

# Artikelempfehlungen

20.08.2025

Avenue ID: 329  
Artikel: 12  
Folgeseiten: 49

---

## Lenkerhof

	04.12.2019	bernerzeitung.ch / Berner Zeitung Online <b>Jetzt kann das Luxushotel Lenkerhof ausbauen</b>	01
	05.12.2019	Berner Oberländer <b>Wichtiger Schritt für Lenkerhof</b>	04
	05.12.2019	Berner Oberländer <b>Jetzt kann das Luxushotel Lenkerhof ausbauen</b>	05
	07.12.2019	tagesanzeiger.ch / Tages-Anzeiger Online <b>So schwitzt man richtig</b>	07
	08.12.2019	derbund.ch / Der Bund Online <b>So schwitzt man richtig</b>	15
	08.12.2019	bernerzeitung.ch / Berner Zeitung Online <b>So schwitzt man richtig</b>	23
	09.12.2019	bazonline.ch / Basler Zeitung Online <b>So schwitzt man richtig</b>	31
	11.12.2019	abouttravel.ch/de / about Travel - DE <b>Last Call: Heute noch abstimmen für den Swiss MICE Award 2020</b>	39
	12.12.2019	Simmental Zeitung <b>Die Überbauungs-Ordnung Lenkerhof wurde gutgeheissen</b>	44
	12.12.2019	htr Hotel Revue <b>Von Networking bis Zukunftsszenarien</b>	45
	14.12.2019	simmentalzeitung.ch / Simmental Zeitung Online <b>Die Überbauungs-Ordnung Lenkerhof wurde gutgeheissen</b>	47
	30.12.2019	simmentalzeitung.ch / Simmental Zeitung Online <b>Rückblick auf das vergangene Jahr – 2019 im Zeitraffer</b>	49

## Jetzt kann das Luxushotel Lenkerhof ausbauen

Lenk

Die Hotel Lenkerhof AG ist bestrebt, das Hotel weiterzuentwickeln. Der angepassten Überbauungsordnung mit dem Ziel zu verdichtetem Bauen wurde zugestimmt.

17:49:00

von Fritz Leuzinger



Wichtiger Schritt für den Lenkerhof: Die Gemeindeversammlung stimmte der angepassten Überbauungsordnung zu.

(Bild: zvg)

An der Lenk besuchten am Dienstag 124 Stimmberechtigte die Gemeindeversammlung. Die geforderte Rückweisung der Vorlage «Überbauungsordnung Lenkerhof» mangels öffentlich zugänglichen Unterlagen wurde abgewiesen. Gemeindepräsident René Müller widerspricht dem Einsprecher: «Während dem Mitwirkungsverfahren und der öffentlichen Auflage vom 10. Oktober bis zum 11. November war für jedermann Gelegenheit geboten zusätzlich benötigte Informationen einzuholen.»

Die vorliegende Überbauungsordnung Lenkerhof beinhaltet Änderungen und Anpassungen zur Weiterentwicklung der heutigen Kurhotelanlage. Die geplante Erweiterung umfasst neu drei Wohngebäude mit unterirdischem Verbindungszugang zum Hotel und eine Einstellhalle. Der Wellnessbereich soll in Verbindung mit medizinischer Versorgung teils umgebaut und vergrößert werden. Auch die bestehende Hotelinfrastruktur wird erweitert. Gemeindepräsident Müller ergänzt: «Durch das Inkrafttreten der Zweitwohnungsbestimmungen im 2016 besteht nun Klarheit zur Erstellung von Wohnungen im Zusammenhang mit Hotelbauten. Für den Erhalt der Skipiste durch das Areal wird neu als ZöN Beschneigungszone umbenannt.» Zur öffentlichen Auflage gab es eine Einsprache mit Befürchtungen zu den Eingriffen in Raum und Umwelt. Dazu Bauverwalter Jakob Trachsel: «Das Chalet des



Online-Ausgabe

Berner Zeitung  
3001 Bern  
031/ 330 31 33  
www.bernerzeitung.ch/

Medienart: Internet  
Medientyp: Tages- und Wochenpresse  
UUpM: 639'000  
Page Visits: 3'210'208

Auftrag: 1078634  
AEV (in Tsd. CHF): 1.8

Referenz: 75640111  
Ausschnitt Seite: 2/3

Lenkerhof

Einsprechers befindet sich am Rande und im Zonenplan-Perimeter. Aus den laufenden Gesprächen zwischen den beiden Parteien wird aber eine Einigung erhofft.»

## Gesunde Finanzlage

Finanzverwalter Roland Abbühl präsentierte die gesunde Finanzlage für die nächsten Jahre verbunden mit einer positiven Budgetvorlage für 2020. Es war Abbühls letzter Voranschlag vor seiner Pensionierung in der zweiten Jahreshälfte 2020. Der allgemeine Haushalt ist ausgeglichen und im Gesamthaushalt von rund 14,5 Millionen Franken ist ein Mehrertrag von 37000 Franken vorgesehen. Die Gemeindesteuern bleiben wie bisher auf 1,94 Einheiten, ebenso die Steueranlage für Liegenschaften mit 1,5 Promille.

Zum neuen, systembedingten Reglement für Betreuungsgutscheine der familienergänzenden Betreuung in Kindertagesstätten wurde eine Ergänzung beantragt und gutgeheissen. In die Altersgruppen der begünstigten Kinder im 1. Kindergartenjahr werden auch die Kinder im 2. Kindergartenjahr integriert.

## An der Gemeindeversammlung geehrt

An der Lenk ist es Tradition, dass berufliche, sportliche und kulturelle Leistungserfolge mit einem Diplom Anerkennung finden. Ausgezeichnet wurden die Lehrabgänger Lukas Schläppi mit Abschlussnote 6; Jaqueline Lempen mit 5,7; Luca Buchs mit 5,4 sowie Dominique Zwalen, Franziska Trachsel, Antonia Schmid und Alois Zahler mit 5,3; die Käserfamilie Kurt und Vreni Schletti mit zwei ersten Ränge mit Berner Alpkäse und Hobelkäse AOP an der OLMA; die Käserfamilie Hölde und Franziska Trachsel mit Hobelkäse als 3. an den Berner Alpkäsemeisterschaften und der sportliche Senior Werner Imdorf im 1. Rang am Holzskitag. Im Bereich Kunst und Kultur wurden Buchautor Hans-Ueli Hählen; der Verein Strubelibähnli mit Walter Tritten, Walter Däpp und Ueli Senn sowie die Firma Schläppi Innenausbau für den kunstvoll gestalteten Weihnachtsbaum am Dorfeingang zur Adventszeit geehrt. (flz)





Die geehrten Lenkerinnen und Lenker. (Bild: Fritz Leuzinger)



## Wichtiger Schritt für Lenkerhof

**Lenk** Die Gemeindeversammlung gibt der angepassten Überbauungsordnung Lenkerhof grünes Licht. Somit kann das 5-Stern-Hotel seine geplanten Erweiterungsbauten in Angriff nehmen. Unter anderem sollen auf dem Areal des Lenkerhofs drei Wohngebäude mit unterirdischem Verbindungszugang zum Hotel sowie eine Einstellhalle entstehen. (cb) **Seite 4**



Berner Oberländer  
3800 Interlaken  
033/ 828 80 40  
<https://www.berneroberlaender.ch/>

Medienart: Print  
Medientyp: Tages- und Wochenpresse  
Auflage: 13'684  
Erscheinungsweise: 6x wöchentlich

Seite: 4  
Fläche: 58'475 mm<sup>2</sup>

Auftrag: 1078634  
AEV (in Tsd. CHF): 2.6

Referenz: 75641066  
Ausschnitt Seite: 1/2

Lenkerhof

# Jetzt kann das Luxushotel Lenkerhof ausbauen

**Lenk** Die Hotel Lenkerhof AG ist bestrebt, das Hotel weiterzuentwickeln. Der angepassten Überbauungsordnung mit dem Ziel zu verdichtetem Bauen wurde zugestimmt.



Wichtiger Schritt für den Lenkerhof: Die Gemeindeversammlung stimmte der angepassten Überbauungsordnung zu. Foto: PD



## Fritz Leuzinger

An der Lenk besuchten am Dienstag 124 Stimmberechtigte die Gemeindeversammlung. Die geforderte Rückweisung der Vorlage «Überbauungsordnung Lenkerhof» mangels öffentlich zugänglichen Unterlagen wurde abgewiesen. Gemeindepräsident René Müller widerspricht dem Einsprecher: «Während des Mitwirkungsverfahrens und der öffentlichen Auflage vom 10. Oktober bis zum 11. November war für jedermann Gelegenheit geboten, zusätzlich benötigte Informationen einzuholen.»

## Grösserer Wellnessbereich

Die vorliegende Überbauungsordnung Lenkerhof beinhaltet Änderungen und Anpassungen zur Weiterentwicklung der heutigen Kurhotelanlage. Die geplante Erweiterung umfasst neu drei Wohngebäude mit unterirdischem Verbindungszugang zum Hotel und eine Einstellhalle. Der Wellnessbereich soll in Verbindung mit medizinischer Versorgung teils umgebaut und vergrössert werden. Auch die bestehende Hotelinfrastruktur wird erweitert. Gemeindepräsident Müller ergänzt: «Durch das Inkrafttreten der Zweitwohnungsbestimmungen im Jahr 2016 besteht nun Klarheit zur Erstellung von Wohnungen im Zusammenhang mit Hotelbauten. Für den Erhalt der Skipiste durch das Areal wird neu die ZÖN Beschneidungszone umbenannt.» Zur öffentlichen Auflage gab es eine Einsprache mit Befürchtungen zu den Eingriffen in Raum und Umwelt. Dazu Bauverwalter Jakob Trachsel: «Das Chalet des Einsprechers befindet sich am Rande und im Zonenplanperimeter. Aus den Gesprächen zwischen den beiden Parteien wird aber

eine Einigung erhofft.»

## Die geplante Erweiterung des Lenkerhofs umfasst drei Wohngebäude mit Verbindungszugang zum Hotel und eine Einstellhalle.

Finanzverwalter Roland Abbühl präsentierte die gesunde Finanzlage für die nächsten Jahre, verbunden mit einer positiven Budgetvorlage für 2020. Es war Abbühls letzter Voranschlag vor seiner Pensionierung in der zweiten Jahreshälfte 2020. Der allgemeine Haushalt ist ausgeglichen, und im Gesamthaushalt von rund 14,5 Millionen Franken ist ein Mehrertrag von 37'000 Franken vorgesehen. Die Gemeindesteuern bleiben wie bisher auf 1,94 Einheiten, ebenso die Steueranlage für Liegenschaften mit 1,5 Promille.

