

David Coulin

Die schönsten Gratwanderungen der Schweiz



Die schönsten Gratwanderungen der Schweiz



David Coulin

Die schönsten
Gratwanderungen
der Schweiz

Unter Mitarbeit von Françoise Funk Salami, Daniel Anker,
Philipp Bachmann, Ruedi Hählen und Paul Pfenninger

AT Verlag



Inhalt

- 9 Vorwort
- 10 So wird Gratwandern zum Hochgenuss
- 14 Die Touren nach Schwierigkeitsgrad

- 17 **Graubünden, Glarus, Liechtenstein**
- 18 Weg der roten Erde
Vom Schilt zum Gufelstock
- 20 Fürstenweg
Von den Drei Schwestern zum Alpispitz
- 22 Heinzenbergweg
Von Tschappina nach Präz
- 24 Heidelbeerweg
Vom Piz Scalottas zum Dreibündenstein
- 26 Walsерweg
Vom Glattwang zur Blackter Flüe
- 28 Marathonweg
Von Monstein über den Stulsergrat nach Filisur
- 30 Davoserweg
Von Jakobshorn nach Sertig Dörfli
- 32 Berninaweg
Vom Piz Surlej zum Piz Mezdi

- 35 **Ostschweiz, Zürich**
- 36 Steinbockweg
Vom Tanzboden zum Speer
- 38 Kurweg
Von Gais nach Heiden
- 40 Beizentour
Von Brülisau über Roslen- und Chreialpfirst nach Wildhaus
- 42 Sealpweg
Von Wasserauen über den Marweesgrat zur Meglisalp
- 44 Lägerweg
Von Baden nach Regensberg
- 46 Zürcherweg
Von Adliswil über den Albis nach Sihlbrugg
- 48 Nagelfluhweg
Von Steg übers Schnebelhorn nach Wald
- 50 Gnadenweg
Vom Etzelpass übers Stöcklichrüz nach Willerzell

Umschlagbild vorne: Auf aussichtsreicher Tour unterwegs im Alpstein (Stauberenchancen).

Umschlagbild hinten: Abstieg vom Pierre Avoi. Im Hintergrund das Val de Bagnes.

Bild Seite 2:
Aufstieg zum Stockhorn. Der tiefblaue Oberstockensee kontrastiert mit den grünen Weiden des Simmentals.

Die Überschreitung der Sidelhörner zwischen den Kantonen Bern und Wallis – eine kleine, aber feine Gratwanderung.

53 **Nordwestschweiz, Jura**

- 54 Belchenweg
Vom Unteren Hauenstein nach Waldenburg
- 56 Planetenweg
Vom Balmberg über den Weissenstein zum Grenchenberg
- 58 Parkweg
Vom Chasseral nach Frinvillier
- 60 Waadtländerweg
Vom Mont de Baulmes zum Suchet
- 62 Promenadenweg
Von der Vue des Alpes zum Mont Racine

65 **Berner Oberland, Westschweiz**

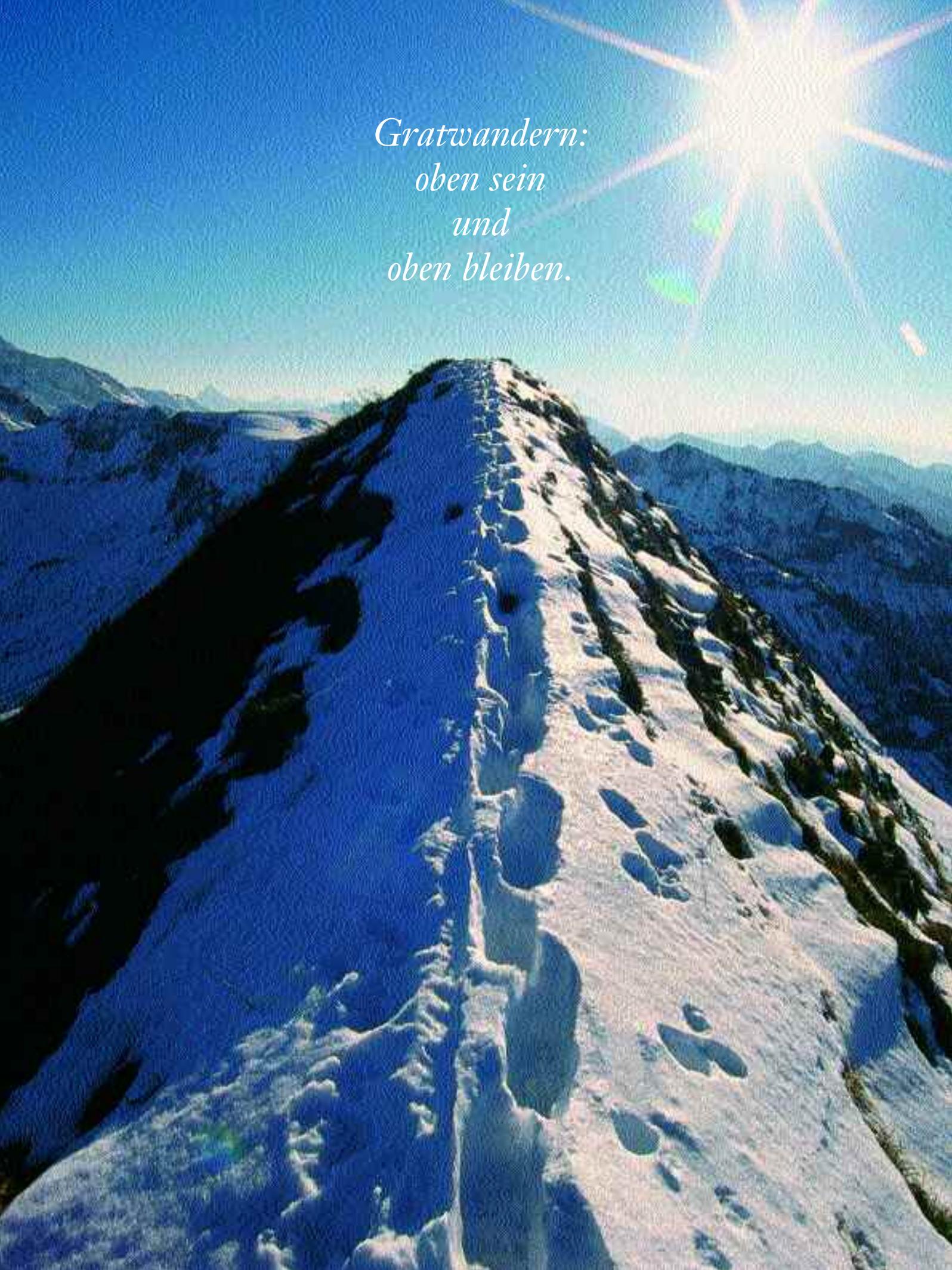
- 66 Voralpenweg
Vom Gantrisch zum Stockhorn
- 68 Zenweg
Vom Leiterli zum Wasserngrat
- 70 Hüttenweg
Von Mitholz übers Gehrihorn ins Kiental
- 72 Sichleweg
Vom Niederhorn zum Sigriswiler Rothorn
- 74 Greyerzerweg
Vom Moléson zum Teysachaux
- 76 Festungsweg
Von den Rochers de Naye zum Malatraix

79 **Zentralschweiz**

- 80 Dohlenweg
Vom Briener Rothorn zum Höch Gummen
- 82 Schrattenweg
Vom Hengst zum Schibengütsch
- 84 Drachenweg
Vom Pilatus zum Mittagjüpfli
- 86 Mittelweg
Vom Höch Dossen über den Arnigrat zur Wandelen
- 88 Arvenweg
Vom Stanserhorn über den Arvigrat zum Gräfimattstand
- 90 Vierwaldstätterweg
Vom Glattigrat zum Oberbauenstock
- 92 Mythenweg
Vom Nüsellstock zur Haggeneegg
- 94 Furggelenweg
Vom Furggelenstock zum Spirstock
- 96 Mergelweg
Vom Gnipen zur Langmatt

98	Bergblumenweg Vom Fronalpstock zum Chlingenstock
100	Oberländerweg Vom Pazolastock zum Piz Badus
102	Lucendroweg Vom Winterhorn zum Pizzo dell'Uomo
105	Tessin
106	Tessinerweg Vom Monte Tamaro zum Monte Lema
108	Weg der alten Zähne Von den Denti della Vecchia zum Monte Boglia
110	Mauerweg Vom Sassariente zur Cima di Sassello
112	Wilder Weg Von der Capanna Efra zur Alpe Fümegna
115	Wallis
116	Weg ins Nichts Vom Magehorn zum Straffelgrat
118	Aletschweg Von der Riederalp zum Bettmerhorn
120	Gletscherweg Vom Gornergrat zum Stockhorn
122	Vispertaler Sonnenweg Vom Augstbordhorn zum Dreizehntenhorn
124	Weg des Grand Combin Vom Mont Rogneux zum Pierre Avoi
126	Rhonesteg Vom Col de la Forclaz zum Mont de l'Arpille
128	Kaiserweg Von der Crêt du Midi zum Roc d'Orzival
130	Register
131	Autoren
131	Bildnachweis

*Gratwandern:
oben sein
und
oben bleiben.*



Vorwort

Dieses Buch will Sie entführen, und zwar in die Welt der Rücken und Rippen, der Ecken und Kanten, der Grate und Granite. Dorthin, wo das Gipfelgefühl stundenlang dauert und die Aussicht grenzenlos ist.

