스위스다운 파노라마가 펼쳐지는 최고의 가을 하이킹.

올 가을, 꼭 한 번 걸어야 할 하이킹 트레일

다시, 자연의 품으로
지구 한 바퀴 반을 걸을 수 있는 하이킹의 천국, 스위스
괴테의 말, 발을 디딘 곳만이 진짜로 가본 곳이다
자연에서 '단순한 삶'에 대해 배우는 잊지 못할 마법같은 순간
알프스 고개 넘고, 어여쁜 마을 지나고
알프스 능선 코스 아찔하게 가로 지르고 포도밭 사이사이 거닐고
증기 유람선 탄 뒤, 로마시대부터 이어진 무역길 걷고

하이킹은 스위스사람들이 제일 좋아하는 스포츠다. 세계의 많은 여행자들도 하이킹을 위해 스위스를 찾고 있다. 스위스정부관광청은 2019 년 여름, '다시, 자연의 품으로.'라는 주제하에 '하이킹' 캠페인을 론칭했다. 스위스정부관광청은 우리나라 여행자들이 보다 쉽고 편리하게 스위스에서 하이킹을 체험할 수 있도록 다양한 난이도와 코스를 지속적으로 소개할 예정이다.

스위스를 하이킹의 천국으로 만들어 주는 이유는 다양하다.
먼저, 4000m 급 알프스 봉우리부터 초록의 구릉지대까지, 정겨운 호반 산책로부터 고요한 산골짜기 너머 파노라마가 펼쳐지는 산 정상까지. 자연과 산은 스위스 하이킹을 최고로 만들어 주는 이유다. 다채로운 풍경과 체험은 스위스에서의 하이킹을 더욱 특별하게 만들어 주고 있다.

스위스 전체에 촘촘하게 펼쳐진 하이킹 트레일을 이어보면 총 64,000km 가 넘는데, 이는 지구 한 바퀴 반을 걷는 것과 같은 거리이자, 세계에서 가장 높은 밀도다. 이 트레일 코스를 걷다 보면 스위스 구석구석을 돌아보는 것이 가능하다. 또한 모든 트레일에는 통일된 방식의 50,000 여개의 이정표가 부착되어 있으며, 정기적으로 꼼꼼하게 점검, 관리되고 있다.

스위스정부관광청은 올 가을, 한국인들이 여행 중 하나쯤 골라서 걸어볼 만한 하이킹 트레일 중, 가장 스위스다운 풍경을 선사하는 코스를 선정하여 알려나갈 예정이다. 그 중, 다음 하이킹 트레일을 먼저 소개한다.

1. 엥겔베르그(Engelberg) 계곡 깊숙한 하이킹
루트 엥겔베르그(Engelberg) - 엥겔베르그(Engelberg)

엥겔베르그 계곡 거의 끝자락, 주레넨 고개(Surenen Pass)에 닿기 직전 퓌렌알프(Fürenalp)가 나온다. 이 곳의 기괴한 암석 형성 지대는 이 지형의 이례적인 아름다움에 한 몫을 한다. 웅장한 봉우리들이 주변을 에워싸고, 그 뒤로 깎아지른 듯한 티틀리스(Titlis) 산맥의 암벽이펼쳐진다.

이 산악 하이킹 코스는 수도원으로 유명한 마을, 엥겔베르그에서 시작된다. 첫 몇 킬로미터 구간은 알파인 패스(Alpine Pass Route) 트레일을 따라 주레넨 고개로 향한다. 여기에 있는 계곡 역에서 케이블카를 타고 목초지가 펼쳐진 퓌렌알프로 오르게 된다. 아름다운 파노라마 트레일이 슈태우버(Stäuber)로 이어지는데, 그 곳에서 다시 알파인 패스 트레일과 만나게 된다. 하이킹의 터닝 포인트가 되어 주는 지점으로, 계속 내리막이 이어지게 된다. 슈태펠리(Stäfeli) 근교의 알프스 산장을

Switzerland Tourism
13Fl.,Dongbu Dadong Bldg.,Da-Dong, Jung-Gu, Seoul, Rep.of Korea, Telephone +82 (0)2 3789 3200 Fax +82 2 3789 3255,
www.MySwitzerland.com It is our pleasure to help plan your holiday.

