

# Schneeschuhtouren in La Gruyère

## Sicherheit und Empfehlungen

 **La Chia - La Berra - Intyamou - Jaun - Charmey**

### Bedingungen und Vorbereitungen

- Informieren Sie sich über die Wetterbedingungen und gehen Sie nur bei schönem Wetter. Das Wetter in den Bergen kann sehr schnell umschlagen! Sonne, Wärme, Wind, Regen, Nebel, Schnee, Kälte usw. viele Faktoren, die nicht zu unterschätzen sind.
- Achtung vor Lawinengefahr: bleiben Sie stets auf den markierten und geöffneten Strecken.
- Seien Sie nie allein unterwegs.
- Bevor es losgeht, informieren Sie über die vorgesehene Strecke und melden Sie Ihre Rückkehr.
- Informieren Sie sich über die geplante Strecke unter [www.la-gruyere.ch/schneeschuhtouren](http://www.la-gruyere.ch/schneeschuhtouren)
- Wählen Sie eine angemessene Strecke gemäss Ihren technischen und körperlichen Leistungsfähigkeiten.
- Es handelt sich um geschätzte Wanderzeiten.

### Rüsten Sie sich richtig aus

- Tragen Sie robuste, hohe und wasserundurchlässige Schuhe mit einer griffigen Sohle. Gamaschen können das Eindringen von Schnee verhindern.
- Mit dem Wind kann die gefühlte Temperatur 5°C bis 10°C kälter sein. Am besten tragen Sie mehrere Schichten, um sich so gut wie möglich gegen die Kälte zu schützen. Vergessen Sie Mütze, Handschuhe und Sonnenbrille nicht.
- Packen Sie etwas zu essen und heisse Getränke in Ihre Tasche ein.
- Sie benötigen ebenfalls ein Erste-Hilfe-Set, eine Rettungsdecke und ein mobiles Telefon.

Mehr Informationen unter  
[www.la-gruyere.ch/schneeschuhtouren](http://www.la-gruyere.ch/schneeschuhtouren)

### Respektieren Sie die anderen

- Zerstören Sie die Zäune nicht und respektieren Sie die privaten Grundstücke.
- Die Loipen sind für Langläufer vorbehalten. Nehmen Sie bitte die vorgesehenen Routen für Schneeschuhwanderer.

### Unterwegs

- Schauen Sie regelmässig nach der Uhrzeit. Kehren Sie früh genug wieder um, vermeiden Sie Überforderung.
- Bleiben Sie auf den markierten Strecken und respektieren Sie die Sicherheitsabsperungen.

### Nützliche Telefonnummern

**Wettervorhersagen (Meteo Schweiz)**  
162 (CHF 0.50/Anruf + 0.50/Min.)  
aus dem Ausland +41 (0)848 800 162  
[www.meteoschweiz.ch](http://www.meteoschweiz.ch)

**Schneebericht (Fribourg Région)**  
+41 (0)900 573 821 (CHF 1.49/Min.)

**Lawinenbulletin (SLF Davos)**  
187 (CHF 0.50/Anruf + 0.50/Min.)  
aus dem Ausland +41 (0)848 800 187  
[www.slf.ch](http://www.slf.ch)

**Notrufnummern (gratis)**  
Polizei 117  
Feuerwehr 118  
Sanität 144

**TPF Bahnhof - Bulle**  
+41 (0)26 913 05 21  
Infos SBB-Netz: [www.sbb.ch](http://www.sbb.ch)

BEI FRAGEN

**La Gruyère Tourisme**  
Place de la Gare 3, 1630 Bulle  
T +41 (0)26 919 85 00 / [www.la-gruyere.ch/schneeschuhtouren](http://www.la-gruyere.ch/schneeschuhtouren)

  #lagruyere

**LA GRUYÈRE**   
EINE REGION MIT HERZ