Fünzig der schönsten Gratpassagen der Schweizer Alpen haben wir für Sie ausgesucht und dokumentiert. Nach bewährtem Rezept der AT-Bergbuchreihe haben wir dabei viel Wissenswertes rund um die Touren in leicht lesbare Texte gepackt und in einem ausführlichen Serviceteil alle nötigen Informationen zusammengefasst. Eine Übersichtskarte und exklusive Fotos runden die Texte ab.

Genaue Hinweise zu Schwierigkeit und Routencharakter ermöglichen es, eine Tour auszusuchen, die Ihren Wünschen und Möglichkeiten entspricht. Alle Routen sind mit Wanderschuhen begehbar. Seil, Pickel und Steigeisen bleiben zu Hause.

Bei der Auswahl wurde auf eine gleichmässige regionale Verteilung der Touren geachtet. So finden sich auch Vorschläge, die man ohne grossen Reiseaufwand realisieren kann. Benützen Sie dabei die öffentlichen Verkehrsmittel! Zugegeben, das braucht etwas mehr Zeit, ist aber für Gratwanderungen, wo Ausgangspunkt und Ziel meist nicht identisch sind, von Vorteil. Und Zeit wünschen wir Ihnen ohnehin. Denn die in diesem Buch vorgestellten Panoramatauren wollen nicht einfach abgespult sein. Sie bieten sich an zum Verweilen, zum Staunen und zum Geniessen der Freiheit, oben zu sein, losgelöst und schwerelos ...

Ich danke herzlich meiner Mitautorin und meinen Mitautoren. Sie sorgen dafür, dass dieses Buch auch von der Verschiedenheit der journalistischen und fotografischen Herangehensweise an die vorgestellten Gratwanderungen lebt. Ein ebensolches Dankeschön gebührt dem Lektorat und der Verlagsleitung des AT Verlags für die umsichtige Begleitung dieses Buchprojekts.

Geniessen Sie das Buch, und geniessen Sie die Panoramatauren!

David Coulin



So wird Gratwandern zum Hochgenuss

Gratwandern ist mehr als Wandern auf Graten. Die folgenden Tipps helfen, die Gratwanderung so zu planen, dass sie für alle zu einem unvergesslichen Erlebnis wird.

Tipp 1: Wählen Sie die Tour saisongerecht aus

Gratwanderungen verlaufen nicht immer auf der Kante. Oft weicht der Weg für ein kurzes Stück in die Bergflanke aus. Je nachdem, ob diese nach Norden oder nach Süden ausgerichtet ist, und je nach Höhenlage können sich dort bis in den Frühsommer hinein Schneereste halten. Wenn solche Schneereste den Weg als Schneefeld überdecken, können sie heikle Hindernisse bilden. Informieren Sie sich deshalb im Zweifelsfall beim örtlichen Tourismusbüro (Adresse im jeweiligen Serviceteil), ob der Weg offen und normal begehbar ist.



Hügel, so weit das Auge reicht: Blick vom Belchen.

Tipp 2: Interpretieren Sie die Schwierigkeitsgrade richtig

Die Schwierigkeitsbewertungen richten sich nach der neuen Wanderskala des Schweizer Alpen-Clubs (SAC). Diese reicht von T1 bis T6. Aber aufgepasst: Lediglich die Grade T1 bis T3 bewegen sich in dem Bereich, den man gemeinhin unter «Wandern» versteht. Ab T4 spricht man von Hochtouren ohne Seil und Pickel.

Die meisten Touren in diesem Buch bewegen sich – gleichmässig verteilt – im Bereich der Schwierigkeitsgrade T1 bis T3.

- T1: Hier handelt es sich um gelb markierte, feste und zum Teil auch breite Wege, die keine speziellen Anforderungen an Kondition und Ausrüstung stellen. Sie sind mit Turnschuhen begehbar und für Familien auch mit kleineren Kindern sowie für Seniorinnen und Senioren geeignet. Typische Beispiele sind die Überschreitung der Albiskette (Seite 46), der Jurahöhenweg vom Weissenstein zum Grenchenberg (Seite 56) oder der Höhenweg vom Jakobshorn ob Davos nach Sertig Dörfli (Seite 30).

- T2: Die mit T2 bewerteten Wanderwege sind gut mit weiss-rot-weissen Markierungen versehen und erlauben auch ohne Karte eine problemlose Orientierung. Die Wege können teilweise schmal, steinig und mässig steil sein. Ausgesetzte Stellen sind entweder sehr gut gesichert oder für Wanderer ohne ausgeprägte Höhenangst problemlos begehbar.

Ab dem Schwierigkeitsgrad T2 sind Trekking- oder Wanderschuhe erforderlich. Denn viele Gratwanderungen spielen sich im Bereich der Voralpen ab, wo Kalkgesteine dominieren, die bei Nässe sehr glitschig sind. Auch ein Wanderstock kann gute Dienste leisten. Wanderungen des Schwierigkeitsgrads T2 sind auch für Familien mit Kindern ab etwa zehn Jahren und für trittsichere Seniorinnen und Senioren geeignet. Typische Beispiele sind der Weg vom Monte Tamaro zum Monte Lema im Tessin (Seite 106), der Grat vom Piz Scalottas zum Dreibündenstein ob Chur (Seite 24) oder der Arvigrat bei Dallenwil (Seite 88).

- T3: Der Grad T3, ebenfalls weiss-rot-weiss markiert, wird als »anspruchsvolles Bergwandern« umschrieben. Es kann durchaus sein, dass sich der Weg vorübergehend etwas verliert oder die rot-weiss-rote Markierung aussetzt. Bei schlechter Sicht oder Nebel sind daher die Landeskarte und ein gutes Orientierungsvermögen erforderlich. Ausgesetzte oder besonders steile Stellen sind auch in dieser Wegkategorie mit Ketten oder Treppen gesichert. Es gibt aber Passagen, die auf schmalsten Graten oder über dem Abgrund verlaufen und daher für Personen mit Höhenangst oder ausgeprägter Schwindelanfälligkeit ungeeignet sind.

Trekkingsschuhe gehören hier ebenso zur Standardausrüstung wie Wanderstöcke. Wanderstöcke dämpfen nicht nur in steileren Abstiegen die Schläge auf die Kniegelenke, sondern verhelfen auch zu einer aufrechteren Körperhaltung, wodurch die Ausrutschgefahr erheblich vermindert wird. Eine T3-Wanderung kann auch an die Kondition hohe Anforderungen stellen. Wenn Sie unsicher sind, ob Sie eine solche Wanderung bewältigen können, vergewissern Sie sich, dass es Möglichkeiten zur Abkürzung oder zum vorzeitigen Abbruch der Tour gibt. Kinder und Senioren sollten gut trainiert und trittsicher sein. Allenfalls

Blick von der Moosalp zum Bietschhorn – Sehnsucht jeder Bergsteigerseele.

Ständige Begleiter auf früh-sommerlichen Gratwanderungen: Alpenenzian und Krokusse. Im Jura, aber zum Beispiel auch auf dem Rossberg (Schwyz) gibt es ganze Felder davon!



empfiehlt es sich, ein kurzes Seil zur Sicherung mitzunehmen. Typische Routen dieser Schwierigkeit sind der Stulsergrat ob Filisur (Seite 28), der Arnigrat ob Flüeli Ranft (Seite 86) oder der Gornergrat ob Zermatt (Seite 120).

Tipp 3: Gratwanderungen sind Schönwetterwanderungen

Unternehmen Sie keine Gratwanderungen bei ausgeprägt schlechtem Wetter. Mit der Sicht trübt sich meist auch die Stimmung. Zudem gibt es auf dem Grat wenig Schutz vor starken Winden, die den Körper sehr schnell auskühlen können. Auch kann Nebel auftreten und die damit verbundene Wegsuche sehr zeitraubend machen. Wenn Sie auf der Wanderung in einen Regenschauer geraten, achten Sie darauf, dass Sie trotz Regenschutz nicht ins Schwitzen geraten. Gute Dienste erweist ein leichter Taschen-Regenschirm, der in keinem Rucksack fehlen sollte. Wenn Sie von einem Gewitter überrascht werden, entfernen Sie sich von der Gratkante. Bis die Wege wieder trocken sind, ist die erhöhte Rutschgefahr zu beachten.



