Die erste Etappe beginnt im Ort Kandersteg von dort aus benutzt man als erstes die Gondel bahn Richtung Sunbühl. Es besteht auch die Möglichkeit diese Gondelbahn auszulassen, und direkt bei der Talstation die Wanderung zu starten. Angekommen auf 1932 m ü. M bei der Station Sunbühl, beginnt die Wanderung, die ersten 3.5 km sind gemütliches wandern und meist auf einer Betonierten Strasse. Der erste aufstiege beginnt bei der Berghütte Schwarenbach und endet auf den Krete Schwarzgrätli. Darauf folgt ein kleiner abstieg in das Tal und wider ein aufstieg auf den tageshöhepunkt Tschingellochtighore auf über 2734 m ü. M. Danach gibt es noch den Abstieg auf die Engstligenalp zu bewältigen, wo die erste Übernachtung stattfindet.