



Liebe Gäste – herzlich willkommen im jugendlichsten 5-Sterne-Superior-Hotel der Schweiz.

Wohlfühlen, geniessen und sich fallen lassen können. Wir wünschen uns, dass Sie diese Erinnerungen und noch viel mehr mit nach Hause nehmen können.

Individuell, persönlich und von Herzen sind wir während Ihres Aufenthaltes für Sie da. Spüren Sie die Begeisterung, Liebe und Faszination für unsere Gäste und lassen Sie sich von uns einfach auf Ihre Wohlfühlreise „Lenkerhof“ mitnehmen.

Für einen angenehmen Start in die kommenden Tage bei uns, finden Sie nachfolgend wichtige Informationen und Details zum Hotel sowie zur Lenker Umgebung.

Sie haben Fragen oder Wünsche, möchten etwas genauer wissen? Wir freuen uns auf anregende und spannende Gespräche mit Ihnen.

Schön, dass Sie bei uns sind.

Jan Stiller & Heike Schmidt
mit dem Lenkerhof-Team

Inhaltsverzeichnis

A wie	4
Alpine Play-Station	4
Arzt.....	4
Auto	4
B wie	4
Babyphone.....	4
Babysitter.....	4
Bademantel und Slippers	4
Bahn	4
Bankomat	5
Bar/Lounge	5
Bettdecken.....	5
Blumen	5
Business Corner.....	5
C wie	5
Check-in.....	5
Check-out	5
Coiffeur.....	5
Computer.....	6
D wie	6
Der kleine Prinz	6
Dresscode	6
DVD	6
E wie	6
Event.....	6
Entertainment auf dem Zimmer	6
F wie	7
Fax.....	7
Fernbedienung/Fernsehprogramme	7
Fitnessraum.....	7
Frühstück	7
G wie	8
Geldwechsel.....	8
Golf	8
Gutscheine.....	8
H wie	8
Housekeeping und Housekeeper	8
Hocker/Sitzgelegenheit im Badezimmer	8
Hunde.....	8
Hygieneartikel	8
I wie	9
Internet.....	9
iPod Docking Station.....	9
K wie	9
Kiosk.....	9
Kinder-Gourmet-Package	9

Kopien	9
Kutschfahrten	9
L wie	9
Late Check-out.....	9
Lenk-Informationen.....	10
M wie	10
Minibar	10
N wie	10
Notfall.....	10
P wie	10
Parken.....	10
Personal Training.....	10
Picknick.....	11
Pools.....	11
R wie	11
Rauchen.....	11
Restaurants	11
Roomservice.....	12
S wie	13
Safe	13
Sicherheitsinstruktionen: Fühlen Sie sich sicher!	13
Saunalandschaft.....	133
Starter Kit.....	13
Ski Service.....	14
Ski- und Wandertickets.....	15
T wie	15
Taxidienste.....	15
Telefon.....	15
Treatments/Kosmetik.....	16
V wie	16
Veloverleih	16
Verlängerung des Aufenthaltes.....	16
W wie	16
Wäsche	16
Wasser.....	16
Weckdienst	16
Weinkeller/Degustation	17
Wet'n Wild.....	17
Wifi/Wlan.....	16
Windeln	17
Z wie	17
Zusatzbett.....	17
Geschichtliches zur Lenk	18
Als die Lenker noch im Hochgebirge wohnten	19
Lenk im Mittelalter	19
D' Wyberschlacht uf der Langermatte.....	20

A wie...

Alpine Play-Station

Täglich von 07:00 Uhr bis 21:30 Uhr (Kinderbetreuung ab 13:00 Uhr) startet ein neues Abenteuer. Spass und spannende Momente sind garantiert (ab 3 Jahren).

Tel. 887

Arzt

An der Lenk hat es diverse Ärzte für Notfälle. Gerne nimmt die Réception Kontakt mit den Ärzten in der Umgebung auf und vereinbart einen Termin für Sie. Das nächste Krankenhaus befindet sich in Zweisimmen.

- Dr. Beat Hählen
Schanzenstrasse 3
3775 Lenk im Simmental
Tel. 033 733 16 01
- Nummer für Bereitschaft habenden Arzt:
Diese schaltet automatisch auf den diensthabenden Arzt um.
Tel. 0900 576 747
- **Notfallnummer für Notfall: 144 bzw. vom Hoteltelefon 0144**

Auto

Mehr Informationen finden Sie auf Seite 10 unter „Parken“.

B wie...

Babyphone

Das Babyphone kann via Réception angefordert werden. Die Mitarbeitenden der Réception halten bis 22:00 Uhr ein wachsames Ohr auf Ihr Kind, während Sie in Abwesenheit sind. Bitte geben Sie uns Ihren Aufenthaltsort innerhalb des Hauses bekannt.

Tel. 600

Babysitter

Der Babysitter kann ebenfalls an der Réception angefragt werden. Kosten pro Stunde CHF 30.–. Für jedes weitere Kind werden zusätzlich CHF 15.– verrechnet. Bitte beachten Sie, dass wir diesen Service bei kurzfristigen Anfragen nicht garantieren können. Insofern ein Babysitter bestellt wurde und schlussendlich doch nicht benötigt wird, ist es möglich bis 24 Stunden im Voraus dem Babysitter abzusagen. Ansonsten wird der volle Preis berechnet.

Tel. 600

Bademantel und Slippers

Diese finden Sie im Badezimmer oder im Kleiderschrank. Falls Sie eine andere Grösse wünschen, tauschen wir sie gerne aus. Ausserdem haben wir Ihnen im Badezimmer eine schwarze Wellness-Tasche zum Ausleihen bereitgelegt, damit Sie Ihre persönlichen Gegenstände in den Wellnessbereich mitnehmen zu können. Wir empfehlen Ihnen Schmuck, Wertsachen und elektronische Geräte im Zimmer zu lassen. Bade- und Saunatücher erhalten Sie an der 7sources beauty & spa Réception.

Tel. 620

Bahn

Falls Sie bei Ihrem nächsten Aufenthalt mit der Bahn anreisen, holen wir Sie gerne kostenlos am Bahnhof Lenk ab. Sie schicken Ihr Gepäck voraus? Gerne kümmern wir uns um die Entgegennahme am Bahnhof. Auch an Ihrem Abreisetag bringen wir Sie mit unserem Hoteltaxi zum Bahnhof zurück.

Die Bahnverbindungen aus der Schweiz sowie aus Deutschland sind hervorragend (mit dem ICE Berlin-Spiez oder mit dem Panorama Express von Montreux-Zweisimmen).

Bankomat

Den nächsten Bankomaten finden Sie im Zentrum von Lenk. Von dort aus können Sie auf die Hauptkreuzung von Lenk sehen. Dort befindet sich die BEKB und auf dem Kronenplatz (gegenüber vom COOP) ist die Post. Vor dem Kronenplatz und neben dem Tourismusbüro steht Ihnen auch die Reifeisenbank zur Verfügung.

