

Wandern, joggen,  
spazieren



Schweizweit laden Sie mehr als 360 Laufstrecken an über 120 Standorten in der ganzen Schweiz ein zu mehr Bewegung an der frischen Luft.



Jetzt unsere App kostenlos downloaden:  
[www.helsana.ch/trails](http://www.helsana.ch/trails)

### Seit wann nutzen Sie den Trail?

Ich habe mitgeholfen, den Trail aufzubauen. Seit seiner Einweihung im Frühling 2018 nutze ich ihn regelmässig.

### Sie sagen «regelmässig» – wie oft denn?

Sicher ein- bis zweimal wöchentlich. An warmen Tagen auch mit dem Mountainbike. Meistens aber nutze ich den Trail zum Joggen oder für einen Spaziergang mit meiner Frau.

### Was macht den Trail besonders?

Seine Vielfalt fasziniert mich immer wieder aufs Neue. Auf den drei Strecken bietet der Trail kleine Bäche, ruhige Waldstücke und nicht zuletzt die Möglichkeit, den Blick in die Ferne schweifen zu lassen. So etwa auf dem Aussichtspunkt «Rüteli» mit seinem einmaligen Alpenpanorama.



Verwandeln Sie  
Bewegung in Pluspunkte.  
Jetzt die  
Helsana+ App downloaden:  
[www.helsana.ch/plus](http://www.helsana.ch/plus)