

WINTER WOCHENPROGRAMM DEZEMBER 2019 BIS APRIL 2020

MONTAG

MARKTTAG GIMMELWALDER MARKTFRAUEN

Während der Winterzeit präsentieren und verkaufen die Marktfrauen aus Gimmelwald ihre Produkte am Marktstand.

📍 24. Dezember 2019 bis Ostern 2020
09.00–16.00 Uhr, neben dem Restaurant Stägerstübli

🗨 Gimmelwalder Marktfrauen
+41 (0)33 855 10 82

DIENSTAG

BASIS LAWINENKURS

Lerne die wichtigsten Grundlagen der Lawinenkunde.

📍 Wintersaison 19/20, 09.00–12.00 Uhr,
Durchführung ab 4 Personen

🗨 Schweizer Skischule Mürren-Schilthorn
+41 (0)33 855 12 47

Kosten: CHF 69.00 pro Person

YOGA

Beim Hatha Yoga wird das Gleichgewicht zwischen Körper und Geist durch körperliche Übungen, Atemübungen und Meditationen angestrebt.

📍 17. Dezember 2019 bis 31. März 2020
10.30–11.30 Uhr, Alpines Sportzentrum Mürren

🗨 Tourist Information Mürren oder
Denise Fussell: +41 (0)78 642 34 85

Kosten: CHF 15.00

SCHNEESCHUHTOUR

Auf den Schneeschuhen die unberührten Wege erkunden.

📍 Wintersaison 19/20, 13.00–16.30 Uhr,
Durchführung ab 4 Personen

🗨 Schweizer Skischule Mürren-Schilthorn
+41 (0)33 855 12 47

Kosten: CHF 69.00 pro Person

MITTWOCH

ALPINE SPA FRAUENTAG

Wohlfühlzeit für Frauen im Alpine Spa Mürren mit Verwöhnungsangeboten.

📍 14. Dezember 2019 bis 13. April 2020
13.00–17.00 Uhr, Alpine Spa Mürren

🗨 Alpines Sportzentrum Mürren
+41 (0)33 856 86 86

Kosten: ab CHF 30.00

YOGA

Beim Hatha Yoga wird das Gleichgewicht zwischen Körper und Geist durch körperliche Übungen, Atemübungen und Meditationen angestrebt.

📍 18. Dezember 2019 bis 1. April 2020
18.45–19.45 Uhr, Alpines Sportzentrum Mürren

🗨 Tourist Information Mürren oder
Denise Fussell: +41 (0)78 642 34 85

Kosten: CHF 15.00

DORFRUNDGANG MÜRREN

Kommen Sie mit auf einen Spaziergang durch Mürren und lernen Sie mehr über die Geschichte.

📍 8. Januar 2020 bis 8. April 2020
17.00 Uhr, Tourist Information Mürren

🗨 Anmeldung bis Mittwoch 12.00 Uhr
bei Mürren Tourismus

«Dorfrundgang-Büchlein» erhältlich für
CHF 5.00 bei Mürren Tourismus



DONNERSTAG

AQUAFITNESS

Bei den Übungen im Wasser werden Ausdauer, Kraft und Koordination gefördert.

📍 19. Dezember 2019 bis 23. April 2020
10.00–11.00 Uhr, Alpines Sportzentrum Mürren

🗨 Mitnehmen: Badekleid und Badetuch

Kosten: CHF 20.00

PILATES

Die Kombination aus Kraft- und Dehnübungen ist ein idealer Ausgleich zum Alltag und allen Wintersportarten. Erfahren Sie Herausforderungen, sowie Entspannung. Keine Vorkenntnisse nötig, Einstieg ist jederzeit möglich.

📍 ab Januar 2020 bis Ende April 2020
19.45–20.45 Uhr,
Turnhalle Schulhaus Mürren

🗨 Marie-Thérèse Abegglen
+41 (0)79 737 94 76

Kosten: CHF 17.00 pro Person

ZUMBA

Zumba ist ein lateinamerikanisches Tanz-Fitness-Programm. Es geht um Spass und Bewegung!

