

lonely  planet TM

INVERNO



A bordo del Trenino Verde delle Alpi

NATURA E CULTURA

REALIZZATO PER

 bbs



lonely  planet TM



A bordo del Trenino Verde delle Alpi

NATURA E CULTURA

REALIZZATO PER

 **bls**

D' inverno il Trenino Verde delle Alpi invita a guardare le montagne con un passo lento. Da Domodossola a Berna, il viaggio dura circa 2 ore e 20 minuti, ma bastano una o due giornate per trasformarlo in un piccolo itinerario tra città storiche, laghi, neve e vallate alpine. Dal centro storico UNESCO di Berna a Thun, affacciata sul lago, dalla vetta dello Stockhorn a Kandersteg, e ancora gli altipiani innevati del Sunnbüel, la Lauchernalp e l'Hockenhorngrat, dove la quota apre scenari più ampi e luminosi. Fra treni, bus, battelli e impianti di risalita, scivolerete nell'inverno svizzero senza pensieri, con il piacere di un viaggio comodo, lento e a basse emissioni.



↑ La Carta Giornaliera e la Carta 2 giorni Trenino Verde BLS sono valide per viaggi lungo la linea contrassegnata in verde (limitatamente ai treni BLS). Il viaggio lungo le linee evidenziate dai colori giallo o blu comporta l'acquisto di altri biglietti.



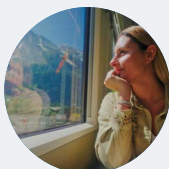
UN VIAGGIO SUL TRENINO VERDE DELLE ALPI è perfetto come gita di un giorno o un itinerario a tappe. A bordo di treni moderni e luminosi che passano ogni due ore tra Domodossola e Berna, gli ampi finestrini sbobinano il paesaggio come un film. All'uscita dalle stazioni, le vallate si aprono, i villaggi scorrono lenti e le montagne prendono la scena.



LA CARTA GIORNALIERA TRENINO VERDE BLS permette di salire e scendere con un solo biglietto lungo la linea Domodossola–Kandersteg–Berna, viaggiando tra montagne, laghi e borghi. È incluso anche il battello sul Lago di Thun. Disponibile per 1 o 2 giorni, con tariffa ridotta per i bambini. Si acquista su bls.ch/treninoverde o presso i rivenditori ufficiali.



ARRIVARE A DOMODOSSOLA È FACILE, sia in treno da Milano sia in auto, con diversi parcheggi nelle vicinanze della stazione. C'è chi concentra tutto in una giornata e chi preferisce fermarsi lungo il percorso, sapendo che da Berna il rientro serale verso l'Italia è comodo e ben organizzato.



IL TRENINO VERDE DELLE ALPI È UNA FORMA DI SLOW TRAVEL alla portata di chiunque, è un modo di spostarsi che pesa poco sull'ambiente e valorizza territori diversi, dall'Ossola al Vallese fino al Canton Berna. Basta poco per lasciarsi alle spalle la città e ritrovarsi tra laghi e montagne, con il tempo che sembra rallentare da solo.

PER SAPERNE DI PIÙ



**VIRTUAL
REALITY**



PODCAST



WEBSITE





“D’inverno a Berna si respira un’atmosfera di intimità: la città snocciola una sequenza di portici, musei, caffè e sale storiche in cui ripararsi dal freddo senza interrompere mai davvero la visita. Con il Trenino Verde delle Alpi si arriva nel cuore della capitale svizzera e si può costruire una giornata tutta culturale, fra il centro storico UNESCO, l’offerta museale e una tappa intermedia a Thun, per passeggiare in riva al suo lago o ammirare le mostre dedicate all’arte contemporanea.”



