

# wandern 2023

TOURENTIPPS, GEFÜHRTE WANDERUNGEN, INFORMATIONEN



Wanderwege  
Graubünden

Einfach wanderbar! **graubünden**

# UNSER WANDERLEITERTEAM

*Die Wanderleiterinnen und Wanderleiter der WWGR freuen sich, mit Ihnen auf interessanten Wanderungen und abwechslungsreichen Schneeschuhtouren die Schönheiten des Kantons Graubünden zu entdecken. Die Anmeldung hat beim jeweiligen Wanderleiter zu erfolgen.*



**SEP ANTONA BERGAMIN**  
079 335 43 56  
sepantona.bergamin@hotmail.com



**WERNER FORRER**  
079 359 27 48  
werner\_forrer@bluewin.ch



**ALBERT GREUTER**  
079 450 49 44  
albert.greuter@bluewin.ch



**SUSANNE KERN**  
078 850 31 30  
sannekern@gmx.de



**MICHAEL MEIER**  
076 433 12 05  
hallo@wunderlust.ch



**STEFAN MOSER**  
076 589 30 86  
shop@bananas-shop.net



**CLAUDIA NESTLER**  
079 912 40 52  
info@bergfuehrer-safiental.ch



**GABRIELA SIEVI**  
076 339 75 08  
gabisievi@gmx.net



**KURT SÜESS**  
076 434 04 73  
kurtsuess@bluewin.ch



**RUEDI WIESNER**  
079 851 14 36  
info@berninatrekking.com



**LUIGI ZALA**  
076 522 11 21  
me@aspas.ch



**RUEDI ZUBER**  
079 302 64 29  
ruedi.zuber@spin.ch

# DAS WWGR-WANDERPROGRAMM 2023

*Mit den professionellen Wanderleiterinnen und Wanderleiter der Wanderwege Graubünden sicher und bestens informiert unterwegs. Das müssen Sie wissen:*

## PROGRAMM

Wann und wo welche Wanderung stattfindet, entnehmen Sie dem heraustrennbaren Übersichtskalender in dieser Broschüre.

Die Detailangaben zu jeder Wanderung finden Sie im Internet unter

[wanderwege-graubuenden.ch/de/wandern/gefuehrte-wanderungen](http://wanderwege-graubuenden.ch/de/wandern/gefuehrte-wanderungen)



**NEU:** Der QR Code jeder geführten Wanderung führt direkt auf die Swisstopo App und kann dort im eigenen Account gespeichert werden.

## ANMELDUNG

Erfolgt für jede Wanderung direkt beim jeweiligen Wanderleiter. Eine frühzeitige Anmeldung wird empfohlen. Die Anmeldung gilt als verbindlich. Bitte beachten Sie die Detailangaben zu jeder Wanderung.

## WANDERTELEFON

Unter der Nummer 081 252 02 88 informieren wir jeweils über Durchführung oder Absage sowie allfällige Programmänderungen. Das automatische Wandertelefon ist jeweils am Vorabend der Wanderung ab 18.00 Uhr abrufbar.

## KOSTEN

Für die Teilnahme an einer geführten Wanderung werden folgende Unkostenbeiträge erhoben:

WWGR-Mitglieder CHF 10.00

Nichtmitglieder CHF 35.00

Allfällige Zusatzkosten (z.B. für Transport) werden im Detailbeschrieb der Wanderung aufgeführt.

## WANDERPASS

WWGR-Mitglieder können für CHF 35.00 den Wanderpass erwerben. Dieser berechtigt zur Teilnahme an sämtlichen geführten Wanderungen im Rahmen des WWGR-Wanderprogramms 2023. Der WWGR Wanderpass ist jeweils für ein Jahr gültig und kann gegen Barzahlung direkt beim Wanderleiter bestellt oder auf der WWGR Geschäftsstelle gegen Rechnung bezogen werden.

## AUSRÜSTUNG

Je nach Art der Wanderung benötigen Sie eine Wander-, Bergwander- oder Schneeschuh-Ausrüstung. Beachten Sie dazu auch die Informationen zum sicheren Bergwandern auf den Seiten 10/11 dieser Broschüre. Auf den geführten Schneeschuhtouren mit LVS wird erwartet, dass der Teilnehmende mit der Bedienung des persönlichen Geräts vertraut ist. Wo vermerkt, kann die Schneeschuhausrüstung beim Wanderleiter gemietet werden.

## EINWILLIGUNG FÜR BILDER

An Veranstaltungen oder geführten Wanderungen der WWGR können Bilder gemacht werden, welche im Fotoalbum auf der Webseite oder in dieser Broschüre verwendet werden. Die Teilnehmer erklären sich ohne entsprechende Gegenmeldung mit dieser Handhabung einverstanden.

## HUNDE

Falls jemand auf geführte Wanderungen seinen Hund mitnehmen möchte, muss dies mit der Wanderleitung abgesprochen werden.

# Bündner Bergmanifest

Das Bündner Bergmanifest zeigt in 10 einfachen Punkten, wie wir rücksichtsvoll mit der Natur und miteinander umgehen können.

- 1 Wir übernachten nur dort im Freien, wo es erlaubt ist.
- 2 Wir bewundern Wildtiere aus der Distanz.
- 3 Wir bleiben auf den Wegen und Trails.
- 4 ...

Alle 10 Verhaltenstipps auf [buedner-bergmanifest.ch](http://buedner-bergmanifest.ch)



Übernehmen Sie Verantwortung und bekennen Sie sich zum Bündner Bergmanifest.

graubünden

graubünden

## einfach wanderbar.

In Graubünden gibt es rund 11 000 Kilometer Wanderwege. Alle sind signalisiert. Und wie! An rund 12 000 Standorten sorgen über 40 000 Wegweiser dafür, dass Wanderinnen und Wanderer den rechten Weg nicht verpassen. Und das eingebettet in die herrliche Bündner Berglandschaft. Naturerlebnisse à Discretion sind hier garantiert. Einfach wanderbar!

Der Verein Wanderwege Graubünden setzt sich mit Unterstützung des nationalen Dachverbands der Schweizer Wanderwege für sämtliche Belange des Wanderns im Kanton Graubünden ein. Sei es mit der Ausbildung von professionellen Wanderleitern, der Organisation eines attraktiven Wanderprogramms oder – in offiziellem Auftrag des Kantons Graubünden – mit der Qualitätsprüfung von Wanderwegen und deren Signalisation.



# INHALT

## TEIL «WANDERN 2023»



**WANDERN 2023** — SEITE 3

**UNTERWEGS** — SEITEN 4–9

**SICHER WANDERN** — SEITEN 10/11

**WANDERUNGEN** — SEITEN 13–69

**ÜBERSICHT DER WANDERUNGEN** — IM UMSCHLAG

*Für den Inhalt zum Teil «wwgr intern» –  
bitte die Broschüre wenden.*



**Wanderwege  
Graubünden**

# WANDERN – EINFACH VIELFÄLTIG

*Danke für die Unterstützung*

Im guten alten Duden wird die Bedeutung des Worts Wandern einfach und simpel als «zu Fuss zurücklegen eines längeren Weges durch die Natur» beschrieben. Doch so einfach wie es klingt, ist es dann doch nicht mit dem Wandern. Das wird mir immer dann wieder bewusst, wenn mich jemand fragt, was wir als Wanderwege Graubünden überhaupt so machen und ob wir denn auch das ganze Jahr über genügend Arbeit hätten.

Die Fragen sind berechtigt, denn wer weiss schon, was eine kantonale Wanderweg-Fachorganisation – wir sind übrigens eine von 26 kantonalen Organisationen im Dachverband Schweizer Wanderwege – für Aufgaben zu erfüllen hat. Entsprechend überrascht sind in der Regel die Leute, wenn sie erfahren, dass wir auf der Geschäftsstelle unseres Vereins sechs Mitarbeitende mit einem Arbeitsvolumen von 4 ½ Vollzeitstellen beschäftigen, welche die unterschiedlichen Geschäftsfelder bearbeiten.

Auch kaum bekannt ist, dass unsere Lohnliste rund 60 Personen umfasst. So unterstützen beispielsweise über 30 Bezirksleiterinnen und -Leiter im Teilpensum und in allen Regionen des Kantons unseren Leiter Technik bei der Umsetzung des Leistungsauftrags, welchen wir vom Kanton Graubünden erhalten. Rund ein Dutzend weitere Fachleute engagieren sich in unserem Auftrag im Berufslehrgang Wanderleiter:in und in den esa-Kursen bei

der Aus- und Weiterbildung von professionellen und ehrenamtlichen Wanderleiterinnen und Wanderleitern. Und auch das Dutzend professionelle Wanderleiterinnen und Wanderleiter, welche für die Umsetzung unseres Ganzjahres-Wanderprogramms und damit für einen wichtigen Teil des Geschäftsfeldes Wanderförderung verantwortlich zeichnen, stehen als Teilzeitmitarbeitende auf unserer Lohnliste. Dazu kommen die Fachreferentinnen und -Referenten, welche die Angebote für Alle leiten und dort ihr fundiertes Wissen an interessierte Wanderinnen und Wanderer weitergeben.

Kurz und gut: Als Wanderwege Graubünden engagieren wir uns in vielerlei Hinsicht für die Interessen des Wanderns und der Wandernden. Und so ist Wandern für uns nicht nur einfach, sondern einfach vielfältig. Vielen Dank, dass Sie uns dabei unterstützen.



**STEPHAN KAUFMANN**

Geschäftsführer  
der Fachorganisation  
«Wanderwege Graubünden»

# GUT UNTERHALTENE WANDERWEGE UND WAS DAHINTER STECKT

*Mithilfe erwünscht!*

Eines der Handlungsfelder von Wanderwege Graubünden trägt den vielsagenden Titel «Technik». Darunter fallen Aufgaben und Aktivitäten, welche im Zusammenhang mit dem Wanderwegnetz im Kanton stehen. Und dessen Dimensionen sind bekanntlich eindrücklich: Von den 65000 Kilometern Wanderwegen in der Schweiz befinden sich deren 11000 Kilometer als markierte Wander-, Bergwander- und Alpinwanderwege in Graubünden. Über 43000 einzelne Wegweiser-Tafeln an rund 14000 Standorten weisen dabei den Wandernden den richtigen Weg ans Ziel.

## **SUPPORT DURCH KANTON UND WANDERWEG-FACHORGANISATION**

Die Verantwortung für Bau, Unterhalt und Signalisation von Wanderwegen ist bei uns vom Kanton an die Gemeinden delegiert. In der Praxis sorgt ein Zusammenspiel zwischen Fachstelle Langsamverkehr des Tiefbauamts Graubünden, Wanderwege Graubünden und den einzelnen Gemeinden dafür, dass das Wanderwegnetz den hohen Ansprüchen der Wegnutzenden entspricht. Die Rolle der Wanderwege Graubünden ist durch eine Leistungsvereinbarung mit dem Kanton geregelt. Sie umfasst Aufgaben im Bereich Inventarisierung von Wegnetz und Signalisation genauso wie den technischen Support der Gemeinden in Bezug auf die Langsamverkehrsinfrastruktur. So können die Gemeinden auf ein um-

fassendes Dokumentationswerk in Form von Handbüchern und Broschüren zurückgreifen, welche Institutionen wie das Bundesamt für Strassen, die kantonalen Tiefbauämter, aber auch Wanderweg-Fachorganisationen wie Schweizer Wanderwege und Wanderwege Graubünden (WWGR) erarbeitet haben.

Ergänzend dazu stehen die Unterstützungsdienstleistungen der Fachstelle Langsamverkehr (FLV) beim Tiefbauamt Graubünden und der WWGR-Technikabteilung.

## **MITHILFE ERWÜNSCHT**

Die Qualität der Wanderwege und ihrer Signalisation wird von den WWGR-Bezirksleitern im Zweijahres-Rhythmus flächendeckend überprüft und rapportiert. Doch trotz der Bemühungen aller Beteiligten sind Mängel auf den Wanderwegen nie auszuschliessen. Hier können Sie als Wanderin und Wanderer einen wertvollen Beitrag leisten. Haben Sie einen Mangel festgestellt? Dann können Sie diesen via WWGR-Webseite unter der Rubrik «Wanderwege» melden.

Besten Dank für Ihre Mithilfe!

---

Weitere Informationen unter  
[wanderwege-graubunden.ch](http://wanderwege-graubunden.ch)  
> **Wanderwege** > Schäden melden





# VON WEGSPERRUNGEN UND UMLEITUNGEN

*Am Ende bleibt die Eigenverantwortung.*

Ein Wanderwegnetz, das sich rund um die Uhr und durchgehend in tadellosem Zustand präsentiert, entspricht einer Idealvorstellung. In der Praxis erschweren oder verhindern jedoch oft die Folgen von Naturereignissen wie Felssturz, Steinschlag, Hochwasser oder Unterhalts- und Forstarbeiten ein Durchkommen. Dann sind die Werkdienste der Gemeinden gefordert, die Schäden so rasch wie möglich zu beheben und die Wege wieder frei zu geben oder Umleitungen zu organisieren. Dazu sind sie durch das Bundesgesetz über Fuss- und Wanderwege gesetzlich verpflichtet.

## RASCHE INFORMATION IM SCHADENFALL

Dies ist jedoch nicht immer innert nützlicher Frist möglich. Aufwändige Instandstellungs- und Unterhaltsarbeiten oder latente Gefahrensituationen können Sperrungen und Umleitungen über eine längere Zeitdauer hinweg erfordern. Diese werden von den Gemeinden gemeldet und von uns im zentralen Wegsperrungs-Tool der Schweizer Wanderwege erfasst. Sie werden dann mit einer gewissen Verzögerung von Schweiz Mobil, Swisstopo und ähnlichen Plattformen übernommen und publiziert und so auf einfache Weise den Wandernden zugänglich gemacht. Die Planung von Wanderungen wird so erleichtert und die Gefahr von unliebsamen Überraschungen während der Tour reduziert. So

sinkt die Wahrscheinlichkeit, auf einer Tour plötzlich nichtsahnend von einer Wegsperrung gestoppt zu werden.

## GUT ZU WISSEN

Haben Sie gewusst, dass Wanderwege grundsätzlich für das Wandern während der schnee- und eisfreien Zeit bestimmt sind? Ausserhalb dieser Zeit werden sie nur in besonderen Situationen unterhalten oder gesperrt. Es muss entsprechend der Jahreszeit, den Witterungsverhältnissen und dem Standort mit Schnee, Eis und allfälligen weiteren Gefahren auf dem Weg gerechnet werden. Hier kommt dann die Eigenverantwortung der Wandernden ins Spiel, d.h. Sie müssen in jeder Situation für sich selber entscheiden, ob Sie den Anforderungen vor Ort gewachsen sind oder ob eine Umkehr die sicherere Alternative ist. Planen Sie Ihre Wanderung deshalb sorgfältig und prüfen Sie unterwegs laufend die aktuellen Weg- und Witterungsverhältnisse. Weitere Informationen erhalten Sie bei der lokalen Tourismusinfo und unter [sicher-bergwandern.ch](http://sicher-bergwandern.ch).

---

Weitere Informationen unter [wanderland.ch](http://wanderland.ch)



# FRIEDLICHE KOEXISTENZ

*Respekt, Rücksicht und Toleranz als Zauberformel?*

**D**er Trend ist unaufhaltsam: Immer mehr Menschen zieht es nach draussen in die Natur, wo sie sich nach Ruhe und Erholung oder auch nach Action und Abenteuer als Abwechslung zum Alltag sehnen. Doch je mehr Menschen sich in der Natur tummeln, umso mehr steigt das Potenzial für Nutzungskonflikte, denn genauso wie erholungssuchende Gäste haben auch die heimische Natur und die Landwirtschaft Ansprüche und Erwartungen. Und nicht selten sind diese wenig oder überhaupt nicht deckungsgleich. Während die Landschaft von Touristen und Freizeitnutzer aller Art vielfach als beinahe grenzenloser Raum für Spass und Erholung wahrgenommen wird, bildet sie für die Landwirtschaft und für Fauna und Flora die Existenzbasis.

## **DIE NATUR SCHÄTZEN UND SCHÜTZEN**

Viele Pflanzen und Tiere sind spezialisiert auf einen engen Lebensbereich und reagieren sensibel auf Störungen. Mit entsprechender Zurückhaltung und Rücksichtnahme können wir diesen Lebensraum intakt halten.

## **WANDERN UND LANDWIRTSCHAFT**

Wanderwege führen nicht selten über landwirtschaftlich genutztes Gebiet. Beim Betreten von Weiden ist daher unbedingt auf die Tiere – Rinder, Schafe, Herdenschutzhunde und andere – und deren Verhalten zu achten

und Rücksicht zu nehmen. Dies gilt vor allem auch für Wandernde, welche mit Hund unterwegs sind.

## **ES BRAUCHT NICHT VIEL**

Egal ob als Wandernde, Biker oder Trailrunner: wir sind Gast in der Natur. Unsere Verantwortung gegenüber Natur und Landschaft können wir mit entsprechendem Verhalten wahrnehmen. Dabei sind gesellschaftliche Werte wie Respekt, Rücksichtnahme und Toleranz wichtiger denn je. Viel wirkungsvoller als Verbote können sie zu einem friedlichen Miteinander beitragen. Wir nennen das fairtrail!

Ergänzend zu fairtrail hat Graubünden Ferien im Sommer 2022 das Bündner Bergmanifest lanciert.

Wanderwege Graubünden unterstützt auch diese Kampagne, welche den fairtrail-Gedanken sinnvoll weiter fasst.

---

**Weitere Informationen unter**  
[graubuenden.ch/de/bergmanifest.ch](http://graubuenden.ch/de/bergmanifest.ch)





krebsliga graubünden  
lia grischuna cunter il cancer  
lega grigionese contro il cancro

# Kraft tanken in der Natur

Wanderangebot für Körper und Geist

Einfache, gemütliche geführte Wanderungen, bei welchen das Naturerlebnis im Vordergrund steht. Für Menschen, die in irgendeiner Form von Krebs betroffen sind und eine kleine Auszeit möchten.

Weitere Informationen unter  
[www.krebsliga-gr.ch](http://www.krebsliga-gr.ch)



IN KOOPERATION MIT

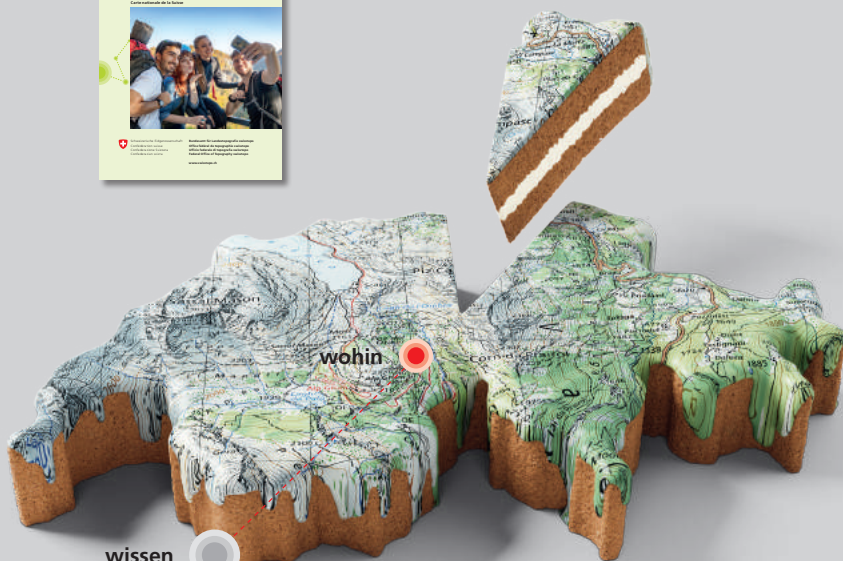


Wanderwege  
Graubünden



# mySwissMap – jetzt noch persönlicher

Kreiere dein eigenes Stück Schweiz



swisstopo

**Mit Wanderkarte und  
neuen Funktionen**

freies Zeichnen  
Importieren von Routen  
mehr Gestaltungsmöglichkeiten



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

Bundesamt für Landestopografie swisstopo

Jetzt ausprobieren und  
gleich bestellen:  
[swisstopo.ch/myswissmap](https://swisstopo.ch/myswissmap)



# DIGITAL UNTERSTÜTZTES WANDERERLEBNIS

*Wandern mit dem Smartphone – nicht nur für Influencer.*

**B**ei vielen Wandernden sind Smartphones verpönt, suchen sie doch explizit die Ruhe und geniessen es, nicht erreichbar sein zu müssen. Andere dagegen können ohne Smartphone unmöglich wandern, weil sie ihre Eindrücke bildlich festhalten und möglichst in Echtzeit über ihre Social Media Kanäle mit ihrer Community teilen müssen. Und dann gibt es da auch noch jene Gruppe von Wandernden, welche das Smartphone als praktische Orientierungshilfe nutzen. Und damit: Herzlich willkommen in der Welt des digitalen Wanderns!