Zum neuen, systembedingten Reglement für Betreuungsgutscheine der familienergänzenden Betreuung in Kindertagesstätten wurde eine Ergänzung beantragt und gutgeheissen. In die Altersgruppen der begünstigten Kinder im 1. Kindergartenjahr werden auch die Kinder im 2. Kindergartenjahr integriert.

## So schwitzt man richtig

Ein Saunabesuch ist nachweislich gesund. Ausser man nutzt sie falsch. Die folgenden Fehler gilt es zu vermeiden.



Durch die Sauna hetzen widerspricht dem ursprünglichen Sinn: Man soll sich Zeit lassen und geniessen. Foto: Pixabay

Robert Wildi

Travelcontent Aktualisiert vor 31 Minuten

Was gibt es Schöneres, als sich zur kalten Jahreszeit in einer nach frischen Kräutern duftenden Sauna bei 90 Grad so richtig aufzuwärmen. Einfach herrlich entspannend – und erst noch nachweislich gesund. Regelmässige Saunabesuche können die Infektionsanfälligkeit der Atemwege langfristig senken. Ausserdem trainiert der Wechsel von kalt zu heiss die Thermoregulation der Haut und wirkt wie ein richtiges Anti-Aging-Programm.

Kopflös saunieren ist kontraproduktiv

Doch Vorsicht. Beim Saunieren ohne gewisse Vorkenntnisse und Einhalten von Verhaltensregeln kann der Schuss ganz leicht nach hinten losgehen. Yvon Teshmar, ausgewiesener Sauna-Spezialist und Spa Manager im Hotel Lenkerhof, hat täglich mit sehr vielen Saunabesuchern Kontakt und legt entsprechend Wert darauf, diese zu beraten. Immer wieder kann der Profi dadurch typische Sauna-Fehler verhindern. Nachfolgend zählt er die häufigsten auf:

Krank in die Sauna gehen : Kranke, fiebrige Körper brauchen Ruhe und keine Sauna, denn diese kann eine zusätzliche Belastung sein. Wer unter einer Erkrankung des Herz-Kreislauf-Systems, der Blutgefässe oder der Haut leidet, sollte vor einem Saunabesuch zwingend eine ärztliche Abklärung in Anspruch nehmen.



Web Ansicht



Anders als Inhalieren hilft Saunieren nicht bei Grippe oder Erkältung. Foto: Pixabay

Voller Magen : Wer zwischen dem Saunabesuch und einer grossen Mahlzeit nicht mindestens drei bis vier Stunden Zeit verstreichen lässt, riskiert Verdauungsprobleme.



Während des Saunabesuchs sollte auf Verköstigung verzichtet werden. Foto: Pixabay

Alkoholisiert in die Sauna : Alkohol kann kurzfristig gut für die Laune sein, verstärkt aber die Wirkung der Sauna erheblich, was auch mal zu Übelkeit oder sogar zum Kreislaufkollaps führen kann.



Kreislaufkollaps dank einem Bier? Lieber das Bier für nach der Sauna aufsparen. Foto: Pixabay

Sich keine Zeit lassen : Durch die Sauna hetzen widerspricht dem ursprünglichen Sinn. Man sollte sich für ein vollständiges Saunabad mit Pausen dazwischen mindestens zwei Stunden Zeit nehmen.

Zu langes Schwitzen : Saunieren hat nichts mit einer Rekordjagd zu tun. Nach jeweils spätestens 15 Minuten sollte man aus der Saunakabine. Empfehlenswert sind maximal drei Runden mit jeweils 20 Minuten Pause dazwischen.



Der Entspannungseffekt der Sauna hängt auch damit zusammen, dass man sich genügend Zeit nimmt. Foto: Pixabay

Körperliche Belastung nach Sauna : Sich körperlich anstrengen oder Sport treiben unmittelbar nach der Sauna ist nicht empfehlenswert. Eine solche Zusatzbelastung des Kreislaufs kann sich negativ auswirken.



Nach der Sauna sollte man zuerst eine Pause einlegen, bevor man Gewichte stemmt – dem Kreislauf zuliebe. Foto: Pixabay

Nass in die Sauna gehen : Wer nass in die Sauna geht, reduziert den Schwitzeffekt und damit die positiven Wirkungen. Deshalb nach dem Duschen erst abtrocknen und erst dann in die Sauna gehen.



Zuerst abtrocknen, dann saunieren. Foto: Unsplash

Nicht trinken : Oft wird vergessen, zwischen den einzelnen Saunagängen ausreichend Wasser zu trinken. Es steigt damit die Gefahr einer Dehydration.



Wenn man genug Flüssigkeit zu sich nimmt, verhindert man eine Dehydrierung, die bei der Hitze nicht unwahrscheinlich ist. Foto: Pixabay

Wer bewusst darauf achtet, diese Sauna-Fehler zu vermeiden, kann aus dem Saunabesuch neben viel Wohlgefühl auch den maximalen Gesundheitseffekt ziehen. Einen wichtigen Tipp hat Yvon Teshmar noch auf Lager: «Ich empfehle, am Anfang Saunen mit eher niedrigen Temperaturen von 58 bis 65 Grad Celsius zu wählen, und dann langsam zu steigern.»

Erstellt: 07.12.2019, 18:30 Uhr

## So schwitzt man richtig

Ein Saunabesuch ist nachweislich gesund. Ausser man nutzt sie falsch. Die folgenden Fehler gilt es zu vermeiden.  
6:44:59 PM

von Robert Wildi , Travelcontent



Durch die Sauna hetzen widerspricht dem ursprünglichen Sinn: Man soll sich Zeit lassen und geniessen. Foto: Pixabay

Was gibt es Schöneres, als sich zur kalten Jahreszeit in einer nach frischen Kräutern duftenden Sauna bei 90 Grad so richtig aufzuwärmen. Einfach herrlich entspannend – und erst noch nachweislich gesund. Regelmässige Saunabesuche können die Infektionsanfälligkeit der Atemwege langfristig senken. Ausserdem trainiert der Wechsel von kalt zu heiss die Thermoregulation der Haut und wirkt wie ein richtiges Anti-Aging-Programm.

Kopflös saunieren ist kontraproduktiv

Doch Vorsicht. Beim Saunieren ohne gewisse Vorkenntnisse und Einhalten von Verhaltensregeln kann der Schuss ganz leicht nach hinten losgehen. Yvon Teshmar, ausgewiesener Sauna-Spezialist und Spa Manager im Hotel Lenkerhof, hat täglich mit sehr vielen Saunabesuchern Kontakt und legt entsprechend Wert darauf, diese zu beraten. Immer wieder kann der Profi dadurch typische Sauna-Fehler verhindern. Nachfolgend zählt er die häufigsten auf:

: Kranke, fiebrige Körper brauchen Ruhe und keine Sauna, denn diese kann eine zusätzliche Belastung sein. Wer unter einer Erkrankung des Herz-Kreislauf-Systems, der Blutgefässe oder der Haut leidet, sollte vor einem Saunabesuch zwingend eine ärztliche Abklärung in Anspruch nehmen.



Anders als Inhalieren hilft Saunieren nicht bei Grippe oder Erkältung. Foto: Pixabay

: Wer zwischen dem Saunabesuch und einer grossen Mahlzeit nicht mindestens drei bis vier Stunden Zeit verstreichen lässt, riskiert Verdauungsprobleme.



Während des Saunabesuchs sollte auf Verköstigung verzichtet werden. Foto: Pixabay

: Alkohol kann kurzfristig gut für die Laune sein, verstärkt aber die Wirkung der Sauna erheblich, was auch mal zu Übelkeit oder sogar zum Kreislaufkollaps führen kann.



Kreislaufkollaps dank einem Bier? Lieber das Bier für nach der Sauna aufsparen. Foto: Pixabay

: Durch die Sauna hetzen widerspricht dem ursprünglichen Sinn. Man sollte sich für ein vollständiges Saunabad mit Pausen dazwischen mindestens zwei Stunden Zeit nehmen.

: Saunieren hat nichts mit einer Rekordjagd zu tun. Nach jeweils spätestens 15 Minuten sollte man aus der Saunakabine. Empfehlenswert sind maximal drei Runden mit jeweils 20 Minuten Pause dazwischen.



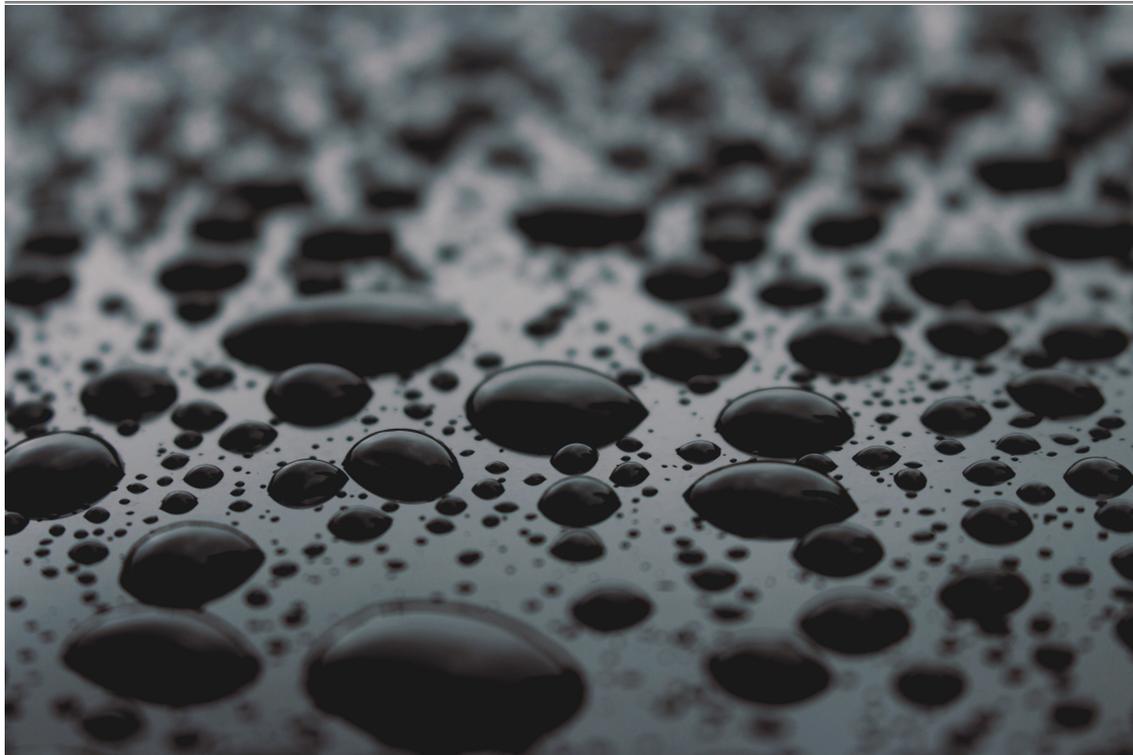
Der Entspannungseffekt der Sauna hängt auch damit zusammen, dass man sich genügend Zeit nimmt. Foto: Pixabay

: Sich körperlich anstrengen oder Sport treiben unmittelbar nach der Sauna ist nicht empfehlenswert. Eine solche Zusatzbelastung des Kreislaufs kann sich negativ auswirken.



