

... Berge geniessen

Wizweil.ch
Luzern - Engelbergertal

wandern
staunen
erleben
rodeln
reiten

In 20 Minuten ab Luzern

Autobahn A2 Richtung Luzern - Gotthard, Ausfahrt Stans, Engelbergertal, Dallenwil
Erebnis Luftseilbahn Dallenwil - Wizweil, CH-5383 Dallenwil, Tel. 041 629 23 94

**SONNENAUFANGSFAHRT
MIT FRÜHSTÜCKSBUFFET
1. AUGUST 2015**

WWW.TITLIS.CH
TITLIS PANORAMA@TITLIS.CH

Best of Lake Lucerne

Märchenhafte Reise in die Urschweiz mit vielen Highlights und Swissness pur

VIER WALDSTÄTTERSEE Mehr Infos und Buchung unter Tel. 041 367 67 67

www.attinghausen-tourismus.ch

Attinghausen Brüsti

13. Äplerkilbi mit Alpkäsemarkt
Am Sonntag, 9. August 2015 im Berggasthaus Z'GRAGGEN, Brüsti

Bei schönem Wetter um 11.00 Uhr Jodlermesse beim Schwandennossenkreuz mit dem Jodelduett Margrit Müller-Bischof und Madlen Niederberger.

Auskunft: Telefon 041 870 97 68

SBB CFF FFS

Entdecken Sie das Seetal!

Spannende Ausflugsideen unter sbb.ch/seetal

Natur und Brauchtum erleben

Das Brüsti oberhalb von Attinghausen ist ein beliebtes Ausflugsziel. Abwechslungsreiches Wandern auf gut markierten Wegen oder der Besuch des Alpkäsemarktes, beides ist möglich.

Das Hochplateau Brüsti ob Attinghausen ist Ausgangspunkt vieler Wanderungen. Es ist bequem mit der Luftseilbahn zu erreichen. Diese führt in zwei Sektionen aufs Brüsti (1525 m ü. Meer). Bei der Mittelstation (Kohlplatz) stehen genügend Gratisparkplätze zur Verfügung. Die untere Sektion (Ballweg) ist durch den Autobus erschlossen. Das Panorama ist bereits bei der Bergstation der Luftseilbahn Brüsti einmalig: Vom Urnersee geht der Blick zu den Eggbergen, weiter zur Schächentaler Windgällen bis hin zum Chinzig Chulm. Unten im Tal sieht man Flüelen, Altdorf und Bürglen – und zur Ferienzeit die vielen Autos, die sich in einer endlosen Blechlawine auf der Autobahn Richtung Süden fortbewegen.

Von der Bergstation führt ein leicht begehbarer Weg zum Aussichtspunkt Schwandennossen (Sitzbänke), weiter zum Berggasthaus Z'Graggen, wo für die kleinen Gäste ein Kinderspielplatz mit Rutsche, Schaukel, Baumhaus und einer Hüpfburg zum Herumtollen einlädt. Noch bis Anfang Oktober wird jeweils am ersten Sonntag im Monat ein wahrer Zmorgä-Brunch mit vielen einheimischen

Köstlichkeiten serviert (Anmeldung unter Telefon 041 871 06 38 oder info@berggasthauszgraggen.ch). Auch an die Senioren wurde gedacht: Im Preis von 32 Franken sind ein Mittagessen mit Kaffee und 2 Deziliter Wein sowie die Berg- und Talfahrt mit der Luftseilbahn inbegriffen. Kinder bis 16 Jahre fahren in Begleitung ihrer Eltern in den Monaten Juli und August gratis. Für Gruppen ab 10 und ab 30 Personen gilt ein Spezialtarif. Die Familien-Feuerstellen in der Waldnacht und auf dem Nossenboden laden zum Grillieren ein. Tische, Bänke, Quellwasser und Brennholz stehen für ein gemütliches Picknick bereit.

Alpkäsemarkt und Äplerkilbi

Am Sonntag, 9. August, findet die 13. Äplerkilbi mit Alpkäsemarkt statt. Dieser traditionelle Sommeranlass ist ein wichtiger Treffpunkt für Äpler und die Bevölkerung gleichermaßen. Der Tag beginnt um 11 Uhr besinnlich mit einer Jodlermesse beim Schwandennossenkreuz. Das Jodlerduett Margrith Müller-Bischof aus Unterägeri und Madlen Niederberger aus Kägiswil wird die Messe mit Jodelliedern verschönern. Die beiden erreichten Ende Juni am 60. Zentralschweizerischen Jodlerfest in Sarnen die Note 1, was an einem Jodlerfest die Bestnote bedeutet.