📍 ab Februar 2020, 18.45–19.40 Uhr
Turnhalle Schulhaus Mürren

🗨 Dana von Allmen
+41 (0)79 475 66 04

Kosten: CHF 15.00 pro Person

FREITAG

FREERIDE-FREITAG

Abfahrten im Pulverschnee im Freeride-Mekka Mürren-Schilthorn.

📍 Wintersaison 19/20, 09.00–16.00 Uhr,
Durchführung ab 4 Personen

🗨 Schweizer Skischule Mürren-Schilthorn
+41 (0)33 855 12 47

Kosten: CHF 170.00 pro Person

ERSTE SPUR

Am Morgen vor allen anderen Schneesportlern aufs Schilthorn fahren und die ersten Spuren in den Schnee ziehen.

📍 Wintersaison 19/20, 07.30–09.00 Uhr
Schilthornbahn Station Mürren

🗨 Schweizer Skischule Mürren-Schilthorn
+41 (0)33 855 12 47

Kosten: ab CHF 66.00 pro Person



SAMSTAG

FREERIDE-SAMSTAG

Abfahrten im Pulverschnee im Freeride-Mekka Mürren-Schilthorn.

📍 Wintersaison 19/20, 09.00–16.00 Uhr,
Durchführung ab 4 Personen

🗨 Schweizer Skischule Mürren-Schilthorn
+41 (0)33 855 12 47

Kosten: CHF 170.00 pro Person

SONNTAG

ERSTE SPUR

Am Morgen vor allen anderen Schneesportlern aufs Schilthorn fahren und die ersten Spuren in den Schnee ziehen.

📍 Wintersaison 19/20, 07.30–09.00 Uhr
Schilthornbahn Station Mürren

🗨 Schweizer Skischule, Mürren-Schilthorn
+41 (0)33 855 12 47

Kosten: ab CHF 66.00 pro Person

QI GONG

Leichte alchinesische Übungen mit einfachen, harmonischen und fließenden Bewegungen im Rhythmus der Atmung.

📍 22. Dezember 2019 bis 12. April 2020
09.15–10.45 Uhr, Alpine Spa Mürren

🗨 Mitnehmen: Bequeme Kleidung

Kosten: CHF 20.00

TÄGLICH

TRY TO SKI-IT'S FUN!

Mache deine ersten Fahrversuche. Das Angebot enthält 2h Unterricht, Ausrüstung (Ski, Schuhe und Stöcke), Benutzung der Anlagen im Übungsgelände.

📍 Wintersaison 19/20, 08.30–17.00 Uhr

🗨 Alfred's Sporthaus +41 (0)33 855 30 30
Schweizer Skischule Mürren-Schilthorn
+41 (0)33 855 12 47

Kosten: ab CHF 88.00 pro Person

EISBAHN

📍 7. Dezember 2019 bis 8. März 2020
(je nach Wetterverhältnissen)
10.00–19.00 Uhr