Nach der Sauna sollte man zuerst eine Pause einlegen, bevor man Gewichte stemmt – dem Kreislauf zuliebe. Foto: Pixabay

: Wer nass in die Sauna geht, reduziert den Schwitzeffekt und damit die positiven Wirkungen. Deshalb nach dem Duschen erst abtrocknen und erst dann in die Sauna gehen.



Zuerst abtrocknen, dann saunieren. Foto: Unsplash

: Oft wird vergessen, zwischen den einzelnen Saunagängen ausreichend Wasser zu trinken. Es steigt damit die Gefahr einer Dehydratation.



Wenn man genug Flüssigkeit zu sich nimmt, verhindert man eine Dehydrierung, die bei der Hitze nicht unwahrscheinlich ist. Foto: Pixabay

Wer bewusst darauf achtet, diese Sauna-Fehler zu vermeiden, kann aus dem Saunabesuch neben viel Wohlgefühl auch den maximalen Gesundheitseffekt ziehen. Einen wichtigen Tipp hat Yvon Teshmar noch auf Lager: «Ich empfehle, am Anfang Saunen mit eher niedrigen Temperaturen von 58 bis 65 Grad Celsius zu wählen, und dann langsam zu steigern.»

## So schwitzt man richtig

Ein Saunabesuch ist nachweislich gesund. Ausser man nutzt sie falsch. Die folgenden Fehler gilt es zu vermeiden.  
18:44:59

von Robert Wildi , Travelcontent



Durch die Sauna hetzen widerspricht dem ursprünglichen Sinn: Man soll sich Zeit lassen und geniessen. Foto: Pixabay

Was gibt es Schöneres, als sich zur kalten Jahreszeit in einer nach frischen Kräutern duftenden Sauna bei 90 Grad so richtig aufzuwärmen. Einfach herrlich entspannend – und erst noch nachweislich gesund. Regelmässige Saunabesuche können die Infektionsanfälligkeit der Atemwege langfristig senken. Ausserdem trainiert der Wechsel von kalt zu heiss die Thermoregulation der Haut und wirkt wie ein richtiges Anti-Aging-Programm.

Kopflös saunieren ist kontraproduktiv

Doch Vorsicht. Beim Saunieren ohne gewisse Vorkenntnisse und Einhalten von Verhaltensregeln kann der Schuss ganz leicht nach hinten losgehen. Yvon Teshmar, ausgewiesener Sauna-Spezialist und Spa Manager im Hotel Lenkerhof, hat täglich mit sehr vielen Saunabesuchern Kontakt und legt entsprechend Wert darauf, diese zu beraten. Immer wieder kann der Profi dadurch typische Sauna-Fehler verhindern. Nachfolgend zählt er die häufigsten auf:

Krank in die Sauna gehen : Kranke, fiebrige Körper brauchen Ruhe und keine Sauna, denn diese kann eine zusätzliche Belastung sein. Wer unter einer Erkrankung des Herz-Kreislauf-Systems, der Blutgefässe oder der Haut leidet, sollte vor einem Saunabesuch zwingend eine ärztliche Abklärung in Anspruch nehmen.



Online-Ausgabe

Berner Zeitung  
3001 Bern  
031/ 330 31 33  
www.bernerzeitung.ch/

Medienart: Internet  
Medientyp: Tages- und Wochenpresse  
UUpM: 639'000  
Page Visits: 3'210'208

Auftrag: 1078634  
AEV (in Tsd. CHF): 1.8

Referenz: 75684789  
Ausschnitt Seite: 2/8

Lenkerhof



Anders als Inhalieren hilft Saunieren nicht bei Grippe oder Erkältung. Foto: Pixabay

Voller Magen : Wer zwischen dem Saunabesuch und einer grossen Mahlzeit nicht mindestens drei bis vier Stunden Zeit verstreichen lässt, riskiert Verdauungsprobleme.



Web Ansicht



Während des Saunabesuchs sollte auf Verköstigung verzichtet werden. Foto: Pixabay

Alkoholisiert in die Sauna : Alkohol kann kurzfristig gut für die Laune sein, verstärkt aber die Wirkung der Sauna erheblich, was auch mal zu Übelkeit oder sogar zum Kreislaufkollaps führen kann.



Web Ansicht

primcom

PR  
EXPERTISE  
IN TOURISM

Auftrag: 1078634  
AEV (in Tsd. CHF): 1.8

Referenz: 75684789  
Ausschnitt Seite: 4/8

Lenkerhof



Kreislaufkollaps dank einem Bier? Lieber das Bier für nach der Sauna aufsparen. Foto: Pixabay

Sich keine Zeit lassen : Durch die Sauna hetzen widerspricht dem ursprünglichen Sinn. Man sollte sich für ein vollständiges Saunabad mit Pausen dazwischen mindestens zwei Stunden Zeit nehmen.

Zu langes Schwitzen : Saunieren hat nichts mit einer Rekordjagd zu tun. Nach jeweils spätestens 15 Minuten sollte man aus der Saunakabine. Empfehlenswert sind maximal drei Runden mit jeweils 20 Minuten Pause dazwischen.



Web Ansicht



Der Entspannungseffekt der Sauna hängt auch damit zusammen, dass man sich genügend Zeit nimmt. Foto: Pixabay

Körperliche Belastung nach Sauna : Sich körperlich anstrengen oder Sport treiben unmittelbar nach der Sauna ist nicht empfehlenswert. Eine solche Zusatzbelastung des Kreislaufs kann sich negativ auswirken.



Nach der Sauna sollte man zuerst eine Pause einlegen, bevor man Gewichte stemmt – dem Kreislauf zuliebe. Foto: Pixabay

Nass in die Sauna gehen : Wer nass in die Sauna geht, reduziert den Schwitzeffekt und damit die positiven Wirkungen. Deshalb nach dem Duschen erst abtrocknen und erst dann in die Sauna gehen.



Zuerst abtrocknen, dann saunieren. Foto: Unsplash

Nicht trinken : Oft wird vergessen, zwischen den einzelnen Saunagängen ausreichend Wasser zu trinken. Es steigt damit die Gefahr einer Dehydration.



Web Ansicht

primcom

PR  
EXPERTISE  
IN TOURISM

Auftrag: 1078634  
AEV (in Tsd. CHF): 1.8

Referenz: 75684789  
Ausschnitt Seite: 8/8

Lenkerhof



Wenn man genug Flüssigkeit zu sich nimmt, verhindert man eine Dehydrierung, die bei der Hitze nicht unwahrscheinlich ist. Foto: Pixabay

Wer bewusst darauf achtet, diese Sauna-Fehler zu vermeiden, kann aus dem Saunabesuch neben viel Wohlgefühl auch den maximalen Gesundheitseffekt ziehen. Einen wichtigen Tipp hat Yvon Teshmar noch auf Lager: «Ich empfehle, am Anfang Saunen mit eher niedrigen Temperaturen von 58 bis 65 Grad Celsius zu wählen, und dann langsam zu steigern.»

## So schwitzt man richtig

Ein Saunabesuch ist nachweislich gesund. Ausser man nutzt sie falsch. Die folgenden Fehler gilt es zu vermeiden.  
18:44:59

von Robert Wildi , Travelcontent



Durch die Sauna hetzen widerspricht dem ursprünglichen Sinn: Man soll sich Zeit lassen und geniessen. Foto: Pixabay

Was gibt es Schöneres, als sich zur kalten Jahreszeit in einer nach frischen Kräutern duftenden Sauna bei 90 Grad so richtig aufzuwärmen. Einfach herrlich entspannend – und erst noch nachweislich gesund. Regelmässige Saunabesuche können die Infektionsanfälligkeit der Atemwege langfristig senken. Ausserdem trainiert der Wechsel von kalt zu heiss die Thermoregulation der Haut und wirkt wie ein richtiges Anti-Aging-Programm.

Kopflös saunieren ist kontraproduktiv

Doch Vorsicht. Beim Saunieren ohne gewisse Vorkenntnisse und Einhalten von Verhaltensregeln kann der Schuss ganz leicht nach hinten losgehen. Yvon Teshmar, ausgewiesener Sauna-Spezialist und Spa Manager im Hotel Lenkerhof, hat täglich mit sehr vielen Saunabesuchern Kontakt und legt entsprechend Wert darauf, diese zu beraten. Immer wieder kann der Profi dadurch typische Sauna-Fehler verhindern. Nachfolgend zählt er die häufigsten auf:

Krank in die Sauna gehen : Kranke, fiebrige Körper brauchen Ruhe und keine Sauna, denn diese kann eine zusätzliche Belastung sein. Wer unter einer Erkrankung des Herz-Kreislauf-Systems, der Blutgefässe oder der Haut leidet, sollte vor einem Saunabesuch zwingend eine ärztliche Abklärung in Anspruch nehmen.



Online-Ausgabe

Basler Zeitung  
4002 Basel  
061/ 639 19 89  
bazonline.ch/

Medienart: Internet  
Medientyp: Tages- und Wochenpresse  
UUpM: 568'000  
Page Visits: 3'586'128

Auftrag: 1078634  
AEV (in Tsd. CHF): 2.1

Referenz: 75684785  
Ausschnitt Seite: 2/8

Lenkerhof



Anders als Inhalieren hilft Saunieren nicht bei Grippe oder Erkältung. Foto: Pixabay

Voller Magen : Wer zwischen dem Saunabesuch und einer grossen Mahlzeit nicht mindestens drei bis vier Stunden Zeit verstreichen lässt, riskiert Verdauungsprobleme.



Web Ansicht



Während des Saunabesuchs sollte auf Verköstigung verzichtet werden. Foto: Pixabay

Alkoholisiert in die Sauna : Alkohol kann kurzfristig gut für die Laune sein, verstärkt aber die Wirkung der Sauna erheblich, was auch mal zu Übelkeit oder sogar zum Kreislaufkollaps führen kann.