Nach der Jodlermesse wird beim Restaurant Z'Graggen zum Alpkäsemarkt und zur Äplerkilbi gestartet. Diverse Äplerfamilien bieten dabei ihren frischen Alpkäse zum Degustieren und zum Kauf an. Dass zu einer urchigen Äplerkilbi und einem Alpkäsemarkt auch traditionelle Musik und Jodelgesang gehören, versteht sich von selbst. Unter anderem wird das



Das Brüsti lädt zum Wandern ein und ist ein beliebtes Ausflugsziel.

PD/PERRETFOTO

Ländlertrio Kempf aus Bürglen in die Tasten greifen.

Vom Reusstal ins Engelbergertal

Eine der schönsten und eindrücklichsten Wanderrouen der Innerschweiz führt vom Brüsti über den Surenenpass nach Engelberg (rund 7 Stunden). Der Surenenpass ist die kürzeste Verbindung vom Reusstal ins Engelbergertal. Ab der Bergstation Brüsti führt der gut markierte Wanderweg am Berggasthaus Z'Graggen vorbei hinauf zum Gratgädemli. Der Angistock ist ein

beliebter Rastplatz vor dem steilen Aufstieg auf den Surenenpass (2291 m ü. M.). Jenseits des PASSES tut sich der einmalige Blick auf den Titlis und die umliegenden Berge auf. Für die Surenenpass-Wanderung sind Kombi-Billette für die Seilbahn Brüsti/Äbnetalp oder Fürenalp erhältlich. Mit dem RailAway-Kombi gibts 10 Prozent Ermässigung auf das Bahnbillett nach Attinghausen, die Seilbahn und zurück nach Engelberg (www.sbb.ch).

Ein willkommenes Angebot nach der langen Wanderung ist das Wandertaxi

Surenen. Auf Anfrage bringt dieses Wandrerer täglich von Juli bis Oktober ab der Talstation Engelberg um 16.30 Uhr zurück zum Ausgangspunkt nach Attinghausen. Für Wanderer ab Engelberg steht um 17.20 Uhr das Taxi in Attinghausen parat. Eine Voranmeldung unter Telefon 079 903 93 73, jeweils bis 10 Uhr morgens, ist unbedingt notwendig. Preis ab 4 Personen: Fr. 20.– pro Person/Weg, weniger als 4 Personen, Fr. 80.– pro Fahrt (www.titlis-taxi.ch).

MONIKA VAN DE GIESSEN

Fitness für die Schuhe mit Sport Schuh Fitting

Michael Rieble ist Spezialist für alle mit Fussbeschwerden – nicht nur für Hobby- und Profisportler, wie der Besuch bei Sport Schuh Fitting in Buochs zeigt.

Im Angebot des weit über die regionalen Grenzen hinaus bekannten Unternehmens sind Rennskischuhe mit Kaderkonditionen, Ski- und Skitourenschuhe, Skischuhe für den Skirennsport, Skischuh-Heizsysteme, Langlaufschuhe, Jogging-, Walking-, Wander- und Bequemschuhe, Ski- und Sportsocken, Gelenk- und Stützbandagen sowie verschiedenstes Zubehör.

Alltägliches Beispiel aus der Praxis

Heute besucht Cornelia Brugger aus Zug bereits zum zweiten Mal den «Schuhdokter» Michael Rieble in seinem Geschäft Sport Schuh Fitting in Buochs. Sie hat eine kleine Schuhgrösse, einen hohen Rist und schmale Füsse. Ihre Marken-Bergschuhe schmerzen, weil sie die Schuhe fest zubinden muss, um Halt zu haben und nicht vor- oder rückwärts zu rutschen. So festgebunden schlafen ihr nach kurzer Zeit die Füsse beim Wandern ein. Nun sucht sie Hilfe bei Michael Rieble. Seit der ersten Konsultation hat er aufgrund seines Befunds mit dem Fuss-Scanner eine Einlage hergestellt, die nun ihren «Feinschliff» erhalten soll. Bei der Anprobe stellt die Kundin eine minimale Druckstelle am rechten Fussballen fest. Michael Rieble korrigiert diese Stelle sofort in seiner Werkstatt. Bevor die Einlage endgültig versiegelt wird, möchte Cornelia Brugger die Schuhe auf einer Steinrampe im Laden und bei einem Spaziergang im Freien testen. Zufrieden und mit grosser Vorfreude auf die nächste Wanderung macht sie sich dann mit ihren neuen Einlagen auf den Heimweg.