Tipp 4: Nehmen Sie sich Zeit

Planen Sie die Wanderung so, dass unterwegs genügend Zeit zum Picknick und zum Verweilen bleibt. Dies ist insbesondere wichtig, wenn Sie mit Kindern unterwegs sind. Die im Buch angegebenen Zeiten verstehen sich ohne Rast- und Ruhepausen. Benützen Sie die angegebenen Übernachtungsmöglichkeiten an den Ausgangspunkten. Dadurch ersparen Sie sich den Stress der Anreise am selben Tag und können in aller Ruhe auch seelisch im Wandergebiet ankommen.

Tipp 5: Nehmen Sie eine Schweizer Karte mit

Gratwanderungen sind Panoramawanderungen. Die Frage, wie denn all die Gipfel heißen, die sich vor dem Betrachter aufreihen, wird Sie auf diesen Wanderungen stets begleiten. Die Landeskarte der Schweiz hilft Ihnen, die Antwort zu finden, und zeigt Ihnen auch weitere Zusammenhänge auf. Interessant ist, dass die Ausrichtung der Täler und Gebirgsketten von Auge anders wahrgenommen wird, als sie auf der Landeskarte erscheint. Verlässlicher sind die Formen der Berge. Einige sind so markant, dass man sie immer wiedererkennt und so als Referenzpunkte gebrauchen kann. Zu diesen Bergen gehören zum Beispiel der Calanda, der Säntis, der Tödi, der Galenstock und – natürlich – das Matterhorn.

Die Touren nach Schwierigkeitsgrad



Der Jura lädt ein zum Wandern in Musse und Gemütlichkeit:
Auf dem Promenadenweg von der Vue des Alpes zum Mont Racine.

Gratwanderungen für Familien

Einfache Wanderung auf festen Wegen, gut markiert, durchschnittliche Kondition genügt, T1.

- Jakobshorn–Sertig Dörfli Seite 30
- Gais–Heiden Seite 38
- Wasserauen–Marweesgrat–Meglisalp Seite 42
- Baden–Regensberg Seite 44
- Adliswil–Albis–Sihlbrugg Seite 46
- Steg–Schnebelhorn–Wald Seite 48
- Etzelpass–Stöcklichrüz–Willierzell Seite 50
- Unterer Hauenstein–Waldenburg Seite 54
- Balmberg–Weissenstein–Grenchenberg Seite 56
- Chasseral–Frinvillier Seite 58
- Mont de Baulmes–Suchet Seite 60
- Vue des Alpes–Mont Racine Seite 62
- Brienzer Rothorn–Höch Gummen Seite 80
- Nüsellstock–Haggenegg Seite 92
- Monte Tamaro–Monte Lema Seite 106
- Riederalp–Bettmerhorn Seite 118
- Col de la Forclaz–Mont de l'Arpille Seite 126



Vom Wassergrat bietet sich ein imposanter Tiefblick ins Lauenental.

Gratwanderungen für Geübte

Mittelschwere Wanderung, teilweise weglos, gute Kondition nötig, T2.

- Schilt–Gufelstock Seite 18
- Tschappina–Prüz Seite 22
- Piz Scalottas–Dreibündenstein Seite 24
- Glattwang–Blackter Flüe Seite 26
- Tanzboden–Speer Seite 36
- Brülisau–Roslen- und Chreialpfirst–Wildhaus Seite 40
- Gantrisch–Stockhorn Seite 66
- Leiterli–Wassergrat Seite 68
- Mitholz–Gehrihorn–Kiental Seite 70
- Niederhorn–Sigriswiler Rothorn Seite 72
- Hengst–Schibengütsch Seite 82
- Stanserhorn–Arvigrat–Gräfimattstand Seite 88
- Furggelenstock–Spirstock Seite 94
- Gnipen–Langmatt Seite 96
- Denti della Vecchia–Monte Boglia Seite 108
- Gornergrat–Stockhorn Seite 120
- Mont Rogneux–Pierre Avoi Seite 124
- Crêt du Midi–Roc d'Orzival Seite 128



Die letzten Meter zum Sassariente ähneln einem Klettersteig.

Alpine Gratwanderungen

Anspruchsvolle Bergtour, teilweise exponiert, sehr gute Kondition nötig, T3–T5.

- Drei Schwestern–Alpspitz Seite 20
- Monstein–Stulsergrat–Filisur Seite 28
- Piz Surlej–Piz Mezdi Seite 32
- Moléson–Teysachaux Seite 74
- Rochers de Naye–Malatraix Seite 76
- Pilatus–Mittaggüpfli Seite 84
- Höch Dossen–Arnigrat–Wandelen Seite 86
- Glattigrat–Oberbauenstock Seite 90
- Fronalpstock–Chlingenstock Seite 98
- Pazolastock–Piz Badus Seite 100
- Winterhorn–Pizzo dell’Uomo Seite 102
- Sassariente–Cima di Sassello Seite 110
- Capanna Efra–Alpe Fümegna Seite 112
- Magehorn–Straffelgrat Seite 116
- Augstbordhorn–Dreizehntenhorn Seite 122

Karten

In den Kartenausschnitten gilt folgende Kennzeichnung:

- Gratroute
- - - Variante bzw. Abkürzung/Zwischenabstieg
- Zustieg zum Ausgangspunkt
- ▲ Übernachtungsmöglichkeit bzw. Bergwirtschaft/Restaurant

Wichtige Telefonnummern und Internetadressen

Wetterbericht allgemein: 162

MeteoSchweiz Zürich: Spezialwetterbericht 0900 162 111,
www.meteoschweiz.ch

Schweizerische Bundesbahnen (SBB-Fahrplan usw.): www.sbb.ch

Postautoverbindungen: www.postauto.ch

Schweizerische Landestopografie (Landeskarten): www.swisstopo.ch

Schweizer Alpen-Club (SAC): +41 (0)31 370 18 18, www.sac-cas.ch

Schweizerischer Bergführerverband: www.bergtourismus.ch

Notruf der Schweizer Rettungsflugwacht (Rega): 1414, www.rega.ch

Abkürzungen

P.	Punkt, kotierte Höhenangabe
Std.	Stunde
Pw	Personenwagen
AB	Appenzellerbahnen
MGB	Matterhorn-Gotthard-Bahn
MOB	Montreux-Oberland-Bahn
OeBB	Oensingen-Balsthal-Bahn
RhB	Rhätische Bahn
SOB	Südostbahn
ZB	Zentralbahn
SBB	Schweizerische Bundesbahnen
SAC	Schweizer Alpen-Club



Vielfach ist die Aussicht von mittelhohen, aber freistehenden Gebirgszügen eindrücklicher als von ganz oben herab. Zwischen dem Piz Scalottas und Brambrüesch ob Chur.

Graubünden, Glarus, Liechtenstein



■ Weg der roten Erde

Vom Schilt zum Gufelstock

«Aus versicherungstechnischen Gründen dürfen in der Kabine max. 4 erwachsene Personen befördert werden», heisst es diskret bei der Talstation der Luftseilbahn Ennenda–Äugsten, einige Hundert Meter vom Bahnhof Glarus entfernt. Wer die Kabine zu Gesicht bekommt, weiss, warum das so ist. Halsbrecherisch ist sie nicht, aber luftig schon. Und luftig gehts bergauf, 11 Minuten und 958 Meter bis zur Bergstation Bärenboden. Dankbar um den Höhengewinn und die reibungslose Fahrt steigt man aus. Denn es warten auch so noch gut 700 steile Höhenmeter bis zum eigentlichen Start der Gratwanderung. Dieser liegt zwischen dem Schilt und dem Schwarzstöckli und heisst Rotärd.

Wie der Name es verspricht, lagern zwischen Rotärd und Schwarzstöckli tatsächlich wein- bis violettrote Ton- und Siltschiefer. Es handelt sich um schiefrige Serien des sonst grobkörnigen Verrucanogesteins. Dieses muss auf einem Schuttkegel unter wüstenhaften Bedingungen entstanden sein, wie sie heute etwa im Death Valley herrschen. Die Verrucanogesteine gehören zu den ältesten Ablagerungsgesteinen der Schweiz und dürften 250 bis 300 Millionen Jahre alt sein. So sind die Gesteine des Rotärd älter als die umliegenden Kalkmassive des Schilt oder des nahen Mürtschenstocks und zeugen von der bewegten geologischen Vergangenheit der Region. Nicht zuletzt deshalb haben die Glarner dieses Gebiet zum GeoPark erklärt und wollen erreichen, dass es zum Weltnaturerbe erklärt wird.

Gebiet

Glarner Alpen

Charakterisierung der Tour

Spannende Grattour in einem Gebiet, das mit gangbaren Gratwegen nicht reich gesegnet ist. Interessante Geologie, umwerfende Tief- und Weitblicke.

