



Sabrina Bigler/Lea Seiler

**30 Wanderungen in der Schweiz, die man einmal im Leben gemacht haben muss**

192 Seiten, EUR 16,99

ISBN 978-3-7700-2337-0

Erscheinungstermin: April 2022

## 30 unvergessliche Wanderungen in der Schweiz

### Loswandern, bevor es zu spät ist!

Wanderschuhe geschnürt und los geht's! Auf den vielseitigen Touren von „**30 Wanderungen in der Schweiz, die man einmal im Leben gemacht haben muss**“ führen Sabrina Bigler und Lea Seiler entlang smaragdgrüner Flüsse, vorbei an traditionellen Chalets und grasenden Kühen, über schroffe Felsen und hinauf zu aussichtsreichen Gipfeln. Hier zeigt die Schweiz, was sie zu bieten hat: „Nicht nur hohe und aussichtsreiche Berggipfel wollen bestiegen werden, auch Grate wollen mutig überquert, hügelige Landschaften durchschritten, UNESCO-Welterbestätten bestaunt und türkisfarbene Bergseen besucht werden“, so die Autorinnen.

Ob Jura oder Tessin, Genfersee oder Graubünden: Die Wanderungen sind verlockend vielfältig, keine gleicht der anderen. Manche bieten sich eher bei frühlingshaftem oder sommerlichem Wetter an, doch auch Schneeschuhtouren sind dabei. Die meisten Wege sind an einem Tag zu schaffen, wie der Aufstieg zum Niederhorn oder der Höhenweg Mürren, andere bestehen aus zwei Etappen, wie die Wanderung über den Chrüzlipass oder die Überschreitung des Brisens mit Übernachtung in einer Berghütte.

### Mit vielen schönen Fotos und wichtigen Tipps

Kurzweilig skizzieren Sabrina Bigler und Lea Seiler die Wanderungen und ihre Besonderheiten. Start- und Zielpunkt der Touren, Länge, Höhenmeter und Etappenanzahl sind angegeben, ebenso wie der Abenteuer- und Naturfaktor sowie der Schwierigkeitsgrad. Dazu gibt es immer wieder Zusatzinfos zur Region, zur angemessenen Kleidung und erforderlichen Kondition. Die Autorinnen wissen, worauf es ankommt, beide sind leidenschaftliche Wanderinnen. Am liebsten verbringen sie jede freie Minute in den Schweizer Bergen – nicht nur im Wanderparadies des Berner Oberlands vor ihrer Haustür.

„**30 Wanderungen in der Schweiz, die man einmal im Leben gemacht haben muss**“ ist im Droste Verlag erschienen und kostet 16,99 Euro.

## PRESSEINFORMATION

---

### Die Autorinnen

**Sabrina Bigler** stammt aus dem Zürcher Oberland, während **Lea Seiler** mit dem Blick auf Eiger, Mönch und Jungfrau aufgewachsen ist. Die beiden leben heute in Bern und teilen die Leidenschaft fürs Wandern. Am liebsten verbringen sie jede freie Minute in den Schweizer Bergen – nicht nur im Wanderparadies des Berner Oberlands vor ihrer Haustür.

### Droste-Bucket-Lists:

- 30 Wanderungen in Deutschland, die man einmal im Leben gemacht haben muss
  - 30 Wanderungen in Österreich, die man einmal im Leben gemacht haben muss
  - 30 Wanderungen in der Schweiz, die man einmal im Leben gemacht haben muss
  - 30 Radtouren in Deutschland, die man einmal im Leben gemacht haben muss
  - 30 Campertouren in Deutschland, die man einmal im Leben gemacht haben muss
- 

**PRESESERVICE – Nicole Abeln - Tel. 0211/8605-236 – Mail: [n.abeln@droste-verlag.de](mailto:n.abeln@droste-verlag.de)**

### Druckfähige Daten

Für Rezensionen schicken wir Ihnen gerne druckfähige Dateien von Cover und Autorinnenfoto per E-Mail oder stellen sie Ihnen als Download zur Verfügung.

### Honorarfreie Inhalte und Fotos

Inhalte aus unseren Büchern können wir Ihnen nach Absprache kostenfrei zur Verfügung stellen, z. B. zur Nutzung in redaktionellen Beiträgen.

### Autorinneninterviews

Gerne vermitteln wir Ihnen ein Interview.

### Updates zu Neuerscheinungen

Auf Wunsch tragen wir Sie in unsere Pressedatenbank ein und informieren Sie über unsere Neuerscheinungen.

---

### ZUM VERLAG

Der Droste Verlag ist ein unabhängiger Buchverlag mit Sitz in Düsseldorf. Der Schwerpunkt sind Bücher mit Heimat: Das Verlagsprogramm bietet alles, was man über seine Region lesen möchte – von Wander- und Freizeitführern über Sachbücher bis hin zu belletristischen Titeln. Bisher mit Fokus auf NRW veröffentlicht Droste nun auch Bücher für weitere Regionen und Städte in ganz Deutschland. Eine lange Tradition hat Droste als Wissenschaftsverlag und publiziert mit namhaften Partnern u. a. Fachbücher zu Politik und Zeitgeschichte.