Berna



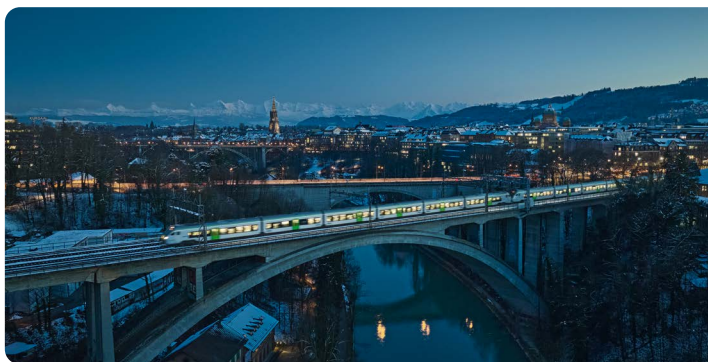
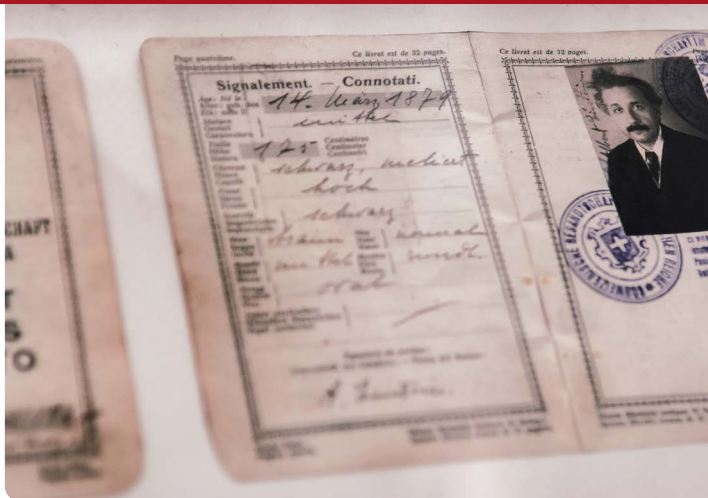
CENTRO STORICO E PORTICI



mezza giornata

Il centro storico di Berna, Patrimonio UNESCO, si sviluppa sotto 6 km di portici medievali dove si cammina al riparo, passando tra vicoli, fontane e vetrine, senza mai allontanarsi troppo dalla Zytglogge (Torre dell'Orologio).

In inverno il piacere sta soprattutto nel passeggiare per strada e poi infilarsi in cantine a volta, negozi e caffè. Nella vostra esplorazione della città, fate una pausa nella casa del tè Länggass-Tee: sull'omonima via, non lontano dal centro, è una sosta perfetta per scaldarsi con un tè pregiato e concedersi un momento di meditazione.



MUSEI CON LA MUSEUM CARD



1 giorno

L'inverno è il momento giusto per scoprire Berna come città di musei. La Museum Card permette di entrare in numerose istituzioni per 24 o 48 ore ed è particolarmente utile se volete costruire una giornata flessibile, decidendo sul momento quanto tempo dedicare alle collezioni. Fra le tappe più interessanti ci sono il Museo Einstein, che racconta il periodo bernese del grande fisico, e il Centro Paul Klee, dedicato all'artista in un edificio progettato da Renzo Piano. Insieme offrono due modi diversi e complementari di leggere la città: attraverso il pensiero e attraverso la forma.



Thun



CITTÀ DI LAGO



1 giorno

Quando il treno si ferma a Thun, all'estremità settentrionale del lago

omonimo, ci si stupisce di come l'inverno conservi una luce speciale. Il castello domina dall'alto la città vecchia, mentre lungo l'Aare, il Bälliz e l'Obere Hauptgasse si susseguono scorci, negozi e passaggi coperti che rendono piacevole l'esplorazione anche nei mesi freddi. Un'alternativa (o un'aggiunta) a una fredda passeggiata è la visita al Kunstmuseum Thun, che offre mostre dedicate soprattutto all'arte contemporanea svizzera e internazionale. Anche in inverno la città

organizza visite guidate, che accompagnano i visitatori tra i diversi livelli del centro storico.

Ci sono poi le chiese di Thun, sull'Aare, nel centro storico, un elemento ancora molto leggibile nel tessuto urbano e una tappa da inserire nella passeggiata lungo il fiume. Meglio di molte spiegazioni, aiutano a capire il rapporto stretto fra la città, il lago e il controllo delle acque. Il loro interesse è storico ma anche scenografico, perché il flusso qui si fa rapido, rumoroso e anima il centro con la vitalità dell'acqua.





LUCI D'INVERNO A BERNA

Fra ottobre e novembre, la facciata del Palazzo Federale si trasforma nel grande palcoscenico di Rendez-vous Bundesplatz, uno spettacolo serale gratuito di luci e proiezioni che ogni anno racconta un tema diverso.

A pochi minuti dalla stazione, il cuore politico della Svizzera diventa scenografia luminosa e regala a Berna una chiusura di giornata suggestiva e raffinata, dove magia visiva ed eleganza urbana si incontrano.



