern anzutreffen, haben aber bis jetzt meistens kürzere Touren von max. 4 Stunden mit geringem Höhenunterschied gemacht. Das Nendaz Trekking war also für beide eine kleine Challenge: Bei der Kurzdistanz des Nendaz Trekking wird in drei Tagen eine rund 40 km lange Höhenwanderung zurückgelegt, wobei zwei Übernachtungen in einer Berghütte und eine Marschzeit von 4,5 bis 5 Stunden pro Tag anstehen.

> **Die Aussicht vom Gipfel des Mont-Rouge hat sich aber mehr als gelohnt. Ich hatte richtige Freudentränen in den Augen.**

Am ersten Tag ging es für die beiden von Veysonnaz nach Thyon – ein Aufstieg, den man auch mit der Gondelbahn zurücklegen könnte. Darauf verzichteten Rita und ihr Freund aber: Sie hatten es sich zum Ziel gesetzt, die Strecke als Ganzes zurückzulegen. Sich am zweiten Tag dann wieder auf den Weg zu machen, benötigte aber etwas Überwindung, da erneut gleich zu Beginn ein Anstieg anstand. «Wir haben länger gebraucht als gedacht, es war ziemlich anstrengend. Die Aussicht vom Gipfel des Mont-Rouge hat sich aber mehr als gelohnt. Ich hatte richtige Freudentränen in den Augen.» Auch der Abschnitt entlang der Bisse de Chervé und das türkis glitzernde Wasser des Cleuson-Staudamms haben sie begeistert. Am dritten Tag war das Streckenprofil dann weniger anspruchsvoll und es erwartete sie eine schöne Wanderung entlang der Bisse de Saxon durch den Wald.

Als Naturliebhaberin ist Rita auch ganz fasziniert von Tieren und berichtet begeistert von den Eichhörnchen, die sie beim ersten langen Aufstieg gesehen hat, von den Murmeltieren, die sich am Morgen und gegen Abend aus ihrem Bau gewagt haben, von den weidenden Kühen bei der Cabane d'Essertze und der magischen Begegnung mit einem Rehkitz im Wald am letzten Tag.

Drei Fragen an Rita

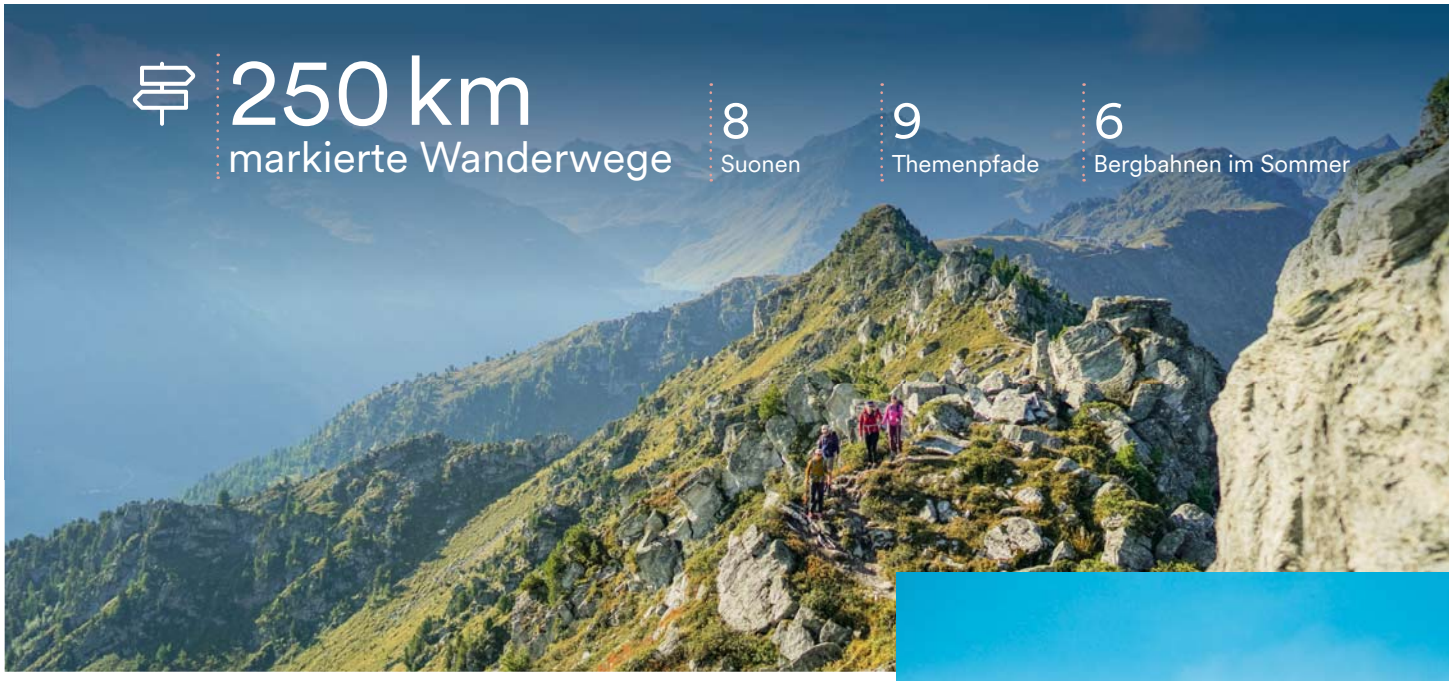
Was hast du beim Trekking am meisten genossen?
Dass wir Zeit hatten, einfach mal einen Moment inne zu halten und die Stille zu geniessen. Als ich wieder zuhause war, war ich richtig geschockt vom ganzen Lärm in der Stadt. Es war schön, einfach mal abschalten zu können und das Handy nur zum Fotografieren hervorzuholen.

Was hat dich überrascht?
Vor dem Trekking habe ich mir einige Fotos angeschaut und war von den schönen Landschaften begeistert. Aber das Ganze dann in Echt zu erleben, war noch viel eindrücklicher! Besonders überrascht war ich auch von den vielen Tieren, die wir gesehen haben.

Würdest du das kleine Nendaz Trekking deinen Freunden empfehlen?
Ja sofort! Ich habe meinem Bruder die ganze Zeit Fotos geschickt, um ihn davon zu überzeugen, das nächste Mal auch mitzukommen. Mein Freund und ich haben uns fest vorgenommen, mehr Bergtouren zu machen, damit wir konditionell ein solches Mehrtagestrekking besser schaffen.