Schwierigkeit

Schilt–P. 2314: T1–T2. Wenig schwierig, bei Nässe rutschig.

P. 2314–Gufelstock: T2–T3. Wegspuren, teilweise etwas heikel. Im Abstieg steil.

Wanderzeit

Schilt–P. 2314, inkl. Zu- und Abstieg Bärenboden: 5–6 Std.

Schilt–Gufelstock, inkl. Zu- und Abstieg Bärenboden: 6–7 Std.

Ohne Abstecher vom Rotärd zum Schilt: 1 Std. weniger

Höhendifferenz

Ohne Gufelstock, mit Schilt: 1000 m

Mit Gufelstock, mit Schilt: 1200 m

Ohne Schilt: 80 m weniger

Talort/Ausgangspunkt

Ennenda (478 m ü. M.)

Strassendorf unweit des Kantonshauptorts Glarus.

Glarnerland Tourismus (beim Bahnhof Glarus):

Telefon +41 (0)55 650 20 50, info@glarnerland.ch.

Mit öffentlichem Verkehr: SBB über Ziegelbrücke nach Glarus. Von dort Luftseilbahn Ennenda–Äugsten, Reservation Telefon +41 (0)55 640 81 53.

Mit Pw: Autobahn bis Ausfahrt Niederurnen, dann Kantonsstrasse bis Glarus.



Die Luftseilbahn von Ennenda nach Äugsten kurz vor der Bergstation.



Zwischen Rotärd und Schwarzstöckli lagern Ton- und Siltschiefer in ungewöhnlichen Farbtönen.

Wegbeschreibung

Vom Bärenboden auf gut bezeichnetem Wanderweg zuerst durch Bergheugebiet, dann zunehmend steinig und steil zum Rotärd. Von dort mit gutem Aufwand-Genuss-Verhältnis Abstecher zum Schilt möglich (und empfohlen). Zurück zum Rotärd und weiter auf dem Grat Rücken zum Schwarzstöckli (zuletzt etwas gar steinig). Abstieg zum Sattel zwischen Schwarzstöckli und Heustock (P. 2314). Von dort Abstieg via Heustockfurgel und Schafleger zum Bärenboden.

Unterkunft/Verpflegung unterwegs

Vom Schwarzstöckli Abstieg zu den Murgseen möglich. Berggasthaus Murgsee (immer frische Fische!), Telefon +41 (0)79 341 66 50, www.murgsee.ch. Vom Murgsee Abstieg nach Murg am Walensee. Ab Alp Mornen Fahrstrasse; Murgtalbus: Telefon +41 (0)81 738 14 41.

Karten

Landeskarte 1:25 000, 1154 Spitzmeilen
Landeskarte 1:50 000, 237T Walenstadt
Wanderkarte 1:25 000 Mollis-Kerenzerberg. Empfohlen, erhältlich bei Glarnerland Tourismus (Bahnhof Glarus)

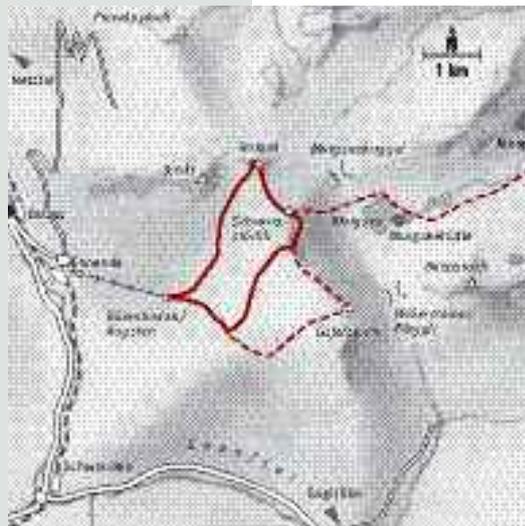
Varianten

– Von P. 2314 weiter auf Wegspuren via Heustock zum Gufelstock. Von dort steil absteigend via Seelenen zur Alp Ober Fessis. Dort rechts haltend zum Schafleger queren und dann hinunter zum Bärenboden/Äugsten.

– Vom Schwarzstöckli Abstieg zu den Murgseen (siehe «Unterkunft»).

Verschiedenes

Informationen zum GeoPark-Höhenweg unter www.geopark.ch oder bei Glarnerland Tourismus.



Wir nehmen jedoch nicht den GeoPark-Höhenweg unter die Füße, sondern machen uns – vielleicht nach einem lohnenden Abstecher zum Schilt – auf in Richtung Süden. Bald schon löst sich der Blick von den Gesteinen und schweift in die Weite. Rechts der Glärnisch in seinem ganzen Stolz, hinten der mächtige Klotz des Tödi, auf der andern Seite Churfirten, Flumserberge und Sardona. Dabei überschreiten wir nach dem Rotärd den Wisschamm, um auf dem Schwarzstöckli zu landen. Weit unten sichtbar der tiefblaue Murgsee, einst von den Arbeitern des nahen Erzbergwerkes aufgestaut, jetzt von Fischern bewirtschaftet.

Auf der andern Seite des Schwarzstöckli führt die Grattour hinunter zum Punkt 2314. Wenig geübte Bergwanderer werden hier wieder abtauchen zum Bärenboden, ambitioniertere Berggänger hingegen können sich noch den Heu- und den Gufelstock vornehmen. Das sind nochmals anderthalb Kilometer Gratgenuss, garniert mit einem Rundumpanorama auf dem Heustock und auf dem Gufelstock. Der Weg ist allerdings nicht mehr ganz so gut, vor allem bei schlechten Verhältnissen ist an einigen Stellen Vorsicht geboten. Dies gilt auch beim Abstieg vom Gufelstockgipfel bis zu den Seelenen. Dort ist der Weg bis zur Alp Ober Fessis wieder besser, bevor nochmals eine etwas heiklere Traverse hinüber zum Schafleger folgt. Der Bärenboden ist nicht mehr weit, und dort ist das Bähnlein wieder abrufbar. (DC)

Die Fischerhütte: Bekannt für die gebratenen Forellen aus dem eigenen See.





Open Air: Luftige Passage auf dem Fürstensteig mit Tiefblick ins Bündner Rheintal.

■ Fürstenweg

Von den Drei Schwestern zum Alpspitz

Man mag vom Fürsten von und zu Liechtenstein halten, was man will. Aber das Ländle, über das er herrscht, ist ein schöner Fleck auf unserer Erde. Nicht wegen der Städte, die sich dem Rhein entlangziehen. Auch nicht wegen der Dörfer, die sich an den teils recht steilen Hängen ausbreiten. Sondern vor allem wegen der Berge, die das Ländle gegen Österreich und die Schweiz abgrenzen, und da ganz besonders wegen

Gebiet

Westlicher Rätikon

Charakterisierung der Tour

Eine Gratwanderung mit dem anderen Blick ins Rheintal und zum Alpstein. Abwechslungsreich, überraschend vom ersten bis zum letzten Schritt. Der Weg ist in beide Richtungen begehbar. Empfohlen ist aber der Start ab Planken/Gafadahütte (Sonnenstand, Aussicht in die Berge).

Schwierigkeit

T2–T3. Alpine Steiganlagen mit ausgesetzten Stellen (Leitern, Seilsicherungen) für trittsichere und erfahrene Bergwanderer, dazwischen leichter Höhenweg. Umgehungsmöglichkeiten der kritischen Stellen, dann T1–T2. Durchgehend markiert und gut unterhalten, begehbar ab Mitte Juni (Auskunft Telefon +41 (0)423 232 98 12 oder Gafadahütte, siehe unten). Die Tour von Planken bis Gaflei ist recht lang. Die Übernachtung in der Gafadahütte lohnt sich.

Wanderzeit

Planken–Gaflei: 5½ Std. (Planken–Gafadahütte: 1½ Std.)

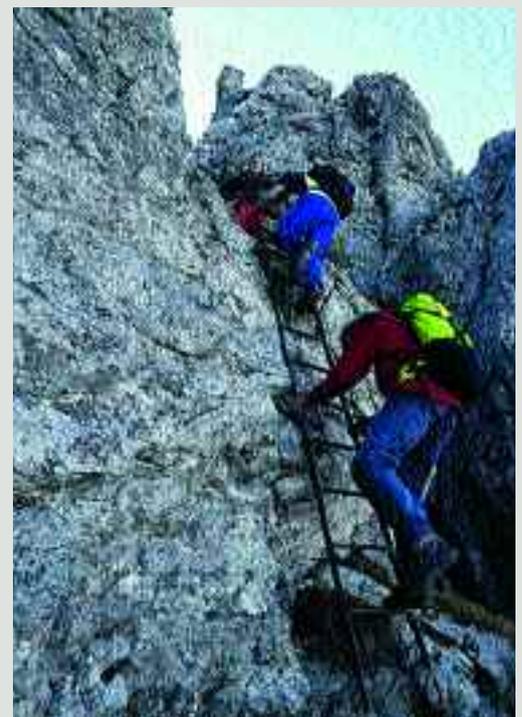
Höhendifferenz

Insgesamt rund 1550 m (ab Gafadahütte 900 m)

Talorte/Ausgangspunkt

Planken (786 m ü. M.), Triesenberg (800 m ü. M.), Gaflei (1483 m ü. M.)