Kreislaufkollaps dank einem Bier? Lieber das Bier für nach der Sauna aufsparen. Foto: Pixabay

Sich keine Zeit lassen : Durch die Sauna hetzen widerspricht dem ursprünglichen Sinn. Man sollte sich für ein vollständiges Saunabad mit Pausen dazwischen mindestens zwei Stunden Zeit nehmen.

Zu langes Schwitzen : Saunieren hat nichts mit einer Rekordjagd zu tun. Nach jeweils spätestens 15 Minuten sollte man aus der Saunakabine. Empfehlenswert sind maximal drei Runden mit jeweils 20 Minuten Pause dazwischen.



Web Ansicht



Der Entspannungseffekt der Sauna hängt auch damit zusammen, dass man sich genügend Zeit nimmt. Foto: Pixabay

Körperliche Belastung nach Sauna : Sich körperlich anstrengen oder Sport treiben unmittelbar nach der Sauna ist nicht empfehlenswert. Eine solche Zusatzbelastung des Kreislaufs kann sich negativ auswirken.



Online-Ausgabe

Basler Zeitung  
4002 Basel  
061/ 639 19 89  
bazonline.ch/

Medienart: Internet  
Medientyp: Tages- und Wochenpresse  
UUpM: 568'000  
Page Visits: 3'586'128

Auftrag: 1078634  
AEV (in Tsd. CHF): 2.1

Referenz: 75684785  
Ausschnitt Seite: 6/8

Lenkerhof



Nach der Sauna sollte man zuerst eine Pause einlegen, bevor man Gewichte stemmt – dem Kreislauf zuliebe. Foto: Pixabay

Nass in die Sauna gehen : Wer nass in die Sauna geht, reduziert den Schwitzeffekt und damit die positiven Wirkungen. Deshalb nach dem Duschen erst abtrocknen und erst dann in die Sauna gehen.



Zuerst abtrocknen, dann saunieren. Foto: Unsplash

Nicht trinken : Oft wird vergessen, zwischen den einzelnen Saunagängen ausreichend Wasser zu trinken. Es steigt damit die Gefahr einer Dehydration.



Web Ansicht

primcom

PR  
EXPERTISE  
IN TOURISM

Auftrag: 1078634  
AEV (in Tsd. CHF): 2.1

Referenz: 75684785  
Ausschnitt Seite: 8/8

Lenkerhof



Wenn man genug Flüssigkeit zu sich nimmt, verhindert man eine Dehydrierung, die bei der Hitze nicht unwahrscheinlich ist. Foto: Pixabay

Wer bewusst darauf achtet, diese Sauna-Fehler zu vermeiden, kann aus dem Saunabesuch neben viel Wohlgefühl auch den maximalen Gesundheitseffekt ziehen. Einen wichtigen Tipp hat Yvon Teshmar noch auf Lager: «Ich empfehle, am Anfang Saunen mit eher niedrigen Temperaturen von 58 bis 65 Grad Celsius zu wählen, und dann langsam zu steigern.»

Diese Inhalte sind für unsere Abonnenten. Sie haben noch keinen Zugang?

Erhalten Sie unlimitierten Zugriff auf alle Inhalte:



DE

about Travel  
8032 Zürich  
044 387 57 57  
abouttravel.ch

Medienart: Internet  
Medientyp: Fachpresse  
Page Visits: 122'000

Auftrag: 1078634  
AEV (in Tsd. CHF): 0.3

Referenz: 75710186  
Ausschnitt Seite: 1/5

Lenkerhof

Geschäftsreisen & Tagungen MICE-Markt Schweiz

## Last Call: Heute noch abstimmen für den Swiss MICE Award 2020

Von MICE-tip - 11.12.2019

Die Preisverleihung findet am 6. Februar 2020 im Stage One Zürich Oerlikon im Rahmen der ConferenceArena 2020 statt.



5 Nominierte in 5 Kategorien. Wer ist für Sie der Gewinner? Wählen Sie aus den Nominierten Ihre Favoriten. Das ist die letzte Gelegenheit!

Jetzt abstimmen

Tagungshotels

Hotel Schweizerhof, Lenzerheide

Claudia und Andreas Züllig bieten ihren Tagungsgästen nicht nur eine authentische Gastfreundschaft, sondern auch eine tolle Infrastruktur, beispielsweise im grössten Hamam der Alpen oder in den modernen und grosszügigen Tagungsräumen.

[www.schweizerhof-lenzerheide.ch/](http://www.schweizerhof-lenzerheide.ch/)

Kartause Ittingen, Warth TG

Die Kartause Ittingen verbindet auf einzigartige Weise klösterliche Werte wie Kultur, Spiritualität, Bildung, Fürsorge, Gastfreundschaft und Selbstversorgung.



DE

about Travel  
8032 Zürich  
044 387 57 57  
abouttravel.ch

Medienart: Internet  
Medientyp: Fachpresse  
Page Visits: 122'000

Auftrag: 1078634  
AEV (in Tsd. CHF): 0.3

Referenz: 75710186  
Ausschnitt Seite: 2/5

Lenkerhof

[www.kartause.ch](http://www.kartause.ch)

Lenkerhof Gourmet Spa Resort, Lenk

Tagen im Lenkerhof, inmitten eines inspirierenden Alpenpanoramas, ist anregend. Und nach einem anstrengenden Meeting kann man die Gedanken beim anschliessenden Entspannen im Spa schweifen lassen.

[www.lenkerhof.ch](http://www.lenkerhof.ch)

Musikinsel Rheinau, Rheinau

Die Musikinsel Rheinau ist ein ganz spezieller Ort für Tagungen. Das ehemalige Kloster befindet sich im Rhein auf einer Insel. In den Musikräumen kann nicht nur musiziert werden, sie sind auch ideal für Tagungen und Meetings.

[www.musikinsel.ch](http://www.musikinsel.ch)

Grand Hotel Quellenhof, Bad Ragaz

Das Grand Resort Bad Ragaz gehört zu den Vorzeigebetrieben in der Schweizer Hotellerie. Das Raumangebot ist umfassend und bietet für jede Art von Meeting den richtigen Rahmen.

[www.resortragaz.ch](http://www.resortragaz.ch)

Kongresszentren

2m2c Montreux Music & Convention Centre, Montreux

Das 2m2c bietet 18 000 m2 Kongress-Fläche aufgeteilt auf zwei miteinander verbundene Gebäude. Diese sind in die Richtung von Genfersee und Alpen ausgerichtet und deren grosszügige Glasfronten bieten einen grandiosen Ausblick.

[www.2m2c.ch](http://www.2m2c.ch)

Kongresszentrum Davos

Das Kongresszentrum Davos hat für jeden Anlass die passenden Räumlichkeiten. Vom regionalen Treffen über Workshops, Ausstellungen, gesellschaftliche oder kulturelle Anlässe bis hin zum «World Economic Forum».

[www.davoscongress.ch](http://www.davoscongress.ch)

Kursaal Interlaken

Die Tagungsräumlichkeiten im Kongresszentrum Kursaal Interlaken sind von den Hotels in wenigen Minuten zu Fuss erreichbar. Der kurze Spaziergang durch Interlaken ist jeweils eine willkommene Entspannung für die Teilnehmer nach einem arbeitsreichen Kongresstag.

[www.congress-interlaken.ch](http://www.congress-interlaken.ch)

Palazzo dei Congressi, Lugano



Das zentral gelegene Kongresszentrum grenzt einerseits an das Finanzzentrum und die Freizeiteinrichtungen, andererseits an den Parco Ciani und das Ufer des Luganersees. Das Kongressgebäude eignet sich perfekt für Events jeder Art.

[www.luganoconventions.com](http://www.luganoconventions.com)

Zentrum Paul Klee, Bern

Das Zentrum Paul Klee ist ein aussergewöhnlicher Veranstaltungsort in einem pulsierenden Kunst- und Kulturzentrum, der viel zu bieten hat. Der einzigartige Bau von Renzo Piano und die Kunstsammlung mit über 4000 Werken von Paul Klee bilden einen besonderen Rahmen für Tagungen mit hohen Ansprüchen.

[www.zpk.org](http://www.zpk.org)

Spezial Locations

Bierhübeli, Bern

Das Bierhübeli ist die Eventlocation in Bern schlechthin. Das geschichtsträchtige Haus war früher unter anderem eine Gastwirtschaft oder der Gründungsort einer politischen Partei. Aussen ehrwürdig, innen topmodern, ist das Bierhübeli das ideale Eventlokal mit Räumlichkeiten für jeden Anlass.

[www.bierhuebeli.ch](http://www.bierhuebeli.ch)

Chaplin's World, Vevey

Das Chaplin's World in Vevey bietet Eventorganisatoren drei verschiedene Veranstaltungsorte, die eine individuelle Stimmung inne haben: Das Herrenhaus Manoir de Ban, in dem Charlie Chaplin lebte, das Studio mit seinen Hollywoodkulissen oder das gemütliche Restaurant «The Tramp».

[www.chaplinsworld.com](http://www.chaplinsworld.com)

Isole di Brissago, Brissago

Die Brissago-Inseln, mitten auf dem Lago Maggiore, beherbergen nicht nur ein Geschichtsträchtiges Hotel mit diversen Seminarräumen. Auf der Insel befindet sich auch ein Botanischer Garten, in dem etwa 1700 Pflanzenarten aus der ganzen Welt wachsen.

[www.isolebrissago.ch](http://www.isolebrissago.ch)

Presswerk, Arbon

Die ehemalige Fabrikhalle ist bewusst im Industriecharme gehalten und bietet Platz für bis zu 500 Besucher. In der Industriehalle wurden dereinst Lastwagen und Autobusse hergestellt. Das Gebäude wird seit 2018 als Restauration und Eventlocation genutzt.

[www.presswerk-arbon.ch](http://www.presswerk-arbon.ch)

Tropenhaus, Frutigen



DE

about Travel  
8032 Zürich  
044 387 57 57  
abouttravel.ch

Medienart: Internet  
Medientyp: Fachpresse

Page Visits: 122'000

Auftrag: 1078634  
AEV (in Tsd. CHF): 0.3

Referenz: 75710186  
Ausschnitt Seite: 4/5

Lenkerhof

In Frutigen, am Fuss der Berner Hochalpen, liegt eine Eventlocation, bei der die Feier oder Tagung nach Wunsch zwischen exotischen Pflanzen in einem Glashaus stattfinden. Diese Location bietet einen Tropengarten und eine integrierte Fischzucht mit Kaviarproduktion. Es stehen aber auch Tagungsräume ausserhalb des Tropengartens zur Verfügung.