지난 뒤, 알펜뢰슬리(Alpenrösli)에 닿게 되고, 퓌렌알프 케이블카 계곡 역으로 다시 돌아오게 된다. 한 시간 정도 하이킹을 이어가면 엥겔베르그 마을에 도착한다.

허기를 달랠 수 있는 곳은 엥겔베르그, 퓌렌알프, 슈태펠리, 알펜뢰슬리에 위치한다.

기술 정보

출발지	엥겔베르그(Engelberg)
목적지	엥겔베르그(Engelberg)
고도에 따른 분류 - 방향	알프스, 왕복 여정
고도(해발)	1850 m
오르막	875 m
내리막	875 m
거리	20 km
소요시간	6 시간 40 분
난이도	보통
체력 수준	어려움
시즌	6 월 - 10 월
테마	파노라마 뷰, 알프스에서, 물가를 따라

2. 취리히의 파노라마 트레일

루트 위에틀리베르그(Üetliberg) – 아들리스빌(Adliswil)

정기 기차편이 자주 운행되는 위에틀리베르그(Üetliberg) 철도로 취리히의 뒷동산 정상(해발고도 871m)에 오를 수 있다. 기차로 정상에 오른 뒤 이어지는 고지대 하이킹 트레일은 가족 단위에게도 안성맞춤이다. 펠젠에그(Felsenegg)에 있는 레스토랑 테라스에 앉아 여유로운 시간을 보내기도 좋고, 곤돌라를 타고 아들리스빌(Adliswil)까지 내려온 뒤, 에스반(S-Bahn) 기차를 타고 취리히까지 되돌아오기 편하다.

플라넷 트레일(Planet Trail)이라 불리는 마법같은 능션 코스는 단 2 시간 만에 기막힌 파노라마를 감상하며 태양계를 돌아볼 수 있다. 취리히의 뒷동산, 위에틀리베르그는 취리히 중앙역에서 기차로 찾아갈 수 있는데, 1875 년부터 운행된 기차로 취리히 사람들이 “위에츠기(Üezgi)”라고 부르던 위에틀리베르그 정상까지 당일 여행자들과 햇살 맞이를 하고자 하는 이들을 편리하게 안내해 오고 있다.

기차가 운행되기 25 년 전부터 게스트하우스이자 스파 리조트로 운영되어 오던 건물이 지금은 스타일리쉬한 호텔로 기막힌 뷰를 선사하고 있다. 이 “우토 쿨름(Uto Kulm)’ 호텔에는 고소공포증 걱정 없이 72m 의 전망대 탑에 오를 수 있는데, 취리히 구시가지와 호수, 알프스의 절경이 드넓게 펼쳐진다.

그만큼 아름다운 풍경을 짧은 고지대 하이킹 트레일을 따라가며 즐길 수 있는데, 스위스 최초이자 유일한 자연 모험 공원인 취리히-질발트 빌더니스 파크(Zurich-Sihlwald Wilderness Park) 근교의 펠젠에그(Felsenegg)까지 이어진다. 레저 하이킹과 가족단위 여행자, 방문자 모두 자연 환경과 공원 관리에 대한 상세한 이야기를 들려 줄 수 있는 레인저들을 만나볼 수 있다.

Switzerland Tourism
13Fl.,Dongbu Dadong Bldg.,Da-Dong, Jung-Gu, Seoul, Rep.of Korea, Telephone +82 (0)2 3789 3200 Fax +82 2 3789 3255,
www.MySwitzerland.com It is our pleasure to help plan your holiday.