Bar/Lounge

Morgens einen Espresso? Mittags einen Snack? Nachmittags Kaffee? Abends einen Aperitif? Nachts bei einem Digestif den Tag Revue passieren lassen? Die Bar ist zu jeder Zeit der richtige Ort. Geöffnet von 10:30 Uhr bis ca. 01:00 Uhr. Geniessen Sie unsere Live-Musik an sechs Abenden in der Woche von 18:00 Uhr – 20:00 Uhr und ab 21:30 Uhr (montags ist i.d.R. Ruhetag).

Tel. 619

Bettdecken

Ihnen fehlt eine warme, zusätzliche Decke? Sie sind allergisch auf Federn? Oder möchten Sie eine etwas luftigere Decke für Ihr Bett? Gerne kümmert sich unser Housekeeping um Ihren Wunsch.

Tel. 620

Blumen

Für eine besondere Gelegenheit oder einfach so? Von der einzelnen Rose bis zum grossen Blumenbouquet, unsere Floristin zaubert Ihnen gerne das passende Bouquet. Bitte beachten Sie, dass der Mindestbestellwert für einen Blumenstrauss CHF 50.- beträgt. Unsere Rosen kosten CHF 8.- pro Stück. Wir empfehlen Ihnen, Ihren Wunsch frühzeitig bekannt zu geben.

Tel. 659

Bus

Mit der Kurtaxe sind auch die Busverbindungen an der Lenk inkludiert. Nutzen Sie für die kostenfreie Busfahrt die Lenk-Simmental Karte, welche Sie beim Check-in erhalten haben.

Business Corner

Unseren „Business Corner“ finden Sie im Lobbybereich gegenüber der Réception. Weitere Informationen auf Seite 6 unter „Computer“.

C wie...

Check-in

Ihr Zimmer ist am Anreisetag ab spätestens 15:30 Uhr bezugsbereit.

Check-out

An Ihrem Abreisetag bitten wir Sie, das Zimmer bis 11:00 Uhr freizugeben. Selbstverständlich können Sie die Wellnessanlage noch den ganzen Abreisetag nutzen und Ihr Gepäck bei uns an der Réception deponieren. Es besteht auch die Möglichkeit, dass wir das Gepäck direkt in Ihr Auto bringen.

Wir empfehlen Ihnen am Wochenende schon vorher aus zu checken oder zu bezahlen, letzteres auch gerne am Abend vorher, um somit ggf. entstehende Wartezeiten bei einer hohen Anzahl auscheckender Gäste zu vermeiden.

Coiffeur

In unserem 7sources beauty & Spa werden Sie auf Anfrage rund ums Haar gut beraten und verwöhnt.

Tel. 646

Computer

Während Ihrem Aufenthalt steht Ihnen unsere Public Wireless-LAN Verbindung im gesamten Hotel kostenfrei zur Verfügung. Um eine Verbindung mit dem W-LAN herzustellen, gehen Sie wie folgt vor:

1. Netzwerk „Hotspot Lenkerhof“ aussuchen + verbinden.
2. Der Browser startet kurz darauf automatisch und verbindet Sie mit der Startseite zum Einloggen. Klicken Sie auf „Connect“.
3. Bitte geben Sie Ihre Mobiltelefonnummer an im Internationalen Format (ohne Nullen am Anfang der nationalen Vorwahl) an, wie es auf der Webseite angezeigt wird. Sie erhalten eine SMS mit Ihrem Code. Bitte geben Sie diesen Code ein und klicken Sie auf „registrieren“.
4. Sie sind mit dem Internet verbunden.

Sollten Probleme auftreten oder Sie über kein Mobiltelefon verfügen, so klicken Sie auf den Link (anstelle dem Schritt 3), dass Sie über kein Mobiltelefon verfügen. Gerne können Sie dann an die Rezeption wenden für einen Code.

Gerne können Sie sich auch bei Fragen oder Problemen an die Rezeption wenden.

Tel. 600

D wie...

Der kleine Prinz

Abends um 18:30 Uhr servieren wir den Kindern (ab 3 Jahren) das, was sie gerne mögen, ohne zu vergessen, was sie brauchen. Anmeldung bitte bis 17:00 Uhr an der Réception oder direkt bei der Kinderbetreuung. Weitere Informationen finden Sie auch auf Seite 9 unter „Kinder-Gourmet-Package“.

Tel. 887

Dresscode

Elegant oder sportlich? Beides! Wir freuen uns, Sie in unseren Restaurants in sportlich-eleganter Kleidung willkommen zu heißen. Die Herren bitten wir am Abend eine lange Hose zu tragen.

DVD

Möchten Sie einen gemütlichen Filmabend genießen? Gerne stellen wir Ihnen einen DVD-Player in Ihrem Zimmer bereit. An der Reception finden Sie eine abwechslungsreiche Auswahl an Filmen.

Tel. 600

E wie...

Event

Ob Seminare in unserem „DenkTankLenk“ oder feierliche Veranstaltungen in schöner Atmosphäre - was immer Sie mit einer Gruppe zwischen 10 und 150 Personen planen: Wir zeigen Ihnen mit Vergnügen unsere Räumlichkeiten und Möglichkeiten. Unsere Event Abteilung berät Sie gerne und plant mit Ihnen Ihr persönliches Highlight.

Tel. 610

Entertainment auf dem Zimmer

Die verschiedenen TV-Kanäle und Radiosender finden Sie unter „Fernbedienung/Fernsehprogramme“. Eine Auswahl an DVD's können Sie kostenlos an der Réception ausleihen.

F wie...

Fax

Pro ausgehende Fax-Seite berechnen wir CHF 1.50. Ankommende Faxe bis 10 Seiten sind kostenfrei und werden in Ihrem Zimmerfach an der Réception hinterlegt.

Fernbedienung/Fernsehprogramme

Zum Einschalten drücken Sie eine beliebige Zahl bzw. die Programmnummer.

1 HOME-TV	21 VOX	41 tagesschau24	61 BBC Two	81 Sony Action+1	101 TRT World HD
2 BPN	22 kabel eins	42 EURONEWS GE	62 BBC World News	82 Sony Channel	102 Tunisie Nationale
3 SRF 1	23 kabel eins Doku	43 Eurosport 1 De	63 Bloomberg Europe	83 Sony Classic	
4 SRF zwei	24 3sat	44 SPORT1	64 CNN Int.	84 Sony Movies	
5 SRF info	25 arte	45 DMAX	65CNBC Europe	85 Sony Movies+1	
6 Das Erste	26 KiKA	46 REGIO TV	66 ITV	86 Tiny Pop	
7 ZDF	27 TOGGO	47 RTS Un	67 ITV2	87 NTV MIR	
8 zdf_neo	28 WDR HD Bonn	48 RTS Deux	68 ITV4	88 1TVRUS Europe	
9 ZDFinfo	29 NDR FS NDS	49 France 24	69 Sky News Intl	89 ROSSII A24	
10 ONE	30 hr-fernsehen	50 TV5MONDE EU	70 Al Jazeera English	90 RTR	
11 SWR BW	31 rbb Berlin	51 EURONEWS FR	71 CBBC	91 Russia Today	
12 BR Fernsehen Süd	32 NITRO	52 CGTN F	72 CGTN	92 PMC	
13 SAT.1	33 NICKELODEON AT	53 RSI LA 1	73 CCTV-4	93 Channel 112	
14 SAT.1 Gold	34 Comedy Central AT	54 RSI LA 2	74 CGTN Documentary	94 Al Jazeera Channel	
15 Prosieben	35 TELE 5	55 Rai 1	75 DW English	95 2M Monde	
16 Pro7 MAXX	36 phoenix	56 Rai 2	76 RT Doc	96 Arirang TV	
17 RTL Television	37 WELT	57 Rai 3	77 CITV	97 ARMPUB TV	
18 RTL2	38 Welt der Wunder	58 Rai News 24	78 France 24	98 BBC Arabic TV	
19RTLplus	39 ServusTV DE	59 SMTv San Marino	79 POP	99 Cubavision Int	
20 SUPER RTL	40 n-tv	60 BBC One	80 POP Max	100 RTPi	