Unbegrenzte Wandermöglichkeiten

Wer die verschiedenen Facetten von Nendaz entdecken möchte, kann aus unzähligen Wanderwegen auswählen, die über Weiden, durch Wälder, entlang von Suonen oder hoch hinauf in die Berge führen.



Unsere Favoriten

Nendaz Trekking
Nendaz Trekking ist eine Mehrtageswanderung, bei der man sich um nichts zu kümmern braucht. Bei der 3- oder 4-tägigen Tour wandern die Teilnehmer von Hütte zu Hütte und erkunden dabei die Gegend zwischen Nendaz und Veysonnaz. Zum Package gehören die Übernachtungen in den Berghütten (2 oder 3 Übernachtungen je nach Wahl), Vollpension, der Transport mit dem Shuttlebus sowie ein Trekkingbeschrieb.

29. Juni bis 7. September

ab 180.–

Abenteuer La Rosablanche
Hochtour zu Nendaz' höchstem Gipfel, der 3'336 m hohen La Rosablanche – Angebot inkl. Hüttenübernachtung, Halbpension, Bergführer und Materialmiete.

Juli: 11.-12./28.-29.
August: 8.-9./17.-18./21.-22.

ab 363.–

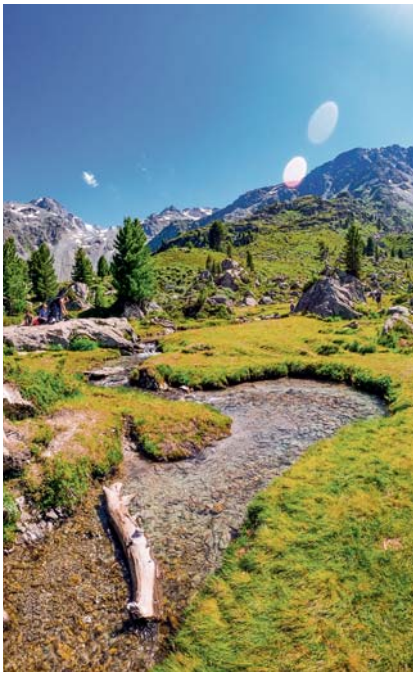
Unser Tipp

Pass Altitude
Mit dem Pass Altitude, den es für 3 bis 12 Tage nach Wahl gibt, hat man den ganzen Sommer über freien Zugang zu den Bergbahnen von Nendaz und Veysonnaz. Gleichzeitig profitiert man ausserdem von Vergünstigungen im Wert von über CHF 200.–. Und das Beste daran: Der Pass ist den ganzen Sommer lang gültig, womit der Inhaber frei wählen kann, an welchen Tagen er die Anlagen nutzen möchte.

29. Juni bis 27. Oktober

ab 79.–

Die schönsten Landschaften



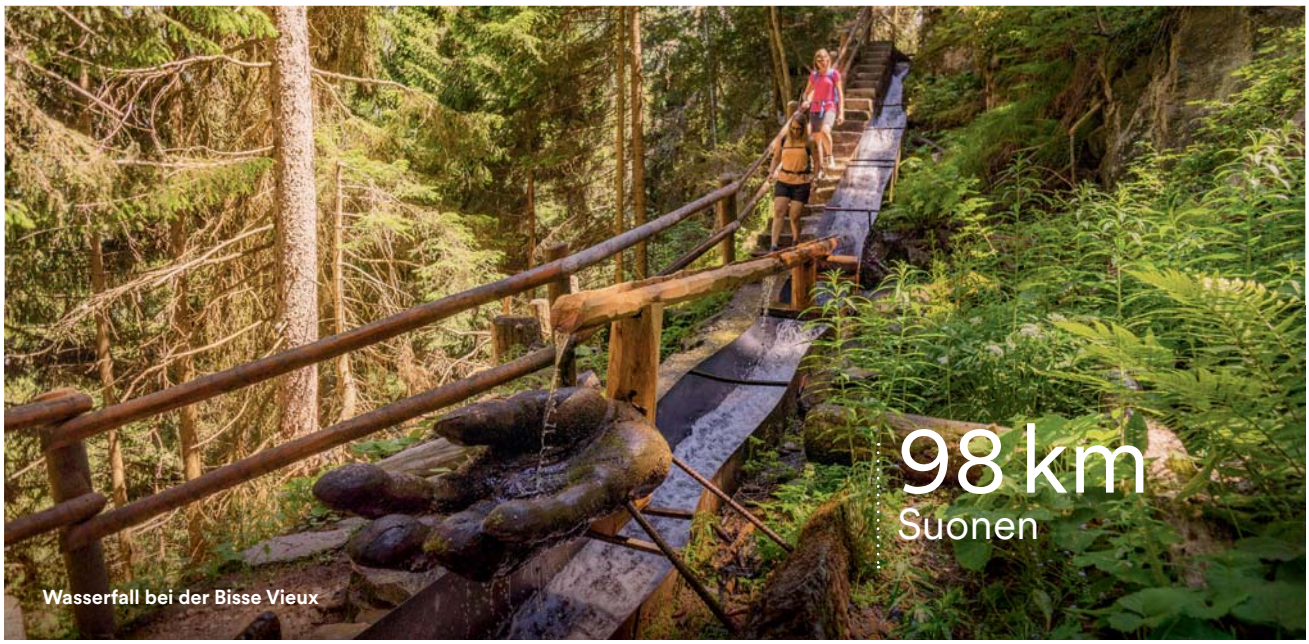
Cleuson-Staudamm und Lac du Grand Désert
Vom Cleuson-Stausee aus, der mit seinem türkisfarbenen Wasser selbst schon einen Ausflug wert ist, geht es für ambitionierte Wanderer hoch zum Lac du Grand Désert auf 2'600 m ü. M., wo die zuvor üppige Vegetation langsam einer einzigartigen, fast mondähnlichen Gesteinswelt weicht.

Dent de Nendaz
Der Dent de Nendaz (2'462 m) ist ein relativ einfaches Wanderziel und bietet jedem die Gelegenheit, einen Gipfelerfolg feiern zu können. Von Tracouet aus, das man bequem mit der Gondelbahn erreicht, führt ein markierter Wanderweg in einer guten Stunde hoch zum Gipfel. Für die Anstrengung wird man mit einem wunderbaren Panorama über den darunter liegenden Lac Noir, die gegenüber liegenden Berner Alpen und das Rhonetal belohnt.