## **ERGÄNZUNG ZUR WANDERKARTE**

Vor der Zeit von Internet und Smartphone war die Wanderkarte aus Papier bei der Planung und Durchführung von Wanderungen unverzichtbar. Heute wird zunehmend auf elektronische Hilfsmittel zurückgegriffen. Am PC oder am Smartphone lässt sich eine Wanderung auf einfache Art und Weise masschneidern. Und unterwegs sorgen entsprechende Applikationen dafür, dass man nicht vom geplanten Weg ab-, sondern sicher am geplanten Ziel ankommt. Als eine der besten Apps dieser Art gilt aktuell die swisstopo-App. Diese preisgekrönte Mobileapplikation ist kostenlos erhältlich und auf einfachste Art und Weise mit vielen nützlichen Funktionen einsetzbar. Neu kann übrigens jede Wanderung aus dieser Broschüre via QR-Code direkt in die swisstopo-App übertragen werden.

Wanderwege Graubünden bietet Interessierten, welche den Einstieg in die Welt der digitalen Wanderplanung und -Orientierung wagen möchten, einen zweiteiligen swisstopo-App-Einsteigerkurs mit Theorie und Praxis an (s. S. 18 im «intern»-Teil).

## **WERTVOLLER HELFER IM NOTFALL**

Nicht nur bei der Orientierung kann das Smartphone Wandernden wertvolle Unterstützung bieten, im Notfall kann es sogar Leben retten. So sollten die wichtigsten Notfallnummern auf jedem Smartphone fix abgespeichert werden. Wer sich noch besser absichern will, nutzt die REGA-App, welche bei einer allfälligen Alarmierung automatisch den aktuellen Standort an die Einsatzzentrale übermittelt. Voraussetzung dafür ist allerdings Handyempfang. Wer sich regelmässig im Niemandsland ohne Netzabdeckung bewegt, nutzt deshalb besser gleich die Alarmierungsapp von Uepaa! Diese bietet ähnliche Funktionen wie die REGA-App, funktioniert aber auch dann, wenn kein Mobilfunknetz vorhanden ist.





---

**Weitere wertvolle digitale Wanderhelfer für Smartphones unter [schweizer-wanderwege.ch](http://schweizer-wanderwege.ch)**

> wandern > vorbereitung > wander-apps



SICHER UNTERWEGS – WEGKATEGORIE WANDERN / BERGWANDERN

SIGNALE	WEGQUALITÄT, GELÄNDE / GEFAHRENSTELLEN	ANFORDERUNGEN / AUSTRÜSTUNG
 	<p>Wanderweg</p> <p>Allgemein zugängliche Wege. Möglichst abseits Strassen für den Mfz-Verkehr. Möglichst nicht asphaltiert. Steile Passagen werden mit Stufen überwunden. Bäche auf Stegen oder Brücken passierbar. Absturzstellen sind mit Geländern gesichert.</p>	<p>Keine besonderen Anforderungen.</p> <p>Keine spezielle Ausrüstung nötig.</p>
 	<p>Bergwanderweg</p> <p>Teilweise unwegsames Gelände. Überwiegend steil und schmal. Bäche teilweise nur über Furten passierbar. Teilweise exponiert.</p> <p>Besonders schwierige Passagen mit Ketten oder Seilen gesichert.</p>	<p>Gute körperliche Verfassung.</p> <p>Trittsicher/schwindelfrei.</p> <p>Kenntnisse der Gefahren im Gebirge (Steinschlag, Rutsch-/Absturzgefahr, Wetterumsturz).</p> <p>Feste Schuhe mit griffiger Sohle.</p> <p>Witterungsgemässe Ausrüstung.</p> <p>Topografische Karten.</p>

SIGNALISATION  
LANGSAMVERKEHR

-  Wanderweg
-  Bergwanderweg
-  Alpinwanderweg
-  Winterwanderwege
-  Spazier- und Laufweg
-  Kultur- und Themenweg
-  Veloweg
-  Mountainbikeweg
-  Skatingweg
-  Wildschutzgebiet

AUSRÜSTUNG

**Wandern**

Eine gute Ausrüstung ist für die Wanderungen, die grösstenteils über Bergwanderwege im Gebirge führen, Pflicht. Empfehlung: gute Trekkingschuhe, warme Kleidung, Regen- und Sonnenschutz.

**Schneeschuhlaufen**

Zur Schneeschuhausrüstung gehören feste, warme Schuhe, Schneeschuhe, ein LVS (Lawinenverschütteten-suchgerät), Schaufel, Sondierstange und Stöcke.

**INFORMATION**

**Wetterbericht** [meteoschweiz.ch](http://meteoschweiz.ch) oder Tel. 162

**Lawinenbulletins** [slf.ch](http://slf.ch)

**Wildruhezonen, -schutzgebiete** [wildruhe.gr.ch](http://wildruhe.gr.ch)

**Herdenschutzhund** [herdenschutzschweiz.ch](http://herdenschutzschweiz.ch)

**Mutterkuhherden** [mutterkuh.ch](http://mutterkuh.ch)

**AUS DER SAC-BERG- UND ALPINWANDERSKALA**

GRAD	GELÄNDE	ANFORDERUNGEN
T1 Wandern	Weg gut gebahnt. Falls vorhanden, sind exponierte Stellen sehr gut gesichert. Absturzgefahr kann bei normalem Verhalten weitgehend ausgeschlossen werden.	Keine besonderen. Auch mit Turnschuhen geeignet. Orientierung problemlos, in der Regel auch ohne Karte möglich.
T2 Bergwandern	Weg mit durchgehendem Trassee. Gelände teilweise steil, Absturzgefahr nicht ausgeschlossen.	Etwas Trittsicherheit. Trekkingschuhe sind empfehlenswert. Elementares Orientierungsvermögen.
T3 anspruchsvolles Bergwandern	Weg am Boden nicht unbedingt durchgehend sichtbar. Ausgesetzte Stellen können mit Seilen oder Ketten gesichert sein. Evt. braucht man die Hände fürs Gleichgewicht. Zum Teil exponierte Stellen mit Absturzgefahr, Geröllflächen, weglose Schrofen.	Gute Trittsicherheit. Gute Trekkingschuhe. Durchschnittliches Orientierungsvermögen. Elementare alpine Erfahrung.

**AUS DER SAC-SCHNEESCHUHTOUREN-BEWERTUNG**

GRAD	GELÄNDE	ANFORDERUNGEN
WT1 leichte Schneeschuhwanderung	< 25° Insgesamt flach oder wenig steil. In der näheren Umgebung sind keine Steilhänge vorhanden.	Keine Lawinengefahr. Keine Abrutsch- oder Absturzgefahr. Lawinenkenntnisse nicht notwendig.
WT2 Schneeschuhwanderung	< 25° Insgesamt flach oder wenig steil. In der näheren Umgebung sind Steilhänge vorhanden.	Lawinengefahr. Keine Abrutsch- oder Absturzgefahr. Grundkenntnisse im Beurteilen der Lawinensituation.
WT3 anspruchsvolle Schneeschuhwanderung	< 30° Insgesamt wenig bis mässig steil. Kurze steilere Passagen (steiler als die allgemein angegebene Steilheit).	Lawinengefahr. Geringe Abrutschgefahr, kurze, auslaufende Rutschwege. Grundkenntnisse im Beurteilen der Lawinensituation.

# Weitwanderung Via Engiadina

## Weitwandern im Engadin

Die Höhenwanderung entlang der Via Engiadina führt Sie im Unterengadin von Zernez über 7 Etappen bis Vinadi. Sie durchqueren authentische Engadiner Dörfer, wandern an kristallklaren Bächen und saftigen Alpwiesen vorbei und haben stets die Bergwelt im Blick.

## Das Package:

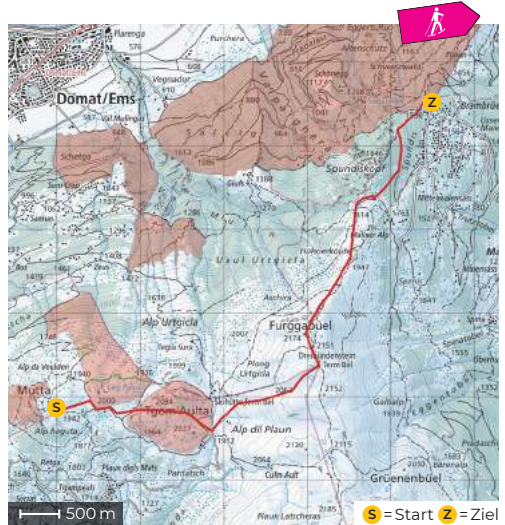
Drei bis sieben Übernachtungen mit Gepäcktransport von einem Hotel zum nächsten, Leistungen der Gästekarte Engadin Scuol Zernez und Reisedokumentation mit Wegbeschreibungen.

Alle Informationen zum Angebot:  
[engadin.com/ViaEngiadina](https://engadin.com/ViaEngiadina)





# ZUM CHURER «ALTIPLANO»

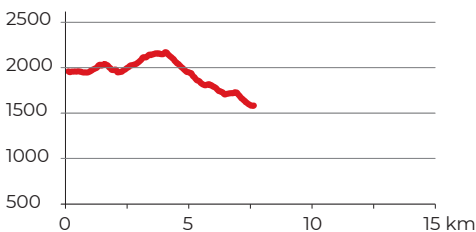


## Feldis – Dreibündenstein – Spundisköpfe – Brambrüesch

Per Luftseil- und Sesselbahn überwinden wir rund 1300 Höhenmeter zwischen dem Treffpunkt in Rhäzüns und dem eigentlichen Start unserer Tour auf der Mutta, dem Aussichtspunkt hoch über dem Sonnendorf Feldis. Hier erwartet uns am Fusse des Dreibündensteins mit der Feldiser Hochebene ein Schneeschuhparadies. In dieser Gegend lebt auch das Alpenschneehuhn. Mit etwas Glück treffen wir zumindest auf seine Spuren. Beim Dreibündenstein gibt's Picknick und dazu Spannendes und Wissenswertes über die Gegend und ihre Geschichte. Via Spundisköpfe stapfen wir runter nach Brambrüesch, wo Kaffee und Kuchen auf uns warten. Zum Schluss schweben wir mit der Brambrüeschbahn hinunter nach Chur.

4 h 15 min 400 m 800 m

7,5 km Schneeschuhwanderung, WTI



**Sonntag, 08.01.2023**

Anmeldung	bis 05.01.2023
Wanderleitung	Luigi Zala M 076 522 11 21 me@aspass.ch
Treffpunkt	09:30h Rhäzüns, Talstation Luftseilbahn
Ankunft	15:30h Chur, Brambrüesch
Ausrüstung	Winterwanderausrüstung mit Schneeschuhen/Stöcken. Ausrüstung kann auf Anfrage gemietet werden.
Karte	247S
Verpflegung	aus dem Rucksack, Restaurant



**NEU:** Dieser QR Code führt direkt auf die Swisstopo App und kann dort in eigenen Account gespeichert werden.

# AUGE IN AUGE MIT DEM PIZ BEVERIN



© Tourismus Savognin Bivio Albula

## Obertschappina – In da Bärga – Casaritsch – Börter – Caral – Bruneier – Obertschappina

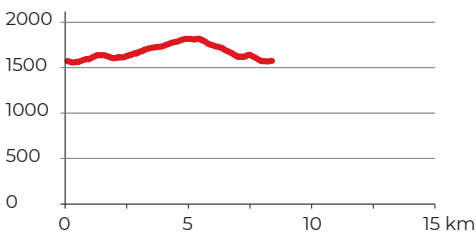
Schon auf der Postautofahrt von Thusis an den oberen Heinzenberg präsentiert sich der Piz Beverin von seiner schönsten Seite. Auf dem Winterwanderweg queren wir das Wintersportgebiet von Obertschappina bis nach Oberurmein. Leicht ansteigend machen wir eine Schlaufe zurück, den Piz Beverin stets im Blickfeld. Nach einer verdienten Pause im Berggasthaus beginnt der Abstieg. Der Weg führt unter anderem durch die «Ufforstig». Dieser Wald wurde vor rund 200 Jahren angepflanzt. Er hat bis heute die Aufgabe, den Hang zu stabilisieren und damit die permanente Rutschung des Heinzenbergs zu stoppen.



**Sonntag, 15.01.2023**

Anmeldung	bis 12.01.2023
Wanderleitung	Sep Antona Bergamin M 079 335 43 56 sepantona.bergamin@hotmail.com
Treffpunkt	09:30h Thusis, Bahnhof
Ankunft	16:00h Obertschappina
Ausrüstung	Winterwanderausrüstung, Wanderstöcke sollten mitgenommen werden
Karte	257S
Verpflegung	aus dem Rucksack

🕒 3 h 0 min    ⬆️ 350 m    ⬇️ 350 m  
↔️ 8,5km    🏔️ Winterwanderung, T1



**NEU:** Dieser QR Code führt direkt auf die Swisstopo App und kann dort im eigenen Account gespeichert werden.

# EIN GEHEIMTIPP IM HERZEN DES PRÄTTIGAUS



© Marietta Kobald

## Fideriser Heuberge – Fideriser Tarnuz – Malanser Tarnuz – Conterser Duranna – Conters

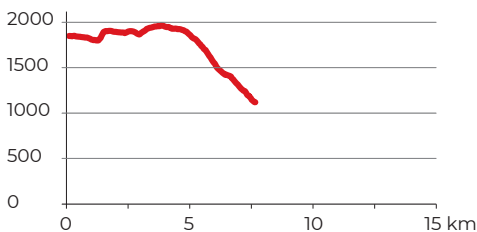
Per Heuberge Bus lassen wir uns ab Fideris die ersten Höhenmeter bis Märki hoch chauffieren, eh wir mit den Schneeschuhen an den Füßen stets dem Verlauf der Höhenkurven folgend, erst den Fideriser und dann den Malanser Tarnuz ansteuern. Auf idealem Schneeschuhgelände umrunden wir den Girenspitz und gelangen so zur Conterser Duranna. Ab hier geht's mehrheitlich bergab. Wir hoffen auf herrlichen Pulverschnee, welcher diesen schönen Abstieg nach Conters zum besonderen Vergnügen macht.



**Samstag, 21.01.2023**

Anmeldung	bis 18.01.2023
Wanderleitung	Gabi Sievi M 076 339 75 08 gabisievi@gmx.net
Treffpunkt	09:00h Fideris, alte Sägerei
Ankunft	15:00h Conters, Dorf
Ausrüstung	Winterwanderausrüstung mit Schneeschuhen/Stöcken und LVS/Schaufel/Sondierstange. Ausrüstung kann nicht gemietet werden.
Karte	248S
Verpflegung	aus dem Rucksack
Infos	Kosten Bus CHF 23.00 pro Person

🕒 4 h 0 min    ⬆️ 250 m    ⬇️ 1000 m  
↔️ 8 km    🚡 Schneeschuhwanderung, WT2



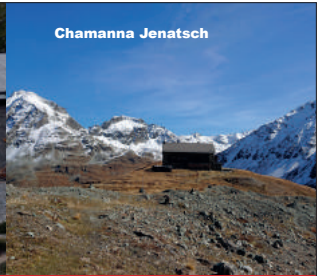
**NEU:** Dieser QR Code führt direkt auf die Swisstopo App und kann dort in eigenem Account gespeichert werden.



Chamanna Boval



Chamanna Tschierva



Chamanna Jenatsch

Die SAC Sektion Bernina freut sich auf Ihren Besuch in unseren Hütten.  
Geniessen Sie unvergessliche Wandererlebnisse!



Rifugio Saoseo

Sektion Bernina  
 Club Alpin Svizzer CAS  
 Club Alpin Suisse  
 Schweizer Alpen-Club  
 Club Alpino Svizzero



[www.sac-bernina.ch](http://www.sac-bernina.ch)



Chamanna d'Es-cha




**RÄTIKON**  
SPORT

**DEIN BERGSORTSPEZIALIST  
IM HERZEN DES RÄTIKON**

Rätikon Sport AG | Industriestrasse 1 | 7240 Küblis | [raetikon sport.ch](http://raetikon sport.ch)

# WO VIVIAN EINST WÜTETE



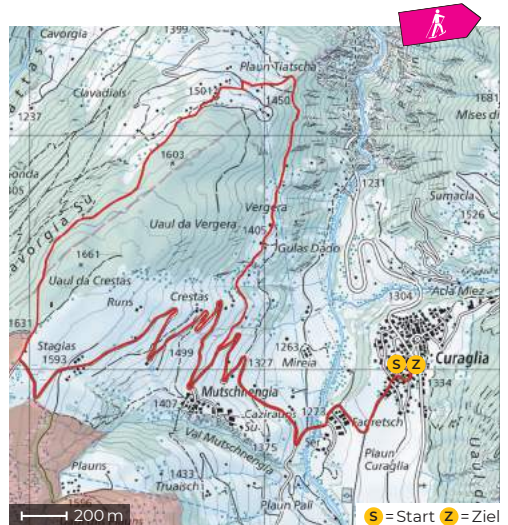
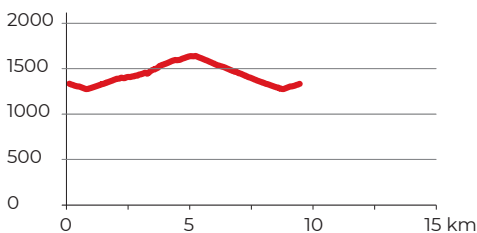
© Disentis Sedrun Tourismus

## Fadretsch (Curaglia) – Plaun Tiatscha – Fontauna – Stagias – Muntschnegia – Fadretsch

Eine an Aussichten reiche Schneeschuhwanderung, welche uns von Curaglia aus via Clavianev durch die Val Magia zwischen verschneiten Birken und Tannen und über freie Felder zur Anhöhe Plaun Tiatscha und zur Academia Vivian führt. Das Gebäude, das von den einheimischen Gujan + Pally Architekten gestaltet wurde, erinnert an den Orkan «Vivian», der hier im Februar 1990 unbändig wütete und weite Teile des Waldes dem Erdboden gleich machte. Heute geniessen wir an diesem Ort Ruhe und Rundumsicht, ehe wir über Stagias und Muntschnegia ins Tal absteigen. Feldstecher nicht vergessen, denn mit etwas Glück lassen sich Gämsen und Hirsche beobachten.