Radiostationen

110 SRF 1	125 1LIVE	140 hr2	155 radioeins
111 SRF 2 Kultur	126 WDR2 Rheinland	141 hr3	156 Dlf Kultur
112 SRF 3	127 WDR3	142 hr4	157 COSMO
113 SRF 4 News	128 WDR4	143 MDR Sachsen DD	158 1LIVE diGGi
114 SRF Musikwelle	129 WDR5	144 MDR JUMP	159 RTS-1ere
115 SRF Virus	130 SR 1 Europawelle	145 MDR SPUTNIK	160 Eepace 2
116 Swiss Classic	131 SR 2 KulturRadio	146 MDR AKTUELL	161 Couleur3
117 Swiss Classique	132 SR 3 Saarlandwelle	147 MDR KLASSIK	162 Option Musique
118 Swiss Jazz	133 Bayern 1	148 NDR 2 NDS	163 Rete Uno
119 Swiss Pop	134 Bayern 2	149 NDR Kultur	164 Rete Due
120 SWR1 BW	135 BAYERN 3	150 NDR Info NDS	165 Rete Tre
121 SWR2	136 BR-Klassik	151 Bremen Eins	166 Radio-Rumantsch
122 SWR3	137 B5 aktuell	152 Bremen Vier	
123 SWR4 BW	138 BAYERN plus	153 Antenne Brandenburg	
124 SWR Aktuell	139 hr1	154 rbb 88.8	

Fitnessraum

Steht Ihnen täglich von 07:30 Uhr bis 20:00 Uhr im 7sources beauty & spa zur Verfügung. Die Ausdauergeräte haben einen Anschluss für Ihren iPod oder Ihr iPhone. Zusätzlich erhalten Sie an der SPA-Réception Kopfhörer zum Fernsehen oder Musik hören.

Sie haben Lust Ihren Körper zu trainieren, um Ihr Wohlbefinden zu stärken? Unser/e Fitnesstrainer/in findet mit Ihnen gemeinsam heraus, wo Ihre Stärken und Schwächen liegen.

Für Fragen sind unsere Mitarbeiter der 7sources beauty & spa Réception gerne für Sie da.

Tel. 646

Frühstück

Zu einem guten Start in den Tag gehört auch eine nahrhafte Mahlzeit. Wir bieten verschiedene Optionen vom ballaststoffreichen Müsli über diverse Joghurt- und Getreidesorten bis hin zu einer vielfältigen lokalen Wurst- und Käseplatte an. Unser reichhaltiges Frühstücksbuffet ist täglich von 07:30 Uhr bis 11:00 Uhr für Sie bereit. Morgens zum Frühstück gibt es eine freie Platzwahl. Wenn Sie lieber gemütlich im Bett frühstücken, dann geben Sie bitte bis am Vorabend an der Réception oder direkt beim Zimmerservice Bescheid über Ihre Wünsche.

Tel. 618

G wie...

Geldwechsel

Gerne wechseln wir Ihnen Euro oder US-Dollar in Schweizer Franken (bis CHF 500.-) an unserer Réception zum aktuellen Wechselkurs zuzüglich 3% Kommission und 2 % Wechselkursschwankungen.

Golf

Für Ihren perfekten Golftag empfehlen wir Ihnen die Golfplätze Gstaad Saanenland, Thunersee oder Interlaken-Unterseen. Für weitere Fragen dürfen Sie sich jederzeit an die Réception wenden.

Tel. 600

Gutscheine

Sie möchten gerne Ihr Lenkerhof Erlebnis weitergeben? Verschenken Sie einen Gutschein. Unsere Réception stellt Ihnen auf Wunsch gerne einen Gutschein mit den Leistungen zusammen, die Sie verschenken möchten. Preise auf Anfrage. Gerne können Sie unter www.lenkerhof.ch/gutschein Ihren Wunsch-Gutschein gleich selbst bestellen.

Falls Sie einen Gutschein einlösen möchten, bitten wir Sie, uns diesen bereits bei dem Check-in zu übergeben, damit wir ihn auf Ihrer Rechnung berücksichtigen können.

H wie...

Housekeeping

Unsere Etagedamen sind täglich von 07:30 Uhr bis 22:00 Uhr erreichbar und sorgen für Ihr Wohlbefinden in und um Ihr Zimmer.

Tel. 620

Hocker/Sitzgelegenheit im Badezimmer

Sie benötigen eine Sitzgelegenheit im Badezimmer und/oder in der Dusche? Selbstverständlich bringen wir Ihnen diese umgehend auf das Zimmer. Unser Housekeeping nimmt Ihren Wunsch gerne entgegen.

Tel. 620

Hunde

Hundehalter bitten wir, aus Rücksicht auf andere Hotelgäste, Ihre Hunde auf dem Hotelgelände an der Leine zu führen. Hunde sind erlaubt im Restaurant Oh de Vie sowie an der Bar - jedoch nicht in den übrigen öffentlichen Räumlichkeiten (Spettacolo, Davidoff Cigar Lounge, Spa). Hundefutter kann beim Zimmerservice (618) bestellt werden, und ist nicht in den CHF 35.- pro Nacht Aufpreis inbegriffen.

Bitte hängen Sie das Hundeschild an Ihre Zimmertüre, falls Sie Ihren Hund alleine im Zimmer lassen. Unsere Etagenmitarbeiter wissen somit, dass sie das Zimmer nicht betreten dürfen.

Hunde sind nicht auf dem Bett oder Möbeln gestattet und die Eigentümer haften für evtl. entstandenen Schaden.

Hygieneartikel

Gerne können Sie diverse Hygieneartikel wie Rasiersets, Zahnpflegesets oder Kinderwindeln an unserer Réception käuflich erwerben. Für weitere Bedürfnisse kontaktieren Sie bitte unser Réceptionsteam.

Tel. 600

I wie...