Der Japanische Garten
Der Japanische Garten ist nicht, wie sein Name vermuten lässt, von Menschenhand geschaffen, sondern von Mutter Natur selbst. So findet man mitten in den Bergen ein idyllisches Paradies voller Alpenpflanzen und lieblichen Wasserläufen, die zwischen den Steinen vor sich hin mäandern. Nur zu gerne möchte man in dieser friedlichen Umgebung etwas verweilen.

www.nendaz.ch/wanderwege
www.nendaz.ch/bergbahnen
www.passaltitude.ch
www.nendaz.ch/trekking
www.nendaz.ch/landschaften
www.nendaz.ch/rosablanche

Im Land der Suonen



Wasserfall bei der Bisse Vieux

Bisse de Salins, die aus dem Mittelalter stammende, älteste Suone, die noch immer in Betrieb ist

Unsere Tipps

Suonen-Genuss
Bei diesem Angebot werden die Gäste mit dem Shuttlebus nach Veysonnaz gebracht und wandern dann gemütlich entlang von zwei Suonen nach Nendaz zurück, wobei auf halbem Weg im lieblichen Weiler Planchouet ein ausgiebiges 3-Gang-Menü aus lokalen Produkten auf sie wartet.

9. Mai bis 26. Oktober

ab 49.–

Suonen-Shuttlebus
Dieser Shuttlebus bringt Wanderer und Feriengäste in die benachbarte Destination Veysonnaz, wo sich unzählige Wander- und Spazierwege finden und von wo aus man über die Suonen gemütlich zurück nach Nendaz spazieren kann.

Zeitzeugen
Nendaz' 8 Suonen bilden ein einzigartiges Wandernetz von insgesamt 98 km. Die Suonen stammen meist aus der Zeit zwischen 1435 und 1876 und wurden in mühsamer Schwerstarbeit in den Boden gegraben, in den Fels gehauen oder in schwindelerregender Höhe befestigt. Sie sind eindrückliche Zeugen für den Kampf der Nendards gegen die Trockenheit. Schon lange bevor das Wasser in Flaschen abgefüllt und als Aproz Mineralwasser verkauft wurde, wurde es über die Suonen in die Himbeerfelder und Aprikosenhaine geleitet. Noch heute dienen die Suonen zur Bewässerung und so führen sechs der acht Kanäle im Sommer weiterhin Wasser.

Angenehme Spazierwege
Die zwischen 700 m und 2'300 m gelegenen Suonen erfreuen grosse und kleine Wanderer: Die Wege führen nämlich grösstenteils flach entlang des Wassers und sind beliebte Ausflugsziele, da sie im Sommer viel Schatten bieten und fernab der Strassen liegen.

www.nendaz.ch/suonen
www.nendaz.ch/suonengenuss
www.nendaz.ch/shuttlebus

Ein Paradies für Kinder

Hallo, ich bin **Cheesy** – das Maskottchen von Nendaz, und ich nehme dich heute mit auf einen Streifzug durch mein Dorf, wo Familien gerne ihre Ferien verbringen. In Nendaz gibt es nämlich viele Dinge zu entdecken und Gegenden zu erkunden. Kein Wunder also, dass Nendaz mit dem **Label Family Destination** ausgezeichnet ist.

4 Themenpfade für Familien

4 verschiedene Schatzsuchen

3 Mountainbike-Routen speziell für Familien

4 kinderwagen-taugliche Wanderungen

2 Tennisplätze

8 Picknickplätze

6 Spielplätze

1 Freibad

1 Kinderbereich im Spa des Bisses

1 Pumptrack

2 Klettertürme

Die Animationen

- Workshop mit **Cheesy**
- Das Leben der Murmeltiere
- Klettern an der Kletterwand
- Bogenschiessen
- Zirkus-Einführung
- Biscuitsbacken für Kleine
- Das Leben auf der Alp
- Besuch des Cleuson-Staudamms
- Trottinett-Abfahrten
- Begrüssungsgetränk und Alphornmusik
- Wildtierbeobachtung NEW
- Geführte Pilzwanderung NEW
- Raclette auf der Alp NEW

Die Dienstleistungen

- Kinderkrippe P'tit Bec: Halbtages- oder Ganztagesbetreuung für kleine Feriengäste
- Babysitter-Liste: online und am Schalter von Nendaz Tourisme verfügbare Liste, die regelmässig aktualisiert wird
- Kinderwagen-Miete
- Ludothek: kostenlose Spielzeug-Leihe, auf Anfrage bei Nendaz Tourisme.

Familientipp NEW

Ab 3 Übernachtungen in Nendaz erhalten Kinder den Pass Altitude für 3 Tage für nur 10 Franken. Mit dem Pass können die Sommeranlagen von Nendaz nach Lust und Laune genutzt werden und man profitiert ausserdem von zahlreichen kostenlosen Angeboten.

29. Juni bis 27. Oktober

10.–

Unsere Favoriten

Cheesy's Kinderdorf
Im Sommer richtet **Cheesy** mitten in der Station für die kleinen Gäste ein tolles Kinderdorf ein, in dem es einen Seilpark, eine Kletterwand, Hüpfburgen, Trampoline, Clown-Aufführungen und eine Mini-Disco vorbereitet.

13. Juli bis 18. August

1 Tag 10.–/3 Tage 25.–/6 Tage 50.–

Auf Schatzsuche
Bewaffnet mit einem Rätselheft, das online heruntergeladen oder bei Nendaz Tourisme abgeholt werden kann, erkunden die Kinder die Wanderwege der Region und lösen dabei knifflige Rätsel, bevor sie am Schluss beim Tourismusbüro eine kleine Belohnung abholen dürfen. Diesen Sommer werden 4 neue kostenlose Schatzsuchen angeboten.

www.nendaz.ch/familie
www.nendaz.ch/cheesy
www.nendaz.ch/villagecheesy
www.nendaz.ch/familientipp

Wanderungen, bei denen alle auf ihre Kosten kommen

Kurzweilige Themenpfade
Weil Kinder mehr Spass am Wandern haben, wenn sie gleichzeitig spielen und etwas über die Region erfahren können, wurden extra für unsere kleinen Gäste verschiedene Themenpfade konzipiert.

1 **Panoramaweg:** Der 2.3 km lange Spaziergang bei Tracouet verspricht mit seinen Spielmodulen und Lehrtafeln, seinem Picknickplatz und Fotopoint viel Spass und natürlich tolle Aussichtspunkte!
2 **Barfussweg:** Beim Barfussweg wird man bereits gleich zu Beginn auf die Probe gestellt: Der 2.4 km lange Weg entlang eines kleinen Bergbachs beginnt mit kurzen Abschnitten voller Sand, Schnitzel, Steinen, Tannzapfen und Moos, bevor das Barfuss-Abenteuer auf einem markierten Wanderweg weitergeht.
3 **Skulpturenpfad:** Auf dem Themenweg begegnet man den eindrücklichen Holzskulpturen aus den lokalen Sagen und Legenden wie dem Teufel von Sofleu oder der Feuerschlange von Louvie. Über QR-Codes lassen sich die Geschichten zu den verschiedenen Kreaturen entdecken.