🕒 4 h 0 min    ⬆️ 450 m    ⬇️ 450 m

↔️ 9 km    🥾 Schneeschuhwanderung, WT1



**Sonntag, 29.01.2023**

Anmeldung	bis 26.01.2023
Wanderleitung	Michael Meier M 076 433 12 05 hallo@wunderlust.ch
Treffpunkt	10:30 h Curaglia, Posta
Ankunft	15:30 h Curaglia, Posta
Ausrüstung	Winterwanderausrüstung mit Schneeschuhen/Stöcken und LVS/Schaukel/Sondierstange. Ausrüstung kann auf Anfrage gemietet werden.
Karte	256S
Verpflegung	aus dem Rucksack
Infos	Feldstecher mitnehmen



**NEU:** Dieser QR Code führt direkt auf die Swisstopo App und kann dort im eigenen Account gespeichert werden.

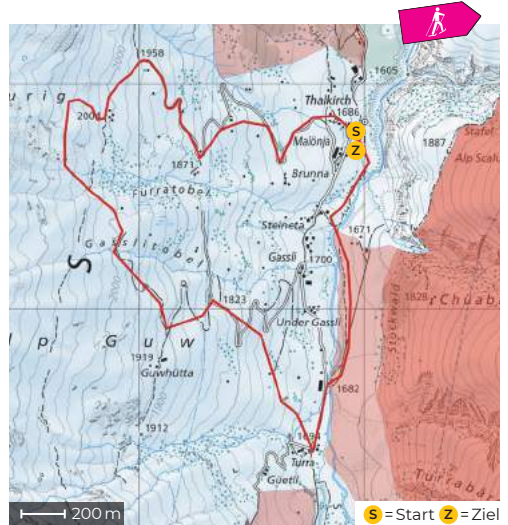
# WINTERRUHE BEI DEN WALSERN IM SAFIENTAL



© Luigi Zala

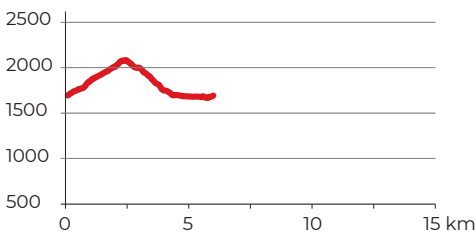
## Thalkirch – Alp Tscheurig – Alp Guw – Turrahus – Thalkirch

Wer das Safiental kennt, weiss hier die Ruhe in der Abgelegenheit zu schätzen. Für die lange Anfahrt nach Thalkirch, unserem Startort im hinteren Safiental, werden wir von den Eindrücken einer wilden, unberührten Winterlandschaft vollkommen entschädigt. Mit Schneeschuhen ausgerüstet steigen wir am Fusse des Tällihorns der Bergflanke entlang hoch zur Alp Tscheurig. Da geniessen wir das Panorama und erfahren Interessantes über Land und Leute. Der Abstieg führt zum Berggasthaus Turrahus, wo wir uns ein feines Zvieri gönnen, bevor wir dem Rabiusa-Fluss entlang wieder nach Thalkirch gelangen.


**Sonntag, 05.02.2023**

Anmeldung	bis 02.02.2023
Wanderleitung	Luigi Zala M 076 522 11 21 me@aspass.ch
Treffpunkt	09:15h Thalkirch, alte Post
Ankunft	14:00h Thalkirch, alte Post
Ausrüstung	Winterwanderausrüstung mit Schneeschuhen/Stöcken und LVS/Schaufel/Sondierstange. Ausrüstung kann auf Anfrage gemietet werden.
Karte	257S
Verpflegung	aus dem Rucksack

🕒 3 h 30 min    ⬆️ 450 m    ⬇️ 450 m  
 ↔️ 6 km    🥾 Schneeschuhwanderung, WT2



**NEU:** Dieser QR Code führt direkt auf die Swisstopo App und kann dort im eigenen Account gespeichert werden.

# MUNTISCHÈ – GEHEIMTIPP IM OBERENGADIN



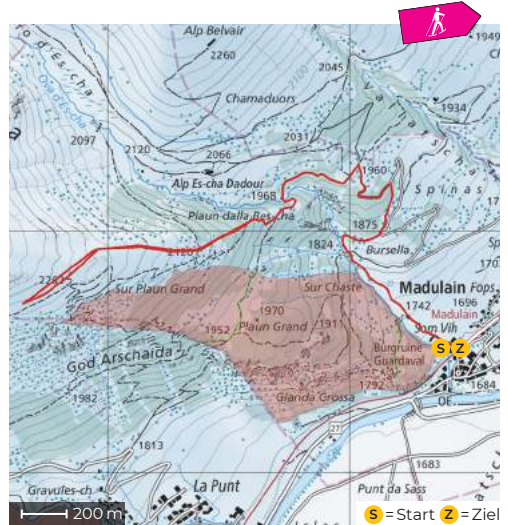
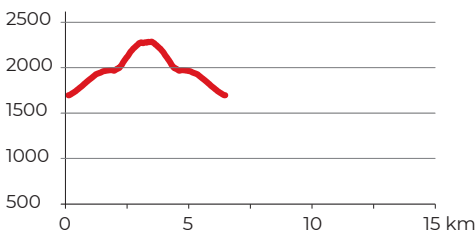
© Ruedi Wiesner

## Madulain – Brücke Ova d'Escha – Brusella – Punkt 2262 – Brusella – Madulain

Vom Bahnhof Madulain steigt der Weg anfangs steil in Richtung Alp Es-cha Dadour. An der Kreuzung bei Punkt 1960 wählen wir den angenehm eben verlaufenden Weg nach Südwesten zur Brücke über die Ova d'Es-cha. Hier werden wir einem Fotohalt kaum widerstehen können, ehe sich uns nach einem steilen Aufstieg durch den Wald – entsprechendes Wetter vorausgesetzt – eine grandiose Aussicht auf den Piz Kesch eröffnet. Die letzten 150 Höhenmeter führen uns oberhalb Sur Plau Grand zur Aussichtsterrasse am Muntischè. Auf dem Rückweg folgen wir der Aufstiegsroute zurück nach Madulain.

🕒 4 h 30 min    ⬆️ 600 m    ⬆️ 600 m

↔️ 6,5 km    ⚡️ Schneeschuhwanderung, WT2



**Samstag, 11.02.2023**

Anmeldung	bis 08.02.2023
Wanderleitung	Ruedi Wiesner M 079 851 14 36 info@berninatrekking.com
Treffpunkt	09:30h Madulain, Bahnhof
Ankunft	16:30h Madulain, Bahnhof
Ausrüstung	Winterwanderausrüstung mit Schneeschuhen/Stöcken und LVS/Schaufel/Sondierstange. Ausrüstung kann auf Anfrage gemietet werden.
Karte	258T
Verpflegung	aus dem Rucksack



**NEU:** Dieser QR Code führt direkt auf die Swisstopo App und kann dort im eigenen Account gespeichert werden.

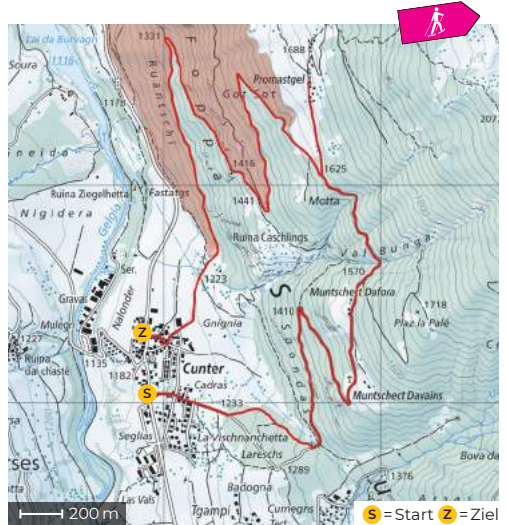
# ARVENDUFT UND SUPPENTOPF



©Mattias Nutt Photography Savognin Tourismus

## Cunter – Muntschect – Promastgel – Caschlings – Cunter

Von Cunter steigen wir erst über verschneite Wiesen und anschliessend dem Waldweg folgend durch lichten Lärchenwald hoch zu den idyllisch gelegenen Hütten im Weiler Muntschect Davains und Dafora. Den herrlichen Duft des Bergwaldes geniessen wir in vollen Zügen. Dieser weicht spätestens in der gemütlichen Hütte unseres Wanderleiters Sep Antona Bergamin in der Maiensäss-Siedlung Promastgel dem Duft von heisser Suppe, von warmen Tee und dem des Arvengeists aus der Hüttenbar. Aufgewärmt und frisch gestärkt treten wir über den Kraftort Caschlings und Stiert la Foppa den Rückweg nach Cunter an.

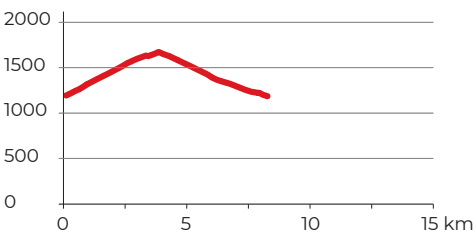


**Sonntag, 19.02.2023**

Anmeldung	bis 16.02.2023
Wanderleitung	Sep Antona Bergamin M 079 335 43 56 sepantona.bergamin@hotmail.com
Treffpunkt	09:15h Cunter, Vischnanca
Ankunft	15:45h Cunter, Dafora
Ausrüstung	Winterwanderausrüstung mit Schneeschuhen/Stöcken und LVS/Schaufel/Sondierstange. Ausrüstung kann auf Anfrage gemietet werden.
Karte	258S
Verpflegung	Einkehr in der Berghütte
Infos	Kosten Verpflegung CHF 15.00 pro Person

🕒 4 h 0 min    ⬆️ 500 m    ⬇️ 500 m

↔️ 8,5km    ⚡️ Schneeschuhwanderung, WT1



**NEU:** Dieser QR Code führt direkt auf die Swisstopo App und kann dort in eigenen Account gespeichert werden.



# HEIDI-ROMANTIK IM NATURPARK BEVERIN



## Sufers – Schlittelweg – Foppa – Seebärga – Foppa – Dorfwald – Sufers

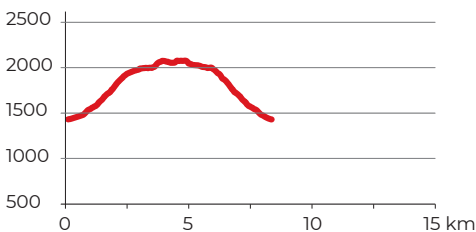
Schön einsam werden wir unterwegs sein auf dem Weg zum Lai da Vons, denn kaum ein Skitouren­gänger verirrt sich auf diese einmalige Hochebene hoch über der Rofflaschlucht. Eine Gegend, wie geschaffen für Schneeschutouren und perfekt geeignet auch als Filmkulisse. Denn hier genießt Heidi in der Neuverfilmung des Spiri-Klassikers aus dem Jahre 2015 das Alpleben bei ihrem Grossvater. Ausgangsort für unsere Tour ist Sufers. Wir folgen der Alpstrasse hoch zum Lai da Vons und queren die Hochebene am Fusse des Piz Vizan bis zum Ende des Hügelzugs Caschlera. In einer grossen Schleife kehren wir zum Einstieg zurück und folgen der Alpstrasse zurück nach Sufers.



**Sonntag, 26.02.2023**

Anmeldung	bis 23.02.2023
Wanderleitung	Michael Meier M 076 433 12 05 hallo@wunderlust.ch
Treffpunkt	09:00 h Sufers, Postautahaltestelle
Ankunft	15:00 h Sufers, Postautahaltestelle
Ausrüstung	Winterwanderausrüstung mit Schneeschuhen/Stöcken und LVS/Schaufel/Sondierstange. Ausrüstung kann auf Anfrage gemietet werden.
Karte	257S
Verpflegung	aus dem Rucksack

🕒 5 h 0 min    ⬆️ 700 m    ⬇️ 700 m  
↔️ 8 km    🚡 Schneeschuhwanderung, WT2



**NEU:** Dieser QR Code führt direkt auf die Swisstopo App und kann dort im eigenen Account gespeichert werden.

# KOCH

## PAPETERIE & BÜRO

*Seit 1796*

Chur  
592m

**Schreiben, Schule, Kreativ  
Geschenke, Karten**

Chur  
592m

**Büromaterial  
Druckerzubehör**

Chur  
592m

**Freundlich, kompetent, zuverlässig**

Kornplatz 3 | 7000 Chur

T +41 81 252 12 27 | [www.ubkoch.ch](http://www.ubkoch.ch)

# SCHÖNE AUSSICHTEN ÜBER SIAT



## Siat Ruina – Friberg – Cuolm da Siat – Fazariz – Siat

In Siat, einer Fraktion der Gemeinde Ilanz, starten wir durch den Wald, vorbei an der Ruina Friberg, welche vermutlich im 15. Jahrhundert verlassen wurde und an welche heute nur noch ein Mauerrest erinnert. Hier folgen wir dem Panoramaweg, bis wir via Runvagau und Cahendri das Maiensäss Fazariz erreichen, wo uns tolle Aussichten in Richtung Rheinschlucht und ins Bündner Oberland erwarten. Und mit etwas Glück erspähen wir sogar Gämsen oder Spuren der seltenen Birkhühner. Über hoffentlich tief verschneite Hänge suchen wir uns den Weg über Fest und Cuolm Dadens zurück zu unserem Ausgangsort.

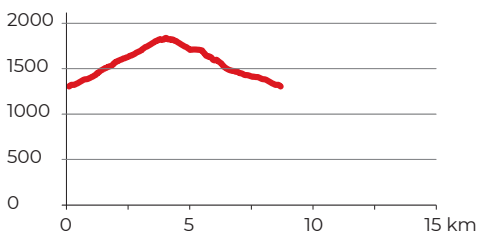


**Samstag, 04.03.2023**

Anmeldung	bis 01.03.2023
Wanderleitung	Claudia Nestler M 079 912 40 52 info@bergfuehrer-safiental.ch
Treffpunkt	10:00h Siat, Bushaltestelle Vitg
Ankunft	15:30h Siat, Bushaltestelle Vitg
Ausrüstung	Winterwanderausrüstung mit Schneeschuhen/Stöcken und LVS/Schaufel/Sondierstange. Ausrüstung kann auf Anfrage gemietet werden.
Karte	247S
Verpflegung	aus dem Rucksack

🕒 4 h 30 min    ⬆️ 550 m    ⬇️ 550 m

↔️ 8,5km    ⚡️ Schneeschuhwanderung, WT2



**NEU:** Dieser QR Code führt direkt auf die Swisstopo App und kann dort im eigenen Account gespeichert werden.

# GELEGENHEIT FÜR SCHNEESCHUH-SCHNUPPERER

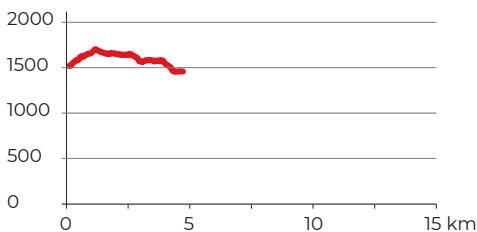


## Davos Frauenkirch – Chumma – Davos Glaris

Wer die Nase voll hat von all den Erlebnisberichten von Freunden und Bekannten über Wahnsinnstouren, welche sie mit den Schneeschuhen an den Füßen in stundenlangem Kampf durch unwegsames und steiles Gelände führte, kommt hier auf seine Rechnung. Bei dieser Schneeschuhtour geht's garantiert einfach und gemütlich zu und her. Dieser entspannte Spaziergang am Fuss der nordwestlichen Talflanke von Frauenkirch nach Glaris ist ideal für alle, die das Schneeschuhwandern ohne Stress und Leistungsdruck einfach mal ausprobieren wollen. Wir lernen uns mit den Schneeschuhen zu bewegen, ohne Angst von tiefem Schnee oder von steilen Passagen. Probieren geht über studieren und wer weiss: Der Appetit auf mehr kommt ja meist beim Essen ...

2 h 30 min 300 m 350 m

4,5km Schneeschuhwanderung, WT1



**Sonntag, 12.03.2023**

Anmeldung	bis 09.03.2023
Wanderleitung	Luigi Zala M 076 522 11 21 me@aspass.ch
Treffpunkt	9:00h Davos Frauenkirch, Gadenstatt
Ankunft	14:30h Davos Glaris, Bahnhof
Ausrüstung	Wanderausrüstung mit Schneeschuhen/Stöcken. Ausrüstung kann auf Anfrage gemietet werden.
Karte	248S
Verpflegung	aus dem Rucksack



**NEU:** Dieser QR Code führt direkt auf die Swisstopo App und kann dort im eigenen Account gespeichert werden.

# WO EINST DIE WALSER HAUSTEN



© Gabi Sievi

## Langwies – Rongwald – Jantesch Boda – Medergen – Bleiken – Sonnenrüti

Nach einer ersten Einlaufstrecke ab Bahnhof Langwies schnallen wir uns bei der Abzweigung nach Sapün die Schneeschuhe unter die Füße und wandern durch den verschneiten Wald zur Lichtung «Rongg». Beim Jantesch Boden, wo im Sommer die Schafe die Milch für den feinen Langwieser Schafskäse produzieren, entschädigt uns der Blick nach Arosa, ins Fondei, ins Sapün und übers ganze Schanfigg für den nahrhaften Aufstieg. Vor uns liegt die hübsche Walsersiedlung Medergen mit ihren sonnengebräunten Holzhäusern. Die unberührten Hänge weisen dann den Weg für den Abstieg via Bleiken und Waldji zur Sonnenrüti, wo das Taxi zurück nach Langwies wartet.

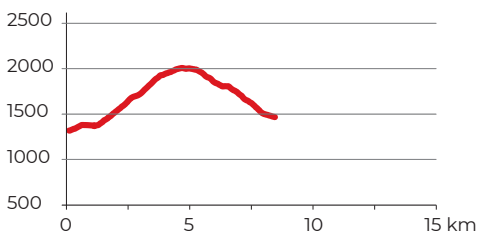


**Sonntag, 19.03.2023**

Anmeldung	bis 16.03.2023
Wanderleitung	Gabi Sievi M 076 339 75 08 gabisievi@gmx.net
Treffpunkt	08:50h Langwies, Bahnhof
Ankunft	15:30h Sonnenrüti
Ausrüstung	Winterwanderausrüstung mit Schneeschuhen/Stöcken und LVS/Schaufel/Sondierstange. Ausrüstung kann nicht gemietet werden.
Karte	248S
Verpflegung	aus dem Rucksack
Infos	Kosten Taxi CHF 10.00 pro Person

🕒 5 h 0 min    ⬆️ 700 m    ⬇️ 550 m

↔️ 8,5km    🎿 Schneeschuhwanderung, WT2



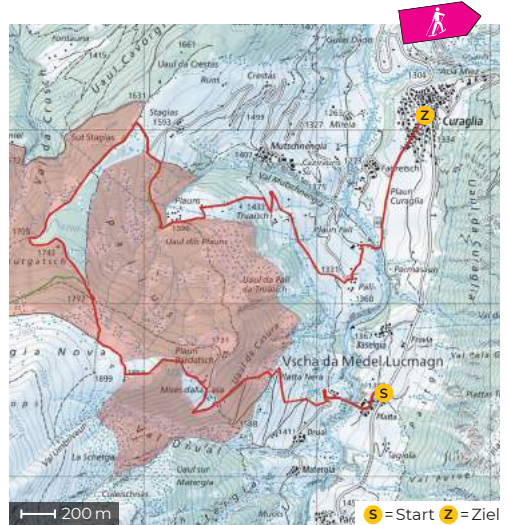
**NEU:** Dieser QR Code führt direkt auf die Swisstopo App und kann dort im eigenen Account gespeichert werden.