MERCATINI DI NATALE

Durante l'Avvento, Berna si accende di mercatini molto diversi fra loro, tutti raggiungibili a piedi nel centro storico. Nell'aria si mescolano profumi di pan di zenzero, mandorle tostate e caramello, mentre

vicoli e piazze si riempiono di bancarelle e l'atmosfera cambia da un mercato all'altro. Berna vive il Natale con calore e passione.



UNA PIAZZA DI GHIACCIO

Da metà dicembre a metà febbraio, la Bundesplatz si trasforma in una pista di pattinaggio su ghiaccio. I 600 m² della pista, illuminati la sera, si aprono davanti alla facciata del Palazzo Federale: una collocazione scenograficamente difficile da battere. L'ingresso è gratuito; i pattini si noleggiavano in loco. Nello chalet adiacente è possibile rifocillarsi con cioccolata calda o fondue.

CONSIGLI LOCAL



BEST WESTERN PLUS HOTEL BERN

Hotel centrale e pratico, ideale per chi vuole dormire a Berna con la stazione e la città vecchia a portata di pochi minuti.



KLÖTZLIKELLER

È la più antica osteria di Berna (aperta nel 1635) e tutto l'anno serve una mirabile fondue: un'esperienza imperdibile.



HOTEL KRONE THUN

Nel cuore della città vecchia, ideale per vivere Thun d'inverno tra Aare, castello e rapide ritirate al caldo.



MÜLIBAR

Locale informale, adatto alla stagione fredda, con fondue, raclette e piatti svizzeri semplici che funzionano bene dopo una passeggiata in città.

NEVE E SILENZI DA SPIEZ A KANDERSTEG



“ Poco lontano dalla linea del Trenino Verde delle Alpi, la vetta dello Stockhorn domina il Lago di Thun, mentre Kandersteg e Sunnbüel portano nel cuore della montagna bernese. Il paesaggio si stringe, i boschi e i pendii si coprono di neve, la montagna detta il ritmo della giornata. È un itinerario che alterna acqua e quota, quiete alpina e natura viva, grazie anche al vantaggio di muoversi in treno, bus, battello e con impianti di risalita facilmente raggiungibili e perfettamente coordinati. ”



DOMODOSSOLA → BRIGA → GOPPENSTEIN → KANDERSTEG → **SPIEZ** → THUN → BERNA

Stockhorn

VETTA PANORAMICA



1 giorno

A Spiez si scende non solo per ammirare dalla stazione ferroviaria una vista da cartolina sul castello che si staglia sul blu profondo delle acque del Lago di Thun, ma anche per abbandonare

per un attimo la linea del Trenino Verde delle Alpi e fare una piccola deviazione all'inizio della Simmental, la valle attraversata dal fiume Simme. Da Erlenbach, facilmente raggiungibile in treno da Spiez, si può salire in funivia sino allo Stockhorn, per godere dell'idilliaco paesaggio

invernale a quasi 2200 m di altitudine. La vertiginosa piattaforma panoramica sulla parete nord regala una vista mozzafiato sul Lago di Thun, il Mittelland e il massiccio del Giura. Sul versante sud, dalla stazione intermedia Chrindi, un itinerario con le ciaspole costeggia il piccolo Lago di Hinterstocken. Se lo strato di ghiaccio è abbastanza spesso, il lago si trasforma in una pista da pattinaggio naturale.





UNA PORTA VERSO LA MONTAGNA



mezza giornata

Kandersteg è uno dei luoghi che meglio incarnano l'inverno lungo la linea ferroviaria BLS. Il villaggio, raccolto fra boschi e pendii innevati, offre un facile accesso alla montagna. Qui la giornata può prendere forme diverse: passeggiate invernali nel fondovalle, percorsi con le ciaspole, sci di fondo e salite panoramiche verso aree più aperte. La sua forza sta proprio in questo equilibrio fra facilità di accesso e intensità dello scenario.

LA SENTIERISTICA DI KANDERSTEG

Inquadrate il QR code
per i dettagli del percorso



Kandersteg

SUNNBÜEL



mezza giornata

Sunnbüel offre un volto diverso ma complementare dell'inverno nella zona di Kandersteg. Qui il paesaggio si apre in un altopiano più luminoso, ampio, quasi sospeso, dove i sentieri battuti e gli itinerari con le ciaspole invitano a un passo lento e regolare. Il percorso storico verso il Passo Gemmi è uno dei richiami più forti dell'area e attraversa un ambiente di neve e luce che rende bene l'idea dell'alta montagna accessibile. Si sale in funivia, con corse in coincidenza con l'arrivo dei bus, a loro volta sincronizzati con i treni della linea ferroviaria BLS.