Internet

Die Informationen finden Sie auf Seite 6 unter „Computer“.

iPod Docking Station

Die iPod Docking Station ist am Fernseher angeschlossen. Um Ihre Fotos, Musik oder Filme auf dem TV abzuspielen, müssen Sie folgende Schritte vornehmen. Bildschirm einschalten → Handy an der Station anschliessen → Knopf „Source“ auf der TV-Bedienung wählen → „USB Anschluss“ auswählen → Mit Ok bestätigen.

K wie...

Kiosk

Bei der Réception finden Sie unseren Hotelkiosk. Wir verkaufen diverse Zeitungen und Zeitschriften für jedes Alter. Auch eine kleine Auswahl von Zigaretten haben wir für Sie bereit. Ausserdem können Sie all unsere Weine zu Spezialpreisen, hausgemachte Konfitüre, Sirups und weitere Produkte mitnehmen.

Kinder-Gourmet-Package

Für Kinder von 0 bis 5 Jahren können Sie in den Restaurants gerne à la carte eine Speise aus unserer Kinderkarte bestellen. Für Kinder von 6 bis 12 Jahren verrechnen wir CHF 40.- pro Kind und pro Nacht für das Gourmet-Package. Bei Kindern von 13 bis 15 Jahren berechnen wir CHF 50.- pro Nacht und ab 16 Jahren CHF 88.- pro Nacht. Weitere Informationen finden Sie auch auf Seite 6 unter „Der kleine Prinz“.

Kopien

Pro Kopie berechnen wir folgende Tarife:

Schwarz-weiss	CHF 0.40 pro Blatt bis 50 Kopien CHF 0.35 pro Blatt ab 51 Kopien
Farbig	CHF 0.70 pro Blatt bis 50 Kopien CHF 0.50 pro Blatt ab 51 Kopien

Bitte wenden Sie sich an die Réception.

Tel. 600

Kutschfahrten

Lust auf eine kleine Rundfahrt durch die Lenk und das in einer Pferdekutsche? Gerne organisieren wir Ihnen eine Fahrt für 30 Minuten à CHF 70.- oder für 60 Minuten à CHF 110.- pro Kutsche. Unser Réceptionsteam bemüht sich nach Absprache mit der Fuhrhaltereie um einen Termin nach Ihren Wünschen.

Tel. 600

L wie...

Late Check-out

Am Abreisetag haben Sie die Möglichkeit Ihr Zimmer etwas länger zu belegen. Auf Anfrage und nach Verfügbarkeit können wir Ihnen ein Late Check-out bis spätestens 14:00 Uhr arrangieren.

Sie wollen den Lenkerhof noch den ganzen Tag geniessen? Bis 18:00 Uhr verrechnen wir Ihnen einen Aufpreis von CHF 80.- pro Person und über diese Zeit hinaus den gesamten Zimmerpreis (nach Verfügbarkeit).

Tel. 600

Lenkinformationen

Die Réception händigt Ihnen gerne eine Rad- und Wanderkarte bzw. eine Skikarte von der Umgebung als auch einen Beschrieb vom Ort aus. Für weitere Fragen zur Lenk und zum Simmental steht Ihnen unser Réceptionsteam 24 Stunden zur Verfügung.

Tel. 600

M wie...

Minibar

Ihre Minibargetränke sind im Zimmerpreis inklusive und werden täglich aufgefüllt. Weitere Getränke, insbesondere alkoholische Getränke, servieren wir Ihnen zu den angegebenen Preisen der Barkarte. Bitte beachten Sie die einmalige Roomservice-Pauschale pro Bestellung von CHF 5.- für Getränke und CHF 10.- für Speisen. Das Roomservice-Team freut sich, Ihre Wünsche zu erfüllen.

Tel. 618

N wie...

Notfall

Bei Krankheiten oder Verletzungen gibt es medizinische Hilfe an der Lenk (Arzt mit Notfalldienst) als auch ein Krankenhaus in Zweisimmen. Weitere Informationen finden Sie auf Seite 4 unter „Arzt“. Die Réception hilft Ihnen gerne weiter und hält für die Erstversorgung einen „Erste-Hilfe-Koffer“ und Defibrillator bereit.

Notfallnummer: 144 bzw. vom Hoteltelefon 0144

Tel. 600

P wie...

Parken

Profitieren Sie vom kostenfreien Parkservice. Gerne parkieren wir Ihr Fahrzeug gegen eine Gebühr von CHF 20.- (Sommer) / CHF 25.- (Winter) pro Nacht in unserer Tiefgarage. Garagenschlüssel sind an der Réception erhältlich. An der Zufahrt zum Hotel stehen Ihnen weitere Parkplätze kostenfrei zur Verfügung (ohne Garantieübernahme vom Hotel für Schadensfälle etc.).

Wir bitten Sie, während Ihres Aufenthaltes, nicht in der Hoteleinfahrt zu parken, da dies kein Parkplatz ist, sondern nur für An- und Abreise zum Halten gedacht ist.

Unser Angebot für eine Wagenreinigung:

Innenreinigung	CHF	65.-
Aussenreinigung	CHF	95.-
Innen- und Aussenreinigung	CHF	140.-

Tel. 600

Personal Training

Wir bieten ein Fitness Programm von Gymnastik über Stretching bis zu Pilates in unserem wunderschönen Pavillon an. Bitte melden Sie sich für die Kurse an der Réception des 7sources beauty & spa an. Gerne bieten wir Ihnen zusätzlich ein Personal-Training an.

Detaillierte Auskunft erhalten Sie am Empfang des 7sources beauty & spa oder informieren Sie sich über die täglichen Aktivitäten durch unser wöchentliches Gästeprogramm, welches Sie vor der Oh de Vie-Showküche finden.

Tel. 646

Picknick

Wir bereiten Ihnen gerne einen Wanderrucksack vor, damit Sie Ihr Picknick auf blühenden Bergwiesen oder in einer gemütlichen Ski-Hütte geniessen können. Selbstverständlich stellen wir Ihnen auch gerne das passende Pausen-Paket zusammen. Wir bitten Sie, Ihre Bestellung 24 Stunden im Voraus zu tätigen.

Tel. 618

Pools

Der Schwefelaussenpool (halbrund, Radius 7.9 Meter, 34°C) und der Sportpool (rechteckig, 14.85 Meter lang, 28°C) sind das ganze Jahr von 07:30 Uhr bis 20:00 Uhr geöffnet bzw. von Dezember bis April jeden Dienstag und Donnerstag bis 22:00 Uhr da. Bitte legen Sie Ihren Silberschmuck ab, da dieser chemisch reagiert und sich verfärbt im Schwefelaussenpool. Wir empfehlen auch allen weiteren Schmuck abzulegen und im Zimmer zu lassen.

Für Kinder sind die Pools von 07:30 Uhr bis 17:30 geöffnet. Liebe Eltern, bitte beachten Sie, dass Ihre Kinder ausserhalb dieser Zeiten keinen Zutritt zum 7sources beauty & spa haben. Danach ist der Zutritt nur noch für Erwachsene und Kinder ab 14 Jahren.

Der letzte Zutritt ins spa ist bis 15 Minuten vor Schliessung möglich.