# AM FUSSE DES LUKMANIERPASSES



## Platta – Tegia Nova – Curaglia

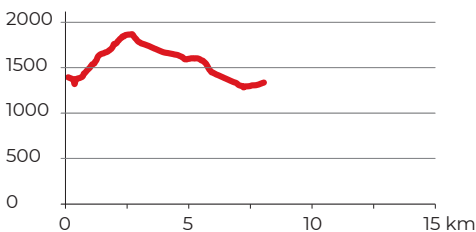
Die Sonnenseite der Val Medel bildet die Kulisse für diese Schneeschuhtour, welche uns von Platta aus bis über die Waldgrenze in eine unberührte Winterlandschaft führt. Anfangs moderat und in gemütlich weiten Kehren, dann etwas steiler zieht sich unsere Route bergauf durch den Wald bis zur Siedlung Tegia Nova. Hier bietet sich ein imposanter Ausblick auf die Gipfel der oberen Surselva. Vorbei an den verschneiten Tannen steigen wir hinunter in Richtung Stagias und Plauns und dann weiter übers offene Feld hinunter nach Pali und Curaglia, dem Zentrumsort der Gemeinde Medel Lucmagn.



**Sonntag, 25.03.2023**

Anmeldung	bis 22.03.2023
Wanderleitung	Luigi Zala M 076 522 11 21 me@aspass.ch
Treffpunkt	09:15h Platta, Bushaltestelle Vitg
Ankunft	15:30h Curaglia
Ausrüstung	Winterwanderausrüstung mit Schneeschuhen/Stöcken und LVS/Schaufel/Sondierstange. Ausrüstung kann auf Anfrage gemietet werden.
Karte	256S
Verpflegung	aus dem Rucksack

🕒 4 h 30 min    ⬆️ 600 m    ⬇️ 700 m  
↔️ 8 km    ⚡ Schneeschuhwanderung, WT2



**NEU:** Dieser QR Code führt direkt auf die Swisstopo App und kann dort im eigenen Account gespeichert werden.

# IM BANNE DER OBERENGADINER GIPFEL UND SEEN



## Furtschellas – Rabgiusa – Furtschellas

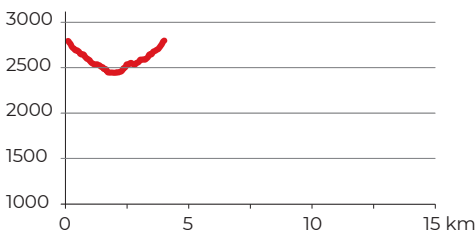
Auf Furtschellas, hoch über den noch winterlich anmutenden Oberengadiner Seen, erwartet uns ein Rundtrail mit dem speziellen Extra an Komfort. Eskortiert von den verschneiten Engadiner Bergen laufen wir mit den Schneeschuhen über die gefrorenen Leijets, so werden die zahlreichen kleinen Bergseen hier genannt. Bis zur Usteria Rabgiusa ist es nicht allzuweit. Hier nutzen wir die Zeit, um Ruhe und Bergluft zu tanken, bevor wir uns dem Hüttenzauber hingeben und uns mit einer Bündner Gerstensuppe stärken. Nach der stärkenden Rast bewältigen wir die kurze Steigung auf dem Rückweg zur Bergstation Furtschellas im Nu.



**Sonntag, 02.04.2023**

Anmeldung	bis 30.03.2023
Wanderleitung	Stefan Moser M 076 589 30 86 shop@bananas-shop.net
Treffpunkt	09:40h Furtschellas Bahn
Ankunft	16:00h Furtschellas Bahn
Ausrüstung	Winterwanderausrüstung mit Schneeschuhen/Stöcken und LVS/Schaufel/Sondierstange. Ausrüstung kann auf Anfrage gemietet werden.
Karte	268S
Verpflegung	Usteria Rabgiusa
Infos	Kosten Furtschellas Bahn CHF 32.00 pro Person

🕒 2 h 45 min    ⬆️ 400 m    ⬇️ 400 m  
 ↔️ 4 km    ⚡️ Schneeschuhwanderung, WTI



**NEU:** Dieser QR Code führt direkt auf die Swisstopo App und kann dort im eigenen Account gespeichert werden.



## Systemisches Coaching in der Natur

„Um klar zu sehen, genügt oft ein Wechsel der Blickrichtung“  
(Antoine de Saint-Exupery)



**Nehmen Sie sich eine Auszeit in Tenna, losgelöst vom Alltag in der einzigartigen und ruhigen Bergwelt des Safientals.**

Mit **lösungsorientiertem Coaching** in der Natur kommen wir der Lösung auf Spaziergängen oder leichten Wanderungen Schritt für Schritt immer näher.

Um besser ans Ziel zu kommen, empfehle ich eine wohltuende Auszeit von 1-3 Tagen – **fokussierter und effizienter**. Übernachten dürfen Sie im Hotel oder einer Ferienwohnung in Tenna.

**Meine Spezialgebiete** sind unter anderem berufliche und private Veränderungen, Lebensziele- und Wünsche, Beziehung, Familie, Stress, Überforderung.

*Ich freue mich auf Sie!*  
**Markus Isenmann**

Zertifizierter Systemischer  
Business- und Privatcoach,  
Eidg. Dipl. Wander- und  
Schneeschuhwanderleiter

**VivaTrail**

**Markus Isenmann**

Mitte 7 | 7106 Tenna/Safiental

+41 (0)79 222 29 90

[kontakt@vivatrail.ch](mailto:kontakt@vivatrail.ch)

[www.vivatrail.ch](http://www.vivatrail.ch)





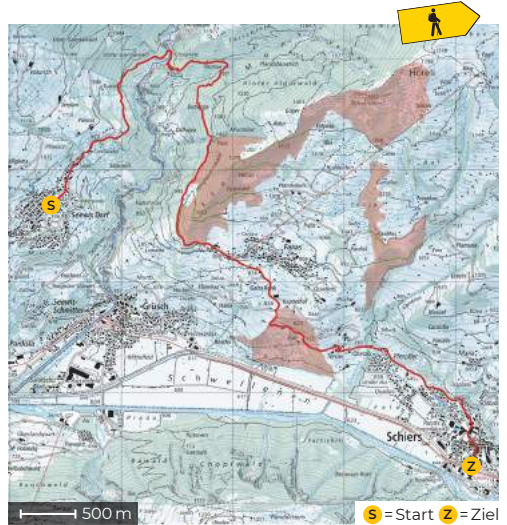
# OSTER-WANDERUNG IM VORDERPRÄTTIGAU



© Michael Meier

## Seewis-Dorf – Cholplatz – Fanas – Zuzi – Schiers

Die weitherum berühmten Narzissen blühen hier zwar noch nicht, doch die Gegend rund um Seewis besticht im Frühjahr auch ohne Narzissen mit einer eindrucklichen Flora. Wir starten die einfache Frühlings-Wanderung in Seewis-Dorf und wandern vorbei am Cholplatz – der Name erinnert an die Zeiten, als hier noch Holzkohle produziert wurde – durch die Wälder im Munttobel nach Fanas. Auf dem Abstieg über Zuzi und Tersier nach Schiers erfreuen wir uns an der Aussicht ins Tal und an der Vielfalt der Blumenpracht, einem unmissverständlichen Boten des Frühlings.

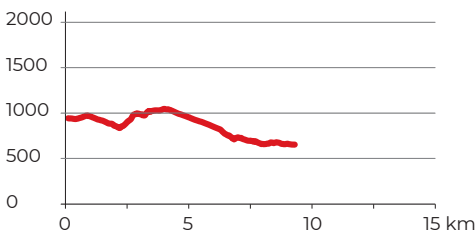


**Montag, 10.04.2023**

Anmeldung	bis 07.04.2023
Wanderleitung	Michael Meier M 076 433 12 05 hallo@wunderlust.ch
Treffpunkt	09:20h Seewis-Dorf, Bühel
Ankunft	14:30h Schiers, Bahnhof
Ausrüstung	Wanderausrüstung
Karte	238T / 248T
Verpflegung	aus dem Rucksack

3 h 0 min 400 m 650 m

9,5 km Wanderung, T1



**NEU:** Dieser QR Code führt direkt auf die Swisstopo App und kann dort in eigenen Account gespeichert werden.

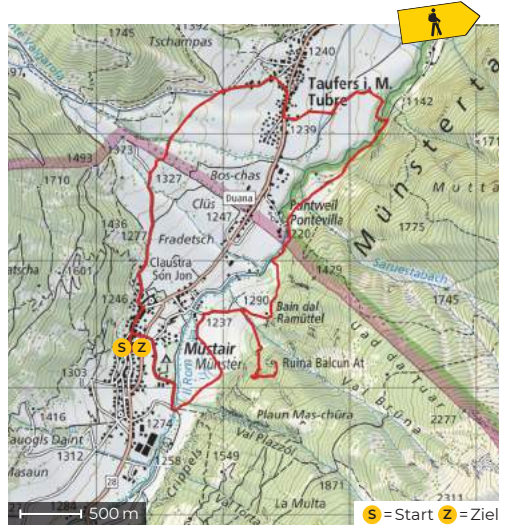
# STIPPVISITE ENNET DER GRENZE



©Andrea Badrutt

## Pra Sonduri – Valgarola – Rom – Pontevilla – Bain dal Ramüttel – Schler dal podestà

Wir starten beim Wahrzeichen von Müstair, dem UNESCO Kulturerbe Claustra Son Jon. Über weite Felder ziehen wir hinauf durch Vallatscha sura, wo wir die Schweizer Landesgrenze verlassen und auf italienischem Staatsgebiet hinunter zum Dorf Taufers im Münstertal und weiter zum Talfluss Rom gelangen. Diesen überqueren wir und folgen dem Weg durch den Wald bis nach Pontevilla und über die Grenze zurück in der Schweiz. Bei Bain da Ramüttel machen wir nach Lust und Laune einen Abstecher hinauf zur nahe gelegenen Ruina dal chastè Blacun At, ehe wir durch lichte Wiesen an Fischzucht und Flachmoor vorbei zurück zum Ausgangspunkt wandern.

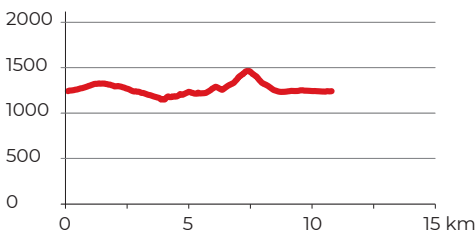


**Samstag, 15.04.2023**

Anmeldung	bis 12.04.2023
Wanderleitung	Sep Antona Bergamin M 079 335 43 56 sepantona.bergamin@hotmail.com
Treffpunkt	09:05h Müstair, Posta
Ankunft	16:20h Müstair, Posta
Ausrüstung	Wanderausrüstung
Karte	259T
Verpflegung	aus dem Rucksack

🕒 3 h 30 min    ⬆️ 550 m    ⬇️ 550 m

↔️ 11 km    🏔️ Wanderung, T1



**NEU:** Dieser QR Code führt direkt auf die Swisstopo App und kann dort im eigenen Account gespeichert werden.

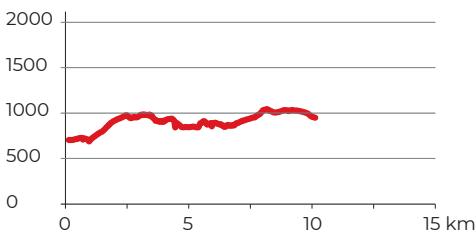
# EIN KAPITEL DER 2000-JÄHRIGEN TRANSITGESCHICHTE



## Thuisis – Burgruine Hohenrätien – Viamala – Reischen – Zillis

Die Viamala-Schlucht weiss als Naturmonument zu begeistern. Aber auch ihre Rolle in einer 2000-jährigen Transitgeschichte ist spannend. Auf unserer Wanderung von Thuisis nach Zillis folgen wir der Veia Traversina und damit den Spuren der Römer. Beim spektakulären Traversiner-Steg – umgeben von bis zu 300 Meter hohen Felswänden – schicken wir unsere Gedanken auf die Zeitreise und widmen uns Römern, Säumern und allen weiteren, welche hier über die Jahrhunderte hinweg noch heute sichtbare Spuren hinterlassen haben. Via Besucherzentrum und Rania wandern wir durch die Schlucht und am südlichen Ende weiter durch lichten Wald Reischen. Hier öffnet sich das Tal und der Blick in die Val Schons und auf unser Ziel in Zillis.

🕒 4 h 0 min    ↗ 900 m    ↘ 650 m  
↔ 10 km    ⚠ Bergwanderung, T2



**Sonntag, 23.04.2023**

Anmeldung	bis 20.04.2023
Wanderleitung	Michael Meier M 076 433 12 05 hallo@wunderlust.ch
Treffpunkt	08:30h Thuisis, Bahnhof
Ankunft	15:00h Zillis, Dorf
Ausrüstung	Bergwanderausrüstung
Karte	257T
Verpflegung	aus dem Rucksack
Infos	Eintritt Kirche Zillis CHF 6.00 pro Person



**NEU:** Dieser QR Code führt direkt auf die Swisstopo App und kann dort im eigenen Account gespeichert werden.

# FRÜHLINGSTAG AUF DER HEIDE



©Werner Forrer

## Lenzerheide Post – Val Sporz – Sporz – Got da Lain – Resgia – Lenzerheide Post

Die Langläuferinnen und Langläufer haben die Lenzerheide längst verlassen, so dass wir Wandern den die ersten Frühlingsblumen entlang der ehemaligen Loipen bewundern können. Uns erwartet eine beschauliche Wanderung mit munterem auf und ab, mal durch lichte Wälder, dann wieder über Feldwege, vorbei an hoffentlich bereits blühenden Wiesen. Immer wieder können wir auch die noch schneebedeckten Gipfel in der näheren und weiteren Umgebung bestaunen. Wer weiss, vielleicht zeigt sich ja sogar einmal ein Reh oder ein Hase in der Stille der Natur. Lassen wir uns doch einfach überraschen.

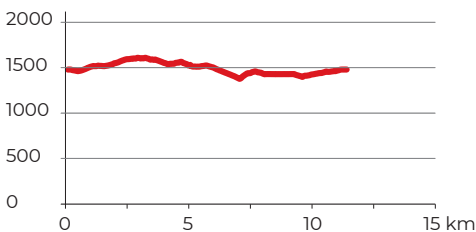


**Sonntag, 30.04.2023**

Anmeldung	bis 27.04.2023
Wanderleitung	Werner Forrer M 079 359 27 48 werner_forrer@bluewin.ch
Treffpunkt	09:40h Lenzerheide, Post
Ankunft	15:15h Lenzerheide, Post
Ausrüstung	Wanderausrüstung
Karte	257T/258T
Verpflegung	aus dem Rucksack

3 h 0 min 400 m 400 m

11,5 km Wanderung, T1



**NEU:** Dieser QR Code führt direkt auf die Swisstopo App und kann dort im eigenen Account gespeichert werden.

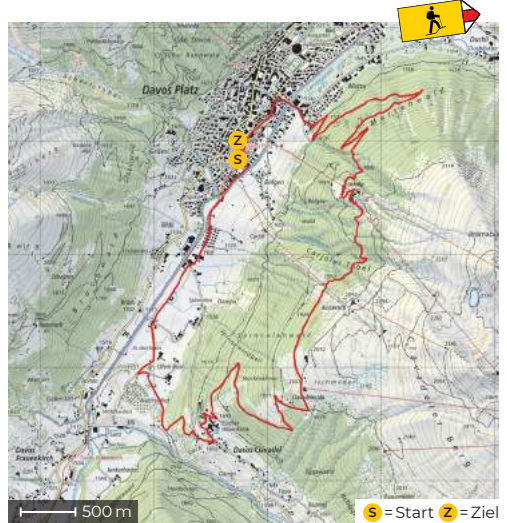
# KÄSE STATT RAMBAZAMBA



© Kurt Süess

## Davos Platz – Clavadeleralp – Ischalp – Davos Platz

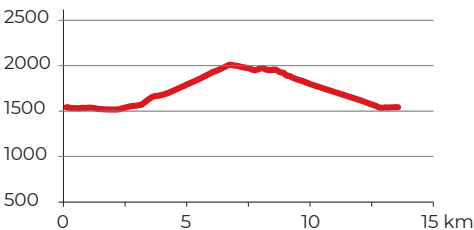
Im Winterhalbjahr sorgen Schneesportlerinnen und -Sportler für «Rambazamba» rund ums Davoser Jakobshorn. Der Rummel hat sich gelegt und so geniessen wir jetzt die ruhige Zwischensaison und wandern gemütlich via Clavadel hinauf zur Clavadeleralp. Noch ist das Vieh unten im Tal, aber sobald der Alpsommer beginnt, wird hier oben Alpkäse produziert. Unser Wanderleiter Kurt Süess verrät uns das Geheimnis, wie dann aus Kuhmilch diese feine Spezialität entsteht. Mit Blick auf die imposante Bergwelt nehmen wir den Abstieg via Usser Isch und Ischalp zurück nach Davos unter unsere Wanderschuhe.



**Samstag, 06.05.2023**

Anmeldung	bis 03.05.2023
Wanderleitung	Kurt Süess M 076 434 04 73 kurtsuess@bluewin.ch
Treffpunkt	10:00h Davos Platz, Bahnhof
Ankunft	16:00h Davos Platz, Bahnhof
Ausrüstung	Bergwanderausrüstung, Wanderstöcke sollten mitgenommen werden
Karte	248T
Verpflegung	aus dem Rucksack

🕒 4 h 0 min    ⬆️ 550 m    ⬇️ 550 m  
 ↔️ 14 km    ⚙️ Bergwanderung, T2



**NEU:** Dieser QR Code führt direkt auf die Swisstopo App und kann dort im eigenen Account gespeichert werden.

**BERGBEIZLI**

**WANDERN**

**VERWEILEN**

**GENIESSEN**

  
**die äpli bahn**  
malans

Reservation für  
Berg- und Talfahrt  
081 322 47 64

... Enderlinhütte Falknis Pfälzerhütte Äpli-Beizli *Vilan* Mannheimerhütte Schesaplana ...





[www.aelplibahn.ch](http://www.aelplibahn.ch)

Seit 30 Jahren so ...

**EINDRÜCKLICH**

... wie die Wanderwege Graubündens

Seit 30 Jahren  
**druck+design**

| Ringstrasse 34 | 7004 Chur | 081 284 10 60 | [www.druckunddesign.ch](http://www.druckunddesign.ch) |  

# DIE BRÜCKENSCHLÄGE DER RHÄTISCHEN BAHN



## Station Wiesen – Wiesner Viadukt – Leidboden – Landwasserviadukt – Aussichtspunkt Nord – Aussichtspunkt Süd – Filisur

Die RhB, respektive zwei ihrer eindrucklichsten Kunstbauten, stehen im Fokus dieser Wanderung: Das Wiesner- und das Landwasserviadukt. Gleich nach dem Start widmen wir uns erst einmal dem Wiesner Viadukt. Nach einem ausführlichen Augenschein wandern wir mehr oder weniger dem Flusslauf des Landwassers folgend zum noch eindrucklicheren Landwasserviadukt. Dieses ist Teil des UNESCO Welterbes Albula-Bernina und eines der markantesten Wahrzeichen der RhB. Nach der Mittagspause besuchen wir die beiden Aussichtspunkte beidseits des Bauwerks und warten mit unseren Kameras auf das Fotosujet des durchfahrenden roten Zuges. Unser Zielort Filisur ist nun bloss noch einen Steinwurf entfernt.