Passgenauer Schuh

Mit Hilfe der Schuhanpassung kann die Abrollung der Füsse so verbessert werden,

dass man sich wieder leichter und beschwerdefreier bewegen kann. Ebenfalls kann dadurch ein weicherer und gelenkschonender Auftritt erreicht werden. Des Weiteren können durch Schuhanpassungen auch Beinlängendifferenzen ausgeglichen werden. Bei Druckstellen am Fuss können durch druckumverteilende Massnahmen Schmerzen reduziert oder gänzlich vermieden werden.

Mit Erfahrung und Know-how

Riebles Spezialitäten sind die fachlich einwandfreien und individuellen Anpassungen sämtlicher Schuhe in höchster Qualität sowie eine umfassende, optimale Beratung. So ist es möglich, Funktions- oder Entlastungshilfen – in Form eines Fussbettes – zum Bestandteil eines Schuhs zu machen. «Jeder Fall ist verschieden, und man kann nie in Routine verfallen», weiss Rieble. Mit einem Blauabdruck oder Computer-Scansystem werden die Breite, Länge, der Fuss-Typ und die Belastungsverhältnisse des Fusses ermittelt. Diese Fussanalysedaten sind für die Anfertigung der individuellen Einlagen oder der Schalenanpassung unbedingt notwendig. Das Fundament für eine individuelle Schuhanpassung ist eine speziell angefertigte Sohle. Bei einem Fuss mit einem hohen Gewölbe beispielsweise stützt die Sohle

von unten, sodass beim Schliessen des Schuhs der Fuss nicht heruntergedrückt wird. So vermeidet man Schmerzen sowie Durchblutungsstörungen, und der Schuh wird besser ausgefüllt. Die angepasste Sohle gibt jedem Fuss mehr Halt, verhindert das Rutschen im Schuh, sorgt für entspanntes Stehen, und selbst-

verständlich steht man dann richtig im Schuh.

MIGUEL STEININGER

Sport Schuh Fitting GmbH
Michael Rieble
Ennetbürgerstrasse 4
6374 Buochs, Telefon 041 620 67 76
www.sportschuhfitting.ch



Michael Rieble berät seine Kundin Cornelia Brugger. BILD MIGUEL STEININGER

Impressum

Die kommerzielle Kollektivseite «Sommerausflug» informiert über Tourismusgebiete und -angebote der Zentralschweiz.

Redaktion: Yvonne Imbach

Mitarbeit: TUZ, Transport-Unternehmungen Zentralschweiz

Adresse: Neue Luzerner Zeitung AG, Verlag, Sonderseiten, Postfach, 6002 Luzern, Telefon 041 429 52 52

Stoos

4. Juli - 15. August 2015
Abendfahrten am Fronalpstock

Sesselbahnen & Gipfelrestaurant am Samstag durchgehend bis 22.00 Uhr geöffnet.

041 818 08 08 www.stoos.ch

Bannalp

Zwärgliweg
Das Geheimnis des funkelnden Steins

Kinderwanderweg mit 7 Stationen.
Feuerstellen am Bannalensee.

bannalp.ch 041 628 16 33

1. August

KLEWENALP
STOCKHÜTTE

1. August-Feier mit Höhenfeuer und Feuerwerk im Ausflugsparadies mit Seesicht Klewenalp-Stockhütte.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch.

klewenalp.ch

20 Millionen Jahre Luzern entdecken

geöffnet 10-17 Uhr
www.gletschergarten.ch

gletschergarten Luzern

Schnitzeljagd
«Wo ist Walterli?»

Spass, Spannung und kniffliges Rätseln garantiert! Informationen: www.uri.info/walterli, +41 (0)41 874 80 00

uri