기술 정보

출발지	위에틀리베르그(Üetliberg)
목적지	아들리스빌(Adliswil)
방향	일방
고도(해발)	870 m
오르막	204 m
내리막	233 m
거리	6 km
소요시간	1 시간 40 분
난이도	쉬움
체력 수준	쉬움
시즌	3 월 - 11 월
테마	파노라마 뷰
카테고리	하이킹, 자연
이정표	양방향 이정표 설치
적정 어린이 연령	6~9 세, 10~13 세, 14 세 이상

3. 슈토오스(Stoos)의 능선코스, 그라트베그(Gratweg)

루트 클링엔슈톡(Klingenstock) – 프론알프슈톡(Fronalpstock)

오른쪽으로는 두 개의 미텐(Mythen) 산 봉우리가, 왼쪽으로는 먼저 리멘슈탈덴(Riemenstalden) 계곡이 그 뒤로 우리(Uri) 호수가 펼쳐지는 완벽한 파노라마다. 체어리프트를 타고 클링엔슈톡(Klingenstock)에 오른 뒤, 파노라마 능선을 따라 프론알프슈톡(Fronalpstock)까지 이어지는 코스는 산장에서 쉬어갈 때도 기막힌 절경을 선사한다. 체어리프트를 타고 슈토오스(Stoos) 마을로 다시 내려갈 수 있다.

클링엔슈톡에서 트레일은 서쪽으로 향하며 로트 투름(Rot Turm)과 놀렌(Nollen)으로 이어진다. 여기에서 후저슈톡(Huserstock)으로 오를 수도 있고, 대신 푸르그겔리(Furggeli)로 바로 내려갈 수도 있다. 곳곳에 바위 표면을 깎고 사슬로 정비한 산길을 만들어 두었기 때문에 하이킹 시 안전하게 이용할 수 있다. 두 다리가 안정적이고 고소공포증에서 자유로운 사람만이 이 코스를 이어갈 수 있다. 프론알프슈톡 정상에 오르기 위한 마지막 출발지점은 푸르겔리(Furggeli) 산장에서다. 체어리프트 이용 시간을 꼭 확인하도록 한다.

기술 정보

출발지	슈토오스의 클링엔슈톡(Klingenstock)
목적지	슈토오스의 프론알프슈톡(Fronalpstock)
오르막	380 m
내리막	400 m
거리	4 km
소요시간	1 시간 50 분
되돌아 갈 때 소요 시간	1 시간 50 분
난이도	보통
체력 수준	쉬움

시즌	6 월 - 10 월
테마	파노라마 뷰, 산 정상에서
이정표	양방향 이정표 설치
자세한 정보	https://www.schweizmobil.ch/en/wanderland/route827...

4. 루체른(Luzern)의 비아고타르도(ViaGottardo)
루트 루체른(Luzern) – 알트도르프(Altdorf)

스위스에서도 전설적인 고타드(Gotthard) 루트를 체험해 볼 수 있는 비아고타르도(ViaGottardo) 트레일은 남부의 키아소(Chiasso), 북동부의 샤프하우젠(Schaffhausen), 북서부의 바젤(Basel)에서 중앙 알프스 고개를 이어주는 방대한 트레일이다. 무역을 위한 길이었던 만큼 하이킹 중에 그 흔적들을 많이 발견해 볼 수 있다.

13 세기 초에 만들어진 비아고타르도의 주요 루트는 바젤에서 운터렌 하우엔슈타인(Unteren Hauenstein)을 지나 고타드 고개(Gotthardpass)를 넘어 밀라노(Milano)까지 이어지는 코스였다. 경제적인 중요성과 함께 독립적인 스위스로 우뚝 설 수 있는 계기가 되어 준 트레일로, 스위스의 역사와 전설을 만나는 여정이 되어 준다.

20 일간 이어갈 수 있는 20 구간으로 이루어져 있는 비아고타르도 중, 루체른(Luzern)에서 알트도르프(Altdorf)까지 이어지는 7 번 구간을 체험해 보기 좋다. 루체른 호수를 따라 이어지는 코스로, 1865 년 악젠슈트라쎄(Axenstrasse) 도로가 개통되기 전, 주 도로는 호수를 따라서였다. 루체른에서 증기선을 타고 출발하는 여정은 여전히 이례적인 체험으로 인기다. 유람선을 타고 플뤼엘렌(Flüelen)에서 내린 뒤, 방파제에서 하이킹을 시작해 알트도르프(Altdor)까지 이어갈 수 있다.