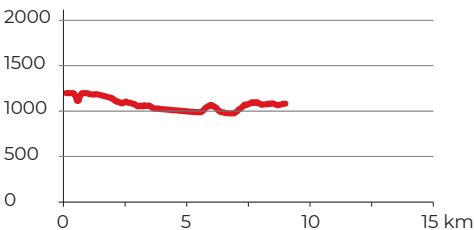


**Sonntag, 14.05.2023**

Anmeldung	bis 11.05.2023
Wanderleitung	Albert Greuter M 079 450 49 44 albert.greuter@bluewin.ch
Treffpunkt	10:10 h Station Davos Wiesen
Ankunft	15:00 h Filisur, Bahnhof
Ausrüstung	Wanderausrüstung
Karte	258T
Verpflegung	aus dem Rucksack

🕒 3 h 0 min    ↗ 450 m    ↘ 550 m

↔ 9 km    🚶 Wandering, T1



**NEU:** Dieser QR Code führt direkt auf die Swisstopo App und kann dort im eigenen Account gespeichert werden.

# DAS VIELLEICHT SCHÖNSTE HOCHTAL DER ALPEN



## Sesselbahn Breil Talstation – Fichtenwald Scatlè – Frisal – Grep Gavigliauna – Breil

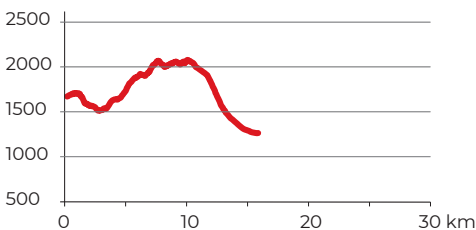
Mit der Sesselbahn als Aufstiegshilfe starten wir die Wanderung bei der Bergstation Burleun und queren den Wald von Scatlè, einer der drei letzten in der Schweiz verbliebenen Urwälder. Entzückend und ursprünglich sind die Aussichten auf unserem Weg ins Hochtal Val Frisal. Die Schwemmebene mit Schotterfeldern und Flussarmen wirkt im Frühling mit Schmelzwasser noch eindrücklicher als ohnehin schon. Kein Wunder gilt das Val Frisal bei Insidern als schönstes Hochtal der Alpen. Über blühende Alpweiden steigen wir auf zum Aussichtspunkt Grep Gavigliauna. Den Abstieg passen wir den aktuellen Verhältnissen an und wandern zurück in das Bergdorf Breil/Brigels.



**Donnerstag, 18.05.2023**

- Anmeldung bis 15.05.2023
- Wanderleitung Susanne Kern  
M 078 850 31 30  
sannekern@gmx.de
- Treffpunkt 09:30h Brigels, Sesselbahn
- Ankunft 16:30h Brigels, Sesselbahn
- Ausrüstung Bergwandrausrüstung, Wanderstöcke sollten mitgenommen werden
- Karte 246T
- Verpflegung aus dem Rucksack
- Infos Kosten Sesselbahn  
CHF 22.00 pro Person

- 🕒 5 h 30 min
- ⬆️ 800 m
- ⬆️ 1200 m
- ↔️ 16 km
- 🏔️ Bergwanderung, T2



**NEU:** Dieser QR Code führt direkt auf die Swisstopo App und kann dort in eigenen Account gespeichert werden.



# WAKKERDORF, MAGIE UND RUTSCHGEBIET



© Ruedi Zuber

## Vrin – Surin – Silgin – Surcasti – Uors

Allein schon wegen unserem Startort, dem Wakkerdorf Vrin, lohnt sich die Reise in die Val Lumnezia. Das Dorfbild hier ganz hinten im Tal des Lichts überzeugt durch seinen sorgfältigen Umgang mit der ererbten Bausubstanz, kombiniert mit den modernen Bauten von Gion A. Caminada oder dem italienisch anmutenden Campanile der Kirche. Von Vrin aus folgen wir der historischen Greinaroute via Surcasti nach Uors. Unterwegs erwarten uns einsame Weiler wie Surin, Pruastg und Silgin, bronzezeitliche Siedlungsreste, Riesenbäume, Kultsteine und immer wieder der Blick in das Peidener Rutschgebiet, ein Lehrbuchbeispiel für grossflächige Rutschungen, zu welchem Wanderleiter Ruedi Zuber viel Wissenswertes zu berichten weiss.

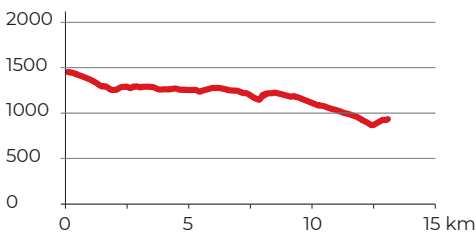


**Sonntag, 21.05.2023**

Anmeldung	bis 18.05.2023
Wanderleitung	Ruedi Zuber M 079 302 64 29 ruedi.zuber@spin.ch
Treffpunkt	09:20h Vrin, Vitg
Ankunft	15:45h Uors, Vitg
Ausrüstung	Wanderausrüstung
Karte	257T
Verpflegung	aus dem Rucksack

🕒 3 h 30 min    ⬆️ 300 m    ⬇️ 850 m

↔️ 13 km    🏠 Wanderung, T1



**NEU:** Dieser QR Code führt direkt auf die Swisstopo App und kann dort im eigenen Account gespeichert werden.

# EIN FRÜHLINGSTAG AUF DEM MALANSER ÄLPLI

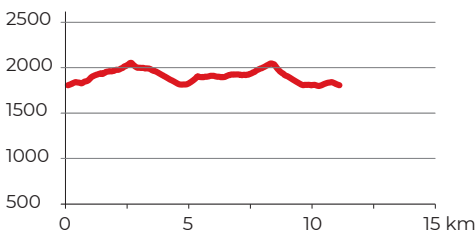


©Werner Forrer

## Malanser Älpli – Fläscher Seen – Malanser Älpli

Ein Ausflug mit den gelben Gondeln der Älplbahn hinauf auf 1800 Meter lohnt sich immer. Auch wenn auf den Bergspitzen noch Schnee liegt, macht sich auf dem Malanser Älpli und den umliegenden Alpen bereits der Bergfrühling bemerkbar. Die Murmeltiere geniessen die wärmende Sonne und wir erfreuen uns an der Blumenpracht. Je nach Schneemenge aus dem vergangenen Winter müssen wir auf einzelnen Wegabschnitten mit Restmengen rechnen. Hohe Schuhe sind zwingend, denn trockene und moorige, stets nasse Passagen, wechseln sich auf dieser Wanderung laufend ab. Ein Abschlusstrunk auf dem Älpli entschädigt aber für alle Mühen, ehe wir wieder gemütlich mit der Bahn ins Tal zurück schweben.

🕒 3 h 30 min    ⬆️ 600 m    ⬇️ 600 m  
 ↔️ 11 km    🏔️ Bergwanderung, T2



**Samstag, 10.06.2023**

Anmeldung	bis 07.06.2023
Wanderleitung	Werner Forrer M 079 359 27 48 werner_forrer@bluewin.ch
Treffpunkt	09:00h Malans, Talstation Älplbahn
Ankunft	16:45 h Malans, Talstation Älplbahn
Ausrüstung	Bergwanderausrüstung, Wanderstöcke sollten mitgenommen werden
Karte	238T/248T
Verpflegung	aus dem Rucksack
Infos	Kosten Bahn CHF 18.00 pro Person



**NEU:** Dieser QR Code führt direkt auf die Swisstopo App und kann dort im eigenen Account gespeichert werden.

# DAS GEHEIMNIS DER SPLÜGNER MANGANGRUBEN

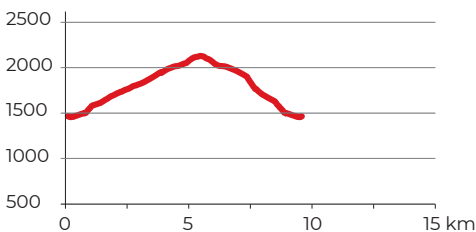


## Splügen – Windigstafel – Tanatzhöhi – Splügen

Dass Mangan ein spezielles Schwermetall ist, das in einigen Eigenschaften dem Eisen ähnelt, steht in jedem Chemielehrbuch. Dass aber Mangan auch in unseren Breitengraden vorkommt und oberhalb von Splügen vor langer Zeit sogar abgebaut wurde, dürfte nur Insidern bekannt sein. Und nur sie wissen noch, wo allenfalls noch Spuren davon zu finden sind. Unter der kundigen Führung unseres Wanderleiters Stefan Moser machen wir uns gemeinsam auf die Suche. Unsere Wanderung führt uns vom Passdorf Splügen aus über Windigstafel, Bärawang und Tamboalp exakt zu jenem Abbauort im Raum Tanatzhöhi, wo sich einst die Splügner Mangangruben befanden. Auf dem Tambo-Talweg gelangen wir via Blachtaboda wieder zu unserem Ausgangsort zurück.

 3 h 30 min  700 m  700 m

 10 km  Bergwanderung, T2



**Sonntag, 18.06.2023**

Anmeldung	bis 15.06.2023
Wanderleitung	Stefan Moser M 076 589 30 86 shop@bananas-shop.net
Treffpunkt	09:10h Splügen, Dorf
Ankunft	17:00h Splügen, Dorf
Ausrüstung	Bergwanderausrüstung, Wanderstöcke sollten mitgenommen werden
Karte	267T
Verpflegung	aus dem Rucksack



**NEU:** Dieser QR Code führt direkt auf die Swisstopo App und kann dort im eigenen Account gespeichert werden.

turgi  bega

SAND | KOKILLE | ALU | BRONZE  
**GUSSPLUS**  
UND VIEL MEHR

Ein Unternehmen der alu alliance ag

**Reliefguss/Schilder** | Wegweiser, Strassentafeln u.v.m.  
**Engineering** | Gussgerechte Werkstücke  
**Modellbau** | Modelle und Kokillen  
**Giesserei** | Sand- und Kokillenguss  
**Werkstoffe** | Aluminium und Bronze  
**Oberflächenbehandlung** | Lackieren, Polieren, Schleifen und Strahlen  
**Bearbeitung und Logistik** | Eigene CNC Maschinen und grosses Partnernetzwerk  
**Schweizer Qualität** | Der Standard bei turgibega AG

Bischolapass

35 min

Tguma

50 min

 und auch die  
sind von uns!

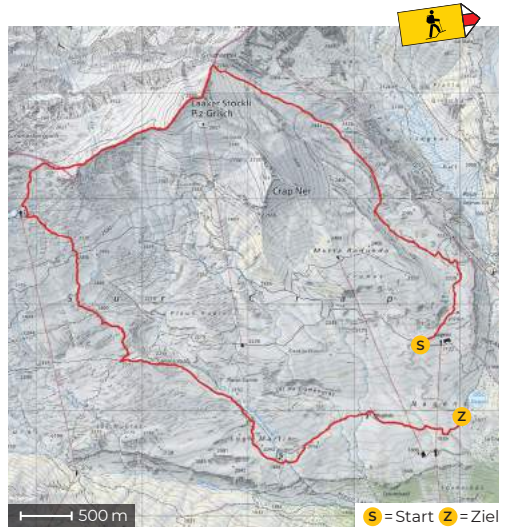
**KOMPETENZ & KNOW-HOW**

ENTDECKEN SIE turgibega FÜR SICH...

Besuchen Sie uns im Internet unter  
[www.turgibega.ch](http://www.turgibega.ch)

**Aluminiumgiesserei**, rue des Oeuches 40, CH-2740 Moutier, Tel. +41 32 493 12 21, Fax. +41 32 493 57 73, moutier@turgibega.ch  
**Reliefguss/Bronze**, Giessereistrasse 1, CH-4703 Kestenholz, Tel. +41 62 393 12 06, Fax. +41 62 393 23 26, turgi@turgibega.ch

# ÜBER DIE ENTSTEHUNGSGESCHICHTE DER ALPEN



## Nagens – Grischsattel – Laaxerstöckli – Bündnerbergjoch – Alp Nagens

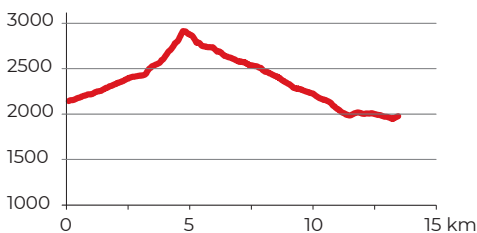
Wo im Winter reger Skibetrieb herrscht, bewegen wir uns im Sommer auf einsamen Pfaden durch teils hochalpines Gelände über Bergmatten, Kreten, Geröll und durch ausgedehntes Karstgebiet mit vielen Fossilien. Trittsicherheit und Schwindelfreiheit sind auf dieser Wanderung unerlässlich, an felsigen Stellen nehmen wir die Hände zu Hilfe um weiterzukommen. Wir wandern von Nagens aus hoch zum Grischsattel und kraxeln auf einer Gratwanderung übers Laaxerstöckli ins Gletschergebiet des Vorabs. Es ist kein Zufall, dass in dieser Region die Entstehungsgeschichte der Alpen intensiv erforscht wurde, denn hier präsentiert sie sich anschaulich und nachvollziehbar. Vom Vorab steigen wir via Sogn Martin ab zurück nach Nagens.

**Sonntag, 25.06.2023**

Anmeldung	bis 22.06.2023
Wanderleitung	Ruedi Zuber M 079 302 64 29 ruedi.zuber@spin.ch
Treffpunkt	08:00h Laax, Postautahaltestelle Bergbahnen
Ankunft	17:30h Laax, Postautahaltestelle Bergbahnen
Ausrüstung	Bergwanderausrüstung, Wanderstöcke sollten mitgenommen werden
Karte	247T
Verpflegung	aus dem Rucksack
Infos	Kosten Nagens Shuttle CHF 30.00 pro Person

🕒 5 h 0 min    ⬆️ 900 m    ⬇️ 1050 m

↔️ 13,5 km    🏔️ Bergwanderung, T3



**NEU:** Dieser QR Code führt direkt auf die Swisstopo App und kann dort im eigenen Account gespeichert werden.

# PUOZ OT – ATEMBERAUBEND, STEIL UND SCHÖN

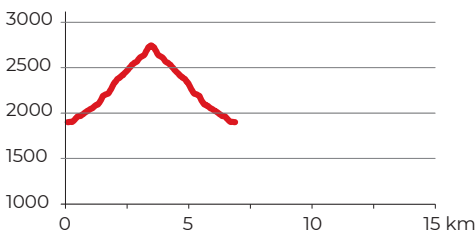


© Ruedi Wiesner

**Morteratsch Bahnhof – Chünetta –  
Chünetta Sur – Pasculs da Boval –  
Puoz Bas – Puoz Ot – Morteratsch Bahnhof**

Diese T3-Bergwanderung von der Station Morteratsch zum Bergseelein Puoz Ot, hoch oben in der Val Morteratsch, ist den fitten Bergwandernden vorbehalten. Denn während wir am Anfang noch auf einem guten Wanderweg auf der Zustiegsroute zur Bovalhütte unterwegs sind, wandelt sich dieser ab der Chünetta zur steilen Spur, die erst über der Waldgrenze etwas abflacht. Auf den Pasculs da Boval (romanisch für die Weiden von Boval) verschwindet dann auch noch die Trampelspur und es geht weglos Richtung Puoz Ot. Dieses idyllische Bergseelein ist zusammen mit der Aussicht auf den Morteratschgletscher und auf die ganze Berninagruppe der verdienten Lohn für die Mühen des Aufstiegs.

🕒 3 h 45 min    ⬆️ 850 m    ⬇️ 850 m  
↔️ 7 km    ⚠️ Bergwanderung, T3



**Samstag, 08.07.2023**

Anmeldung	bis 05.07.2023
Wanderleitung	Ruedi Wiesner M 079 851 14 36 info@berninatrekking.com
Treffpunkt	09:15h Morteratsch, Bahnhof
Ankunft	16:40 h Morteratsch, Bahnhof
Ausrüstung	Bergwanderausrüstung, Wanderstöcke sollten mitgenommen werden
Karte	469T
Verpflegung	aus dem Rucksack
Infos	evtl. Badetuch mitnehmen



**NEU:** Dieser QR Code führt direkt auf die Swisstopo App und kann dort im eigenen Account gespeichert werden.

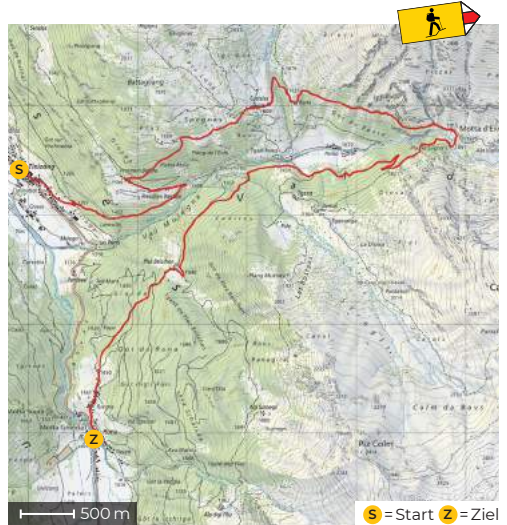
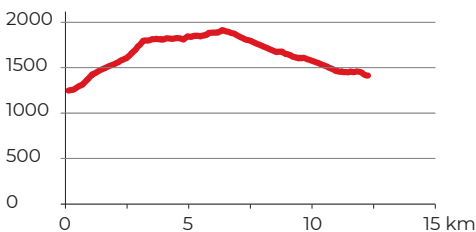
# DER LÖSUNGSBERG IM KREUZWORTRÄTSEL



## Tinizong – Plang da l'Evla – Crap digl Urs – Tagliamecr – Cruschetta – Rona

Die steile Einstiegsrampe von Tinizong hinauf nach Proschen ist die perfekte Vorbereitung auf den weiteren Aufstieg durch den Wald nach Plang da L'Evla. Ab hier führt uns der Weg nur noch leicht ansteigend über Castelas nach Bartg und wir genießen eine tolle Aussicht auf den bekannten «Kreuzworträtsel-Berg» mit drei Buchstaben. Weisst Du wie er heisst? Weiter wandern wir durch wunderbare Blumenwiesen, aus denen die Feuerlilien mit ihrer Farbenpracht ins Auge stechen. Auf Motta d'Err genießen wir das verdiente Picknick und steigen dann durch die linke Flanke der Val d'Err über Cruschetta und Plaz Beischen durch den Fichtenwald nach Rona ab.

4 h 0 min 800 m 600 m  
 12,5 km Bergwanderung, T2



**Sonntag, 16.07.2023**

Anmeldung	bis 13.07.2023
Wanderleitung	Sep Antona Bergamin M 079 335 43 56 sepantona.bergamin@hotmail.com
Treffpunkt	08:05h Tinizong, Tga communale
Ankunft	16:15h Rona, Bushaltestelle Vischnanca
Ausrüstung	Bergwanderausrüstung, Wanderstöcke sollten mitgenommen werden
Karte	268T
Verpflegung	aus dem Rucksack
Infos	Kosten Wanderbus CHF 15.00 pro Person (optional)



**NEU:** Dieser QR Code führt direkt auf die Swisstopo App und kann dort im eigenen Account gespeichert werden.

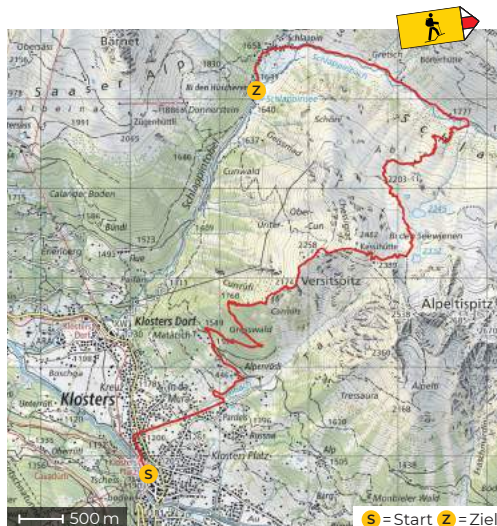
# EIN HOCHSITZ ÜBER KLOSTERS



© Kurt Süess

## Klosters Platz – Alpenrösl – Versitspitz – Chessi – Äbi – Schlappin

Diese anspruchsvolle Wanderung startet in Klosters Platz, dem gezähnten Talbach entlang in Richtung Alpenrösl. Ab hier geht's durch den Grosswald steil bergauf, stets dem Gipfel des Versitzspitzes entgegen. Ähnlich einem Hochsitz bietet uns dann der Chessigrat eine wunderbare Aussicht übers Prättigau und dessen Bergwelt. Der Abstieg durchs Chessi führt mit Blick aufs Schlappintal an den glasklaren Bergseen vorbei ins Tal. In der Walsersiedlung Schlappin geniessen wir auf der Bergbeiz-Terrasse die Nachmittagssonne, ehe uns das Taxi die letzten Höhenmeter abnimmt und zurück nach Klosters bringt.