[www.tropenhaus-frutigen.ch](http://www.tropenhaus-frutigen.ch)

## Destinationen

### Basel

Basel ist die Schweizer Messestadt schlechthin. Neben vielfältigen Tagungsorten, bietet die Stadt am Rhein eine tolle Gastronomie und eine interessante Kultur, seien es Theater oder Museen.

[www.basel.com](http://www.basel.com)

### Lausanne

Lausanne bietet nicht nur eine wunderschöne Lage, neben dem Internationalen Olympischen Komitee haben diverse Kultureinrichtungen wie auch Hochschulen Sitz in Lausanne. Neben den traditionellen Tagungsorten kann man in Lausanne auch in Schlo ssern, Konzertsalen, Schiffen oder Museen tagen

[www.lausanne.ch](http://www.lausanne.ch)

### St. Gallen, Bodensee

St.Gallen liegt mitten in der pulsierenden Wirtschaftsregion, die sich von München über Stuttgart bis nach Mailand erstreckt. Charakteristisch für die Region St.GallenBodensee sind Transfers von weniger als einer Stunde. Ausserdem bietet die Region landschaftlich wie auch kulturell einige Besonderheiten.

[www.st.gallen-bodensee.ch/de/](http://www.st.gallen-bodensee.ch/de/)

### Tessin (Lugano/Locarno)

In der Sonnenstube der Schweiz gibt es sehr viele verschiedene Tagungsmöglichkeiten. Ausserdem ist die Region sehr gut erreichbar. Im Tessin herrscht mediterranes Klima und italienische Kultur, die sich mit Schweizer Qualität und Effizienz verbindet.

[www.meetings.ticino.ch](http://www.meetings.ticino.ch)

### Zermatt

Zermatt und der meistfotografierte Berg der Welt: Das autofreie Dorf ist nicht nur als Ferien- und Freizeitort bekannt, sondern ist auch die ideale Wahl für Betriebsausflüge, Incentive-Reisen, Tagungen, Teamevents und Teambildungs-Aktivitäten. Um Zermatt herum befinden sich 38 Viertausender und in Zermatt selber zahlreiche tolle Hotels und eine hochstehende Gastronomie.

[www.zermatt.ch](http://www.zermatt.ch)



DE

about Travel  
8032 Zürich  
044 387 57 57  
abouttravel.ch

Medienart: Internet  
Medientyp: Fachpresse  
Page Visits: 122'000

Auftrag: 1078634  
AEV (in Tsd. CHF): 0.3

Referenz: 75710186  
Ausschnitt Seite: 5/5

Lenkerhof

## Eventmoderator

### Patricia Boser

Patricia Boser erlangte als Kupplerin der Nation schweizweite Bekanntheit. Sie begann ihre Medienkarriere vor 30 Jahren bei Radio 24.

[www.patriciaboser.ch](http://www.patriciaboser.ch)

### Sven Epiney

Sven Epiney ist vor allem aus dem Fernsehen bekannt. Er moderiert aber auch Anlässe mit beeindruckender Professionalität und seiner sympathischen Art.

[www.svenepiney.ch/](http://www.svenepiney.ch/)

### Röbi Koller

Röbi Koller hat seine Medienkarriere ebenfalls bei Radio 24 begonnen. Zu nationaler Bekanntheit hat er es durch seine Auftritte im Schweizer Fernsehen, unter anderem in der Sendung Quer oder Happy Day erlangt.

[www.umwege.ch/](http://www.umwege.ch/)

### Christa Rigozzi

Christa Rigozzi einst Miss-Schweiz, fällt durch ihren markanten Tessiner Dialekt auf. Sie hat Medien- und Kommunikationswissenschaft an der Universität Fribourg und als Nebenfach Strafrecht und Kriminologie an der Universität Bern studiert. Sie moderiert unter anderem diverse Sendungen im Schweizer Fernsehen.

[www.christarigozzi.ch/](http://www.christarigozzi.ch/)

### Judith Wernli

Judith Wernli ist Radio- und Fernsehmoderatorin. Sie moderiert bei Radio SRF 3 die Sendung «SRF 3 punkt CH». Daneben ist sie selber als Event-Moderatorin sowie -Managerin tätig.

[www.judithwernli.ch/](http://www.judithwernli.ch/)



## Gemeindeversammlung Lenk

# Die Überbauungs-Ordnung Lenkerhof wurde gutgeheissen



Die geplante Erweiterung der bestehenden Hotelanlage soll durch Anbauten und drei kleinere Neubauten erfolgen.

**Der Einladung zur vierten Gemeindeversammlung im 2019 sind von 1676 Stimmberechtigten 124 (7,4 Prozent) gefolgt. Es lagen drei gewichtige Traktanden zur Genehmigung vor.**

Der Gemeindepräsident René Müller eröffnete am Dienstag, 3. Dezember, die Sitzung und erklärte nach der Wahl der Stimmenzähler die Gemeindeversammlung für beschlussfähig. Bei der Genehmigung der Traktanden meldete sich ein Stimmbürger mit einer Rüge. Die Überbauungs-Ordnung könne von der Gemeindeversammlung nur beschlossen werden. Für die Genehmigung sei der Kanton zuständig. Er rügte, die Informationsschrift und die offengelegten Unterlagen (auch die im Internet freigegebenen Unterlagen) seien nicht vollständig gewesen. Der Gemeindepräsident nahm die Rüge entgegen und behandelte sie unter Traktandum drei (Überbauungs-Ordnung Lenkerhof).

### Das Budget 2020

Roland Abbühl vertrat letztmals vor seiner Pensionierung das Budget der Gemeinde.

Mit einem Ertragsüberschuss im Gesamthaushalt von 37 000 Franken und einem ausgeglichenen allgemeinen Haushalt von 14,524 Millionen Franken (Wasserversorgung mit einem Ertragsüberschuss von 50 900 Franken, SF Abwasserentsorgung mit einem Aufwandüberschuss von 24 200 Franken, SF Abfall mit einem Ertragsüberschuss von 500 Franken, SF Feuer-

wehr mit einem Ertragsüberschuss von 9800 Franken) schlug der Gemeinderat vor, das Budget 2020 zu genehmigen und die bestehenden Steueranlagen für die Gemeindesteuer bei 1,94 Prozent sowie die Liegenschaftsteuer bei 1,5 Promille, beide wie bisher, zu belassen. Der Souverän folgte dem Vorschlag des Gemeinderates einstimmig.

### Betreuungsgutscheine bei der familienergänzenden Betreuung

Als vierte der betroffenen Gemeinden im Obersimmental/Saanenland hat der Gemeinderat das Reglement über die Betreuungsgutscheine im Bereich der familienergänzenden Betreuung zur Abstimmung gebracht. Gemeinderätin Marianne Messerli hatte das Reglement zusammengefasst und stellte es vor. Das bei der Gemeindeverwaltung aufgelegene Reglement wurde mit einer aus dem Plenum angeregten Ergänzung (Ergänzungsgutscheine werden für vorschulpflichtige Kinder im 1. und im 2. Kindergartenjahr ausgegeben) in der erweiterten Form vom Souverän einstimmig gutgeheissen.

### Überbauungsordnung Lenkerhof

Der Gemeindepräsident ging auf die eingangs erwähnte Rüge ein:

Der Lenkerhof steht vor einem, auch für die Gemeinde relevanten und für das erfolgreiche Weiterführen der Hotelanlage entscheidenden Weiter-Ausbau und hatte im 2018 das Projekt der Gemeinde öffentlich vorgestellt. Anschliessend lief das Mitwirkungsverfahren, bei dem sämtliche Unterlagen

während mehreren Monaten zur Einsicht aufgelegt waren. Nach dem Mitwirkungsverfahren lagen drei Einwände vor, die in positiven Gesprächen weitgehend geklärt werden konnten. Für die Baueingabe musste die Überbauungsordnung leicht korrigiert werden. Damit die Pläne nicht mit vielen Korrekturen und Änderungen dargestellt werden müssen, hat die Gemeinde mit dem Kanton beschlossen, eine definitive Fassung aufzulegen. Der Interpellant hielt daraufhin an der Rüge fest, stellte aber keinen Antrag. Die definitive Überbauungsordnung wurde danach vom Souverän bei einer Enthaltung gutgeheissen.

### Diverse Orientierungen

Gemeindepräsident René Müller orientierte über die Absicht, die Gemeindeverwaltung in die bestehende Post am Kronenplatz zu verlegen. Die Post wird in naher Zukunft die Paket- und Briefzustellung in Zweisimmen konzentrieren. Wie viel Post noch an der Lenk bleibt, wird die Post entscheiden. Die Initiative «Bestes Kulturland schützen» ist zustande gekommen. Die Vorbereitungen für die Abstimmung laufen. Die Abstimmung wird voraussichtlich am 5. Mai 2020 stattfinden.

Im Erlebnisbad Wallbach wurde Sophie Bernhard-Aellen in den Verwaltungsrat gewählt.

Auf den öffentlichen Parkplätzen mussten die Parkautomaten altershalber ersetzt werden. WALTER ZELLER



**Martin Nydegger**, Schweiz Tourismus, und **Stefan Grossniklaus**, Aspen Alpin Lifestyle Hotel in Grindelwald (v.l.).



**Claude Meier**, HotellerieSuisse, mit **Chris Rosser**, Hotel Schützen, Steffisburg, und **Hotel Krone**, Thun, **Anja Preiser**, Seehotel Hermitage, Luzern.

# Von Networking bis Zukunftsszenarien

## 10. Hotelmarketing-Tag

**Wann und wo** 27. November im «Park Hyatt» in Zürich

**Gäste** Rund 300 Vertreter/-innen aus Hotellerie und Tourismus

**Tagungsthema** «The art of being smart» mit Break-out-Sessions zu Datenmanagement und Co. sowie dem Key-note-Referat von Kevin Koidl, Trinity College Dublin, zum Einfluss der künstlichen Intelligenz auf die Business-Hotellerie.

**Highlight** Das gediegene Ambiente des 5-Sterne-Superior-Hotels Park Hyatt war für das Networking perfekt.

gsg/npa



mehr People-News unter [htr.ch/people-events](https://www.htr.ch/people-events)



**Jörg Arnold**, Widder Hotel und Hotel Storchen Zürich, **Chantal Cartier**, Schmid Pelli & Partner, **Sven Lehmann**, aja City Resort, Zürich (v.l.).



**Maxime Hops**, Lenkerhof Gourmet Spa Resort, Lenk, **Maria Coli**, Arosa Kulm Hotel, **Stefan Ludwig**, Gstaad Palace AG (v.l.).