Planken: Kleines Walserdorf auf einer Bergterrasse nordöstlich von Schaan. Zwei Restaurants. Gaflei: Alpweiler nordöstlich von Triesenberg. Hotels, Pensionen, Ferienwohnungen in Triesenberg.



Bitte festhalten! Leitern helfen über die steilsten Kalkschrofen hinweg.

Mit öffentlichem Verkehr: Postautoverbindungen ab Schaan und Vaduz.

Mit Pw: Von Schaan nach Planken (Parkplatz Reservoir), von Triesenberg nach Gaflei (Parkplatz Nähe Hotelgebäude).

Gafadurahütte (1428 m ü. M.)

Auf der Gafaduraalpe gelegen. 50 Plätze, bewartet von Pfingsten bis Oktober. Reservation:

Telefon +41 (0)79 260 14 58.

Zustieg von Planken über teils recht steilen Wanderweg im Wald, T1.

Unterkunft/Verpflegung unterwegs

Gafadurahütte (siehe oben)

Wegbeschreibung

Von der Gafadurahütte auf markiertem Wanderweg zum Sarojasattel. Unsichere Berggänger können den Drei-Schwestern-Steig leicht ansteigend am Osthang der Drei Schwestern über die Garsellaalpe und weiter durch ein liebliches Alptälchen aufsteigend umgehen. Geübte und schwindelfreie Berggänger steigen über den markierten Drei-Schwestern-Steig zu den Felstürmen auf (Leitern und Seilsicherungen). Vorne beim Alpispitz gibt es wiederum zwei Varianten: Für die schwindelfreien Berggänger rechts hinunter über den Fürstensteig, für die beschaulicheren Wanderer östlich um den Alpispitz herum (½ Std. mehr).

Karten

Landeskarte 1:25 000, 1135 Buchs, 1136 Drei Schwestern

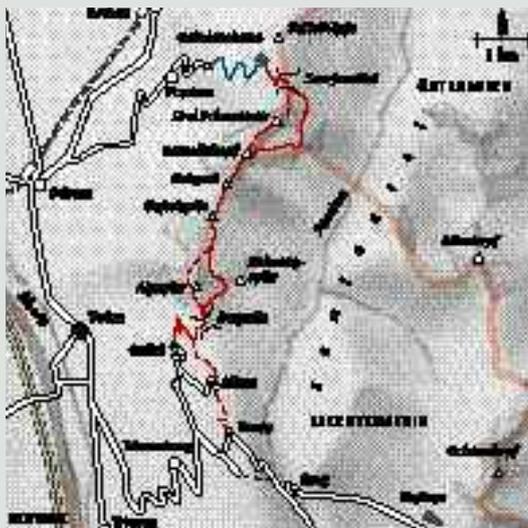
Landeskarte 1:50 000, 238 Montafon

Wanderkarte 1:25 000, Fürstentum Liechtenstein

Varianten

– Zwischen Kuhgrat und Gafleispitz Abstieg nach Schaan möglich: 1500 Höhenmeter (!), 3 Std., T2.

– Weiter auf markiertem Bergweg über Sücka und Rappastein zur Pfälzerhütte (4½ Std.) Empfohlen als weitere Gratwanderungsetappe.



Panorama ohne Ende: Das Rheintal ist weit unten der ständige Begleiter auf dieser Tour.

der Drei Schwestern. Drei Kalkzapfen ragen oberhalb des Fleckens Planken in den Himmel und bilden den Anfang eines schlicht grandiosen Gratwegs. Seit mehr als hundert Jahren zählen der Drei-Schwestern-Steig und der Fürstensteig zu den kühnsten Weganlagen des Rätikon. Leitern und Seile, Tritte und Stifte helfen dem trittsicheren Bergwanderer über ausgesetzte Wegstellen. Bei stets wechselnden Bildern bewegt er sich im Fels, quert ein Felsenfenster, sieht über senkrechtem Fels ein Kreuz, turnt über einen abgeschliffenen Felskopf und steigt über feste Tritte zu einem Weidebord ab.

Garsellikopf (2105 m ü. M.) und Kuhgrat (2123 m ü. M.) sind die höchsten Erhebungen der Drei-Schwestern-Kette. Der Blick von diesen alpinen Logen ist unbeschreiblich schön und kontrastreich. 1500 Meter unter uns breitet sich im Westen das Rheintal mit seinen Dörfern aus, ostwärts blicken wir hinunter zum einsamen, unwirtlichen Saminatal. Gegen Süden hin baut sich der Rätikon auf, von den sanften Bergtälern und grünen Alpen bis hin zur wild aufgetürmten Falknis-kette. Über dem Walgau zieht sich der lange Walsbergergrat ostwärts, und über den Grat der Hohen Köpfe erspähen wir die Berge des Lech-quellengebirges. Beidseits des Toggenburgs türmen sich schliesslich der Alpstein und die Churfürsten. Alle diese Berge gehören wie auch die Drei Schwestern zu einem System von Kalkbarrieren, die im Zuge der Alpenfaltung jäh auf das in Hebung begriffene Zentralmassiv aufbrandeten und jetzt langsam, aber sicher vom Wasser zerfressen werden und erodieren. Im Schutt und in den Felsritzen blühen derweil kalkliebende Blumen, Enziane und Soldanellen neben Alpenastern und Glockenblumen, weil manchmal der Schnee bis im Sommer in den Runsen liegt.

Der Fürstensteig, das noch kühnere Gegenstück zum Drei-Schwestern-Steig, schlängelt sich in grossartiger Felsszenerie gegen Gaflei. Aber überall findet die Hand ein sicherndes Seil. Ein alter Rohrzaun führt vermeintlich ins Bodenlose, die Wegspur aber wendet sich zu einem Kamin, der auf einer soliden Holzterrasse durchstiegen wird. Wir blicken auf das Werk der Erosion: In wilden Bahnen rollt das Gestein und Geschiebe zu Tal, und manchmal geht auch ein Felskopf mit, auf dem früher der Weg angelegt war. (DC)

■ Heinzenbergweg

Von Tschappina nach Präz

Man bleibt stehen, schaut in die Tiefe, staunt. So sieht man sie von nirgends sonst: die Ruinaultaschlucht, auch bekannt als Versamertobel, in der vollen Länge aus der Vogelperspektive. Und dahinter der Flimserstein, wo vor rund elftausend Jahren die Katastrophe ihren Anfang nahm. Eine gewaltige Gesteinsmasse rutschte ab, mächtig genug, um die ganze Schweiz einen Meter hoch zu überziehen. Sie donnerte hinunter, deckte das Bündner Oberländer Rheintal auf einer Länge von mehreren Kilometern vollständig zu und brandete auf die andere Talseite. Der Vorderrhein hat sich inzwischen längst wieder einen Weg durch die Schuttmassen gebahnt und schlängelt sich auf dem Grund der tiefen Schlucht in Richtung Reichenau, wo er sich mit dem Hinterrhein verbündet. Auch der See, der sich hinter dem grössten Bergsturz im Schweizer Alpenraum staute, ist längst verschwunden. Was blieb, ist ein Naturmonument, das sich vortrefflich auch von der Rhätischen Bahn aus bestaunen lässt, deren Trasse sich neben dem Vorderrhein durch das Tobel windet. Oder eben von hier, dem Heinzenberggrat.

Bevor man an dieser Stelle angelangt ist, hat man sich mit dem ersten Morgenpostauto von Thusis nach Obertschappina bringen lassen oder am besten schon auf dem Glaspas übernachtet. Denn der Wandertag ist lang: Einige Kilometer Horizontaldistanz und ein munteres Auf und Ab warten. Linker Hand der Blick hinunter ins Safiental: Hier drangen im 12. Jahrhundert von Splügen her die Walser ein und setzten

Gebiet

Bündner Oberland

Charakterisierung der Tour

Gratwanderung im klassischen Sinn, stets auf einer schnurgeraden Kreta. Eine luftige, befreiende Tour.

Schwierigkeit

T1–T2. Wegzeichen oft schlecht sichtbar, teilweise nur Wegspuren. Keinerlei technische Schwierigkeiten, auch keine exponierten Stellen. Abstieg ins Domleschg fast jederzeit möglich.

Wanderzeit

Glaspas–Präz: 5–6 Std.

Höhendifferenz

Glaspas–Präzer Höhi–Präz: rund 800 m

Ausgangspunkte

Glaspas (1846 m ü. M.)