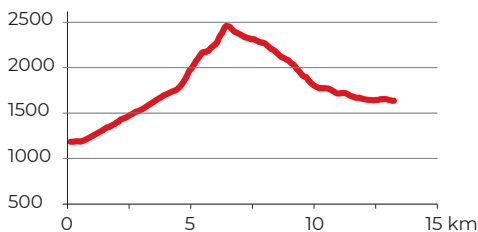


**Sonntag, 23.07.2023**

Anmeldung	bis 20.07.2023
Wanderleitung	Kurt Süess M 076 434 04 73 kurtsuess@bluewin.ch
Treffpunkt	07:30h Klosters Platz, Bahnhof
Ankunft	15:50h Klosters Platz, Bahnhof
Ausrüstung	Bergwanderausrüstung, Wanderstöcke sollten mitgenommen werden
Karte	248T
Verpflegung	aus dem Rucksack
Infos	Kosten Taxi CHF 12.00 pro Person

🕒 5 h 30 min    ⬆️ 1300 m    ⬇️ 900 m

↔️ 13,5 km    ⚙️ Bergwanderung, T3



**NEU:** Dieser QR Code führt direkt auf die Swisstopo App und kann dort im eigenen Account gespeichert werden.



# DIE GRATWANDERUNG AUF'S FULHORN

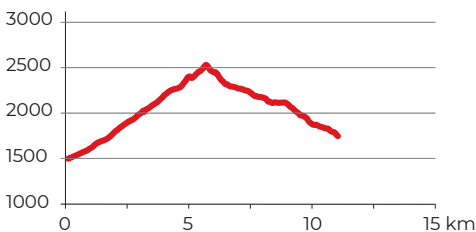


## Trans – Alp da Trans – Fulhorn-Fulbergegg – Windegga – Alp Pradaschier

Das Domleschg kennt man als Tal der Burgen und Schlösser. Auf dieser Wanderung erleben wir es von seiner eher unbekanntem, alpinen Seite. Hoch über dem Talboden im Dorfteil Trans beginnt unsere Tour, welche über die Alp da Traun und Bles Aulta hinauf auf den Gipfel des Fulhorn führt. Auf dieser wenig begangenen Route abseits des Rummels lassen sich Ruhe und Abgeschiedenheit ausgeprägt genießen. Bei der Marenda auf dem Gipfel schweift unser Blick über die umliegenden Täler. Über den schmalen Berggrat zur Fulbergegg führt uns der Weg über Windegga und Grünabüal an unser Ziel auf Pradaschier. Wer's zügig mag, saust mit der Rodelbahn nach Churwalden. Wer dagegen die gemütliche Variante favorisiert, schwebt per Sesselbahn ins Tal.

🕒 4 h 45 min    🏔️ 1100 m    ⚡ 850 m

↔️ 11 km    🧭 Bergwanderung, T3



## Samstag, 29.07.2023

Anmeldung	bis 26.07.2023
Wanderleitung	Gabi Sievi M 076 339 75 08 gabisievi@gmx.net
Treffpunkt	08:45h Tomils, Curschiglias Bushaltestelle
Ankunft	16:00h Churwalden, Bushaltestelle Bergbahnen
Ausrüstung	Bergwanderausrüstung, Wanderstöcke sollten mitgenommen werden
Karte	257T/258T
Verpflegung	aus dem Rucksack
Infos	Kosten : Sessellift CHF 7.00 pro Person, Rodelbahn CHF 16.00 pro Person



**NEU:** Dieser QR Code führt direkt auf die Swisstopo App und kann dort im eigenen Account gespeichert werden.



Es gibt sie noch, die besonderen Hotels mit schlichtem Charme und gelebter Gastfreundschaft. Das Hotel Post überzeugt Aktive und Geniesser mit individuellen Zimmern und einer vorzüglichen Küche.

## Wandern

Zuoberst im Val Surses im Parc Ela liegt das Hotel Post, ein idealer Ausgangspunkt für vielseitige Wanderungen. Entdecken Sie unsere attraktiven Arrangements in Zusammenarbeit mit BAW-Wanderleiter Sep Antona Bergamin.

## Schneeschuhtouren

Auf unseren geführten Schneeschuhtouren wandern Sie durch Gebirgswälder und folgen den Spuren der Wildtiere. Geniessen Sie die Ruhe und lassen Sie sich verzaubern vom Glitzern des Schnees in der Wintersonne.

## Skitouren

Vielseitige Angebote für besonders Sportliche, Familien und Senioren im beliebten Skitourengebiet am Julier. Abwechslungsreiche Aufstiege und schöne Abfahrten im Pulverschnee von Dezember bis Mai mit einheimischen Bergführern.



**Gastronomie** Mit Genüssen aus unserer gepflegten Küche runden Sie die erlebnisreichen Tage in der Natur ab. Für die Zubereitung von regionalen Spezialitäten und Klassikern aus der italienischen und französischen Küche verwenden wir Produkte bester Qualität.

Familie Lanz, +41 81 659 10 00, [www.hotelpost-bivio.ch](http://www.hotelpost-bivio.ch)

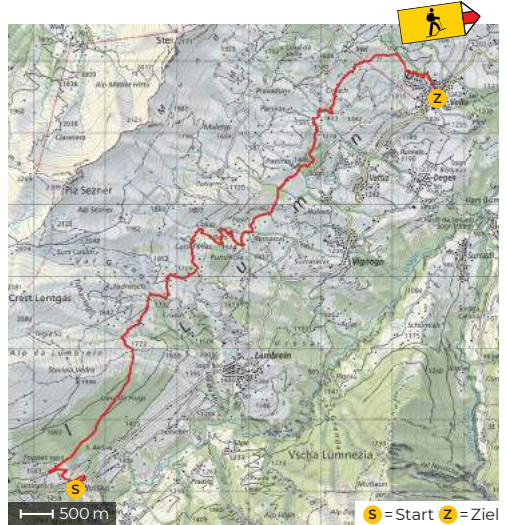
# UNTERWEGS IM TAL DES LICHTES



© Luigi Zala

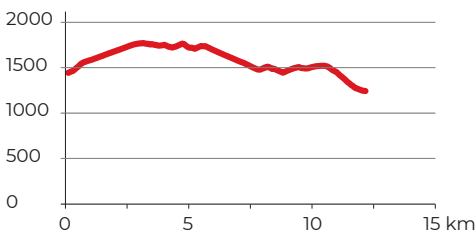
## Nussaus – Plaun d'Urdien – Um Su – Alp Nova – Val Gronda – Vella

Im abgelegenen Nussaus lassen wir die Hauptstrasse hinter uns und steigen gemütlich über den Wanderweg durch die Waldgebiete Uaul da Suloms und Uaul da Fiugs da Fiugs zum höchsten Punkt des Tages nach Plaun d'Urdien. Mit den Dörfern und Weilern im Tal des Lichts zur Rechten und den Gipfel der Mundaun-Bergkette zur Linken, kreuzen wir die Val Gronda und geniessen talauswärts die schöne Aussicht und die Sonne, welche es mit dieser Gegend besonders gut meint. Der Name Val Lumnezia – Tal des Lichts – ist schliesslich kein Zufall. Durch sanfte Höhen und Tiefen folgen wir dem Weg bis ins Dorfzentrum von Vella, wo wir uns auf der Sonnenterrasse nach Lust und Laune verköstigen.


**Sonntag, 06.08.2023**

Anmeldung	bis 03.08.2023
Wanderleitung	Luigi Zala M 076 522 11 21 me@aspass.ch
Treffpunkt	09:15h Nussaus, Bushaltestelle
Ankunft	15:15h Vella, Bushaltestelle Vitg
Ausrüstung	Bergwanderausrüstung, Wanderstöcke sollten mitgenommen werden
Karte	257T
Verpflegung	aus dem Rucksack

🕒 3 h 45 min    ⬆️ 550 m    ⬇️ 750 m  
 ↔️ 12,5 km    🏔️ Bergwanderung, T2



**NEU:** Dieser QR Code führt direkt auf die Swisstopo App und kann dort im eigenen Account gespeichert werden.

# ZUR SCHÖNEN TEUFELIN UND IHREN SEEN



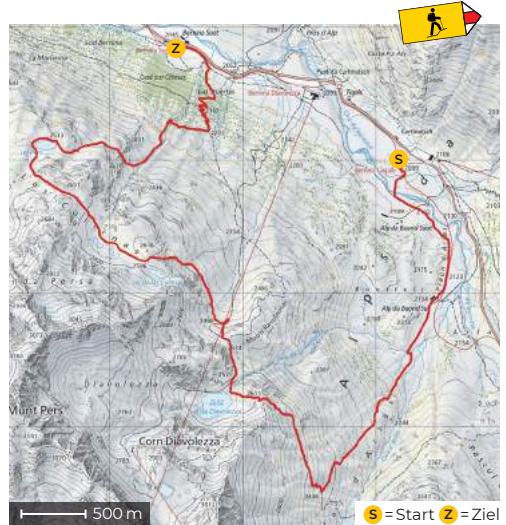
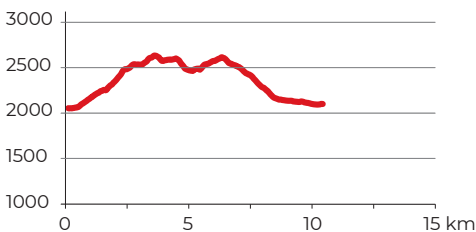
© Andrea Badrutt

## Bernina Lagalb – Val Darlas – Las Colinas – Bernina Suot

Die Diavolezza soll ihren Namen der Sage nach einem «weiblichen Wesen von unmenschlicher Schönheit» verdanken. Der schönen Teufelin werden wir auf dieser Wanderung mit steilen Auf- und Abstiegen kaum begegnen. Doch auch die Bergkulisse und die zahlreichen Bergseen sind hier Garanten für lohnende Wandererlebnisse. Ab Station Bernina Lagalb Suot folgen wir dem Weg via Alp da Buond durchs Val d'Arlas hoch zum Lej da Diavolezza. Während rundum die Gletscher stetig schwinden, begeistern hier Fauna und Flora nach wie vor mit einer beeindruckenden Vielfalt. Vorbei am Lej da Collinas und am Lej Pers führt unsere Tour durch karges, alpines Gelände hinunter nach Las Stüertas und zum Tagesziel bei der Station Bernina Suot.

4 h 0 min 750 m 800 m

10,5 km Bergwanderung, T3



**Sonntag, 13.08.2023**

Anmeldung	bis 10.08.2023
Wanderleitung	Stefan Moser M 076 589 30 86 shop@bananas-shop.net
Treffpunkt	09:30h Bernina, Bahnhof Lagalp
Ankunft	17:30h Bernina, Bahnhof Suot
Ausrüstung	Bergwanderausrüstung, Wanderstöcke sollten mitgenommen werden
Karte	469T
Verpflegung	aus dem Rucksack



**NEU:** Dieser QR Code führt direkt auf die Swisstopo App und kann dort im eigenen Account gespeichert werden.

# VON DORF ZU DORF AUF DER VIA ENGIADINA



© Werner Forrer

## Sent – Val Sinestra – Vnà – Chant Sura – Ruinains – Tschlin

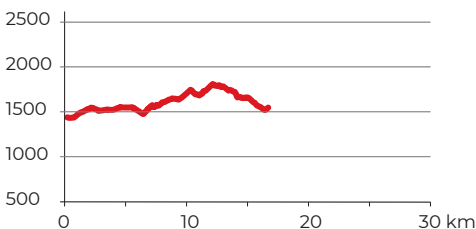
Wir verlassen das Postauto an der ersten Haltestelle nach Scuol in Sent und geniessen kurz den Anblick der prächtigen Unterengadiner Bergkulisse, ehe wir uns auf den Weg konzentrieren und Richtung Val Sinestra losmarschieren. Beim geschichtsträchtigen Kurhaus wechseln wir die Talseite und steigen zum schmucken Dorf Vnà auf. Ein lieblicher Weg in munterem Auf und Ab bringt uns bis zur wildromantischen Val Ruinains. Einem schmalen Zickzackweg folgend, der bergab führt und etwas Trittsicherheit erfordert, überqueren wir den Bach und erblicken schon bald unser Ziel, das durch seine Brauerei bekannte Dorf Tschlin.



**Samstag, 19.08.2023**

Anmeldung	bis 16.08.2023
Wanderleitung	Werner Forrer M 079 359 27 48 werner_forrer@bluewin.ch
Treffpunkt	09:45h Sent, Haltestelle Sala
Ankunft	16:30h Tschlin, Cumün
Ausrüstung	Bergwanderausrüstung, Wanderstöcke sollten mitgenommen werden
Karte	249T
Verpflegung	aus dem Rucksack

🕒 5 h 0 min    ⬆️ 700 m    ⬇️ 600 m  
↔️ 17 km    ⚠️ Bergwanderung, T2



**NEU:** Dieser QR Code führt direkt auf die Swisstopo App und kann dort im eigenen Account gespeichert werden.

# RUNDHERUM UMS AROSER SCHIESSHORN

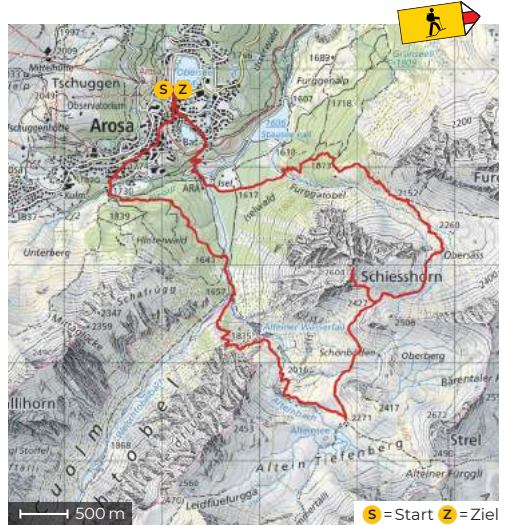
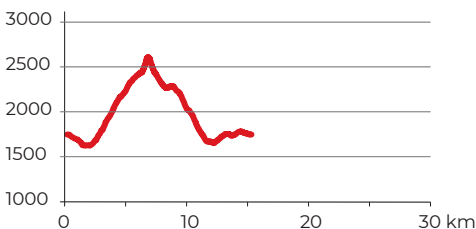


© Ruedi Zuber

## Arosa – Schiesshorn – Alteinsee – Alteiner Wasserfall – Arosa

Längst vorbei sind die Zeiten, als am Schiesshorn Eisenerz gewonnen wurde. Die Spuren davon sind in den Gesteinsformationen heute noch sichtbar. Von Arosa aus steigen wir durch Bergföhren-, Fichten- und Lärchenwald Richtung Maienfelder Furgga auf. Via Obersäss wandern wir zur Schiesshorn-Furgga und besteigen diesen herrlichen Aussichtsberg. Beim Abstieg folgen wir nach dem Alteinsee dem gleichnamigen Bach bis zu den Wasserfällen, wo wir uns Zeit nehmen, dieses Naturerlebnis zu geniessen. Auf dem Rückweg nach Arosa zeugen ausgedehnte Bergföhrenwälder vom Pioniercharakter dieser wilden Waldlandschaft. Für den Gipfel des Schiesshorns sind Trittsicherheit und Schwindelfreiheit unerlässlich.

🕒 6 h 0 min    ⬆️ 1250 m    ⬇️ 1250 m  
 ↔️ 15,5 km    🏔️ Bergwanderung, T3



**Sonntag, 27.08.2023**

Anmeldung	bis 24.08.2023
Wanderleitung	Ruedi Zuber M 079 302 64 29 ruedi.zuber@spin.ch
Treffpunkt	09:10h Arosa, Bahnhof
Ankunft	17:45h Arosa, Bahnhof
Ausrüstung	Bergwandausrüstung, Wanderstöcke sollten mitgenommen werden
Karte	248T/258T
Verpflegung	aus dem Rucksack
Infos	Schwindelfreiheit und Trittsicherheit erforderlich



**NEU:** Dieser QR Code führt direkt auf die Swisstopo App und kann dort im eigenen Account gespeichert werden.






# DIE KÖNIGSETAPPE DER VIA ALBULA-BERNINA

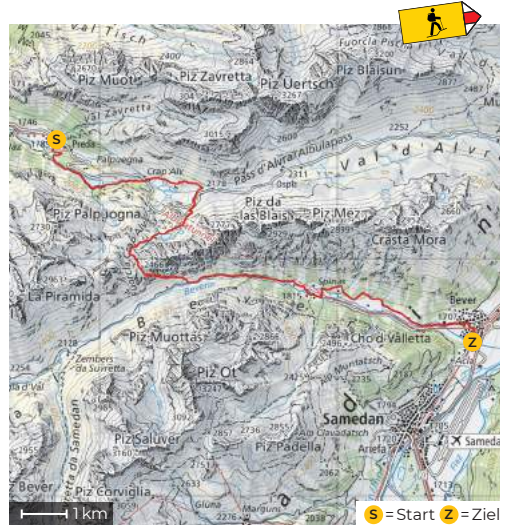
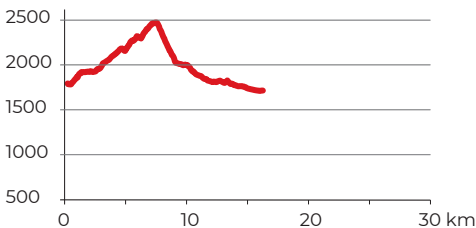


© Werner Forrer

## Preda – Lai da Palpuegna – Crap Alv – Lajets digl Crap Alv – Fuorcla Crap Alv – Spinas – Bever

Eines gleich vorweg: diese Wanderung verlangt Kondition und Trittsicherheit, die Landschaft entschädigt aber für den Schweiß! Ein erster Höhepunkt ist kurz nach dem Start mit dem Lai da Palpuegna erreicht. Nach Crap Alv, einem Forschungs-Alpbetrieb von ETH Zürich und landwirtschaftlichem Kompetenzzentrum Strickhof, queren wir die Albula-Passstrasse und steigen zu den zauberhaften Lajets digl Crap Alv auf. Noch fehlen einige Höhenmeter bis zur Fuorcla Crap Alv, dem Übergang in die Val Bever. Ein steiler Abstieg bringt uns zum Bergbach «Beverin», dessen Lauf wir vorbei an der Station Spinass bis zum Ziel in Bever folgen.

 5 h 30 min  900 m  900 m  
 16 km  Bergwanderung, T3



**Sonntag, 03.09.2023**

Anmeldung	bis 31.08.2023
Wanderleitung	Werner Forrer M 079 359 27 48 werner_forrer@bluewin.ch
Treffpunkt	09:35h Preda, Bahnhof
Ankunft	16:45h Bever, Bahnhof
Ausrüstung	Bergwanderausrüstung, Wanderstöcke sollten mitgenommen werden
Karte	258T
Verpflegung	aus dem Rucksack
Infos	Trittsicherheit erforderlich



**NEU:** Dieser QR Code führt direkt auf die Swisstopo App und kann dort im eigenen Account gespeichert werden.

# AUFSTEIGEN?

Mit einer Weiterbildung  
erreichst du deine Ziele.