Oben: HotellerieSuisse-Präsident **Andreas Züllig** (l.) im Gespräch mit Hotelmarketing-Tag-Moderator **Urs Gredig**. Unten: **Bettina Thaler** und **Martin von Moos**, beide Hotels Belvoir Rüslikon und Sedartis Thalwil.



**Lorenzo Pianezzi**, Hotel Zurigo Downtown, Lugano, **Learco Bernasconi**, Hotel Colorado, Lugano, **Hannah Zagrosek**, Sorell Hotels Switzerland, **John M. Rusterholz**, Marktgasse Hotel, Zürich, **Matthias Ramer**, Sorell Hotel Seidenhof, Zürich (v.l.).



Online-Ausgabe

Simmental Zeitung  
3770 Zweisimmen  
033/ 729 82 82  
simmentalzeitung.ch/

Medienart: Internet  
Medientyp: Tages- und Wochenpresse

Auftrag: 1078634  
AEV (in Tsd. CHF): 0.0

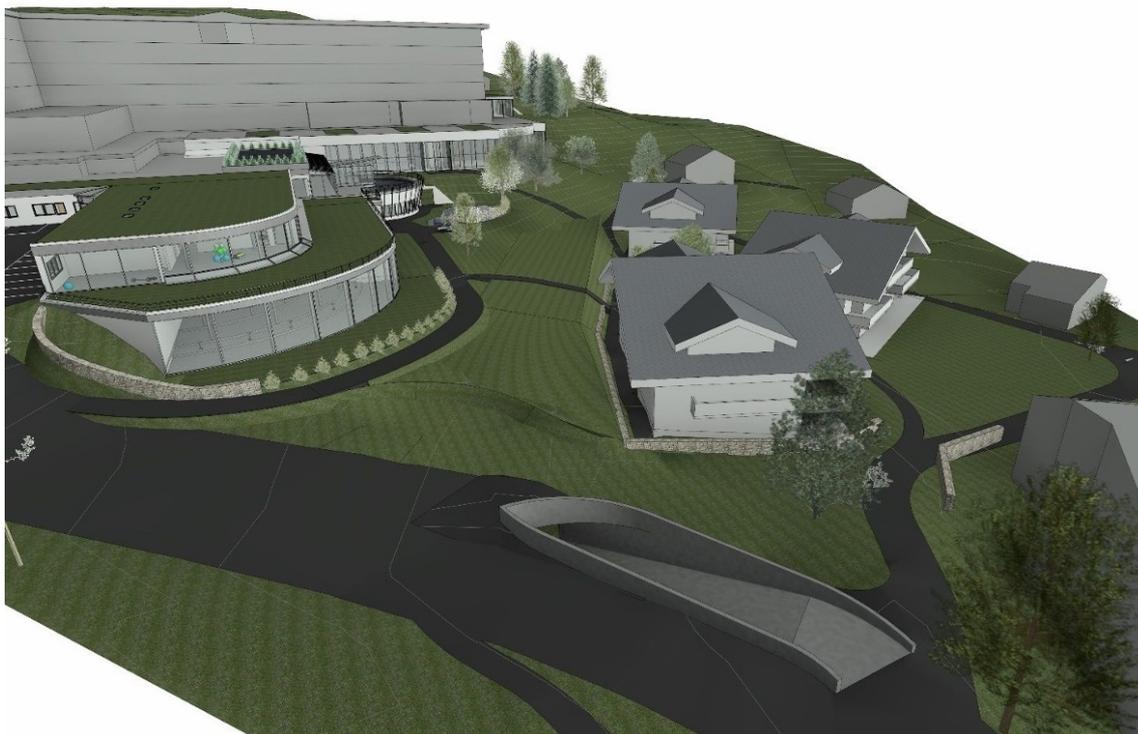
Referenz: 75758941  
Ausschnitt Seite: 1/2

Lenkerhof

Gemeindeversammlung Lenk

## Die Überbauungs-Ordnung Lenkerhof wurde gutgeheissen

Der Einladung zur vierten Gemeindeversammlung im 2019 sind von 1676 Stimmberechtigten 124 (7,4 Prozent) gefolgt. Es lagen drei gewichtige Traktanden zur Genehmigung vor.



Die geplante Erweiterung der bestehenden Hotelanlage soll durch Anbauten und drei kleinere Neubauten erfolgen.

Der Gemeindepräsident René Müller eröffnete am Dienstag, 3. Dezember die Sitzung und erklärte nach der Wahl der Stimmezähler die Gemeindeversammlung für beschlussfähig. Bei der Genehmigung der Traktanden meldete sich ein Stimmbürger mit einer Rüge. Die Überbauungs-Ordnung könne von der Gemeindeversammlung nur beschlossen werden. Für die Genehmigung sei der Kanton zuständig. Er rügte, dass die Informationsschrift und die offengelegten Unterlagen (auch die im Internet freigegebenen Unterlagen) nicht vollständig gewesen seien. Der Gemeindepräsident nahm die Rüge entgegen und behandelte sie unter Traktandum drei (Überbauungs-Ordnung Lenkerhof). Die Traktanden wurden genehmigt.

### Das Budget 2020

Roland Abbühl vertrat letztmals vor seiner Pensionierung das Budget der Gemeinde.

Mit einem Ertragsüberschuss im Gesamthaushalt von 37000 Franken und einem ausgeglichenen allgemeinen Haushalt von 14,524 Millionen Franken (Wasserversorgung mit einem Ertragsüberschuss von 50900 Franken, SF Abwasserentsorgung mit einem Aufwandüberschuss von 24200 Franken, SF Abfall mit einem Ertragsüberschuss von 500 Franken, SF Feuerwehr mit einem Ertragsüberschuss von 9800 Franken) schlug der Gemeinderat vor, das Budget 2020 zu genehmigen und die bestehenden Steueranlagen für die Gemeindesteuer bei 1,94 Prozent sowie



die Liegenschaftssteuer bei 1,5 Promille, beide wie bisher, zu belassen. Der Souverän folgte dem Vorschlag des Gemeinderates einstimmig.

## Betreuungsgutscheine bei der familienergänzenden Betreuung

Als vierte der betroffenen Gemeinden im Obersimmental/Saanenland hat der Gemeinderat das Reglement über die Betreuungsgutscheine im Bereich der familienergänzenden Betreuung zur Abstimmung gebracht. Gemeinderätin Marianne Messerli hatte das Reglement zusammengefasst und stellte es vor. Das bei der Gemeindeverwaltung aufgelegene Reglement wurde mit einer aus dem Plenum angeregten Ergänzung (Ergänzungsgutscheine werden für vorschulpflichtige Kinder im 1. und im 2. Kindergartenjahr ausgegeben) in der erweiterten Form vom Souverän einstimmig gutgeheissen.

## Überbauungsordnung Lenkerhof

Der Gemeindepräsident ging auf die eingangs erwähnte Rüge ein:

Der Lenkerhof steht vor einem, auch für die Gemeinde relevanten und für das erfolgreiche Weiterführen der Hotelanlage entscheidenden Weiter-Ausbau und hat im 2018 das Projekt der Gemeinde öffentlich vorgestellt. Anschliessend lief das Mitwirkungsverfahren, bei dem sämtliche Unterlagen während mehreren Monaten zur Einsicht aufgelegt haben. Nach dem Mitwirkungsverfahren lagen drei Einwände vor, die in positiven Gesprächen weitgehend geklärt werden konnten. Für die Baueingabe musste die Überbauungsordnung leicht korrigiert werden. Damit die Pläne nicht mit vielen Korrekturen und Änderungen dargestellt werden müssen, hat die Gemeinde mit dem Kanton beschlossen, eine definitive Fassung aufzulegen. Der Interpellant hielt daraufhin an der Rüge fest, stellte aber keinen Antrag. Die definitive Überbauungsordnung wurde danach vom Souverän bei einer Enthaltung gutgeheissen.

## Diverse Orientierungen

Der Gemeindepräsident orientierte über die Absicht, die Gemeindeverwaltung in die bestehende Post am Kronenplatz zu verlegen. Die Post wird in naher Zukunft die Paket- und Briefzustellung in Zweisimmen konzentrieren. Wie viel Post noch an der Lenk bleibt, wird die Post entscheiden.

Die Initiative «Bestes Kulturland schützen» ist zustande gekommen. Die Vorbereitungen für die Abstimmung laufen. Die Abstimmung wird voraussichtlich am 5. Mai 2020 stattfinden.

Im Erlebnisbad Wallbach wurde Sophie Bernhard-Aellen in den Verwaltungsrat gewählt.

Auf den öffentlichen Parkplätzen mussten die Parkautomaten altershalber ersetzt werden.