Über diesen Pass führt der alte Säumerpfad vom Safiental ins Domleschg. Nicht nur das Vieh wurde über diesen Pass getrieben, auch die jungen Männer und Frauen von Safien zog es immer wieder hinüber – auf der Suche nach der grossen Liebe. Berggasthaus Beverin, 30 Betten, kinderfreundlich, Telefon +41 (0)81 651 13 23. Weitere Pensionen in Tschappina: Verkehrsverein Oberheizenberg Telefon +41 (0)81 630 06 88, heizenberg-info@bluewin.ch.

Mit öffentlichem Verkehr: RhB von Chur nach Thusis, von dort Postauto oder Bustaxi bis Obertschappina.

Von dort zu Fuss zum Glaspas (T1, 1 Std.).

Mit Pw: San-Bernardino-Autobahn bis Thusis. Für die Wanderung empfiehlt es sich, das Auto in Thusis stehen zu lassen und mit Postauto und zu Fuss zum Glaspas zu gelangen.



Blick von Crest dil Cut hinunter nach Rhäzüns. Im Hintergrund der Calanda.

Prüz (1188 m ü. M.)

Kleines Bergbauerdorf hoch über dem Domleschg. Ferienwohnungen, keine Pensionen. Infos: www.heinzenberg.ch.

Mit öffentlichem Verkehr: Postauto oder Bustaxi von Thusis nach Prüz.

Wegbeschreibung

Vom Glaspass recht steil hinauf zum Glaser Grat. Dann im Auf und Ab über den Lüschglat und den Bischolapass zum Monte Tguma. Vom Monte Tguma mit nur leichten Höhendifferenzen, immer auf dem Grat bleibend, zur Präzer Höhi. Nach der Präzer Höhi, bei P. 1981, Abstieg über die Alp Gronda nach Prüz (Wanderweg).

Unterkunft/Verpflegung unterwegs

Auf dem Grat selbst keine. Auf den Hochalpen rund 300 Höhenmeter unter dem Grat mehrere Verpflegungs- und auch Übernachtungsmöglichkeiten. www.heinzenberg.ch.

Karten

Landeskarte 1:25 000, 1215 Thusis

Landeskarte 1:50 000, 257T Safiental

Varianten

- Direkt von Obertschappina über Ober Gmeind (mehrere Pensionen, www.heinzenberg.ch) zum Lüschglat: T1, 2 Std.
- Von der Präzer Höhi weiter über Crest dil Cut nach Rhäzüns oder Bonaduz: T1, 3–4 Std.
- Bei der Alp Bischola und zwischen Tguma und Präzer Höhi Abstiegsmöglichkeiten nach Dultschegnas–Sarn (ab Dultschegnas Sessellift). T1, 40 Min. bis 1 Std. Übernachtungsmöglichkeit in Dultschegnas: Telefon +41 (0)81 651 27 55 oder Telefon +41 (0)81 651 54 75. Verkehrsverein Cazis-Heinzenberg: Telefon +41 (0)81 651 23 48.



Ein Tunnel für eine Alp.
Im Abstieg nach Rhäzüns.

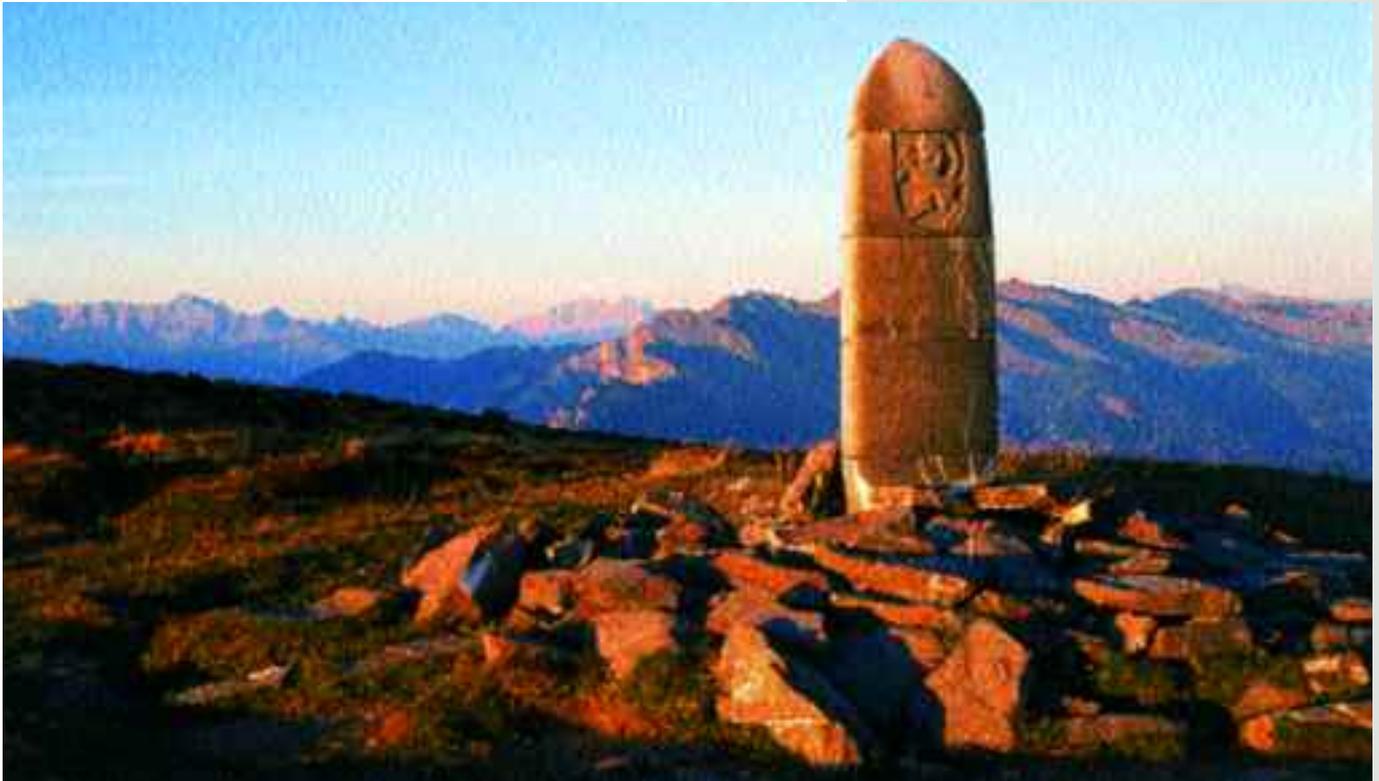


In eine Gratsenke eingelassen: die Bischolaseen, 1999 Meter ü. M.



sich nach und nach im ganzen Tal fest. Wie an einer Perlenschnur aufgefädelt stehen die Maiensässe nach Walserart in einer Reihe, und noch heute gibt es Bauern, die ihr Vieh über den Glaspass auf den Markt in Thusis treiben. Rechter Hand das Domleschg mit der Viamala, dem immer wieder umkämpften Einfallstor zum San Bernardino. Hier zeigen Dorfnamen wie Realta, Scharans und Tomils an, dass die Romanen die Oberhand behielten. Zweifellos werden die Flurnamen die rätoromanische Sprache überleben, die heute schon fast gänzlich aus dem Domleschg verschwunden ist.

Begleitet von solchen Gedanken ist man schon bald beim Bischolsee. Wer hier einen Sprung ins kühle Nass wagt, springt von 2000 Meter über Meer hinunter auf 1999 Meter. Genau so hoch liegt nämlich die Seeoberfläche. Aber viel Zeit bleibt nicht, denn weiter zieht sich der Weg – hinauf zum Tguma, dann zu Präzer Höhi, immer auf dem Grat, den Blick hinüber zum Calanda und zum Ringelspitz gerichtet, bis er sich ganz hinten an den Felsen der Prättigauer Kalkriesen verliert. Nach der Präzer Höhi empfiehlt es sich, scharf rechts abzubiegen und nach Prüz hinunterzuwandern. Dort nimmt uns das Postauto einige Abstiegshöhenmeter ab. Nimmermüden ist es derweil unbenommen, über die Crest dil Cut der Krete weiter zu folgen bis hinunter zur Fahrstrasse nach Bonaduz oder dann rechts hinunterzusteichen nach Rhäzüns. Das ergibt aber vom Glaspass her einen sehr langen Wandertag! (DC)



Der Bündner Steinbock, in Fels gemeisselt: Steinmann auf dem Dreibündenstein.