Höhere Fachschule  
Südostschweiz

[www.ibw.ch](http://www.ibw.ch)



► **Den Schlüssel zu Ihrer persönlichen Sicherheit finden  
Sie bei uns!**

Weber AG – *das Sicherheits-Zentrum*. Seit über 50 Jahren Ihr überregional agierendes Kompetenz-Zentrum im Bereich von Zutritts- und Sicherheitssystemen.

► Weber AG  
das Handwerker-Zentrum

Felsenaustrasse 31 | T 081 286 16 16  
7000 Chur

Via Isla 37 | T 081 925 20 92  
7151 Schluen

info@weberchur.ch  
www.weberchur.ch

► Oscar Prevost AG

Splügenstrasse 4 | T 081 632 35 35  
7430 Thusis

info@prevost.ch  
www.prevost.ch



# ZUR BOOTSTOUR AUF DEN SURETTASEEN

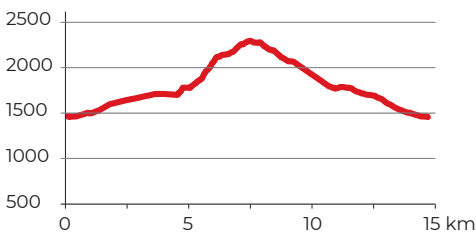


© Viamala Tourismus

## Spügen Dorf – Panell – Leimtobel – Surettaseen – Isabrüggli – Splügen Dorf

Unser Ausgangsort ist das Passdorf Splügen. Wir wandern über Panell und das Leimtobel hinauf und über eine wildromantisch anmutende Hochebene zu den Surettaseen. Die Seehütte liegt am oberen Surettasee auf 2272 m, ist aber nicht bewirtet. Dafür lädt das kleine Ruderboot zu einer kleinen Bootspartie ein. Ob am Ufer oder auf dem Wasser: Hier findet der Besucher eine wohlthuende, stille Atmosphäre inmitten einer sehr steinig-felsigen Bergwelt. Und spätestens dann, wenn sich die umliegenden Bergspitzen beginnend beim Seehorn bis hin zum Surettahorn im See spiegeln, wird der Ausflug zu einem unvergesslichen Erlebnis. Der Abstieg erfolgt über die Rätzünser Alpen und ab dem Isabrüggli auf der historischen Transitroute Via Spluga zurück nach Splügen.

🕒 5 h 0 min    ⬆️ 900 m    ⬇️ 900 m  
 ↔️ 15 km    ⚠️ Bergwanderung, T3



**Samstag, 09.09.2023**

Anmeldung	bis 06.09.2023
Wanderleitung	Kurt Süess M 076 434 04 73 kurtsuess@bluewin.ch
Treffpunkt	09:05 h Splügen, Bushaltestelle Dorf
Ankunft	16:00 h Splügen, Bushaltestelle Dorf
Ausrüstung	Bergwanderausrüstung, Wanderstöcke sollten mitgenommen werden
Karte	267T
Verpflegung	aus dem Rucksack



**NEU:** Dieser QR Code führt direkt auf die Swisstopo App und kann dort im eigenen Account gespeichert werden.

# SEEN-PERLEN IN DER VAL MEDEL

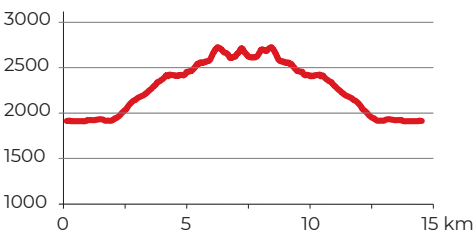


© Ruedi Zuber

## Platta, Staumauer – Alp Rondadura – Lai Blau – Lai Verd – Platta, Staumauer

Start und Ziel der Wanderung liegen kurz vor der Lukmanierpasshöhe bei der Staumauer des Lai da Sontga Maria. Deren Anblick wirkt selbsterklärend bei der Frage, wie ein Stausee entsteht. Weit spannender ist da schon die Frage, wie die Bergseen weiter oben entstanden sind. Die Antwort liefert unser Wanderleiter. Dazu überqueren wir über die Staumauer das Tal und wandern am linken Seeufer entlang, ehe der Weg rechts in die Val Rondadura abzweigt und zur gleichnamigen Alp hochführt. Bis zum Lai Blau weist uns ein Pfad die Route, ab hier suchen wir uns den eigenen Weg durchs steinige Terrain hinauf zum Lai Verd, wo wir endlich erfahren, wie diese wunderbaren Bergseen entstanden sind. Für den Rückweg folgen wir der Aufstiegsroute.

🕒 6 h 0 min    ⬆️ 1250 m    ⬇️ 1250 m  
 ↔️ 15 km    ⚠️ Bergwanderung, T3



**Sonntag, 17.09.2023**

Anmeldung	bis 14.09.2023
Wanderleitung	Ruedi Zuber M 079 302 64 29 ruedi.zuber@spin.ch
Treffpunkt	08:40h Platta, Lai da Sontga Maria
Ankunft	17:00h Platta, Lai da Sontga Maria
Ausrüstung	Bergwanderausrüstung, Wanderstöcke sollten mitgenommen werden
Karte	256T
Verpflegung	aus dem Rucksack



**NEU:** Dieser QR Code führt direkt auf die Swisstopo App und kann dort im eigenen Account gespeichert werden.

# DIE SILVRETTA KÜSST DEN RÄTIKON

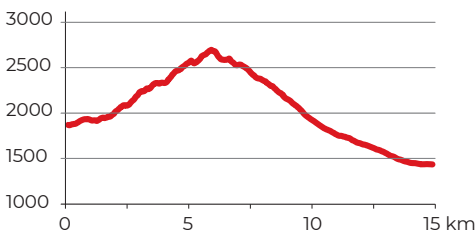


## Madrisa – Mässplatte – Saaser Calanda – Raetschenhorn – Sunnistafel (Edelweiss) – St. Antönien

Die Gondelbahn erspart uns die ersten schweisstreibenden Höhenmeter zwischen Klosters und der Madrisa Mittelstation. Ab hier queren wir via Untersäss zum Aussichtspunkt Mässplatte, wo ein abwechslungsreicher Steig durch die rauhe Karstlandschaft über Geiss- und Bockhorn hinauf zum Saaser Calanda führt. Die Anstrengung wird jedoch durch sensationelle Tiefblicke ins Prättigau entlohnt. Über Karrenfelder geht es weiter hinauf zum Rätschenhorn auf 2703 m ü. M., wo das Gipfelkreuz zur Mittagspause lädt. Wir steigen hinab zum Rätschenjoch. Hier verläuft die gut sichtbare Grenze zwischen dem weissen Karst und dem dunklen Gneis. Das letzte Stück vom Sunnistafel bis St. Antönien nehmen wir per Trottinett unter die Räder.

5 h 30 min 950 m 1400 m

15 km Bergwanderung, T3



**Samstag, 30.09.2023**

Anmeldung	bis 27.09.2023
Wanderleitung	Susanne Kern M 078 850 31 30 sannekern@gmx.de
Treffpunkt	08:30h Klosters, Madrisabahn Talstation
Ankunft	16:30h St. Antönien, Bushaltestelle Platz
Ausrüstung	Bergwandausrüstung, Wanderstöcke sollten mitgenommen werden
Karte	248T
Verpflegung	aus dem Rucksack oder beim Restaurant
Infos	Kosten: Madrisabahn CHF 23.00, Trottinett CHF 10.00 pro Person



**NEU:** Dieser QR Code führt direkt auf die Swisstopo App und kann dort im eigenen Account gespeichert werden.

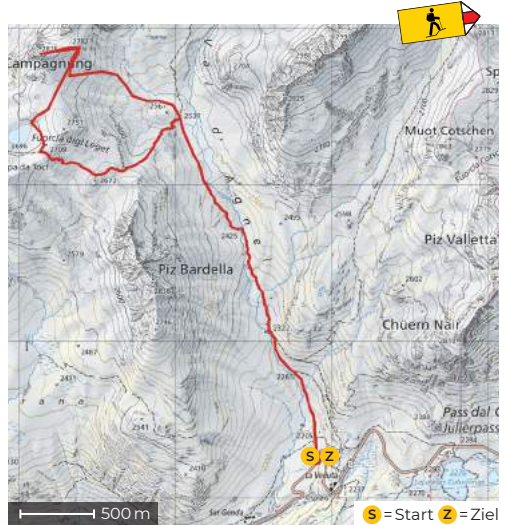
# EIN HAUCH KARIBIK AM JULIERPASS



© Ruedi Wiesner

## La Veduta – Val d'Agnel – Piz Campagnun – Fuorcla digl Leget – La Veduta

Unmittelbar bei der Julierpassstrasse bei La Veduta folgen wir dem markierten Wanderweg durch die Val d'Agnel bis zur Hochebene vor Punkt 2537. Hier verlassen wir den Weg und suchen uns unsere eigene Route durch die steinige Landschaft bis auf den Gipfel des luftigen Piz Campagnun. Während sich hier im Winter so mancher Tourenskifahrer am herrlichen Pulverschnee erfreut, sind wir im Sommer mit grosser Wahrscheinlichkeit unter uns und geniessen die einmalige Rundschau. Der Abstieg führt zur Fuorcla digl Leget mit ihrem Bergsee, dessen grünblaue Farbe Erinnerungen an die Karibik weckt, bevor wir durch die Val d'Agnel nach La Veduta zurückkehren.

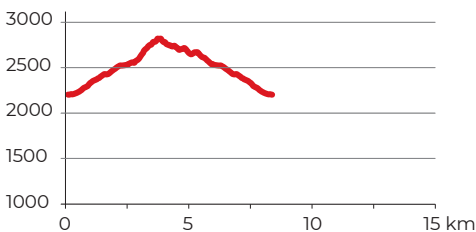


**Sonntag, 08.10.2023**

Anmeldung	bis 05.10.2023
Wanderleitung	Ruedi Wiesner M 079 851 14 36 info@berninatrekking.com
Treffpunkt	10:00 h La Veduta, Postauto-Haltestelle
Ankunft	16:50 h La Veduta, Postauto-Haltestelle
Ausrüstung	Bergwanderausrüstung, Wanderstöcke sollten mitgenommen werden
Karte	268T
Verpflegung	aus dem Rucksack

🕒 3 h 30 min    ⬆️ 700 m    ⬇️ 700 m

↔️ 8,5km    ⚠️ Bergwanderung, T3



**NEU:** Dieser QR Code führt direkt auf die Swisstopo App und kann dort im eigenen Account gespeichert werden.

# VOM GLARNERLAND IN DIE TEKTONIKARENA



## Bergstation Niederen – Segnespass – Las Palas – Segnes Sut – Naraus

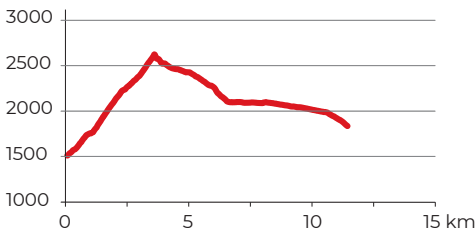
Startort zur Bergtour in die Tektonikarena ist Elm. Per Luftseilbahn schweben wir zur Bergstation Niederen und steigen dann am Fusse der Tschingelhörner steil auf zum Segnespass auf. Hier geniessen wir den Blick Richtung Süden zum Martinsloch und zum Piz Segnas im Norden. Nun ist Schwindelfreiheit und Trittsicherheit gefragt, denn der Abstieg vom Pass in Richtung Las Palas führt über Abschnitte mit Treppenstufen und Ketten. Deutlich weniger steil führt der Weg über die Hochebene von Segnas Sut um den Crap la Tgina zur Bergstation von Naraus von wo aus wir per Bergbahn nach Flims fahren.



**Sonntag, 15.10.2023**

Anmeldung	bis 12.10.2023
Wanderleitung	Gabi Sievi M 076 339 75 08 gabisievi@gmx.net
Treffpunkt	08:50h Elm, Tschinglenbahn Talstation
Ankunft	16:00h Flims, Bushaltestelle Dorf
Ausrüstung	Bergwanderausrüstung, Wanderstöcke sollten mitgenommen werden
Karte	247T
Verpflegung	aus dem Rucksack
Infos	Schwindelfreiheit und Trittsicherheit erforderlich  Kosten: Bergbahn Elm CHF 12.00, Naraus-Flims CHF 29.00 pro Person

🕒 5 h 0 min    ⬆️ 1150 m    ⬇️ 800 m  
↔️ 11,5 km    🧗 Bergwanderung, T3



**NEU:** Dieser QR Code führt direkt auf die Swisstopo App und kann dort im eigenen Account gespeichert werden.



Hotel Landgasthof Staila Fuldera  
Via Maistra 20, CH-7533 Fuldera

T +41(0)81 858 51 60, F +41(0)81 858 50 21  
info@hotel-staila.ch, www.hotel-staila.ch

## **Aktivferien Winter 2023 / Sommer 2023 im Val Müstair, beim Nationalpark und im nahen Südtirol**

### **Wintertraum-Schneeschuh-Wanderwoche**

Sonntag, 8. Januar bis Samstag, 14. Januar 2023

### **Energiewoche Winter Langlauf & Inspiration**

Sonntag, 15. Januar bis Freitag, 20. Januar 2023

### **Bergwelt-Schneeschuh-Wanderwoche**

Sonntag, 5. Februar bis Samstag, 11. Februar 2023

### **Winterzauber-Schneeschuh-Wanderwoche**

Sonntag, 26. Februar bis Samstag, 4. März 2023

### **März-Genuss-Schneeschuh-Wanderwoche**

Samstag, 12. März bis Freitag, 18. März 2023

### **Schnitzkurs**

Mittwoch, 29. März bis Samstag, 1. April 2023

### **Oster-Schneeschuh- und Wanderwoche**

Mittwoch, 5. April bis Montag, 10. April 2023

### **Enzian und Anemonen-Wanderwoche**

Sonntag, 21. Mai bis Samstag, 27. Mai 2023

### **Schnitzkurs**

Mittwoch, 31. Mai bis Samstag, 3. Juni 2023

### **Frühlingserwachen in den Bergen**

Montag, 5. Juni bis Freitag, 9. Juni 2023

### **Bunte Alpenflora und Blumenwiesen**

Sonntag, 11. Juni bis Samstag, 17. Juni 2023

### **Energiewoche Inspiration & Bewegung**

Sonntag, 27. August bis Freitag, 1. September 2023

### **„Natur pur“-Wanderwoche**

Sonntag, 10. September bis Samstag, 16. September 2023

### **Goldige Herbst-Wanderwoche**

Sonntag, 15. Oktober bis Samstag, 21. Oktober 2023

Auf unserer Homepage finden Sie die detaillierten Programme zu unseren Pauschalwochen.  
Bei Fragen und für weitere Informationen stehen wir Ihnen sehr gerne zur Verfügung.

### **Hotel Landgasthof Staila\*\*\* Fuldera**

Via Maistra 20, CH-7533 Fuldera

Tel. Nr. +41 (0)81 858 51 60, Fax +41 (0)81 858 50 21  
info@hotel-staila.ch, www.hotel-staila.ch



# MIT DEM NATIONALPARK AUF TUCHFÜHLUNG



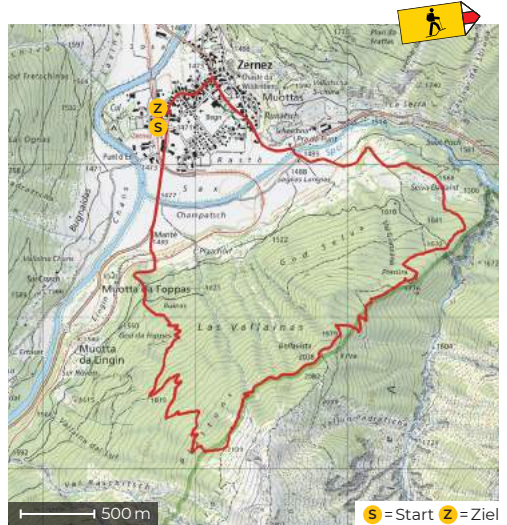
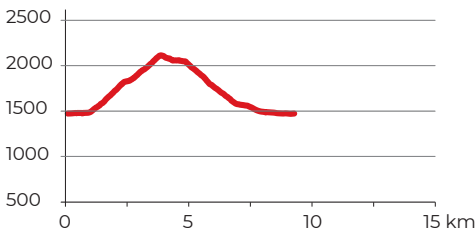
© Andrea Badrut

## Zernez – Muotta da Foppas – Bellavista – Selva Dadaint – Zernez

In Zernez, am Tor zum Nationalpark, treffen wir uns beim Bahnhof zum Start der Wanderung. Über die Talebene bewegen wir uns zuerst in Richtung Süden zur Muotta da Foppas, wo der Weg durch den Wald ansteigt und die Flanke des Murtaröl erklimmt. Hier folgen wir dem Grenzverlauf zum Schweizerischen Nationalpark bis Bellavista. Dass dieser Ort seinem Namen alle Ehre macht, beweisen die Aussichten ins Engadiner Haupttal auf der einen und in die Val Cluozza auf der anderen Seite. Immer noch der Nationalpark-Grenze folgend steigen wir ab nach Selva Dadaint und weiter nach Selva Dadoura, um kurz vor Zernez den Spöl zu überqueren und durchs Dorf zum Bahnhof zurück zu kehren.

🕒 3 h 30 min    ⬆️ 650 m    ⬇️ 650 m

↔️ 9,5 km    ⚡ Bergwanderung, T2



**Samstag, 21.10.2023**

Anmeldung	bis 18.10.2023
Wanderleitung	Stefan Moser 076 589 30 86 shop@bananas-shop.net
Treffpunkt	09:15h Zernez, Bahnhof
Ankunft	16:00h Zernez, Bahnhof
Ausrüstung	Bergwanderausrüstung, Wanderstöcke sollten mitgenommen werden
Karte	459T
Verpflegung	aus dem Rucksack
Infos	Feldstecher mitnehmen



**NEU:** Dieser QR Code führt direkt auf die Swisstopo App und kann dort im eigenen Account gespeichert werden.

# EIN- UND AUSBLICKE IN DER VIAMALA



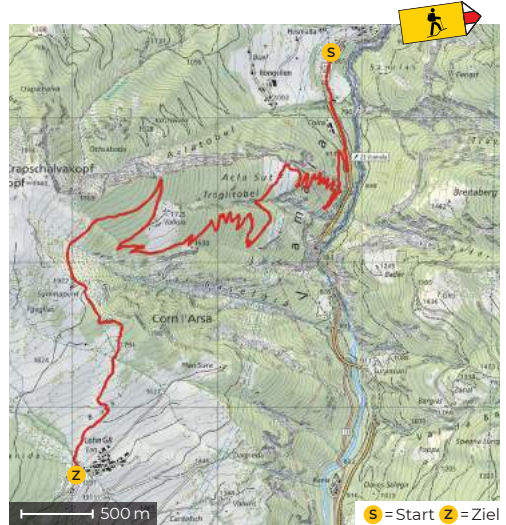
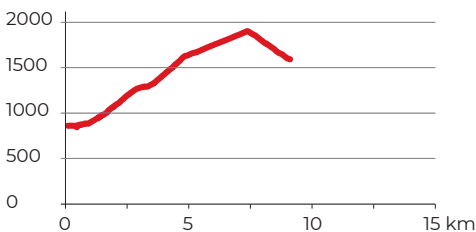
© Albert Greuter

## Rongellen – Valloia – Summapunt – Lohn

Kurz nach Rongellen zweigt der Bergwanderweg nach rechts ab und steigt von nun an steil an. Im Zickzack-Kurs erklimmen wir die Bergflanke nach Acla Sut und weiter durchs Tröglitobel nach Valloia. Die Verschnaufpausen ermöglichen immer wieder atemberaubende Tiefblicke ins Naturmonument Viamala-Schlucht. Gleich nach der Passage des Maiensässes Valloia raubt uns der Blick über die Valloiwand ins Aclatobel und weiter hinunter ins Domleschg und Richtung Ruinaulta erneuert den Atem – allerdings nicht aufgrund der Anstrengung, sondern vor Begeisterung. Ein letztes, nicht allzu steiles Wegstück ist noch zu bewältigen, ehe Summapunt und damit der höchste Punkt erreicht ist. Mit der Aussicht übers Schams steigen wir hinunter an unser Ziel in Lohn.