Tel. 646

R wie...

Rauchen

Wir möchten Sie darauf hinweisen, dass im Kanton Bern das Rauchen in allen öffentlich zugänglichen Räumen verboten ist. Daher ist das gesamte Hotel, inklusive Zimmer, eine Nichtraucher-Zone. Bei Rauchgeruch in den Zimmern, werden die Reinigungskosten in Rechnung gestellt. Wünschen Sie einen Aschenbecher auf dem Balkon? Wenden Sie sich an die Réception.

Tel. 600

Für Zigaretten-, Zigarren-, oder Pfeifenraucher lädt unsere „Davidoff Cigar Lounge“ zum Geniessen ein. Ausserdem haben Sie die Möglichkeit auf der Terrasse zu rauchen.

Tel. 619

Restaurants

Gerne verwöhnen wir Sie in unseren Restaurants. Dabei können Sie unser Gourmet-Package für den gesamten Aufenthalt wählen oder à la carte in unseren Restaurants speisen.

Haben Sie die à la carte Variante gewählt, zahlen Sie für die Gerichte oder Menüs die Sie geniessen den angegebenen Preis. Sie wählen frei an welchen Tagen Sie in welchem Restaurant speisen. Diese Variante empfehlen wir Ihnen, wenn Sie nicht jeden Abend Ihres Aufenthalts bei uns essen möchten und/oder nur einen geringen Appetit haben.

Für CHF 88.- pro Person pro Nacht können Sie unser Gourmet-Package für den gesamten Aufenthalt im Gourmet-Restaurant Spettacolo (16 Gault Millau Punkte), im mediterranem Restaurant Oh de Vie oder im Bergrestaurant Bühlberg (beide während den Öffnungszeiten) reservieren. Bei Buchung des Gourmet-Packages für den gesamten Aufenthalt profitieren Sie von bis zu 16 Gängen im Restaurant Spettacolo, bis zu 4 Gängen im Restaurant Oh de Vie und bis zu 3 Gängen auf dem Bühlberg. Diese Angaben sind Maximalangaben und Sie wählen à la carte aus wie viele und welche Gänge Sie wünschen. Im Gault Millau Restaurant Spettacolo ist täglich ein Tisch für Sie vorgesehen. Gerne reservieren wir für Sie auch stattdessen im Restaurant Oh de Vie oder im Bergrestaurant Bühlberg einen Tisch zum Dinner.

Kinderpreise für das Gourmet-Package hängen vom jeweiligen Alter ab. Weitere Informationen finden Sie auf Seite 9 „Kinder-Gourmet-Package“.

Falls Sie noch kein Gourmet-Package gebucht oder eine Tischreservation vorgenommen haben, bitten wir um eine Reservierung, da wir sonst nicht immer einen Tisch garantieren können. Ihre Tischreservation können Sie gerne beim Restaurantleiter oder an der Réception vornehmen.

Nicht eingenommene Mahlzeiten können nicht zurückerstattet werden. Nach vorheriger Absprache ist zur Alternative des Abendessens ein Mittagessen im Oh de Vie oder auf dem Bühlberg möglich. Bitte informieren Sie den Restaurantleiter im Voraus.

Tel. 616



Restaurant

Wir servieren Ihnen abends ein täglich wechselndes Gault Millau à la carte Dinner. Gäste mit Gourmet-Package können aus den 16 Gängen sich Ihr Menü selbst zusammenstellen in Anzahl, Reihenfolge und Auswahl der Gänge. Gäste die nicht das Gourmet-Package für den ganzen Aufenthalt gebucht haben, haben zwei Möglichkeiten. So können Sie à la carte einzelne Gerichte für den jeweiligen Preis im Menü auswählen oder Sie wählen ein Menü ab 3 Gängen nach freier Wahl für CHF 88.-. Gerne können Sie weitere Gänge hinzufügen für CHF 20.- pro weiterem Gang.

Bestellungen werden von 19:00 Uhr bis 21:30 Uhr entgegengenommen. Wir bitten um Ihr Verständnis, dass wir Ihnen ab 21:00 Uhr das Menü mit noch max. 5 Gerichten anbieten, deren Auswahl wir treffen. Freuen Sie sich auf ein kulinarisches Highlight im Spettacolo.

Tel. 616



Restaurant

Mittags von 12:00 Uhr bis 14:00 Uhr servieren wir Ihnen entweder ein Tagesmenü oder unser Lenker Lunch, wo Sie sich selber ein zwei Gang Menü zusammenstellen können. Ausserdem gibt es ein 5 dl Wasser und Kaffee dazu. Geniessen Sie entweder eine Vorspeise und einen Hauptgang oder einen Hauptgang mit Dessert. Abends jeweils von Mittwoch bis Sonntag von 19:00 Uhr bis 22:00 Uhr servieren wir Ihnen stilvoll italienisch-französische Riviera Küche (zusätzliche Schliessungstage sind möglich). Gerne können Sie à la carte bestellen oder im Rahmen des Gourmet-Packages ein 3 Gang Abendessen, welches Sie auch à la carte auswählen können, geniessen. Gerne berät Sie unser Oh de Vie Team bei Fragen. Freuen Sie sich schon jetzt auf die kulinarische Rundreise durch den Süden Europas.

Tel. 617



Bergrestaurant

Auf der schönsten Sonnenterrasse an der Lenk servieren wir Ihnen täglich vom Käsefondue bis zum Simmentaler Rindsfilet authentische und saisonale Gerichte inmitten unserer herrlichen Bergwelt. Im Rahmen Ihres Gourmet-Packages haben Sie die Möglichkeit, sich ein 3-Gang Menü Ihrer Wahl zusammenzustellen. Ein rustikales Erlebnis, welches Sie sich nicht entgehen lassen sollten. Einen kleinen Vorgeschmack bekommen Sie bereits auf der Homepage www.buehlberg.ch.

Tel. 033 733 15 60

Roomservice

Unser Roomservice-Angebot finden Sie auf den letzten Seiten. Köstlichkeiten, die wir 24 Stunden servieren, sind mit einem Sternchen markiert.

Bitte beachten Sie die einmalige Roomservice-Pauschale pro Bestellung von CHF 5.- für Getränke und CHF 10.- für Speisen.

Tel. 618

S wie...

Safe

Sie haben im Zimmer einen persönlichen Safe, den Sie mit einem Code programmieren können (max. versicherter Wert CHF 1'000.-).

Des Weiteren besteht die Möglichkeit, Ihre Wertsachen im Tresor an der Réception zu hinterlegen (max. versicherter Wert CHF 50'000.-). Wir haften für keinerlei Verluste Ihres Eigentums.

Tel. 600

Sicherheitsinstruktionen: Fühlen Sie sich sicher!

Lieber Gast

Ihre Sicherheit ist unser gemeinsames Anliegen. Der Lenkerhof gourmet spa resort ist mit modernster Brandschutztechnologie nach den neuesten Vorschriften der Feuerpolizei ausgestattet. Brandmelder in allen Räumen sind mit der örtlichen Feuerwehr verbunden. Die Fluchtwege sind auf den entsprechenden Plänen für Ihr Zimmer verzeichnet (meistens befinden sich die Pläne an der Wand bei der Zimmertür). Die Fluchtwege im Hotel sind ausgeschildert.