🗨 Alpines Sportzentrum Mürren
+41 (0)33 856 86 86

HALLENBAD / AUSSEN WHIRLPOOL / ALPINE SPA

📍 14. Dezember 2019 bis 13. April 2020
13.00–21.00 Uhr

🗨 Alpines Sportzentrum Mürren
+41 (0)33 856 86 86

Letzter Eintritt: 19.45 Uhr



FITNESS

📍 14. Dezember 2019 bis 13. April 2020
08.30–21.00 Uhr

🗨 Alpines Sportzentrum Mürren
+41 (0)33 856 86 86

Letzter Eintritt: 19.45 Uhr

MASSAGE & BEAUTY

📍 Täglich auf Voranmeldung

🗨 Alpines Sportzentrum Mürren
+41 (0)33 856 86 86

SPORTHALLE

📍 Täglich auf Voranmeldung

🗨 Alpines Sportzentrum Mürren
+41 (0)33 856 86 86

CAFETERIA HUGS AND CUPS

📍 14. Dezember 2019 bis 13. April 2020
09.00–18.00 Uhr

🗨 Alpines Sportzentrum Mürren
+41 (0)33 856 86 86

KINDERPARADIES

📍 23. Dezember 2019 bis 27. März 2020
12.00–16.30 Uhr

🗨 Alpines Sportzentrum Mürren
+41 (0)33 856 86 86

MINI MUSEUM

Einzigtages Schaufenstermuseum in Mürren zum Thema Vo Niedmatten uf Suppen-Mürner Flurnamen

📍 28. Dezember 2019 bis 30. Dezember 2020

🗨 Mini Museum Mürren
www.minimuseummuerren.ch

FÜR PUBLIZIERTE VERANSTALTUNGEN WIRD KEINE HAFTUNG ÜBERNOMMEN.

WEEKLY WINTER PROGRAM DECEMBER 2019 TO APRIL 2020

MONDAY

MARKET DAY ORGANISED BY THE GIMMELWALD FARMERS

The Gimmelwald farmers have a stall on the village high street, selling their food products and handicrafts.

24th December 2019 until Easter 2020 9 a.m. – 4 p.m., next to Restaurant Stägerstübli

Farming woman of Gimmelwald +41 (0)33 855 10 82

TUESDAY

AVALANCHE TRAINING

Learn the essentials of avalanche awareness.

Winter season 19/20, 9 a.m. – noon, From 4 participants

Swiss Ski School Mürren-Schilthorn +41 (0)33 855 12 47

Cost: CHF 69.00 per person

YOGA

This yoga session is a mixture of stretching, breathing and relaxation. It helps to coordinate body, mind and work more efficiently.

17th December 2019 until 31st March 2020 10.30 a.m. – 11.30 a.m., Alpine Sports Centre Mürren

Mürren Tourist Office or Denise Fussell: +41 (0)78 642 34 85

Cost: CHF 15.00

SNOW-SHOE

Explore the untouched paths on snowshoes.

Winter season 19/20, 1 p.m. – 4.30 p.m. Schilthorn cable car station Mürren, minimum 4 participants

Swiss Ski School Mürren-Schilthorn +41 (0)33 855 12 47

Cost: CHF 69.00 per person

WEDNESDAY

ALPINE SPA LADIES DAY

Enjoy a spa experience exclusively for ladies. Pamper yourself with a special treatment.

14th December 2019 until 13th April 2020 1 p.m. – 5 p.m., Alpine Spa Mürren

Alpine Sports Centre Mürren +41 (0)33 856 86 86

Cost: from CHF 30.00

YOGA

This yoga session is a mixture of stretching, breathing and relaxation. It helps to coordinate body and mind and work more efficiently.

18th December 2019 until 1st April 2020 6.45 p.m. – 7.45 p.m., Alpine Sports Centre Mürren

Mürren Tourist Office or Denise Fussell: +41 (0)78 642 34 85

Cost: CHF 15.00

VILLAGE WALKING TOUR

Learn more about the history and the landscape of Mürren.

8th January 2020 until 8th April 2020 5 p.m., Tourist Office Mürren

Mürren Tourist Office before Wednesday, 12 noon

Village brochure available CHF 5.00



THURSDAY

AQUAFITNESS

Exercises in the water can improve stamina, strength, mobility, coordination and wellbeing.

19th December 2019 until 23th April 2020 10 a.m. – 11 a.m., Alpine Sports Centre Mürren

Take your swimsuit and a towel.