Unser Favorit

Der Eringer-Erlebnispfad
Wer wissen will, wie man Käse herstellt, warum Kühe eine Glocke tragen und die Eringer gegeneinander kämpfen, findet auf dem 4 km langen Erlebnispfad (abwärts) viele spannende Antworten und kann an 6 Spielposten so einiges ausprobieren.

www.nendaz.ch/themapfade

1

2

3

STORY

Das Leben der Murmeltiere

Wer Murmeltiere beobachten möchte, muss entweder ganz früh aufstehen oder bis spät am Nachmittag ausharren. Die neugierigen Tiere machen für gewöhnlich nämlich eine lange Siesta. Am besten lassen sie sich also bei einer ihrer zwei täglichen Mahlzeiten beobachten. Zusammen mit meiner 7-jährigen Tochter bin ich um 16:00 Uhr in Siviez und aufgeregt fragen wir uns, ob wir die Murmeltiere auch wirklich sehen werden. Dann geht es auch schon los und in einer Gruppe von rund 15 Personen folgen wir der Wanderleiterin Yvette.

Sie erklärt uns: «Hier leben sie in Freiheit, in ihrem natürlichen Lebensraum. Wir machen uns nun auf eine kleine Wanderung in Richtung Tortin und ich werde euch erzählen, wie so ein Jahr im Leben der kleinen Nager aussieht. Und mit etwas Glück werden wir auch einige von ihnen beobachten können.»

Wussten Sie beispielsweise, dass die Tiere an den Vorderfüssen nicht gleich viele Krallen haben wie an den Hinterfüssen? Oder dass ihre Pfiffe genaue Bedeutungen haben? Witzig ist auch, dass sie für den Sommer und Winter einen separaten Bau haben. Dies und noch viel mehr haben wir bei der geführten Wanderung über die Nagetiere erfahren.

Da wir aber nicht in einem Tierpark unterwegs sind, weiss auch Yvette nicht mit 100% Sicherheit, ob wir die putzigen Säugetiere antreffen werden. Sie ist aber zuversichtlich – schliesslich gibt es hier in der Gegend einen grossen Murmeltierbestand und die Tiere sind es gewöhnt, im Sommer zahlreiche Wanderer zu sehen. Deshalb flüchten die wilden Tiere sich auch nicht beim kleinsten Geräusch in ihren Bau. Zu nah sollte man aber dennoch nicht an sie herangehen, mit einem Fernglas lassen sie sich fast besser beobachten (wer kein eigenes Fernglas hat, kann sich gerne bei Yvette eines ausleihen, die immer zwei, drei zusätzliche mitnimmt). Wer nichts falsch machen möchte, sollte ausserdem nicht rennen oder schreien.

So geht es nun auf eine angenehme, gut 5 km lange Runde mit zahlreichen Zwischenstopps, bei denen Yvette interessante Erklärungen einfliessen lässt und man nach Murmeltieren Ausschau hält. Allzu viel möchte ich an dieser Stelle aber nicht verraten, wäre ja schade, wenn Sie sich bei der Führung langweilen würden! So viel sei aber gesagt: Es gibt Unmengen spannende Fakten über die Nager zu erfahren.

Wussten Sie beispielsweise, dass die Tiere an den Vorderfüssen nicht gleich viele Krallen haben wie an den Hinterfüssen? Oder dass ihre Pfiffe genaue Bedeutungen haben? Witzig ist auch, dass sie im Winter alle gemeinsam zur Toilette gehen oder, dass sie für den Sommer und Winter einen separaten Bau haben. Dies und noch viel mehr haben wir bei der geführten Wanderung über die Nagetiere erfahren und Yvette hat sich geduldig die Zeit genommen, alle Fragen zu beantworten.

Aber zurück zur Frage, die uns eingangs am meisten beschäftigt hat: Konnten wir einen Blick auf ein paar Murmeltiere erhaschen? Und ob! Mehrmals haben sie ihre Köpfe herausgestreckt und zum Ende der Wanderung konnten wir Glückspilze sogar noch zwei Jungtiere bewundern! Die Jungen werden um Mitte Juni geboren und verlassen zwei bis drei Wochen später erstmals ihren Bau. Also waren wir dank Yvette zur richtigen Zeit am richtigen Ort!

Erlebnis Mont-Fort

Panoramaplattform
In einer einmaligen Hochgebirgswelt geniessen Sie ein 360°-Panorama über die schönsten und bekanntesten Gipfel der Alpen wie das Matterhorn, den Mont-Blanc, den Grand Combin oder die Dent d’Hérens. Die im Winter 2022/2023 eröffnete Panoramaplattform auf dem Gipfel des Mont-Forts bietet den Gästen Sommer wie Winter die Gelegenheit, die einmalige Aussicht zu bestaunen.

Unsere Favoriten

Die höchstgelegene Seilrutsche der Welt
Mit einer Spitzengeschwindigkeit von über 100 km/h und einem Startpunkt auf 3’330 m ü. M. bietet die Zipline Mont-Fort ein einmaliges Erlebnis. Wagemutige erleben bei der 1.4 km langen Fahrt vom Mont-Fort über den Tortin-Gletscher hinab zum 323 m tiefer gelegenen Col de Gentianes einen regelrechten Geschwindigkeitsrausch! Adrenalin pur!

Sonnenaufgang auf dem Mont-Fort
Es gibt kein imposanteres Naturschauspiel, als auf 3’330 m Höhe zuzuschauen, wie die ersten Sonnenstrahlen die Dämmerung durchbrechen und ein neuer Tag beginnt. Nie wurde man fürs Frühaufstehen schöner belohnt!

www.nendaz.ch/montfort
www.nendaz.ch/mont4zipline
www.nendaz.ch/sunrise

Unbegrenzte Trainingsmöglichkeiten

Abwechslungsreiche Trails
Trailrunning steht in Nendaz allen offen und so haben Gelegenheitsläufer die Möglichkeit, einfache Strecken zu erkunden, während versierte Läufer ihr Training auf anspruchsvolleren Trails absolvieren. Alle Trailrunning-Routen werden in verschiedene Schwierigkeitsstufen eingeteilt. So lassen sich die Routen bequem nach Distanz (von 5.9 km bis 70 km) oder Höhenunterschied (von 472 bis 3'590 Höhenmetern) auswählen.

