

Strecke

Der slowUp Schwyz bietet eine 30 km lange, asphaltierte Rundstrecke durch den Talkessel Schwyz. Die offizielle Startzeit ist am Sonntagmorgen um 10 Uhr in Steinen. Von dort aus führt die Strecke über Seewen und Ibach nach Brunnen. Ab Brunnen geht es zurück über Seewen nach Lauerz, wo eine kleine «Bergetappe» mit einem Höhenunterschied von 100 Metern auf die Teilnehmer wartet. Nach dieser bewältigten Herausforderung führt die Strecke zum Abschluss nach Goldau.

Da die slowUp-Strecke einen Rundkurs um den Lauerzersee bildet, kann der Startpunkt nach Belieben gewählt werden.

An wichtigen Kreuzungen erfolgt die Verkehrsleitung durch Verkehrskadetten und Feuerwehr.

An und Rückreise

Reise direkt mit eigener Muskelkraft von zu Hause mit dem Velo oder den Inlineskates an (siehe Routennetz: www.schweizmobil.ch). Beim Benutzen der öffentlichen Verkehrsmittel besteht für dein Velo keine Transportgarantie. Für die Anreise mit dem Auto steht eine beschränkte Anzahl an Parkplätzen beim Mythen Center Schwyz und beim Seewen Markt zur Verfügung.

Verkehrseinschränkungen

Die slowUp-Strecke wird von 9 - 18 Uhr für den motorisierten Verkehr gesperrt sein. Zusätzlich werden beide Autobahnausfahrten in Goldau während diesem Zeitraum gesperrt. Die Busse der Auto AG Schwyz verkehren in der Region Schwyz eingeschränkt. Weitere Informationen zum Fahrplan findest du unter www.aags.ch.

Notfallnummern

- In allen fünf Villages gibt es Samariterposten.
- Polizei: 117, Sanität: 144, Rega: 1414, Feuerwehr: 118

slowUp-Wettbewerb 2026

Mitmachen und Familienferien gewinnen!

Wir verlosen 200 attraktive Preise im Gesamtwert von über CHF 19'000.-

slowUp.ch



Mietveloangebot

Nahe beim Bahnhof Arth-Goldau, an der Centralstrasse bei der Sparkasse, stehen die offiziellen slowUp-Mietvelos zur Ausleihe bereit. Die komfortablen Citybikes und E-Bikes sind in verschiedenen Rahmengrössen erhältlich. Für Familien stehen zudem Cargo E-Bikes sowie Kindervelos und Kinderanhänger zur Verfügung. Famigros-Mitglieder profitieren von einer Ermässigung von CHF 5.- pro Velo/E-Bike und CHF 25.- pro Cargo E-Bike.

Reservation online unter:
www.rentabike.ch/slowUp



Menschen mit Behinderung

Der slowUp Schwyz und die Festplätze sind für alle Menschen zugänglich. Die Strecke rund um den Lauerzersee ist weitgehend flach bis auf einen kleinen Anstieg zwischen Lauerz und Goldau. Distanzen, Steigungen und Gefälle sind auf der Website ersichtlich.

- Für die Anreise sind sämtliche Parkplätze auch für die Nutzung durch Menschen mit einer Behinderung geeignet.
- Behindertengerechte Toiletten sind an allen Orten vorhanden.
- Von Lauerz nach Goldau fährt ein kostenloser Shuttlebus. Dieser ist auch für Rollstuhlfahrer frei zugänglich.

Vermisste Kinder

Es wird allen Eltern empfohlen, ihren Kindern die Telefonnummer mitzugeben, unter welcher man erreichbar ist. Wenn die Kinder ihre Eltern nicht mehr finden, sollen sie immer in Fahrtrichtung weiterfahren und sich an die slowUp-Helfer wenden. Auch hilft die slowUp-Hotline, Tel. 079 717 28 66, bei der Suche nach vermissten Kindern.