기술 정보

출발지	루체른(Luzern)
목적지	알트도르프(Altdorf)
방향	일방
오르막	70 m
내리막	50 m
거리	4 km
소요시간	55 분
되돌아 갈 때 소요 시간	55 분
난이도	쉬움
체력 수준	쉬움
시즌	연중
테마	물가를 따라, 파노라마 뷰
자세한 정보	https://www.schweizmobil.ch/en/wanderland/etappe7....

5. 제주올레 10 코스 우정의 길, 라보(Lavaux) 포도밭 하이킹
루트 생사포랭(St-Saphorin) - 뤼트리(Lutry)

라보(Lavaux)의 포도원 테라스는 걷기여행 마니아 사이에서도 손꼽히는 '명품 하이킹 루트'로 제주올레 10 코스와 우정의 길을 맺고 있다. 로잔(Lausanne)과 몽트뢰(Montreux) 사이에 자리한 라보 지역은 레만 호수와 알프스를 배경으로 포도밭이 테라스처럼 펼쳐져 있다.

800 헥타르에 해당하는 라보는 스위스 최대의 근접 포도 재배지로, 대담하게 언덕면에 가꾸어진 포도밭은 2007 년부터 유네스코 세계 유산에 등록되어 있다.

이 투어의 출발점은 좁다란 골목과 16 세기에서 19 세기 사이에 지어진 개성있는 와인 생산자들의 가옥으로 빛나는 중세 마을, 생사포랭(St-Saphorin)이다. 이 마을의 교회 첨탑은 여전히 많은 와인 레이블에 사용되고 있다. 백 년이나 된 환대 전통을 이어가고 있는 오베르쥬 드 롱드(Auberge de l'Onde)에서는 3 층짜리 건물에서 향토 음식과 함께 라보산 와인을 맛볼 수 있다.

와인 셀러와 전통 펍을 무관심하게 지나는 것은 범죄에 가깝다. 모든 감각을 동원해 풍경을 체험하고자 한다면 맛보 보아야 하는 것이 당연지사다. 샤슬라(Chasselas) 한 잔을 마신 뒤 다이나믹한 오르막과 내리막을 따라 뤼트리(Lutry)까지 걸으면 그 재미가 두 배가 된다. 주중 특정 요일에는 “라보 익스프레스(Lavaux Express)”와 “라보 파노라믹(Lavaux-Panoramic)” 기차가 운행되는데, 포도밭 사이를 따라 노곤해진 하이커들이 한 숨 돌리며 아름다운 풍경을 감상할 수 있게 해 준다.

기차나 유람선을 타고 생사포랭까지 갈 수 있다. 돌아올 때는 뤼트리에서 기차나 유람선을 이용할 수 있다.

기술 정보

출발지	생사포랭(St-Saphorin)
목적지	뤼트리(Lutry)
방향	일방
고도(해발)	520 m
오르막	440 m
내리막	420 m
거리	11 km
소요시간	3 시간 15 분
되돌아 갈 때 소요 시간	3 시간 10 분
난이도	쉬움
체력 수준	보통
시즌	3 월 - 11 월
테마	파노라마 뷰, 포도원 속으로, 물가를 따라
이정표	양방향 이정표 설치
자세한 정보	https://www.schweizmobil.ch/en/wanderland/route113...

자료제공: 스위스 정부관광청 www.MySwitzerland.co.kr

Switzerland Tourism
13Fl.,Dongbu Dadong Bldg.,Da-Dong, Jung-Gu, Seoul, Rep.of Korea, Telephone +82 (0)2 3789 3200 Fax +82 2 3789 3255,
www.MySwitzerland.com It is our pleasure to help plan your holiday.