18
Trails

1
Challenge

Unser Favorit

Die Dent de Nendaz Challenge
Wer stellt am Dent de Nendaz die Bestzeit auf? Ganz nach dem Motto «kurz und knackig» müssen zwischen dem Lac Noir und dem Dent de Nendaz auf einem knappen Kilometer rund 285 Höhenmeter zurückgelegt werden. An der Challenge mitmachen kann man über die Strava-App. Der oder die Gewinner*in erhält einen attraktiven Preis, während alle anderen in den Lostopf wandern und mit etwas Glück auch etwas gewinnen.

DER EVENT
31.08.24: INALPE DYNAFIT 2.0 TRAIL NEW
Auf drei Strecken lassen sich die schönsten Landschaften der Region entdecken. Wer gerne hoch hinaus will, wählt den Trail bis zur La Rosablanche, dem höchsten Punkt der Region, während Geniesser auf den anderen Routen ihr Glück finden werden.

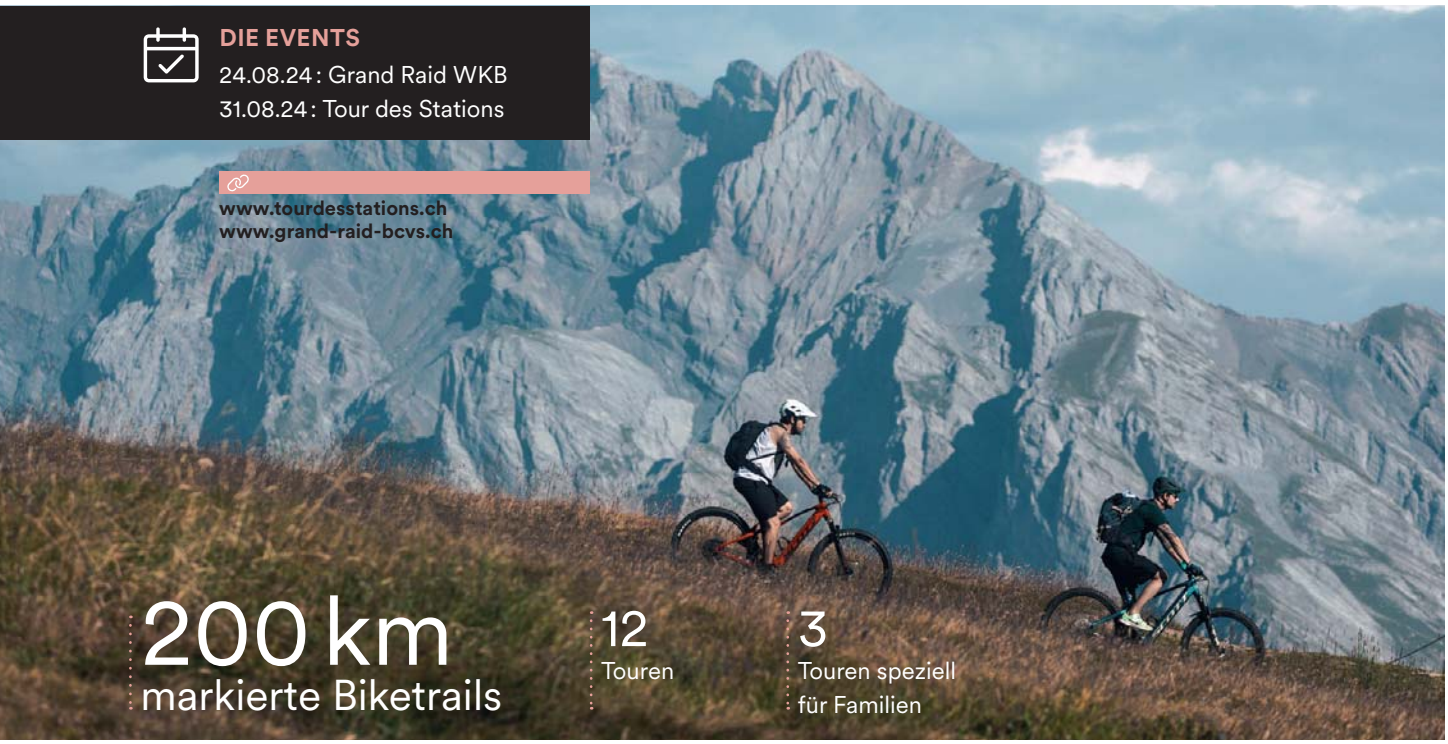
summer.inalpe2-0.ch
www.nendaz.ch/trail

(e)Bike-Spass für alle!

Wer gerne alpine Trails oder Waldwege hat, beim Biken an seine Grenzen gehen möchte oder lieber einen gemütlichen Veloausflug in die Natur plant – in Nendaz kommen alle auf ihre Kosten. Mit dem Aufkommen der eBikes ist ein Grossteil der konditionell meist anspruchsvollen Touren hier in der Gegend für viele Biker und Radfahrer zugänglich geworden. Ausserdem transportieren alle Sommeranlagen Bikes, womit sich ebenfalls Kraft und Zeit sparen lassen.

DIE EVENTS
24.08.24 : Grand Raid WKB
31.08.24 : Tour des Stations

www.tourdesstations.ch
www.grand-raid-bcvs.ch



200 km
markierte Biketrails

12
Touren

3
Touren speziell für Familien

Unser Favorit

Die Tour du Mont-Fort
Bei der Tour du Mont-Fort hat man den höchsten Punkt des Gebiets stets im Blickfeld. Die eintägige Rundtour lässt einen Nendaz, Verbier und La Tzoumaz entdecken und führt durch steinige Landschaften und sanfte Lärchenwälder.

Unser Tipp

Nendaz eBike Tour
Die zweitägige eBike-Tour durch die Region richtet sich an alle Bikefans, die mit oder ohne Motor unterwegs sind. Inbegriffen sind: 1 Übernachtung in den Bergen, ein Begrüssungsgetränk, Halbpension ohne Getränke, Lunchpaket für den 2. Tag. Zur Auswahl stehen eine einfache Discovery-Strecke und eine anspruchsvolle Adventure-Strecke.