IL LAGO D'INVERNO

Anche nei mesi freddi il Lago

di Thun resta una tappa imperdibile del viaggio. La navigazione invernale, in servizio da metà novembre a metà marzo secondo calendario e compresa nella Carta giornaliera Trenino Verde BLS, permette di leggere il paesaggio da una prospettiva più quieta: rive ordinate, paesi affacciati sull'acqua, castelli e montagne innevate sullo sfondo. È un'esperienza riflessiva e contemplativa e, forse proprio per questo, molto adatta alla stagione.



IL PASSO LUNGO DI KANDERSTEG

Kandersteg è anche una delle località svizzere più apprezzate per lo sci di fondo. Le piste del fondovalle

permettono di avvicinarsi alla disciplina con gradualità, mentre quelle di quota, come a Sunnbüel, aggiungono neve più affidabile e un contesto ancora più panoramico. Anche per chi non pratica, questa vocazione aiuta a capire il tono invernale del luogo.



NOTTE DI SCI DI FONDO

A Kandersteg l'inverno non finisce al tramonto: quando l'innevamento lo consente, una pista da fondo illuminata permette di sciare anche la sera, dal lunedì al sabato fino alle 21. È una delle esperienze più particolari del fondovalle, con il paese alle spalle e la neve che diventa un piccolo corridoio di luce.

CONSIGLI LOCALI



HOTEL EDEN SPIEZ

Elegante albergo, offre una splendida vista sul lago e le montagne, un'area benessere e una cucina che cambia al ritmo delle stagioni.



STOCKHORN IGLU

Sulle rive del Lago di Hinterstocken, il luogo ideale per rilassarsi dopo una giornata attiva sullo Stockhorn e assaporare una deliziosa fondue.



HOTEL BELLE EPOQUE

Adatto alla stagione invernale e comodo per muoversi tra stazione, paese e montagna e con un'atmosfera accogliente. A Kandersteg.



LANDGASTHOF RUEDIHUS

A Kandersteg, locanda storica e suggestiva, perfetta per un pasto a base di cucina bernese, fondue o raclette.

ALTA QUOTA E GRANDI PANORAMI TRA LAUCHERNALP E HOCKENHORNGRAT



“ Fuori dal Trenino Verde delle Alpi, si piomba dentro l’inverno. Si scende a Goppenstein e si prosegue con l’autopostale fino alla stazione della funivia di Wiler che dal fondovalle del Lötschental sale a Lauchernalp. Da questo balcone assoluto affacciato su un paesaggio di neve e cime severe, si continua verso Hockenhorngrat, dove lo sguardo si allarga fino alle vette dei quattromila metri. In poche ore e facilmente si arriva in quota, senza un’organizzazione complicata, verso una destinazione di paesaggio puro, luce e spazio. ”



AVVENTURE INNEVATE



mezza giornata

Lauchernalp

TERRAZZA SULL'INVERNO



1 giorno

Lauchernalp è uno dei luoghi che meglio restituiscono l'idea di una montagna accessibile ma piena. Si raggiunge con la funivia da Wiler e già durante la salita il paesaggio cambia tono: il fondovalle si stringe alle spalle, mentre davanti si apre un versante luminoso, dominato da neve, boschi radi e grandi cime. In inverno Lauchernalp è un piccolo mondo alpino ordinato, dove si può venire per gli sport sulla neve ma anche semplicemente per respirare l'alta montagna senza fretta, affidandosi a pochi spostamenti ben costruiti.

La Winter Adventure Route è l'itinerario invernale ad anello che parte dalla stazione a monte di Lauchernalp e attraversa un ambiente innevato ben leggibile, con stazioni informative e interattive lungo il percorso. È una proposta adatta a chi cerca un'esperienza invernale accessibile ma non banale, più narrativa che sportiva pura, utile anche per leggere il paesaggio del Lötschental in modo diverso.



Hockenhorngrat

IL MONDO DELL'ALTA MONTAGNA



mezza giornata

Dalla Lauchernalp si può proseguire ancora più in alto, fino a Hockenhorngrat, a oltre 3100 m. Qui un percorso panoramico invernale breve, battuto e relativamente facile si snoda quasi in piano sotto la vetta e conduce a un punto di osservazione eccezionale. La vista abbraccia più di 40 vette sopra i 4000 m.s.l.m., in



una delle aperture sceniche più ampie della regione. Non serve molto tempo per percorrerlo, ma è uno di quei tratti che danno subito la misura del luogo: un altrove glaciale, terso, quasi rarefatto. Si può raggiungere Hockenhorngrat con gli impianti, via Stafel e Gandegg.