Kontakt

Geschäftsstelle slowUp Schwyz
c/o Brunnen Schwyz Marketing AG
Bahnhofstrasse 15
6440 Brunnen
schwyz@slowUp.ch, Tel. 041 825 00 40

Bei Anliegen zu Verkehrseinschränkungen & Strecke:
079 717 28 66



Poste deine Fotos und Videos unter #slowUp und erwähne uns mit: @slowup_schwyz & @slowUp.ch



slowUp

Schwyz

Sonntag 31.05.2026

10-17 Uhr | 30 km Strecke autofrei

Steinen - Schwyz - Brunnen -
Lauerz - Goldau



MIGROS

suva



LOTTERIEFONDS
KANTON SCHWYZ

VICTORINOX

Wichtige Infos zum Anlass

- Der slowUp ist kostenlos, Anmeldung ist nicht erforderlich.
- Der Anlass findet bei jedem Wetter von 10 - 17 Uhr statt.
- Entlang der Strecke befinden sich diverse Festplätze und Möglichkeiten zur Verpflegung.
- Es gibt keinen eigentlichen Start- und Zielpunkt. Die Teilnehmenden können an jedem Ort starten. Fahrtrichtung ist im Uhrzeigersinn und ist zwingend einzuhalten.

Verhaltensregeln & Sicherheit

- Auf der ganzen Strecke gilt Rechtsverkehr; überhole links. Wer anhalten muss, begibt sich aufs Trottoir oder an den Fahrbahnrand.
- Das Tragen eines Velohelms sowie Schutzbekleidung für Inlineskater werden dringend empfohlen.
- Passe dein Tempo an deine Fähigkeiten an und nimm Rücksicht auf die anderen Teilnehmenden.
- Teilnehmende mit E-Bikes werden gebeten, die Geschwindigkeit anzupassen und nicht schneller als 25 km/h zu fahren! Elektrofahrzeuge ohne Antrieb durch eigene Muskelkraft sind beim slowUp nicht erwünscht.
- Abfall und PET gehören in die dafür vorgesehenen Behälter oder in deinen Rucksack.
- Versicherung ist Sache der Teilnehmenden. Die Veranstalter lehnen jede Haftung ab.

Weitere Partner

Nationaler Gastpartner:



Nationale Servicepartner:



Nationale Trägerschaft:



Regionale Sponsoren:



Medienpartner:



Regionale Partner: AMEOS Seeklinikum Brunnen, Auto AG Schwyz, Bezirk Schwyz - Kulturkommission, Senn Transport, ZKRI

Lokale Partner: Gemeinde Ingenbohl, Gemeinde Lauerz, Gemeinde Schwyz, Gemeinde Arth, Gemeinde Steinen, Contratto AG, Garaventa AG, Kaufmann AG, Rigi Apotheke und Drogerie, RIWAG Türen AG, Steinen Tourismus, Süess Architektur, Verkehrsverein Lauerz, Krebsliga Zentralschweiz



Danke für deine Unterstützung!

Der slowUp ist kostenlos. Unterstütze ihn mit einer Spende via TWINT ...
... oder mit einem slowUp-Sticker à CHF 5.- (erhältlich auf den Festplätzen)



Villages / Festplätze

- 1 Steinen Postplatz
- 2 Ibach Wintersried
- 3 Ibach Kraftwerk ebs
- 4 Brunnen Schulhausplatz
- 5 Brunnen Schilte-Nüni
- 6 Brunnen Föhneneichstrasse
- 7 Seewen Senn-Areal
- 8 Lauerz Dorf
- 9 Goldau Parkstrasse
- 10 Goldau Natur- und Tierpark
- 11 Goldau Sportplatz

Legende

- Samariterposten
- Velovermietung Rent a Bike
- Parkplätze
- WC
- WC rollstuhlgängig
- Verpflegung
- Migros-Zonen
- Bahnhof
- Schiffstation

Das detaillierte Rahmenprogramm findest du unter slowUp.ch/schwyz