21. Juni bis 7. September

ab 99.–

www.nendaz.ch/VTT
www.nendaz.ch/ebiketour

Entspannen und Geniessen

Spa des Bisses
Die auf zwei Ebenen konzipierte 2'200 m² grosse Spa-Landschaft steht ganz im Zeichen des für Nendaz so wichtigen Wassers und wird sogar von einer Suone durchquert. Im Spa des Bisses wird Entspannung gross geschrieben und so umfasst der Komplex ein Sprudelbad, ein Aussenschwimmbecken, ein Hammam, diverse Saunas, eine Salz- und eine Eisgrotte, ein Kneippbecken, ein Kinderbereich, ein Floatarium, ein Gegenstrombecken, ein Fitnessraum, Behandlungsräume sowie zwei Privatspas.

1
Spa

1
Fitness

7
Beauty- und Massagestudios

Unser Favorit

Mad Retreat Hotel NEW
Der Architektur von traditionellen Walliser Stadeln angelehnter Hotelkomplex bestehend aus 25 kleinen Chalets mit insgesamt 45 Zimmern; Buchung inkl. vegetarische Mahlzeiten, Spa-Eintritt und Wellness-Aktivitäten (Mediation, Yoga usw.)
– Hoteleröffnung für Juli 2024 geplant
– Buchbar nur für Personen ab 14 Jahre

www.nendaz.ch/spa
www.madretreat.ch

Die Hauptstadt des Alphorns

Während das Alphorn den Sennen früher dazu diente, das Vieh zusammenzurufen und von einem Tal zum anderen zu kommunizieren, ist es heute vor allem als beliebtes Instrument bekannt. Nendaz und das Alphorn verbinden eine grosse Liebesgeschichte.

DAS EVENT
27-28.07.24: Internationales Alphornfestival

www.nendaz.ch/cordesalpes
www.nendazcordesalpes.ch

Internationales Alphornfestival
Zum Alphornfestival von Nendaz gehören:
- ein offizieller Wettbewerb, der von einer Jury blind bewertet wird
- ein OFF-Wettbewerb, bei dem die moderne Seite des Alphorns gezeigt werden kann
- ein grosser traditioneller Umzug
- Konzerte und Auftritte von Folkloregruppen
- zwei Ländlerabende
- Ensemble-Stücke, bei denen über 150 Bläser aufspielen

Kurzum:
Die Veranstaltung steht ganz im Zeichen der volkstümlichen Traditionen und Brauchtümer und ist das Highlight der Sommersaison!

Bergklänge
Die Alphorngruppe Nendaz tritt mit ihren 14 Mitgliedern an zahlreichen Veranstaltungen und Anlässen in Nendaz auf. Als Nendaz' Botschafter reist das Alphornquartett Nendaz für die Destination auch regelmässig an Events im In- und Ausland.

Unser Favorit

Alphorn-Einführung
Unter Anleitung von erfahrenen Bläsern kann man sich in Nendaz selbst einmal im Alphornspiel versuchen. Bei den zweistündigen Einführungen erfährt man Spannendes zur Geschichte und der Fertigung des Instrumentes und darf dem Horn selbst ein paar Töne entlocken. Wer sich näher fürs Alphornspielen interessiert, besucht einen zweitägigen Einführungs- oder einen fünftägigen Fortbildungskurs.

Unsere Kultur – unser Erbe

Auf den Spuren des Deserteurs
Charles-Frédéric Brun, der den Übernamen Deserteur trug, kam in der Mitte des 19. Jahrhunderts als Wandermaler nach Nendaz. Im Tausch gegen eine warme Mahlzeit fertigte er für die Einheimischen Gemälde und Bilder an. Bis zu seinem Tod im Jahr 1871 führte er ein nomadenhaftes Leben und zog zwischen Nendaz und dem Val d'Hérens umher, immer mit der Angst vor der Gendarmerie im Nacken. Auf einem neuen Themenpfad zwischen Haute-Nendaz, Basse-Nendaz und Saclentse wird die emblematische Figur aus Nendaz' Geschichte nun näher vorgestellt.

Die Eringer-Kühe
Die robusten Eringer sind ausgezeichnete Läufer, die sich auch in schwierigem Gelände mühelos fortbewegen. Kampflustig kommen sie jeweils im Frühling aus ihren Ställen, um die Hierarchie in der Herde auszumachen. So gilt es beim Alpaufzug zu bestimmen, welche Kuh als Königin die Herde den Sommer über anführen wird. Dieser natürliche Kampfinstinkt hat dazu geführt, dass jedes Jahr zahlreiche Ringkuhkämpfe ausgetragen werden, die viele Zuschauer anlocken.

Das Kunstmuseum Nînd'Art
Das im Herzen des alten Dorfkerns angesiedelte Museum Nînd'Art bietet Kunst und Kultur rund um Nendaz. Das ganze Jahr über finden in den Räumlichkeiten verschiedene Ausstellungen und Events statt.

Unser Favorit

Escape Life
Bei diesem Escape Game müssen die Teams an ungewöhnlichen und für die Öffentlichkeit normalerweise nicht zugänglichen Orten Hinweise finden und Rätsel lösen. Die sieben Siegel der Apokalypse und die Zeichnungen des Deserteurs – einem geheimnisvollen Mann aus der Geschichte Nendaz' – helfen den Spielern dabei, das Geheimnis zu entschlüsseln. Eine witzige und spielerische Art und Weise, das Alte Dorf von Nendaz und die hier versteckten Sehenswürdigkeiten zu entdecken.

www.nendaz.ch/kulturerbe
www.nendaz.ch/escapelife

STORY

Das Leben auf der Alp

Auf der Alp beginnt der Tag schon frühmorgens. Diese Lektion lernen ich und meine zwei Töchter (5 und 2 Jahre) als erstes, als wir uns um 7:30 Uhr vor dem Tourismusbüro einfinden, wo wir mit unserer Gruppe in einen Kleinbus steigen. Als wir bei der Alp Balavaux aussteigen, hat der Älpler, der um 4:00 Uhr Tagwache hatte, mittlerweile bereits einen halben Arbeitstag hinter sich.

Nach der 35-minütigen Fahrt geniessen wir die ersten Sonnenstrahlen und das tolle Panorama, das sich uns bietet. Anschliessend steht die Besichtigung der Käserei und des Käsekellers an, wo wir das riesige Milchbecken, die Eimer, die Käseformen und den Wasserschlauch zur Reinigung des Bodens bestaunen.

Unser Besuch ist auf seinen Arbeitsalltag abgestimmt, damit wir auch eine genaue Vorstellung davon erhalten.