Feuer

Stellen Sie Rauch oder Feuer fest? Im Korridor befinden sich Alarmtasten: Scheibe einschlagen und Knopf drücken. Im Brandfall folgen Sie bitte den Anweisungen der geschulten Mitarbeiter.

Im Notfall

1. Bewahren Sie Ruhe!
2. Alarmieren Sie Ihre Nachbarn!
3. Lift nicht benützen!
4. Folgen Sie den Anweisungen des Lenkerhof-Teams!
5. Folgen Sie den EXIT-Zeichen und verlassen Sie das Gebäude durch die Notausgänge und begeben Sie sich zum Sammelpunkt (vor dem Eingang zum 7sources beauty & spa) und melden Sie sich bei dem Mitarbeiter, der die Gästezählung durchführt. (Parkplatz vor dem SPA-Eingang)!

Rauch im Zimmer!

Verlassen Sie das Zimmer und schliessen Sie alle Fenster und Türen. Alarmieren Sie unverzüglich die Réception.

Saunalandschaft

Steht Ihnen täglich von 12:00 Uhr bis 20:00 Uhr bzw. Von Dezember bis April am Dienstag und Donnerstag bis 22.00 Uhr zur Verfügung. Bei schlechter Witterung öffnen wir den Saunapark gerne früher oder heizen Ihnen die Privatsauna, welche eine Biosauna und ein Dampfbad beinhaltet, ein.

Kinder unter 14 Jahren haben keinen Zutritt, Kinder ab 14 Jahren dürfen die Saunen nur in Begleitung eines Erwachsenen nutzen. Der Saunabereich ist eine Nacktzone. Saunatücher hält unsere Spa Rezeption bereits für Sie parat, welche Sie gerne zum Unterlegen und Einwickeln nutzen können.

Tel. 646

Starter Kit

Den Lenkerhof mit nach Hause nehmen? Kein Problem. Unsere grosse Vielfalt an Produkten können Sie jederzeit erwerben. Auch das kulinarische Angebot können Sie gerne mitnehmen. Diverse Käsesorten, unser exklusiver Senf oder eine gute Flasche Wein sind doch ein schönes Geschenk für zu Hause. Erkundigen Sie sich bei den Mitarbeitern in dem betreffenden Bereich oder bestellen Sie direkt über das Starter-Kit-Bestellformular, welches in Ihrem Zimmer aufliegt.

Tel. 600

Ski Service

Der Overnight-Service von Intersport Troxler bietet Ihnen einen Rundum-Service für Ihre Skis oder Ihr Snowboard an. Während Sie in die Traumwelt versinken, tüftelt das Team vom Sportgeschäft Troxler an Ihren Skiern oder Snowboards und bringt sie wieder auf Hochtouren. Bei Interesse wenden Sie sich bitte an die Réception.

Tel. 600

Ski- und Wandertickets

Mit Vergnügen stellen wir Ihnen Ihre Bergbahntickets - ohne Anstehen - direkt vor Ort aus. Damit Sie sich einen Überblick über das Wander- und Skigebiet Lenk/ Adelboden verschaffen können, halten wir an der Réception Wander- und Skigebietskarten für Sie bereit. Die Bergbahntickets sind im Sommer im Zimmerpreis inbegriffen. Mit der Lenk-Simmental-Tourismus Karte können Sie im Sommer während Ihres ganzen Aufenthaltes die Betelberg- und Metschbahnen benutzen.

Tel. 600

T wie...

Taxidienste

<u>Destination</u>	<u>1 - 4 Pax</u>	<u>Fahrzeit</u>
Zweisimmen	CHF 48.60	0 h 20 min.
Spiez	CHF 178.20	1 h 00 min.
Thun	CHF 189.00	1 h 15 min.
Gstaad	CHF 102.60	0 h 40 min.
Zürich Flughafen oder City	CHF 750.60	2 h 30 min.
Bern	CHF 307.80	1 h 30 min.
Belp	CHF 286.20	1 h 30 min.
Genf Flughafen	CHF 642.60	2 h 30 min.

Die oben erwähnten Daten gelten als Richtpreise beziehungsweise Richtzeiten. Preisänderungen sind vorbehalten.

Telefon

Wichtige Nummern

<i>Nebenstelle</i>	<i>Nummer</i>
Réception / Concierge	600
7sources	646
Roomservice	618
Housekeeping	620
Extern	Vorwahl 0

zu einem anderen Zimmer die Zimmernummer

Lautsprecher Lautstärke

Die Lautstärke können Sie mit der „+“ und „-“ Taste regeln. Diese befinden sich unten mittig am Telefon. Um die Lautstärke des Hörers zu regeln nehmen Sie ihn dazu erst ab. Wenn Sie die Lautstärke des Freisprechers regeln möchten, drücken Sie vorher die Taste mit dem Lautsprechersymbol die unten mittig am Telefon ist zwischen der „+“ und „-“ Taste

Treatments/Kosmetik

Für kosmetische Behandlungen, Massagen und Friseurtermine ist das Team des 7sources beauty & spa täglich von 09:00 Uhr bis 20:00 Uhr für Sie da. Termine können bis 24 Stunden zuvor kostenfrei storniert werden. Nicht eingehaltene Termine werden zu 100% verrechnet.

Tel. 646

V wie...

Veloverleih

Gerne organisieren wir für Sie ein Mountainbike oder E-Bike via Troxler Sport.

Selbstverständlich können Sie jederzeit auch ein Fahrrad beim Sputnik Bikeshop im Dorf ausleihen. Die Velomiete können Sie auf Wunsch gerne über Ihre Hotelrechnung begleichen. Wir halten für Sie einen Plan an der Réception bereit, wo Sie sich gerne über Velowege erkundigen können.

Tel. 600

Verlängerung des Aufenthaltes

Wünschen Sie Ihren Aufenthalt zu verlängern? Wir werden alles versuchen, um einen Umzug in ein anderes Zimmer zu vermeiden.

Tel. 601

W wie...

Wäsche

Wäsche, die bis 10:00 Uhr an die Zimmertüre gehängt wird, erhalten Sie bis 18:00 Uhr am selben Tag zurück (ausser samstags und sonntags). Chemische Reinigung ist auf Anfrage möglich. Den Wäschesack und die Preisliste finden Sie in Ihrem Kleiderschrank. Bitte benachrichtigen Sie das Housekeeping, damit wir uns schnellstmöglich um Ihre Wäsche kümmern können.

Tel. 620

Wasser

Unser Leitungswasser ist bestes, durch Gestein der Lenker Berge gefiltertes Wasser. Es kann bedenkenlos getrunken werden.