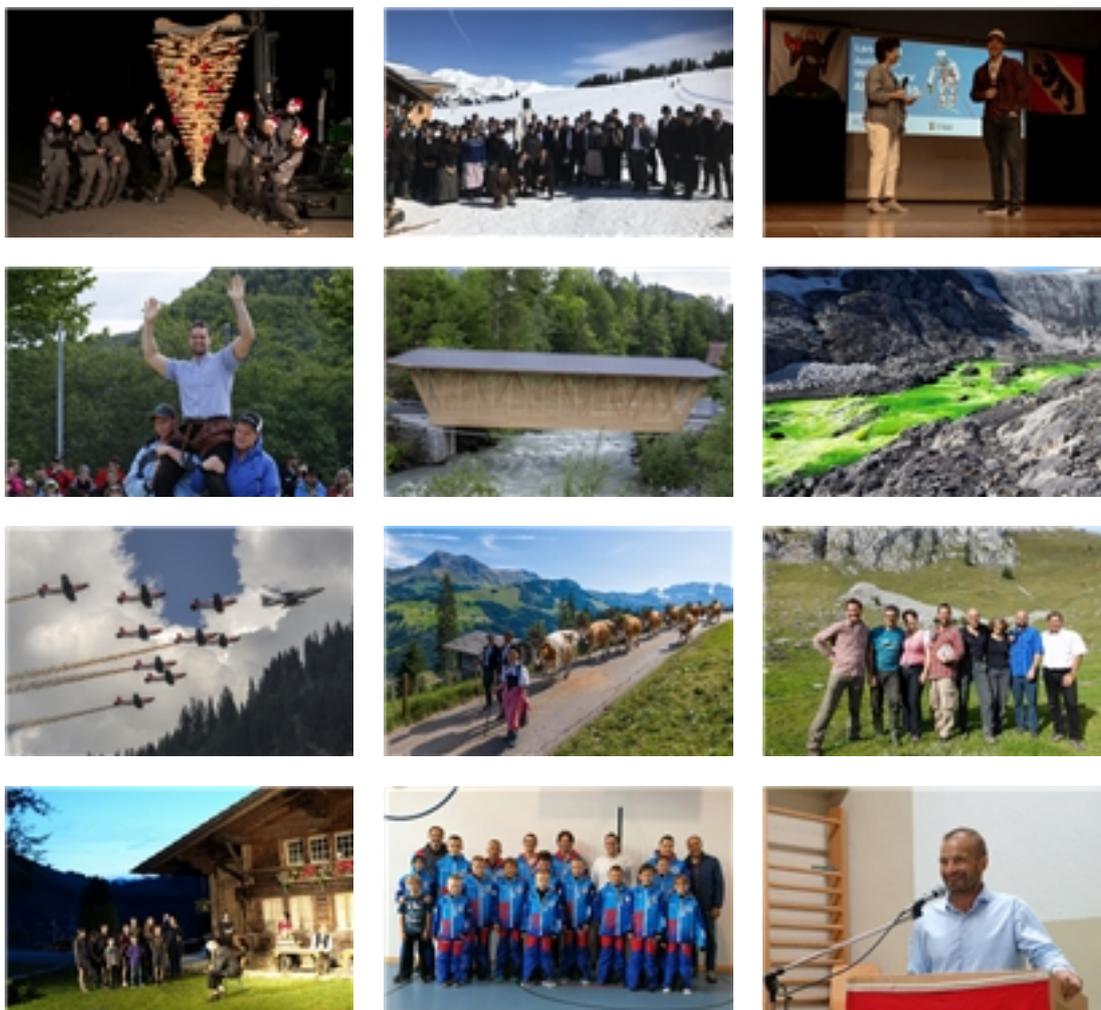
Erstellt am: 13.12.2019



## Rückblick auf das vergangene Jahr – 2019 im Zeitraffer

Geht es Ihnen auch so, dass Sie sich manchmal fragen, wo das vergangene Jahr nur geblieben ist? Beim Zusammenstellen des vorliegenden Rückblicks konnte ich das Jahr 2019 nochmals Revue passieren lassen und war einmal mehr über die Vielfalt der Geschehnisse im zu Ende gehenden Jahr erstaunt.

### Rückblick auf das Jahr 2019



/



Der Holz-Weihnachtsbaum, vom Schläppi-Team kopfüber festlich und fröhlich in Szene gesetzt.



Das 1. Holzskirennen am Lenker Haslerberg ist ein voller Erfolg: Der 81-jährige Werner Imdorf fährt den jungen



## Nostalgikern um die Ohren.



Abfahrts-Juniorenweltmeister Lars Rösti wurde von seiner Heimatgemeinde St. Stephan geehrt.



Web Ansicht



Auftrag: 1078634  
AEV (in Tsd. CHF): 0.0

Referenz: 75882018  
Ausschnitt Seite: 4/13

Lenkerhof



© Barbara Loosli Kilian Wenger auf den Schultern seiner Zwillingenbrüder Ruedi und Marcel.



Das Design der neuen Weissenburgbrücke wurde der heutigen Zeit angepasst.

@

Web Ansicht

PR EXPERTISE IN TOURISM

primcom



© Walter Zeller Der grün eingefärbte Trübbach beim Gletschertor.



© Walter Zeller Der «Papyrus»-Hunter führt das PC-7 Team über St. Stephan an.



Web Ansicht



Auftrag: 1078634  
AEV (in Tsd. CHF): 0.0

Referenz: 75882018  
Ausschnitt Seite: 6/13

Lenkerhof



Die traditionelle Alpabfahrt in St. Stephan.



Auf der Oberstockenalp wurde die Höhlenraclette-Tour mit Trauffer abgeschlossen: Jürg Kriech, Werner und Vreni



Web Ansicht

primcom

PR  
EXPERTISE  
IN TOURISM

Auftrag: 1078634  
AEV (in Tsd. CHF): 0.0

Referenz: 75882018  
Ausschnitt Seite: 7/13

Lenkerhof

Bühler, Marc A. Trauffer, Geri und Simone Amacher, Dominik Hänni und Stefan Schmid.



«Aberot» heisst das Freilicht-Theaterstück, welches von der Theatergruppe Schattsitekomedi Diemtigtal auf dem Heimwesen des Autors und Schauspielers Manfred Stucki vor einem begeisterten Publikum mehrmals aufgeführt wird.



Web Ansicht



Die neu eingekleidete JO Erlenbach mit den Vertretern der fünf Sponsoren.



Nationalrat Andy Gafner zeigte sich an der Wahlfeier in seiner Heimatgemeinde Oberwil erfreut.



Gerne überlasse ich Ihnen nachfolgend eine kleine Auswahl an Ereignissen, die das Jahr 2019 im Simmental und Diemtigtal mitgeprägt und spannend gemacht haben und wünsche Ihnen dazu viel Lesevergnügen.

## Der Monat Januar 2019

Vom 2. bis 8. Januar findet das alljährliche und grösste J+S-Schneesportlager der Schweiz an der Lenk mit 600 Jugendlichen und 1500 freiwilligen Helfenden erfolgreich statt.

Nach über 20 Jahren als Mitgründer und Skischulleiter bei der Lenker Skischule Adrenalin übergibt Peter Kammacher das Zepter in die Hände von Björn Thoma und Tristan Mathys.

Das Schreinerteam von Schläppi Innenausbau hat die kreativste Idee: Das Bild ihres kopfüber aufgehängten Holz-Weihnachtsbaums überzeugt die Jury des Fotowettbewerbs, an dem mehrere hundert Betriebe aus der ganzen Schweiz teilnahmen.

Der Abendgottesdienst vom 30. Dezember 2018 in der Kirche St. Stephan ist der letzte im zu Ende gehenden Jahr und der letzte von Pfarrer Peter Ryser, der Ende Januar 2019 offiziell in Pension geht.

Für den ESC Zweisimmen Rinderberg verlaufen die Eisstock-Schweizermeisterschaften sehr erfolgreich. Madlaina Caviezel gewinnt den Schweizermeisterinnen-Titel. Klemens Buchs erreicht bei den Junioren ebenfalls den ersten Rang, gefolgt von seiner Schwester Svenja. Und die erste Mannschaft kann mit der Bronzemedaille nach Hause gehen.

Im Rahmen seiner KombiNation-Tour besucht Marco Bliggensdorfer, besser bekannt unter seinem Künstlernamen Bligg, Zweisimmen und schliesst am 26. Januar mit einem grossartigen Gig seine Konzerttournee ab. Inmitten der 1300 Besuchern in der neuen Simmental Arena ist auch Schwingerkönig Kilian Wenger als Bliggs Ehrengast.

An den Schweizermeisterschaften in Hasliberg wird Matthias Grünenwald Slalom-Vizeschweizermeister U21.

Spürhund Aric findet in Latterbach einen Autoschlüssel nach wenigen Minuten, nachdem die Besitzerin stundenlang gesucht hatte. Dies ist nicht sein erster Erfolg.

Zum Start ins neue Jahr gibt es in Wimmis neben dem Brauchtum der «Hudlete u Pööglete» auch noch die «Gspängschtli-Suche» im Schloss Wimmis, welche durch die Fachkommission Jugendarbeit und den Elternverein organisiert wird.

## Der Monat Februar 2019

«Bauprojekte ausserhalb der Bauzone» lösten im Regierungsrat Kontroversität aus. Grossrat Knutti organisiert eine Besichtigung an Ort und Stelle im Simmental. Regierungsrätin Evi Allemann und Regierungstatthalterin Ariane Notaris sehen sich die betroffenen Bauprojekte zusammen mit zahlreichen Grossräten vor Ort an.

Die 1. Mannschaft des EHC Lenk-Zweisimmen verabschiedet sich mit lauter Siegen aus der 4. in die 3. Liga.

Das Simmental darf stolz auf seine erfolgreichen alpinen Speed-Spezialisten sein: Lars Rösti aus St. Stephan gewinnt den Junioren-Weltmeistertitel in der Abfahrt und die Lenkerin Joana Hählen wird zweite in der Weltcup-Abfahrt in Crans-Montana. Aufgrund der fehlerhaften Zeitmessung gab die FIS drei Tage danach Änderungen im Schlussklassement bekannt. Joana Hählen rutscht auf Rang vier ab.



Der Landfrauenverein Lenk feiert an der Hauptversammlung sein 50-Jahr- Jubiläum mit einem Raclette- und öffentlichem Unterhaltungsabend.

Der neu gewählte Oberwiler Gemeindeverwalter Nils Fiechter polarisiert: Der «Blick» berichtet in einem Artikel über seine angebliche Rassendiskriminierung. Der Verein Roma und Sinti reichte wegen einem Plakat Klage gegen ihn ein. Erstinstanzlich wurde darauf eine bedingte Geldstrafe ausgesprochen.

Am 17. Februar kann gegen 14 Uhr am Stockhorn ein beeindruckender Lawinenabgang aus nächster Nähe beobachtet werden.

Im Diemtigtal wird am Meniggrat bei Zwischenflüh ein Mann von den Rettungskräften nur noch tot aus einer Lawine geborgen.

Der Monat März 2019

Mit einheimischer Kost und «glanzvollem Neuem» aus der ganzen Welt füllen «Oesch's die Dritten» die Mehrzweckhalle Lenk. Ihr Auftritt wird mit einer «Standing Ovation» gefeiert.

Die Simmentaler Braumanufaktur wird zur beliebtesten Kleinbrauerei der Schweiz gewählt.

Nach 85 Jahren verabschiedet sich das Chörli Blankenburg und seine Theaterleute feierlich und mit etwas Wehmut mit einem Liederkonzert und mit viel Herzblut gespielten Theater.

Der Därstettner Gil Martin wird auf dem Hoch-Ybrig zum zweiten Mal Junioren-Schweizermeister im Skicross.

Letzte Entscheidung im Abfahrts-Europacup im italienischen Sella Nevea: Der Diemtigtaler Nils Mani gewinnt den Abfahrts-Europacup in Abwesenheit und Lars Rösti aus St. Stephan holt am Weltcupfinale mit dem 15. Rang seine ersten Weltcuppunkte.

Bei den Jugendschweizermeisterschaften U16 im Slalom macht der Nidersimmentaler Livio Hiltbrand mit dem zweiten Rang den Sack zu und sichert sich vorzeitig den Gesamtsieg im Swisscom Jugend Cup.

Die neue Wärmezentrale im Burgholz ist ein Meilenstein in Richtung erneuerbarer Energie. Sie wird diverse Betriebe und die neue Naturparkkäserei als Hauptwärmebezügler (mehr als 80 Prozent) mit Energie beliefern.