Der Käser erklärt uns alles ausführlich, ohne dabei seine Arbeit zu unterbrechen, die er mit routinierten Handgriffen erledigt. Sein Morgen ist fast auf die Minute genau durchgetaktet. Es gibt viele Aufgaben zu erledigen, bei denen eine exakte Reihenfolge und strenge Zeitvorgaben berücksichtigt werden müssen: Täglich produziert der Käser gut acht Käselaibe und rund 20 Tommes. Unser Besuch ist auf seinen Arbeitsalltag abgestimmt, damit wir auch eine genaue Vorstellung davon erhalten.

Als wir ankommen, ist er mit der Bruchbearbeitung beschäftigt: Mithilfe einer Käseharfe zerschneidet er die Milchmasse, so dass Käsebruch entsteht. Aus diesen Körnern gibt es dann schlussendlich den Käse. Dieser Vorgang dauert gut 15 Minuten.

Dann folgt das Vorkäsen: Während 35 Minuten werden die Käsekörner gerührt und langsam auf 39° erwärmt. So wird der Käsebruch immer fester und fester. Dies geschieht halbautomatisch, so dass der Käser einen Moment Zeit für uns hat. Er führt uns in den Käsekeller, wo 800 Laibe lagern, die täglich eingerieben und gewendet werden müssen. Dann zeigt er uns seine 30 Kühe, die friedlich auf der Weide grasen. Sie haben am Morgen bereits 200 Liter Milch gegeben und wie wir sehen, wurde der Stall bereits gemistet. Wir dürfen ein Stück Ziger kosten, der aus Molke gemacht wird. Auch wenn ich normalerweise um 8 Uhr morgens eher Butterbrote gewöhnt bin, probiere ich neugierig vom milden Ziger.

Nun wird die Käsemasse mit einem Tuch aus dem Kessel gehoben. Während dieser Arbeitsschritt früher viel Kraft erforderte, hilft heute ein Aufzug dabei. Im Kessel zurück bleibt die überflüssige Molke. Die Käsemasse wird nun in eine Form abgefüllt und gepresst, damit die Käslein auch schön rund werden.

Die frische Bergluft sorgt für Hunger und so kommt die Frühstückspause wie gerufen. Nach wenigen Schritten erreichen wir die Cabane des Balavaux mit ihren hübschen roten Fensterläden und der tollen Aussicht ins Rhonetal. Wir werden herzlich empfangen und mit einem reichhaltig gedeckten Buffet begrüsst, das wir uns schmecken lassen. Zum Abschluss gönnen wir uns ein Sonnenbad auf der Terrasse und lassen in den bequemen Liegestühlen für einen Moment die Seele baumeln.

Kulinarische Höhenflüge

Rund 30
Restaurants

6
Bergrestaurants
im Sommer

1
Gault&Millau-
Restaurant

Unser Tipp

Genusswanderung – so fein kann Wandern sein
Bei dieser einfachen Wanderung entlang der Bisse de Chervé legt man zwischen Veysonnaz und Siviez gleich drei kulinarische Zwischenstopps (Vorspeise, Hauptgang und Kaffee/Dessert) ein. Das All-inclusive-Angebot umfasst das Mittagessen, die Shuttletransporte Nendaz-Veysonnaz und Siviez-Nendaz sowie die Bergfahrt mit der Gondelbahn und die Talfahrt mit dem Sessellift. Alternativ wird das Angebot auch als eBike-Tour angeboten.

29. Juni bis 25. August

ab 55.-

Unser Favorit

Produkte aus der Region
Die Himbeere und die Aprikose sind Nendaz' heimliche Stars. Aus ihnen werden nämlich feine Konfitüren, Sirups, Liköre oder andere Produkte gemacht. In Nendaz werden aber selbstverständlich auch köstliches Trockenfleisch und Alpkäse produziert.

www.nendaz.ch/restaurants
www.nendaz.ch/randomiam

Farben und Aromen

Wenn sich die Natur von ihrer herbstlichen Seite zeigt, präsentieren sich einige Landschaften in grandiosen Farben und sind definitiv einen Besuch wert.

Öffnungszeiten des Sessellifts Tortin bis 27. Oktober*
Im Herbst befördert der Sessellift Tortin Wanderer zum Ausgangspunkt beliebter Wanderungen wie:
- Japanischer Garten (45 Minuten Wanderzeit): Ruheoase, die sich mit dem Lauf der Jahreszeiten ständig verändert.
- Cleuson-Staudamm (1 Stunde Wanderzeit): Der auf 2'187 m ü. M. gelegene Cleuson-Staudamm prangt vor einer atemberaubenden Bergkulisse. Die türkise Farbe des Wassers lässt sich daraus erklären, dass das Sonnenlicht von den feinkörnigen Schlicksedimenten im See reflektiert wird.
- Eringer-Themenweg (1,25 Stunde Wanderzeit): spassiger Spaziergang für die ganze Familie, bei der die Kids viel über die Eringer-Kühe erfahren.

* täglich vom 29. Juni bis 1. September, Wochenendbetrieb vom 7. bis 15. September, Montag, 16. September täglich vom 23. September bis 27. Oktober

Unser Favorit

Geführte Pilzwanderung
Im Herbst laden die Wälder geradezu zum Pilzsammeln ein. Bei dieser rund 2.5-stündigen geführten Pilzwanderung erfahren Sie die Geheimnisse der schmackhaften Knollen und lernen, welche Pilze geniessbar sind und welche besser nicht in den Korb wandern.

22. August/22. September/19. Oktober

Unser Favorit

Herbstgenüsse

Der Herbst zaubert nicht nur in der Natur ein farbenfrohes Schauspiel, sondern hat auch kulinarische Spezialitäten auf Lager, die man in vielen Restaurants der Region findet:

- Wildgerichte: Wildfleisch mit typischen Beilagen wie Spätzli, Rotkohl, gefüllte Birnen oder Äpfel mit Preiselbeerkompott, in Rotwein pochierte Birnen, glasierte Marroni
- Brisolée: Walliser Spezialität mit gerösteten Kastanien, die mit Käse, Trockenfleisch, Roggenbrot und frischen Früchten aus der Region (Trauben, Äpfel und Birnen) und einem Glas Weisswein serviert werden