 4 h 0 min  1100 m  350 m

 9 km  Bergwanderung, T2



**Sonntag, 29.10.2023**

Anmeldung	bis 26.10.2023
Wanderleitung	Albert Greuter M 079 450 49 44 albert.greuter@bluewin.ch
Treffpunkt	09:40h Rongellen, Bushaltestelle Dorf
Ankunft	14:30h Lohn, Bushaltestelle
Ausrüstung	Bergwanderausrüstung, Wanderstöcke sollten mitgenommen werden
Karte	257T
Verpflegung	aus dem Rucksack



**NEU:** Dieser QR Code führt direkt auf die Swisstopo App und kann dort im eigenen Account gespeichert werden.



# ZU BESUCH BEI DEN ALTEN LIGUREN



## Buseno – Spazon – Bodolè – Arvigo

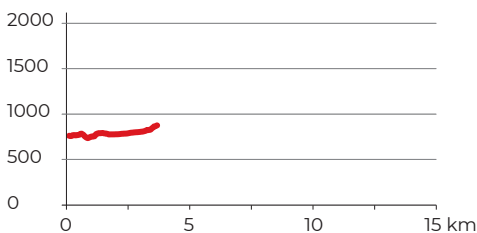
Das Calancatal soll seinen Namen ligurischen Einwandernden verdanken, welche im 8. Jahrhundert vor Christus das Tal besiedelt haben sollen (Calanca = steil, abschüssig). Wir werden auf unserer Wanderung allerdings die steilen Talflanken meiden und auf einem Teilstück der Via Calanca die Vielfalt des Tales erkunden. Die Landschaft präsentiert sich unberührt und wild, doch lässt sich immer wieder erkennen, wie sich der Mensch hier eine Lebensgrundlage geschaffen hat. Und so führt unser Weg nicht nur an Stein- und Felsbrocken vorbei, sondern auch an vielen Natursteinmauerchen und sehr vielen Kastanienbäumen. Welche Bedeutung diese einst und heute hatten und haben, erfahren wir auf dieser «Kulturwanderung».



**Sonntag, 05.11.2023**

Anmeldung	bis 02.11.2023
Wanderleitung	Stefan Moser M 076 589 30 86 shop@bananas-shop.net
Treffpunkt	10:35h Buseno, Bushaltestelle Botteghe
Ankunft	16:00h Arvigo, Bushaltestelle Paese
Ausrüstung	Wanderausrüstung, Wanderstöcke sollten mitgenommen werden
Karte	277T
Verpflegung	aus dem Rucksack

🕒 1 h 0 min    ⬆️ 200 m    ⬇️ 100 m  
↔️ 4 km    🏠 Wanderung, T1



**NEU:** Dieser QR Code führt direkt auf die Swisstopo App und kann dort im eigenen Account gespeichert werden.

# WIE TÖNT STILLE?

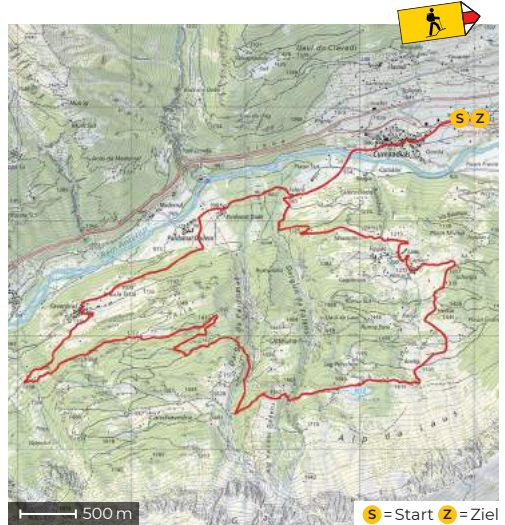
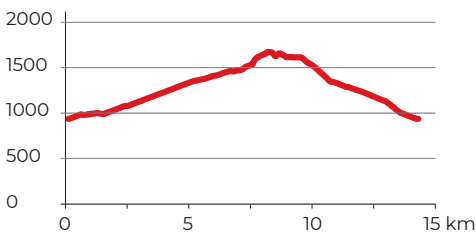


© Disentis Sedrun Tourismus

## Sumvitg-Cumpadials (Bhf) – Padomat – Cardiras – Acla – Lag da Laus – Laus – Sumvitg-Cumpadials (Bhf)

Vom Bahnhof Sumvitg-Cumpadials führt uns der Wanderweg in Richtung Cavardiras. Hier wechseln wir auf den Bergwanderweg und erklimmen bewaldete Hänge und offenes Gelände bis zum Natursee Lag da Laus (romanisch für Traubenkirschensee). Seine Entstehung ist auf einen Bergsturz zurückzuführen, gespiesen wird er durch unterirdische Quellen. Die Ruhe hier oben ist sprichwörtlich: «Horche wie du nichts hörst», Karl Valentins zugeschriebene Weisheit umschreibt treffend, was uns hier erwartet und was wir gleich selber ausprobieren: Wir horchen, wie die Stille klingt und geniessen diesen Moment. Der Rückweg ins Tal führt uns durch das Dörfchen Laus zurück an unseren Ausgangsort.

🕒 5 h 15 min    ⬆️ 900 m    ⬇️ 900 m  
 ↔️ 17 km    🏔️ Bergwanderung, T2



### Samstag, 11.11.2023

Anmeldung	bis 08.11.2023
Wanderleitung	Michael Meier M 076 433 12 05 hallo@wunderlust.ch
Treffpunkt	09:00h Sumvitg-Cumpadials, Bahnhof
Ankunft	15:45h Sumvitg-Cumpadials, Bahnhof
Ausrüstung	Bergwanderausrüstung
Karte	256T
Verpflegung	aus dem Rucksack



**NEU:** Dieser QR Code führt direkt auf die Swisstopo App und kann dort im eigenen Account gespeichert werden.

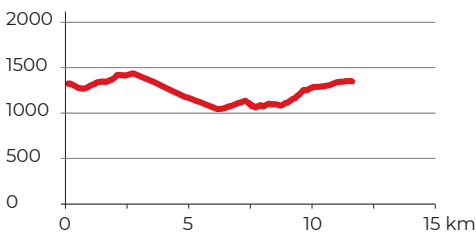
# AUF NACH SANTIAGO DE COMPOSTELA



## Langwies Bahnhof – Enthalbwald – Molinis – Usser Zana – Uf Wald – Tschierschen

Vielleicht etwas ungewohnt mutet das Höhenprofil gleich zu Beginn dieser Tour an. Der Grund liegt darin, dass wir unmittelbar nach dem Start in Langwies von einer Talseite auf die andere wandern und zwar nicht über das berühmte Bahnviadukt, sondern dem Gelände folgend. So können wir das mächtige Bauwerk für einmal aus ungewohnter Perspektive von unten betrachten. Nach einem kurzen Anstieg öffnet sich der Blick hinaus aus dem Schanfigg. Unterwegs auf dem Jakobsweg durch die linke Schanfigger Talflanke wechseln die An- und Aussichten laufend und schon bald erkennen wir das Ziel in Tschierschen. Bis dort sind aber noch einige Höhenmeter, zuerst ab- und dann aufwärts zu überwinden.

🕒 3 h 45 min    ⬆️ 600 m    ⬇️ 600 m  
 ↔️ 12 km    🏔️ Bergwanderung, T2



**Sonntag, 19.11.2023**

Anmeldung	bis 16.11.2023
Wanderleitung	Werner Forrer M 079 359 27 48 werner_forrer@bluewin.ch
Treffpunkt	09:50h Langwies, Bahnhof
Ankunft	15:45h Tschierschen, Dorf
Ausrüstung	Bergwanderausrüstung, Wanderstöcke sollten mitgenommen werden
Karte	248T
Verpflegung	aus dem Rucksack



**NEU:** Dieser QR Code führt direkt auf die Swisstopo App und kann dort im eigenen Account gespeichert werden.

Entdecke die schönsten Wanderungen.



**edition mpa**  
by orell füssli

[orellkarto.ch/verlagsprodukte](http://orellkarto.ch/verlagsprodukte)  
portofreie Lieferung



Orell Füssli Kartographie AG

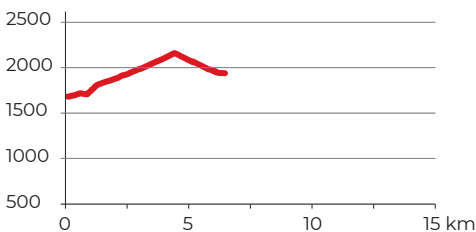
# DIE KRAFT DES WASSERS



## Avers – Abzweigung Valle di Lei – Passo del Scengio – Valle di Lei

Gemütliche Wanderung über den aussichtsreichen Passo del Scengio. Wer weiss, vielleicht erleben wir hier das Wasser bereits im festen Aggregatzustand. Im Stausee im Valle di Lei wird es allerdings in flüssiger Form und zwecks Stromproduktion gesammelt. Der See, der sich mit Ausnahme der Staumauer vollumfänglich über italienisches Gebiet erstreckt, ist Teil einer dreistufigen Kraftwerksgruppe mit den Zentralen Ferrera, Bärenburg und Sils. Die Hintergründe dazu erfahren wir bei einer spannenden Exklusiv-Führung durchs endlose Gänge-Labyrinth im Herzen der Staumauer und im Infozentrum vor Ort. Den Abschluss bildet eine Kaffeepause auf der Alpe del Crot in der Baita del Capriolo und die Rückfahrt mit dem Extrabus.

2 h 15 min 500 m 250 m  
 6,5 km Wanderung, T1



**Samstag, 25.11.2023**

Anmeldung	bis 22.11.2023
Wanderleitung	Susanne Kern M 078 850 31 30 sannekern@gmx.de
Treffpunkt	10:30 h Avers, Bushaltestelle Valle di Lei
Ankunft	16:00 h Avers, Bushaltestelle Valle di Lei
Ausrüstung	Wanderausrüstung, Wanderstöcke sollten mitgenommen werden
Karte	267T
Verpflegung	aus dem Rucksack, Kaffeepause in der Baita del Capriolo
Infos	Kosten Führung CHF 10 pro Person



**NEU:** Dieser QR Code führt direkt auf die Swisstopo App und kann dort im eigenen Account gespeichert werden.

# ÜBERRASCHENDEN ENTLANG DER LANDQUART



© Davos Klosters Tourismus, IG Zweitwohnungsbesitzer

## Klosters Platz – Klosters Dorf – Serneus – Saas i. P. – Küblis

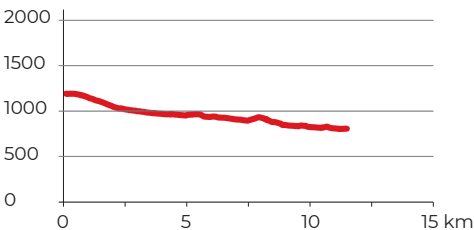
Auf der gegenüber liegenden Seite des Bahnhof Klosters Platz freuen sich die Wintersportler bereits auf die Fahrt mit der Luftseilbahn ins Skigebiet Gotschna Parsenn und auf den Pistenplausch. Wir dagegen bleiben währenddessen im Tal und freuen uns auf der Wanderung der Landquart entlang durchs hintere Prättigau bis nach Küblis immer wieder an überraschenden Eindrücken. Wer diese Gegend vor allem vom Auto oder Zug aus kennt, wird sicher überrascht sein, denn die vermeintlich bekannte Gegend präsentiert sich aus der ungewohnten Perspektive immer wieder mit aussichtsreichen Facetten.



**Sonntag, 03.12.2023**

- Anmeldung bis 30.11.2023
- Wanderleitung Albert Greuter  
M 079 450 49 44  
albert.greuter@bluewin.ch
- Treffpunkt 10:30h Klosters Platz, Bahnhof
- Ankunft 14:30h Küblis, Bahnhof
- Ausrüstung Winterwanderausrüstung
- Karte 248T
- Verpflegung aus dem Rucksack

- 3 h 0 min
- 100 m
- 500 m
- 11,5 km
- Winterwanderung, T1



**NEU:** Dieser QR Code führt direkt auf die Swisstopo App und kann dort im eigenen Account gespeichert werden.

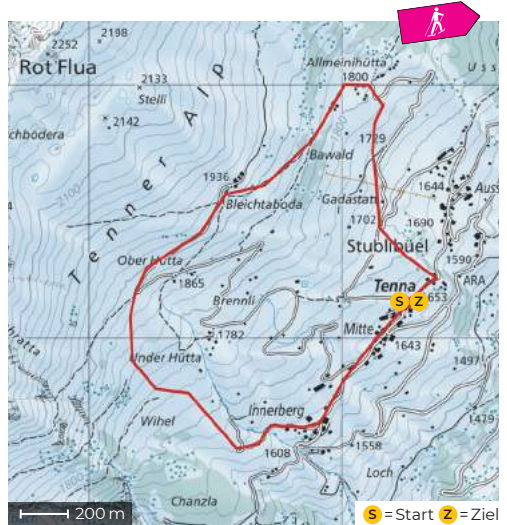
# ADVENTSTAG AUF TENNA



© Viva Trail

## Tenna, Post – Allmeinhütte – Tenner Alp – Innerberg – Tenna, Post

Am 17. Dezember 2011 fand in Tenna ein geschichtsträchtiges Ereignis statt: Der erste Solarskilift der Welt wurde seiner Bestimmung übergeben. Gespiessen von Sonnenenergie schleppt er seither im Winter Skifahrer und Snowboarder den Berg hoch, im Sommer speist er den wertvollen Strom ins öffentliche Netz ein. Mit den Schneeschuhen an den Füßen verzichten wir allerdings auf die Dienste des Solarskilifts und stapfen zu Fuss quer durchs Ski-gebiet den Berg hoch in Richtung Allmeinhütte. Weiter führt unser Weg zur Tenner Alp, von wo wir ab Bleichtaboda in einem weiten Bogen via Stafelgada und Mittla Gada nach Innerbärg und weiter zurück nach Tenna wandern.

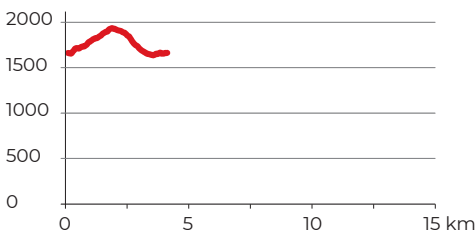


**Samstag, 09.12.2023**

Anmeldung	bis 06.12.2023
Wanderleitung	Michael Meier M 076 433 12 05 hallo@wunderlust.ch
Treffpunkt	08:30h Tenna, Post
Ankunft	14:45h Tenna, Post
Ausrüstung	Winterwanderausrüstung mit Schneeschuhen/Stöcken und LVS/Schaukel/Sondierstange. Ausrüstung kann auf Anfrage gemietet werden.
Karte	257S
Verpflegung	aus dem Rucksack

🕒 2 h 30 min    ↗ 350 m    ↘ 350 m

↔ 4 km    ⚡ Schneeschuhwanderung, WTI



**NEU:** Dieser QR Code führt direkt auf die Swisstopo App und kann dort im eigenen Account gespeichert werden.

# ZWISCHEN UNTER- UND OBERENGADIN



## Cinuos-chel – Punt Ota – Chapella – S-chanf – Zuoz

Diese Winterwanderung führt uns im Talboden durch die winterliche Engadiner Landschaft, mal durch kleine Dörfer, mal dem Fluss oder dem Wald entlang. Wer diesen Teil des Engadins vor allem als Ziel des Engadin Skimarathons kennt, wird staunen, welche Geschichte und Geschichten sich hier hinter den einzelnen Orten verbergen. Vom Ausgangspunkt beim Bahnhof Cinuos-chel-Brail wandern wir erst talauswärts zum Punt Ota, dem offiziellen Grenzpunkt zwischen dem Ober- und dem Unterengadin, ehe wir wenden, um am Fusse des nordwestlichen Talflanke talaufwärts zu wandern und vorbei am Zielgelände des Engadiners unser Wanderziel in Zuoz erreichen.

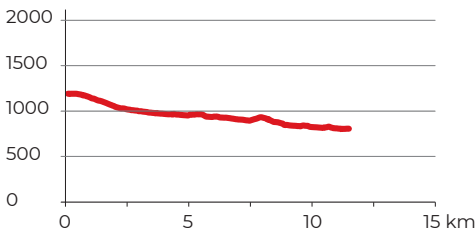


**Sonntag, 17.12.2023**

Anmeldung	bis 14.12.2023
Wanderleitung	Gabi Sievi M 076 339 75 08 gabisievi@gmx.net
Treffpunkt	10:18 h Cinuos-chel-Brail, Bahnhof
Ankunft	15:00 h Zuoz, Bahnhof
Ausrüstung	Winterwanderausrüstung
Karte	258T/459T
Verpflegung	aus dem Rucksack

🕒 4 h 0 min    ⬆️ 350 m    ⬇️ 300 m

↔️ 12,5 km    ⚠️ Winterwanderung, T1



**NEU:** Dieser QR Code führt direkt auf die Swisstopo App und kann dort im eigenen Account gespeichert werden.



# AUF DER SONNENSEITE DER SURSELVA



© Claudia Nestler

## Ladir – Planezzas – Gandatscha – Alp Muota – Ladir

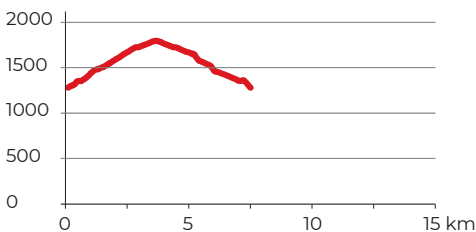
Diese Rundtour startet bei der katholischen Pfarrkirche St. Zeno in Ladir. Von dort aus stapfen wir via Darpiuns und Gandatscha durch Wiesen und Waldabschnitte einen abwechslungsreichen Aufstieg hoch zur Alp la Muota, die bis zum nächsten Alpsommer im tiefen Winterschlaf ruht. Oben angekommen heisst uns eine anmutige Winterlandschaft willkommen. Hier geniessen wir die Ruhe genauso wie eine imposante Rundumsicht auf die Signina Gruppe mit dem Piz Fess oder in die Val Lumnezia und nach Vals. Für den Abstieg zurück über Cuolms da Ruschein nach Ladir hoffen wir auf Pulverschnee, was den Spassfaktor nochmals deutlich erhöht.



### Samstag, 30.12.2023

Anmeldung	bis 27.12.2023
Wanderleitung	Claudia Nestler M 079 912 40 52 info@bergfuehrer-safiental.ch
Treffpunkt	09:53h Ladir, Bushaltestelle Vitg
Ankunft	14:00h Ladir, Bushaltestelle Vitg
Ausrüstung	Winterwanderausrüstung mit Schneeschuhen/Stöcken. Ausrüstung kann auf Anfrage gemietet werden.
Karte	247S
Verpflegung	aus dem Rucksack

🕒 4 h 15 min    ↗ 550 m    ↘ 550 m  
↔ 7,5 km    ⚡ Schneeschuhwanderung, WTI



**NEU:** Dieser QR Code führt direkt auf die Swisstopo App und kann dort im eigenen Account gespeichert werden.