■ Heidelbeerweg

Vom Piz Scalottas zum Dreibündenstein

Der Dreibündenstein ist so etwas wie der Hausberg von Chur. Aber nicht nur das: Er markiert ein Stück Kantonsgeschichte, und sei es nur durch seinen Namen. Denn der Dreibündenstein erinnert daran, dass sich in Graubünden zur Abwehr der Habsburger im 14. und 15. Jahrhundert drei verschiedene Bündnisse zum «Grauen Bund» zusammenschlossen. Erst 1803 schloss sich Graubünden der Eidgenossenschaft an, nachdem die nördlichen Teile des Kantons Ende des 18. Jahrhunderts nochmals zum Schauplatz eines Kriegs zwischen fremden Mächten geworden waren.

Auch heute noch gibt der Dreibündenstein Einblick in drei Regionen dieses flächenmässig grössten Kantons der Schweiz: nach Nordbünden und ins Rheintal, nach Westen ins Bündner Oberland – das genau genommen in Ilanz, hinter den Überresten des Flimser Bergsturzes beginnt – und nach Süden in Richtung Mittelbünden, zwischen dem Julier- und dem Albulapass. Der Weg nach Mittelbünden führt dabei durch das Domleschg oder über die Lenzerheide. Und genau dazwischen verläuft der Stätzergrat, unser Wanderziel.

Gebiet

Domleschg

Charakterisierung der Tour

Wunderschöne Panoramawanderung über die sieben Berge hinunter nach Chur.

Schwierigkeit

T2. Im Bereich des Stätzer Horns etwas felsig, jedoch durchgängig deutliche Wegspuren. Empfohlen im Hochsommer/Herbst, wenn der letzte Schnee weg ist und die Heidelbeeren reif sind. Achtung: Bis Malix bzw. Brambrüesch können die Abstieghöhenmeter in die Knochen fahren.

Wanderzeit

Piz Scalottas–Brambrüesch oder Malix: 6–7 Std.

Höhendifferenz

Aufstieg: rund 700 m
Abstieg: 1500–1800 m

Ausgangspunkte

Lenzerheide (1476 m ü. M.)
Bekanntes Familienferienziel, vor allem im Winter.
Diverse Übernachtungsmöglichkeiten. Informationen:
Telefon +41 (0)81 385 11 20.
Mit öffentlichem Verkehr: SBB bis Chur, dann Postauto bis Lenzerheide. Sesselbahn Lenzerheide–Piz Scalottas.
Mit Pw: Autobahn bis Chur (Ausfahrt Süd), dann Richtung Lenzerheide–Tiefencastel (Achtung: beliebte Töffstrecke mit heimtückischen Kurven).

Chur (622 m ü. M.)

Geschichtsträchtiger Hauptort des Kantons Graubünden. Ist allein eine Reise wert. Diverse Übernachtungsmöglichkeiten.

Mit öffentlichem Verkehr: SBB bis Chur, dann Postauto bis Malix. Luftseilbahn Chur–Brambrüesch: Telefon +41(0) 81 252 18 18 oder info@churtourismus.ch.

Mit Pw: Autobahn bis Chur, dann Richtung Lenzerheide bis Malix.

Wegbeschreibung

Vom Piz Scalottas, immer auf dem Grat haltend, auf markiertem Weg über Piz Danis, Stätzer Horn und Fulhorn zum Dreibündenstein. Von dort weiterhin auf dem Gratrücken zur Malixer Alp. Von dort oder von Brambrüesch rechts hinunter nach Malix (Fahrstrassen). Evtl. Luftseilbahn nach Chur (falls in Betrieb).

Unterkunft/Verpflegung unterwegs

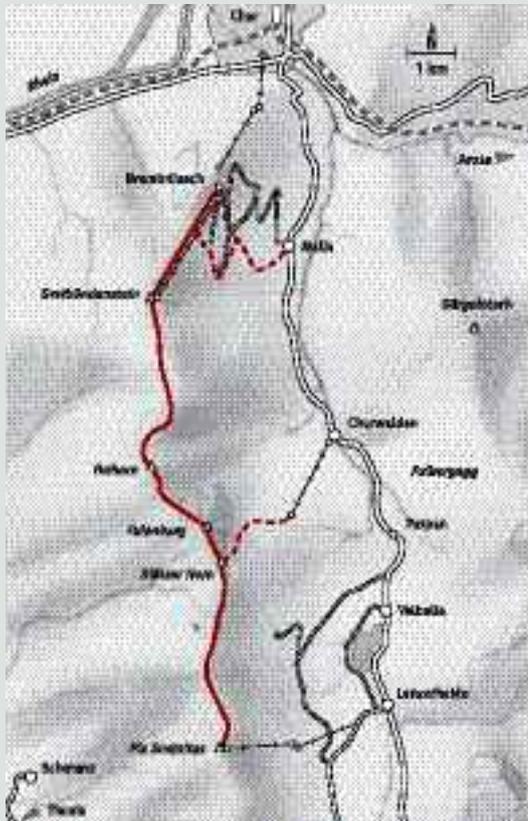
Bergrestaurant auf dem Piz Scalottas
Berghütten bei Brambrüesch

Karten

Landeskarte 1:25 000, 1195 Reichenau, 1215 Thusis
Landeskarte 1:50 000, 247T Sardona, 257T Safiental

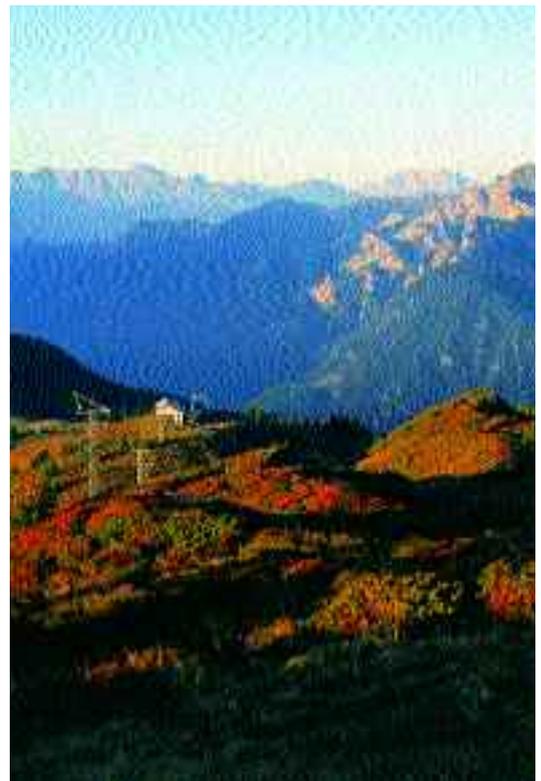
Variante

Vom Stätzer Horn rechts hinunter zur Stätzer Alp. Dort Sesselbahn bis Churwalden.



Dass wir den Weg nicht vom Dreibündenstein, sondern vom Piz Scalottas aus beschreiben, hat einen praktischen Grund. Niemand weiss, wie lange die Luftseilbahn von Chur über Brambrüesch – von keinem andern Ort aus ist Chur so schön wie von hier – bis zum Dreibündenstein noch existieren wird. Das gilt es abzuklären, wenn man die tausend Höhenmeter Anstieg von Malix aus scheut und sofort in den Panoramagenuss einsteigen möchte. Bequemer ist der Start vom Piz Scalottas aus. Sofort ist man mit der Sesselbahn auf dem Grat und kann den Wandertag sogar mit einem Kaffee im Bergrestaurant beginnen. Ein guter Moment, um sich an die Rundschau zu gewöhnen: gegen Westen das Domleschg mit dem Piz Beverin, gegen Süden der markante Piz Ela, gegen Osten als nächster Fixpunkt der Piz Kesch und ganz im Hintergrund der Blick an die Eismauer des Berninamassivs.

Was nun folgt, ist ein gut sechs Kilometer langer Wandergrat der Superlative – ein Muss für alle Gratwanderfans. Die Luftseilbahnanlagen, die von der Lenzerheide her immer wieder an der Flanke empor klimmen, vermögen den Genuss nicht zu trüben. Nur an einer Stelle führt ein Skilift bis zum Grat, ansonsten verlieren sie sich in schattiger Tiefe. Höhepunkt ist das Stätzer Horn, immerhin 2574 Meter über Meer. Ab hier ist der Blick gegen Norden frei, vom Calanda bis hin zum Prättigauer Kalkriegel zwischen Schesaplana und Sulzfluh. Und ab hier geht es fast nur noch bergab. Rund um das Stätzer Horn ist in brüchigem Fels Trittsicherheit gefragt – obwohl der Weg deutlich und die Lage eigentlich nicht exponiert ist. Doch bald schon verläuft der Weg über Gras, und unten sind bereits Stauden sichtbar – ein ganzes Feld voller Heidelbeersträucher. Damit ist auch bereits gesagt, welche Jahreszeit sich für diese Tour empfiehlt. (DC)



Der Skilift ist ausser Betrieb, dafür locken die Heidelbeeren. Beim Abstieg nach Brambrüesch.