Unser Tipp

Ihre Auszeit im Herbst

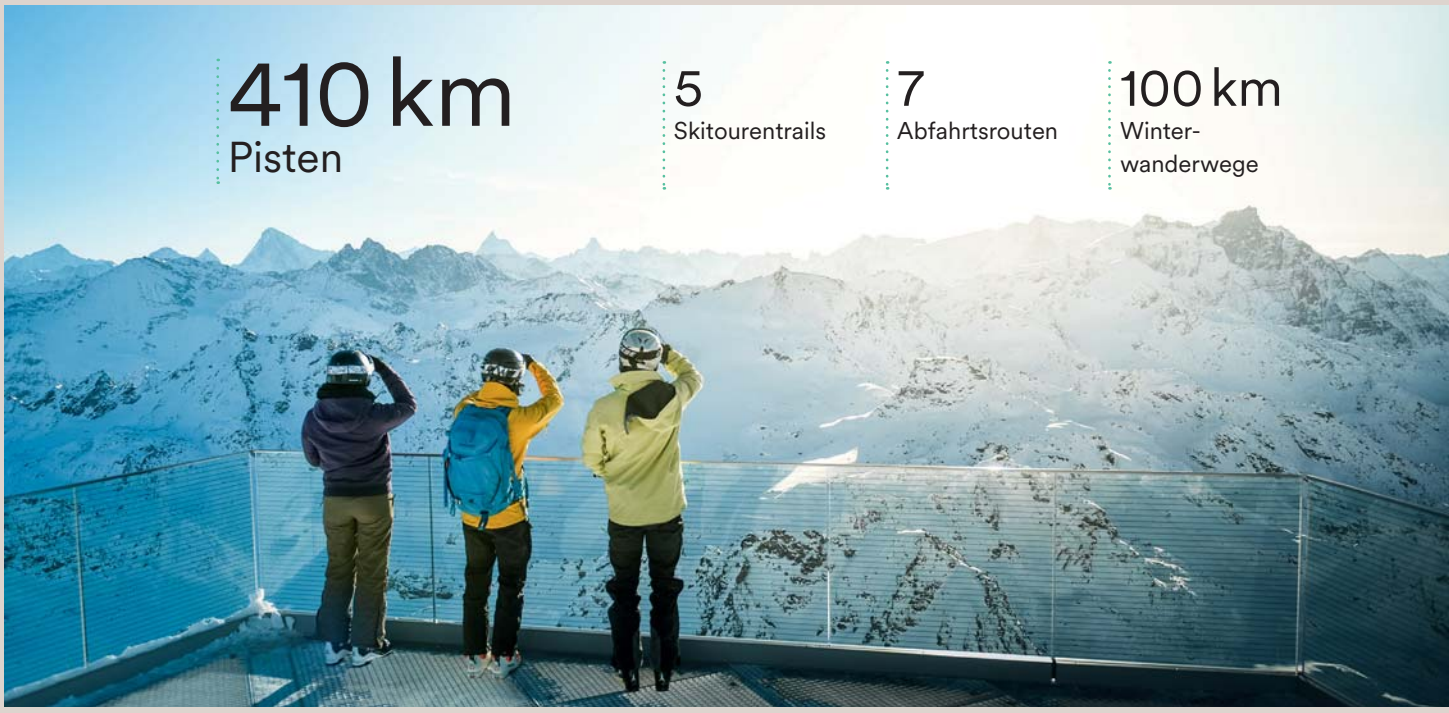
Gönnen Sie sich diesen Herbst eine Auszeit, bei der Natur und Komfort im Vordergrund stehen. Das Angebot beinhaltet zwei Übernachtungen im Hotel, eine Berg- und Talfahrt mit dem Sessellift Combatseline oder Tortin und einen Voucher für ein Mittagessen in einem Bergrestaurant. Nutzen Sie die Gelegenheit, um durch farbenfrohe Herbstlandschaften zu streifen und sich von der einheimischen Gastronomie verwöhnen zu lassen.

1. September bis 27. Oktober

ab 326.–

www.nendaz.ch/herbst

Nendaz im Winterkleid



2
Langlaufloipen

7
Schneeschuh-
trails

3
Kinderländer

2
Schlittelpisten

2
winterliche
Schatzsuchen

1
Eisbahn

Das grösste Skigebiet der Schweiz
Nendaz befindet sich im Herzen eines der weitläufigsten Skigebiete Europas – den 4 Vallées. Auf Wintersportfans warten über 400 Pistenkilometer zwischen 1300 und 3330 Höhenmeter. Von Dezember bis April finden Sie hier tolle Pistenbedingungen.

Unsere Tipps

Einstieg ins Skitourengehen
Dieses All-inclusive-Angebot beinhaltet neben Materialmiete (Tourenskis und Schuhe) auch die Begleitung eines Guides auf einem der Movement Tracks bei Tortin und richtet sich speziell an alle über 16 Jahre, die Skitourengehen ausprobieren möchten.

Ski&Sleep
Das Package beinhaltet zwei Nächte in einem unserer vier charmanten Partnerhotels sowie zwei Tage Pistenspass auf den 220 km des Sektors Printse, alles für zwei Personen zu einem unschlagbaren Preis!

www.nendaz.ch/ski
www.nendaz.ch/osezleskiderando
www.nendaz.ch/skiandsleep

Kontaktpersonen

+41 (0)27 289 55 89

Annick Loos
Verantwortliche Marketing
marketing@nendaz.ch

Emilie Mariéthoz
Mitarbeiterin Marketing
marketing@nendaz.ch

Elodie Moos
Mitarbeiterin Marketing
marketing@nendaz.ch

Pauline Pang
Mitarbeiterin Marketing
pauline.pang@nendaz.ch

Sonia Délèze
Verantwortliche
Kommunikation
sonia.deleze@nendaz.ch

Cindy Voide Lüthi
Verantwortliche Sales
und Promotion
cindy.voide@nendaz.ch

Sommerliche Pressereise nach Ihren Wünschen

Wir freuen uns auf Ihren Besuch und stellen Ihnen gerne ein individuelles Rahmenprogramm zusammen. Einige Beispiele zur Inspiration:

- Die Suonen: Spaziergänge entlang des Wassers und kostbares Kulturerbe
- Nendaz Trekking: mehrtägige Hüttenwanderung
- Mountainbiken rund um den Mont-Fort
- Erlebnisgipfel Mont-Fort 3330 m (Zipline, Klettersteig, Via Cordata)
- Auf den Spuren der Traditionen: Besuch der Mühle und des alten Dorfes, Degustation von regionalen Produkten, Einführung ins Alphorn usw.
- Einführung ins Trailrunning mit passionierten Läuferinnen und Läufern

Besuchen Sie uns online

www.nendaz.ch
www.facebook.com/Nendaz.ch
www.instagram.com/nendazswitzerland
www.twitter.com/NendazSuisse
https://www.youtube.com/nendazswitzerland
www.pinterest.fr/nendaztourisme
www.tiktok.com/@nendazswitzerland

Unsere Hashtags
#InLoveWithNendaz
#MyNendaz
#Nendaz