Cost: CHF 20.00

PILATES

Pilates is a full-body workout, for mental and physical balance. No previous knowledge necessary, entry is possible at any time.

from January 2020 to end of April 2020 7.45 p.m. – 8.45 p.m. Sports Hall school house Mürren

Marie-Thérèse Abegglen +41 (0)79 737 94 76

Cost: CHF 17.00 per person

ZUMBA

Zumba is a Latin American dance-fitness-program. It's about fun and exercise!

from February 2020 6.45 p.m. – 7.40 p.m. Sports Hall school house Mürren

Dana von Allmen +41 (0)79 475 66 04

Cost: CHF 15.00 per person

FRIDAY

FREERIDE-FRIDAY

Downhill runs in powder snow in the free-ride mecca of Mürren-Schilthorn.

Winter season 19/20, 9 a.m. – 4 p.m., Schilthorn cable car station Mürren, minimum from 4 participants

Swiss Ski School Mürren-Schilthorn +41 (0)33 855 12 47

Cost: CHF 170.00 per person

EARLY BIRD

Make the first tracks on the slope down from the Schilthorn.

Winter season 19/20, 7.30 a.m. – 9 a.m., Schilthorn cable car station Mürren

Swiss Ski School Mürren-Schilthorn +41 (0)33 855 12 47

Cost: from CHF 66.00 per person



SATURDAY

FREERIDE-SATURDAY

Downhill runs in powder snow in the free-ride mecca of Mürren-Schilthorn.

Winter season 19/20, 9 a.m. – 4 p.m., Schilthorn cable car station Mürren, minimum from 4 participants

Swiss Ski School Mürren-Schilthorn +41 (0)33 855 12 47

Cost: CHF 170.00 per person

SUNDAY

EARLY BIRD

Make the first tracks on the slope down from the Schilthorn.

Winter season 19/20, 7.30 a.m. – 9 a.m. Schilthorn cable car station Mürren

Swiss Ski School Mürren-Schilthorn +41 (0)33 855 12 47

Cost: from CHF 66.00 per person

QI GONG

Satpremo teaches traditional Chinese gymnastics with simple flowing movements in harmony and rhythm with your breathing.

22nd December 2019 until 12th April 2020

Take leisure clothes.

Cost: CHF 20.00

DAILY

TRY TO SKI – IT'S FUN!

Experience the fascination of snow sports. You will be provided with skis, boots, poles, and given a two-hour lesson in the Mürren ski school training area – with access to all their equipment.

Winter season 19/20, 8.30 a.m. – 5 p.m.

Alfred's Sporthaus +41 (0)33 855 30 30 Swiss Ski School Mürren-Schilthorn +41 (0)33 855 12 47

Cost: from CHF 88.00 per person

ICE RINK

7th December 2019 until 8th March 2020 (depending on weather conditions) 10 a.m. – 7 p.m.

Alpine Sports Centre Mürren +41 (0)33 856 86 86

INDOOR POOL / OUTDOOR WHIRLPOOL / ALPINE SPA

14th December 2019 until 13th April 2020 1 p.m. – 9 p.m.

Alpine Sports Centre Mürren +41 (0)33 856 86 86

Last entry: 7.45 p.m.



GYM

14th December 2019 until 13th April 2020 8.30 a.m. – 9 p.m.

Alpine Sports Centre Mürren +41 (0)33 856 86 86

Last entry: 7.45 p.m.

MASSAGE & BEAUTY

Daily on demand

Alpine Sports Centre Mürren +41 (0)33 856 86 86

SPORTS HALL

Daily on demand

Alpine Sports Centre Mürren +41 (0)33 856 86 86

CAFETERIA HUGS AND CUPS

14th December 2019 until 13th April 2020 9 a.m. – 6 p.m.

Alpine Sports Centre Mürren +41 (0)33 856 86 95

KIDS PARADISE

23rd December 2019 until 27th March 2020 Noon – 4.30 p.m.

Alpine Sports Centre Mürren +41 (0)33 856 86 86

MINI MUSEUM

Unique shop-window museum in Mürren on the theme of «Vo Niedmatten uf Suppen – Mürner Flurnamen»

28th December 2019 to 30th December 2020

Mini Museum Mürren www.minimuseummuerren.ch

NO LIABILITY IS ASSUMED FOR PUBLISHED EVENTS.