Die Besonderheit an der Lenk ist, dass wir Ihnen ausser unserem guten Trinkwasser ebenfalls Schwefelwasser anbieten, das aus einer der stärksten Schwefelquellen im alpinen Raum Europas oberhalb des Lenkerhofs entspringt. Das Wasser hat einen aussergewöhnlichen Geschmack und zeichnet sich durch seine heilenden Kräfte aus. Auf unserem Frühstücksbuffet wie auch im 7sources beauty & spa finden Sie täglich frisch gezapftes Schwefelwasser.

Weckdienst

Falls Sie sich zu einer bestimmten Zeit durch eine freundliche Stimme wecken lassen wollen, bitten wir Sie, dies an der Réception zu melden.

Tel. 600

Weinkeller/Degustation

Sie haben jeden Tag pünktlich um 18:00 Uhr die Möglichkeit, unter fachkundiger Anleitung unsere drei Tagesempfehlungen zu degustieren. Natürlich können Sie auch vor Ort aus dem gesamten Sortiment Ihren Favoriten für das anschliessende Dinner auswählen. Haben Sie Ihren Liebling entdeckt und der Urlaub ist schon wieder vorbei? Eine Flasche für zu Hause können Sie gerne bei unserem Service-Team oder direkt bei der Weindegustation erwerben. Unsere Weinkenner beraten Sie gerne.

Tel. 609

Wet'n' Wild

Täglich von 07:30 Uhr bis 17:30 Uhr startet der Kinderspass im Turborohr und den beiden Pools. Liebe Eltern, bitte beachten Sie, dass Ihre Kinder ausserhalb dieser Zeiten keinen Zutritt zum 7sources beauty & spa haben. Vielen Dank.

Tel. 646

Wifi/Wlan

Die Informationen finden Sie auf Seite 6 unter „Computer“.

Windeln

An der Réception des 7sources beauty & spa erhalten Sie wasserfeste Kinderwindeln zu CHF 6.- pro Stück, damit auch Ihre Kleinsten unbeschwert baden können. Ebenfalls stehen an der Hotelréception „normale“ Kinderwindeln bereit.

Tel. 646 / 600

Z wie...

Zusatzbett

Gerne stellen wir in Ihrem Zimmer ein zusätzliches Bett bereit oder bereiten das Schlafsofa vor. Kinder im Alter von 0 bis 2 Jahren übernachten im Lenkerhof im Zimmer der Eltern kostenfrei. Für Ihre Kleinsten bereiten wir gerne ein Babybett vor. Für Kinder von 3 bis 5 Jahren berechnen wir CHF 45.- pro Kind und Nacht inklusive Frühstück. Das Abendessen wird à la carte berechnet.

Für Kinder von 6 bis 12 Jahren im Zimmer der Eltern berechnen wir CHF 105.- pro Kind und Nacht, für Jugendliche von 13 bis 15 Jahren CHF 180.- pro Person und Nacht und für Personen ab 16 Jahren CHF 215.- pro Zusatzbett und Nacht. Diese Preise verstehen sich auf Zimmer-Frühstücksbasis.

Bitte beachten Sie, dass dies nicht in allen Zimmerkategorien möglich ist. Unsere Rezeption berät Sie gerne.

Tel. 600

Geschichtliches zur Lenk

Das Gemeindegebiet der Lenk bildet den südlichen Abschluss des Simmentals.

Bei den „Siebenbrünnen“ hat die „Siebne“, das Landwasser, das dem Tal den Namen gegeben hat, ihren Ursprung. Die Namen „Siebne“ und „Siebental“ wurden am Ende des 17. Jahrhunderts in Simme und Simmental umgeformt.

Schon in prähistorischer Zeit müssen sich Menschen in sehr geringer Zahl im Gebiet aufgehalten haben. Da wenige Urkunden vorhanden sind, kann über das Leben der Lenker bis ins 14. Jahrhundert sehr wenig ausgesagt werden.

Was feststeht ist, dass die Bäuerten Aegerten, Pöschenried, Oberried, Brand und Gutenbrunnen zur „inneren Kilchhory“ des Obersimmentals mit Kirchenpflicht in St. Stephan gehörten. Der Name Lenk wird urkundlich am Ende des 14. Jahrhunderts erstmals erwähnt.

1504 hat Berns Regierung den Bäuertgenossen an der Lenk erlaubt, eine eigene Kirche zu bauen. Diese wurde am 18. Juni 1505 durch Matthäus Schiner, den nachmaligen Kardinal, im Auftrage des Bischofs von Lausanne, geweiht. Mit diesem Datum haben die fünf Bäuerten zu Oberst in der Landschaft Obersimmental als Gemeinwesen „Lenk“ zu existieren begonnen. Der fast 100 Jahre dauernde Streit mit dem Kloster Interlaken um die Verselbstständigung der Gemeinde wurde aber erst 1525 durch den Kanton Bern entschieden.

Aus Angst, die guten Handelsbeziehungen mit dem katholischen Wallis könnten darunter leiden, wollten die Lenker von der Reformation vorerst nichts wissen. Sie wurde erst 1528 angenommen, nachdem Peter Kunz aus Erlenbach als Prediger und Vermittler geschickt worden war. Die Lenker wollten aber den reformierten Pfarrer Blösch nicht länger als ein Jahr anstellen. Bern intervenierte und teilte mit: „Die Kirchengenossen sollten ihn ohne Verschulden nicht von der Pfrund weisen“. Pfarrer Blösch floh aber noch vor Ablauf des ersten Jahres bei Nacht und Nebel übers Hahnenmoos.

Im April 1689 erhielt ein Christen Perreten von der sittenstrengen Obrigkeit in Bern die „Konzession einen Schwefelbrunnen zu einem Bad zuzurichten“. Damit war der Grundstein für die touristische Entwicklung an der Lenk gelegt. Die Sittenhüter zu Bern hatten die Konzession an strenge Vorschriften gebunden. So war es dem Christen Perreten nicht erlaubt, Gäste zu bewirten, die nicht religiös waren, oder „An Sonntagen Wasser zu wärmen noch baden zu lassen“. Bis ins 19. Jahrhundert blieb es still ums Bad.

Um 1840 versuchen neue Badbesitzer den Kurbetrieb wieder aufleben zu lassen. Aus Angst vor der Verrohung der Sitten wurde eine Erneuerung der Konzession von der Regierung in Bern zuerst abgelehnt. Erst nach mehrmaliger Intervention von namhaften Medizinern erhält die Badgesellschaft die Erlaubnis, den Kurbetrieb wiederaufzunehmen. Gegen diesen Regierungsentscheid wird von einem Lenker Chorrichter Beschwerde geführt. Er ist überzeugt, dass dieser Betrieb dem Sittenverfall und Müßiggang Tür und Tor öffne.

Sein Argument: Das Baden von „Männlein und Weiblein“ im selben Wasser ist unmoralisch. Wohlverstanden, dies geschah nicht gemeinsam, sondern aus energiewirtschaftlichen Gründen, nacheinander. 1862 konnte der neue, nach damaligem Ermessen moderne Hotel- und Kurbetrieb wiederaufgenommen werden. Mit diesem Neuanfang ging eine weitere touristische Entwicklung im Dorf einher. Einen neuen, gewaltigen Aufschwung brachte kurz nach 1900 der Bahnbau im Simmental und dann der Anschluss ans Schienennetz im Jahre 1912.