Der Monat April 2019

Der Viehzuchtverein Matten (VZV) feiert anlässlich der Jubiläumsschau sein 100-jähriges Bestehen. 18 Gründungsmitglieder hatten die VZG Matten im Jahre 1919 ins Leben gerufen.

An der Wimmiser Landsgemeinde vom 30. April treffen sich 180 Behördenvertreter aus dem ganzen Kanton Bern und beschliessen, sich mit einer Resolution für den Erhalt der Gemeindevielfalt einzusetzen.

Der Monat Mai 2019

Die Frauenjodlergruppe Echo vom Flösch organisiert zu ihrem 20-Jahr-Jubiläum an der Lenk das tÄlerübergreifende Jodlertreffen Obersimmental-Saananland-Pays-d'Enhaut mit einem eindrücklichen Fest.

Mit Regierungsrat Christoph Ammann und weiterer Politprominenz eröffnen an der Lenk am 24. Mai 66 Gewerbebetriebe zum Thema «ZeitFenster» eine rege besuchte Gewerbeausstellung.



Vom Berner Jurassischen Schwingfest in Péry holt Kilian Wenger den Festsieg. Mit Peter Beer und Patrick Gobeli holen zwei weitere Simmentaler Kränze ab.

Die neue Holzbrücke in Weissenburg wird am 29. Mai mit einem Einweihungsfest offiziell wieder eröffnet.

Mit einem grossen Hockeyfest für Jung und Alt feiert der EHC Lenk-Zweisimmen sein 50-jähriges Bestehen in der Simmental Arena.

Der Monat Juni 2019

Eine Alphütte auf dem Lenker Rezliberg brennt vollständig nieder.

Die Mobiliar unterstützt die Notmassnahmen am Favergesee mit 130 000 Franken und übergibt der Gemeinde und der Schwellenkorporation einen Check. Auch der Kanton beteiligt sich mit 740 000 Franken am Entlastungskanal im Gletscher Plaine Morte.

Das 2. Mittelalter-Fest findet während drei Tagen bei der Burg Mannenberg in Zweisimmen statt.

Während 43 Jahren hat Ursula Gerber in Boltigen ihre Schüler/-innen immer wieder mit kreativen Ideen überrascht. Sie wird gebührend verabschiedet.

Der Monat Juli 2019

Der Favergesee entleert sich langsam, doch die Ausbruchgefahr ist noch nicht gebannt. Eine Färbung des Gletscherwassers soll zeigen, wo genau das Wasser durchfliesst.

Die «Bilanz» kürt Lenkerhof-Küchenchef Stefan Lünse zum Hotelkoch des Jahres.

Ein BLS-Zug entgleist im Simmental zwischen Weissenbach und Grubenwald wegen Steinen im Bereich der Geleise. Verletzt wird niemand.

Susi und Kari Meinen aus Boltigen gewinnen die Mixed-Staffel am 16. Stockhorn-Halbmarathon.

Bereits zum 50. Mal seit 1969 präsentieren in der «Diemtigstube» Kunstschaffende aus der Region ihre Werke.

Die Wimmiser Chirschmuesete gibt es – soweit bekannt – nicht noch einmal in der Schweiz. Vermutlich nicht noch einmal in Europa – das Chirschmues, die regionale, lokale Spezialität.

Der Monat August 2019

Pilotprojekt der Maternité Alpine: Der erste geplante Kaiserschnitt wird im Spital Zweisimmen erfolgreich durchgeführt.

Donner- und Blitzgewitter und peitschende Winde, so präsentierte die Natur ihre gewaltige Kraft im Obersimmental. Mehrere Tannen werden entwurzelt und gefällt. Das Grill-Häuschen auf dem Mannenberg, die Bahnstrecke Spiez-Zweisimmen sowie mehrere Rinder sind betroffen.

Am letzten August-Wochenende veranstalten viele Schweizer Feuerwehren einen Tag der offenen Tür. Auch die Simmentaler Feuerwehren laden die Bevölkerung ein, ihre Magazine zu besichtigen, Fragen zu stellen und Übungen



zu beobachten. So auch die Feuerwehren der Gemeinden Boltigen, Zweisimmen und Lenk.

Am traditionellen 85. Mannenberg-Schiessen erzielen die jüngsten Oberwiler Schützinnen und Schützen mit 214 Punkten ein Glanzresultat. Zweisimmens «Ehemalige» ist das Siegerteam aller über 60 Gruppen.

8,6 Meter hoch springt der Strahl des «Jet d'Eau», der einst zum Thermal- und Kurbad Weissenburg gehörte und rund zwei Jahrhunderte lang die Gäste verzauberte. Seit zwei Monaten ist er wieder in Betrieb.

Am 75. Springenboden-Schiessen erfreuen sonniges Jubiläumswetter und gute Bedingungen die 485 Schützinnen und Schützen. Über 300 erzielen den begehrten Kranz.

Ein wunderschöner Herbstmorgen krönt am 31. August das Fest zum 25-jährigen Huntervereins-Jubiläum. Präsident Beat Radelfinger wird würdig verabschiedet. Aktuell verfügt der Hunterverein Obersimmental weder über einen Präsidenten noch über einen Vizepräsidenten.

Am Eidgenössischen Schwing- und Älplerfest in Zug wird Christian Stucki der vierte Berner Schwingerkönig in Folge. Der Diemtigtaler Schwingerkönig 2010, Kilian Wenger, zeigt einen starken Wettkampf und holt seinen vierten eidgenössischen Kranz.

Seit 40 Jahren gibt es das Alpen-Trial Grimmelalp im Diemtigtal. Zum Jubiläum gibt es am Samstag den Internationalen Oldtimer Trial, am Sonntag den gewohnten MotoTrial FMS und den SAM-Meisterschaftslauf für alle Fahrer mit oder ohne Lizenz.

## Der September 2019

Jean-Marc Cottier aus Blankenburg krönt sich in Thun zum Schweizermeister im Sturmgewehr 90 liegend.

Am 11. September wird das Obersimmental von schnellen Jägern besucht: Erstmals in der Geschichte des Flugplatzes St. Stephan machen sechs F/A-18 übungshalber einen Zwischenhalt. Die geräuschvollen Starts ziehen viele Zaungäste an.

An der 21. Berner Alpkäse-Meisterschaft der CasAlp in Saanen dürfen Annemarie und Andreas Brügger aus Erlenbach in der Kategorie Mutschli den ersten Preis in Empfang nehmen.

Rund 80 Pilotinnen nehmen am ersten Gleitschirmanlass für Frauen im Obersimmental teil.

Diverse SVP-Sektionen feiern heuer ihr 100-jähriges Jubiläum; nach Wimmis auch der SVP-Verband Oberwil, Därstetten-Weissenburg, Erlenbach und Diemtigen. Die Gäste Oskar Freysinger, Werner Salzmann und Albert Rösti überzeugen das Publikum mit ihren Reden.

## Der Oktober 2019

Der in Gstaad wohnhafte Künstler Oskar Buchs, der in Matten/St. Stephan aufgewachsen ist, stirbt am 1. Oktober im Alter von 94 Jahren nach langem Leben und reichem Schaffen.

Die Viehzuchtgenossenschaft Lenk 5 feiert ihr 75-jähriges Bestehen. Höhepunkt ist der öffentliche Züchterabend.

Die besten Käse kommen aus dem Simmental: Zum ersten Mal in der Geschichte der OLMA holen Vreni und Kurt Schletti aus der Lenk sowohl in der Kategorie Berner Alp- als auch beim Hobelkäse AOP den ersten Preis.



An der a.o. Generalversammlung der Lenk Bergbahnen wird der Baukredit über 13 Millionen Franken für mehr Schnee am Betelberg von 454 Stimmberechtigten mit einer Ablehnung und einer Enthaltung bewilligt.

Die HWR (vormals Holzwerke Rieder AG) stellt mit einem Tag der offenen Tür ihren Betrieb der Öffentlichkeit vor. Der über 120-jährige Betrieb mit aktuell über 63 Mitarbeitenden zeigt, dass er sich in der digitalen Welt zurechtfindet und sich den Herausforderungen mit Erfolg stellt.

Die Gemeinden des Simmentals und Saanenlands gründen in der Simmental Arena in Anwesenheit von Regierungsrat Pierre-Alain Schnegg die Aktiengesellschaft «Gesundheit Simme Saane AG» (GSS AG).

A.o. Gemeindeversammlung in Boltigen: Der Landwirtschaftsbetrieb Sommerau wird an Familie Daniel und Nicole Eschler verkauft.

Bei den eidgenössischen Wahlen schafft Andy Gafner (EDU) mit 13885 Stimmen als zweiter Oberwiler nach Richard Bäumlín die Wahl in den Nationalrat.

Unter dem Motto «Der Schlüssel zum Erfolg» feiert der KMU Diemtigtal sein 50-jähriges Bestehen mit einer Gewerbeausstellung. Rund 3000 Besucher kommen, sehen und staunen.

In Zweisimmen schliessen sich vier Viehzuchtgenossenschaften zum neuen Viehzuchtverein Zweisimmen zusammen und führen gemeinsam eine eindruckliche Gründungsschau durch.

Die Urmilch kommt aus der Region und wird in der neu eröffneten Naturparkkäserei Diemtigtal abgefüllt.

## Der Monat November 2019

Das Lenker Altersheim Senevita Halten lädt zum 30-Jahre-Jubiläum ein und stellt der Öffentlichkeit die drei neu erstellten Alterswohnungen im Rahmen «Betreutes Wohnen» vor.

Anstelle des demissionierenden Ernst Hodel wird Beatrice Zeller zur neuen Gemeinderatspräsidentin von Zweisimmen gewählt. Der unterlegene Kandidat Hans-Jörg Pfister legt nachträglich eine Wahlbeschwerde beim Regierungsstatthalteramt ein.

Am Jubiläumskonzert zu «25 Jahre Zweisimmen Jazz» verzaubert das weltbekannte Trio «Mare Nostrum» das Zweisimmer Publikum.

Die Generalversammlung der Skilift Rossberg AG beschliesst eine Aktienkapitalerhöhung und kauft eine neue Pistenmaschine.

An der Gemeindeversammlung Diemtigen wird Marcel Klossner in stiller Wahl als Nachfolger von Martin Wiedmer zum neuen Gemeinderatspräsidenten eingesetzt.

## Der Dezember 2019

Beim Legislaturauftritt des eidgenössischen Parlaments startet der 48-jährige Oberwiler Andy Gafner seine politische Arbeit im Nationalrat und auf dem eidgenössischen Politparkett in Bern.

Erstellt am: 30.12.2019