PREMIO FINALE



mezza giornata

Da Hockenhorngrat parte un itinerario più impegnativo verso la Lötschenpasshütte, adatto a chi vuole unire quota, neve e vero ambiente alpino. È una proposta con una forte componente panoramica, che ameranno i più sportivi e che culmina con una sosta in rifugio (Lötschenpasshütte) e una meritata ricompensa gastronomica.



SLITTATE ALLA LAUCHERNALP

Un'idea originale per una giornata in famiglia o con gli amici: un percorso per slittini lungo sei chilometri porta dalla stazione a monte della Lauchernalp fino a Wiler.



40 KM DI PISTE

Lauchernalp è il cuore del comprensorio sciistico del

Lötschental, con circa 40 km di piste e un'offerta che permette di alternare sci alpino, pause panoramiche e soste in quota. È la scelta più naturale per chi vuole vivere la montagna in chiave sportiva, sfruttando una stazione raccolta ma ben organizzata.



LE MASCHERE DEL LÖTSCHENTAL

Il Lötschental non è solo neve e panorama. La valle custodisce anche una delle tradizioni

invernali più particolari della Svizzera, quella dei Tschäggättä, figure di carnevale con maschere lignee dall'aspetto inquieto, che compaiono tra la Candelora e il martedì prima delle Ceneri. È un dettaglio culturale forte, utile per ricordare che anche questo paesaggio apparentemente severo ha un suo teatro popolare, antico e molto riconoscibile.

CONSIGLI LOCALI



HOTEL SPORTING

A Wiler, presso la stazione a valle della funivia della Lauchernalp. Pratico, senza rinunciare a un'atmosfera storica e raccolta.



RISTORANTE FELSHEIM

Ristorante senza fronzoli vicino alla stazione di Goppenstein, per un pasto caldo prima o dopo il passaggio in treno.



ALPENHOTEL ZUR WILDÄ

Base suggestiva per l'inverno, perfetta per dormire direttamente in quota dopo la giornata sulla neve.



PANORAMA-RESTAURANT

Pausa panoramica accanto alla funivia, comoda dopo sci, slitta o camminate invernali sulla Lauchernalp.

Realizzato da EDT srl per BLS
su licenza esclusiva di Lonely Planet Global Ltd.

ISBN 979-12-2370-545-2
EDT srl, via Pianezza 17, 10149 Torino
b2b@edt.it | lonelyplanetitalia.it

Responsabile progetto speciale:
Eleonora Bianco

Ottobre 2026

© Lonely Planet Global Ltd e EDT srl

Coordinamento generale: Cristina Enrico
Progetto grafico e copertina: Leila Librizzi
Progetto editoriale: Silvia Amigoni per fabulamedia.it
Testi: Piero Pasini e BLS AG
Redazione: Silvia Amigoni

Tutti i contenuti editoriali sono di Lonely Planet e rispettano la politica
di indipendenza e di imparzialità della casa editrice.

Gli autori fanno del loro meglio per fornire informazioni il più possibile accurate e attendibili.
Tuttavia Lonely Planet e EDT declinano ogni responsabilità per qualsiasi danno, pregiudizio e inconveniente
che dovesse derivare dall'utilizzo di questa guida.

CREDITI FOTOGRAFICI: p3 terzo e quarto tondino BLS AG © Daniel Schifferli, Summit Vision Media; p4
BLS AG © Daniel Schifferli, Summit Vision Media, nel tondino: © digitale-massarbeit; p5 in alto Nuvisage/
Dreamstime.com ©, nel tondino: Valeria Cantone/Dreamstime.com ©; p6 nel tondino BLS AG © Daniel
Schifferli, Summit Vision Media; p7 entrambe le immagini © Bern Welcome; p8 nel tondino BLS AG © Daniel
Schifferli, Summit Vision Media; p9 © Interlaken Tourism; p10 BLS AG © Daniel Schifferli, Summit Vision
Media, nei tondini centrale e in basso © Anja Zurbrugg; p11 BLS AG © Daniel Schifferli, Summit Vision Media;
p12 entrambe le immagini BLS AG © Daniel Schifferli, Summit Vision Media; p13 © Lötschental Marketing AG;
p14 © entrambe le immagini © Lötschental Marketing AG; p15 © Lötschental Marketing AG.





 **bls**

bls.ch/treninoverde