Aber auch von Rückschlägen blieb die Lenk nicht verschont. Am 16. Juli 1878 wurde das Dorf durch einen Brand zerstört. Dem Brand fielen 26 Firsten und die Kirche zum Opfer.

Als die Lenker noch im Hochgebirge wohnten

Die ersten Lenker lebten in der Jungsteinzeit in der Tierberghöhle zuoberst im Simmental, auf 2660m Höhe. Sie erreichten diesen Wohnplatz der Urzeit auf dem alten Rawilweg, der von der Langermatte über das Firstli hinauf und am Laufbodenhorn vorbeiführt. Die Jäger der Jungsteinzeit stiegen wahrscheinlich Jahr für Jahr dort hinauf, um Jagd im Grossen zu betreiben. Die Tierberghöhle bildet einen willkommenen Unterschlupf zur Nachtzeit sowie bei schlechtem Wetter.

Drei Schichten Holzkohle und Asche in verschiedenen Tiefen deuten auf drei verschiedene, zeitlich auseinanderliegende Benutzungsepochen der Höhle hin. Die Waldgrenze reichte in der Zeit des günstigsten Klimas bis gegen 2200m hinauf, die damaligen Menschen mussten also das Brennholz 400m hinauftragen. Die Tierberghöhle ist vermutlich der höchste alpine Rastplatz der Urzeit.

Lenk im Mittelalter

Zur Zeit der Gründung der Stadt Bern um 1191 mögen die Lenker nicht sehr zahlreich gewesen sein. Wir finden einzelne Namen aus dieser Zeit in einem Urbar des Bischofs von Lausanne.

So soll ein Glauwi Senfto Besitzungen im so genannten Chrome (ausserhalb der Oey) und im Steinmass besessen haben. Nach ihm ist wohl auch das Glauwisgut im Pöschenried benannt.

Der Talgrund war sumpfig und von Überschwemmungen bedroht. Die beiden Seitenbäche, sowie der Wallbach schwemmten ihre Schuttkegel an, und bei Hochwasser nach schweren Gewittern verwandelte sich die Ebene beim Dorf gelegentlich in einen See. Die ersten Bewohner liessen sich an den sonnigen Hängen nieder, vor allem im Gutenbrunnen auf der Pletsche wo eine Kapelle stand, die von St. Stephan aus betreut wurde. Durch Waldrodungen entstand immer mehr Kulturland. Die Flurnamen Rüti, Brand, Schwand und Schwendi weisen darauf hin.

In den Jahren 1504 und 1505 bauten die Lenker ihre eigene Kirche, lösten sich von St. Stephan und bildeten eine eigene Kirchengemeinde, was auf ein ziemliches Anwachsen der Bevölkerung schliessen lässt. Kardinal Matthäus Schiner soll die Lenker Kirche geweiht haben.

Unter dem Einfluss des Castlans Anton Bütschelbach in Blankenburg und des Leutpriesters Ulrich Ubert von Zweisimmen leisteten die Obersimmentaler und nicht zuletzt die Lenker zur Einführung der Reformation heftigen Widerstand. Im Obersimmental und besonders an der Lenk wirkte der rege Säumerverkehr vom Wallis über den Rawil für den neuen Glauben hemmend, denn die katholischen Wallisersäumer bestärkten die Altgesinnten diesseits des Rawil in ihrem Glauben. Im Oktober 1528 schrieben die Obersimmentaler an Bern, sie dürfen das Neue nicht annehmen (sunder die von Wallis dick und schwer geräst, uff die unsern zu züchen).

Die guten Beziehungen der Lenker mit den Wallisern jenseits des Rawilpasses verwandelten sich denn auch in Feindschaften, als die Lenker 1529 die Reformation doch annahmen. 1522 übergaben die Lenker ihre Kirche samt Pfarrhaus der bernischen Regierung. Wahl und Besoldung der Pfarrei wurde vom Rat Bern übernommen, und die Leute an der Lenk schickten sich in den neuen Glauben. Es kam aber vor, dass Walliser, die über den Rawil an die Lenk kamen, hier die Neugesinnten belästigten, und Bern schrieb deshalb im Juni 1529 an die Oberländer:

„Wir züchen dieser Stund mit Panner us, habend aber etlich, so an die Walliser stossend, diesmal rüwig gelassen, sie söllend anheimisch bliben, gut sorg haben, grüsst sin und warten, was nodt es da obentäten, sich in die Gegenwehr stellen uns unseres Bescheides erwarten.“

Im gleichen Jahr wollten die Lenker einen neugesinnten Pfarrer vertreiben. Der Rat von Bern schrieb ihnen „Herrn Plötschen on verchulden nit ab der pfrund zu wysen.“

In dieser Zeit wanderten etliche Bürger aus der Lenk ins Wallis oder nach dem damals noch katholischen Saanen aus. Doch auch das Gegenteil kam vor. So übersiedelten Neugesinnte aus dem katholischen Jaun nach Lenk und St. Stephan.

D' Wyberschlacht uf der Langermatte

Ein eindrucksvolles Bild aus der Zeit der Glaubenskämpfe diesseits und jenseits des Rawil vermittelt uns die Sage von der Weiberschlacht auf der Langermatte.

Als die wehrfähigen Männer der Lenker talabwärts in den Glaubenskrieg gezogen waren, rückten die feindlichen Walliser über den Wallisberg (Rawil) und raubten den Lenkern auf der Langermatte das Vieh. Jenseits des Passes liessen die Walliser das geraubte Vieh ruhig weiden und sprachen dem Fendant tüchtig zu. Darauf stiegen nun die Lenker Buben unter der Führung des Gemsjägers Siegfried, der beim Auszug der Wehrmänner in den Flühen den Gamsen nachgestiegen war, über den Rawil und fanden ihre ruhig grasende Herde wieder. Sachte lösten einige der Knaben den Tieren die Glocken und Treicheln vom Hals und läuteten sie selber weiter, bis die anderen das Vieh zur Passhöhe getrieben hatten. Nun schleuderte Siegfried mit voller Wucht eine grosse Treichel durchs Fenster hinein in das Gemach, in dem die Walliser zechten. Mit Schrecken mussten diese feststellen, dass das Lenker Vieh verschwunden war. Sobald es Ihre schweren Köpfe erlaubten, machten sie sich in kriegerischer Absicht auf nach der Lenk. Die Lenker, vor allem die Frauen, waren jedoch inzwischen mit Sensen und Heugabeln bewaffnet. Mutig griffen sie die heranziehenden Walliser an und schlugen sie in die Flucht. Die Lenkerfrauen hatten gesiegt. Als die Lenkerkrieger heimkehrten, staunten sie ob der Wehrhaftigkeit der Frauen.

„Bi de Toete“ heisst noch heute die Stelle, wo die Gefallenen auf der Langermatte beerdigt wurden.