■ Walsерweg

Vom Glattwang zur Blackter Flüe

Wo liegen Castiel, Pagig, Peist? Am Ende der Welt? Nein, diese Flecken sind von Chur in kurzer Zeit erreichbar. Es sind Weiler, die sich an die steilen Abhänge des Schanfigg klammern, kurz bevor diese in die sagenumwobene Plessurschlucht abstürzen. Manch böse Geister schlummern hier unten, und wenn der Bach nach einem grossen Regen anschwillt, dann hört man ihr Wehklagen. Wohl deshalb haben die Walser, als sie von Arosa und Davos her ihre Herrschaftsbereiche talabwärts ausdehnten, diese Dörfer unberührt gelassen, so dass diese ihre romanischen Namen behalten konnten. Denn kaum ist das Tobel nicht mehr gar so bedrohlich, ändern die Namen und werden deutsch: Langwies, Sonnenrüti, Litzirüti. Ganz in Walserhand schliesslich sind die fruchtbaren Täler und Hochweiden jenseits der Wasserscheide.

Und dort soll diese Gratwanderung ihren Anfang nehmen, genau genommen in den Fideriser Heubergen. Das Auto bleibt dabei am besten in Landquart stehen, damit die Gratwanderung zur Rundtour werden kann. Die Fideriser Heuberge sind ein Geheimtipp in einem mit kleinen Seen durchsetzten, sanften Talabschluss; eine Übernachtung im Berghaus Arflina lohnt sich. So ist denn die ganze Tour auch mit Kindern gut machbar, wenn man am Morgen zeitig aufbrechen kann.

Gebiet

Schanfigg/Prättigau

Charakterisierung der Tour

Eher leichte Panoramawanderung zwischen Arosa und Davos, rund um die Fideriser Heuberge herum.

Schwierigkeit

T1–T2. Der Abstieg von der Blackter Flüe nach Langwies ist etwas ruppig. Die Wege sind gut bezeichnet.

Wanderzeit

Fideriser Heuberge–Glattwang–Mattjisch Horn–Blackter Flüe–Langwies: 5–5½ Std.

Höhendifferenz

Aufstieg: 600 m

Abstieg: 1300 m

Ausgangspunkte

Fideriser Heuberge (2000 m ü. M.)

Im Sommer ruhiges Erholungsgebiet mit viel Platz für kleinere und grössere Unternehmungen. Unterkünfte: Berggasthaus Arflina, Telefon +41 (0)81 332 13 04; Berghaus Heuberge, Telefon +41 (0)81 332 13 05, heuberge@sbm-events.ch.

Mit öffentlichem Verkehr: SBB bis Landquart, dann RhB bis Fideris. Von Fideris Station Rufbus bis Fideriser Heuberge, Reservation über Berggasthaus Arflina oder Berghaus Heuberge (siehe oben).

Mit Pw: Autobahn bis Landquart, dann Richtung Klosters bis Fideris.

Langwies (1377 m ü. M.)

Weiler im hinteren Schanfigg an der Strasse nach Arosa.

Ausgangspunkt für Wanderungen ins Sapün oder Fondei.



Ein architektonischer Leckerbissen: der RhB-Viadukt von Langwies.

Unterkünfte: Hotel alte Post, Telefon +41 (0)81 374 20 33, altepost.langwies@bluewin.ch; Berggasthaus Heimeli, Telefon +41 (0)81 374 21 61, info@heimeli.com.
Mit öffentlichem Verkehr: SBB bis Chur, dann RhB bis Langwies Station.
Mit Pw: Von Chur Richtung Arosa bis Langwies.

Wegbeschreibung

Vom Berggasthaus Arflina gleichmässig ansteigend Richtung Glattwang. Von Norden her auf den Gipfel. Dann dem Grat entlang nach Süden bis zur Arflinafurrga und weiter südöstlich zum Mattjisch Horn. Vom Mattjisch Horn in südlicher Richtung auf dem Grat bleibend, zur Wit Furgga. Von dort entweder via Nufsch und Skihaus Pirigen direkt nach Langwies absteigen oder auf dem Grat bleiben bis Blackter Flüe, dann zum Blackter Fürggli und zu P. 2212. Von dort steil abwärts über Seta und Setameder nach Langwies.

Unterkunft/Verpflegung unterwegs

Keine

Karten

Landeskarte 1:25 000, 1196 Arosa, 1176 Schiers
Landeskarte 1:50 000, 248T Prattigau

Variante

Von der Arflinafurrga über den Faninpass und das Skihaus Hochwang nach Pagig/St. Peter: T1, 2 Std.



Die Bündner zeigen gerne Flagge: Skihaus Hochwang.



Auch im Winter touristisch genutzt: die Sonnenhänge des Schanfigg.

Erster Etappenpunkt ist der Glattwang. Natürlich kann man auch direkt hoch zur Hinteregg, aber dies geschieht auf Kosten eines Gratkilometers. Interessant ein Blick auf die Karte, während wir ins Varnexatobel und Valdavos schauen. Auf der Gegenseite ist da die Rede von den «Igisser» und den «Zizerser» Alpen – alte Alprechte von Dörfern, die ansonsten mit dem Gebiet nichts zu tun haben. Denn dazwischen liegt noch das Valzeina, dessen Durchquerung den Gang zu den Alpen zu einer Tageswanderung macht. Auf der Arflinafurrga dann erstmals der Tiefblick ins Schanfigg. Vis-à-vis das Arosa Weisshorn und die Ochsenalp – dort führt ein sonniger und abwechslungsreicher Höhenweg von Arosa nach Tschierschen vorbei – und linker Hand der Höhepunkt des Tages, das Mattjisch Horn. Dieser Gipfel – im Volksmund «Mattlis-horn» genannt – hat mit seinen 2460 Metern eine ideale Aussichtshöhe. Er steht mittendrin und doch leicht über den umliegenden Bergen. Auf seiner östlichen Seite zieht sich das Fondei hin, das immer wieder wegen diverser Bergbahnprojekte um seine Unberührtheit bangen musste, und dann das Sapün, bekannt geworden durch das alte Langwieserlied. Dieses erzählt von einem Bergbauern, der seiner Frau untreu geworden war und über den Sapünersteg zu seiner Geliebten zog: «Mis Büebli geit über Sapüner Stäg i, I wünschä-mä Wasser in d'Schuä. D'Lüt sägänd, är hei än Andäri lieb – I wünschä-mä Glück därzuä ...» Nun, der Weg vom Mattjisch Horn hinunter nach Langwies lässt sich besser geniessen ohne Wasser in den Schuhen, denn von der Blackter Flüe geht es doch recht steil bergab, tausend Höhenmeter bis Langwies. (DC)

■ Marathonweg

Von Monstein über den Stulsergrat nach Filisur

Er gilt als Saisonhöhepunkt der Höchsttrainierten: der Swiss Post Alpine Marathon von und nach Davos. Eine unheimliche Plackerei über Dutzende von Kilometern Horizontaldistanz und Tausende Höhenmeter von Davos das Landwassertal hinunter bis Filisur, dann das Albulatal hinauf nach Bergün und weiter bis zur Keschhütte, wieder hinunter ins Val Funtauna und wieder hinauf über den Scalettapass ins Dischmatal und dort die letzten, ganz harten Kilometer zurück nach Davos. Wer das übersteht, hat nicht nur einen Sieg über seine Kniegelenke, sondern auch über sich selbst errungen. Dabei gäbe es da eine Abkürzung, schon ganz am Anfang zwischen Monstein und Filisur. Warum nicht von Monstein über den Stulsergrat direkt nach Bergün? Da lägen sicher ein paar Horizontalkilometer drin. Zugegeben, die zusätzliche Steigung von 1200 Höhenmetern im Aufstieg und 1600 Höhenmetern im Abstieg wäre noch in die Rechnung miteinzubeziehen – aber wen kümmert das schon bei diesen Dimensionen?

Weil, wie gesagt, noch niemand auf diese Idee gekommen ist, hat man da oben am Stulsergrat noch seine Ruhe. Und wenn man am richtigen Tag unterwegs ist, kann man beidseits hinunterschauen und erkennt vielleicht mit dem Feldstecher ganz klein den Ameisenzug der Bergläuferinnen und Bergläufer, wie er sich um den Grat herumwindet.



Schöner kann Gratwandern nicht sein. Auf dem Weg vom Fil da Stugl zur Muchetta, im Hintergrund das Tinzenhorn.

Gebiet

Albula

Charakterisierung der Tour

Alpines, aber sehr lohnendes Unternehmen: Die Berge Mittelbündens erscheinen in ganz neuer Perspektive, und schon der Ausgangspunkt (Monstein) ist eine Reise wert.

Schwierigkeit

T3. Teilweise weglos. Lange Tour, die eine gute bis sehr gute Kondition erfordert.

Wanderzeit

Monstein–Stulsergrat (Fil da Stugl)–Filisur: 7–8 Std.
Monstein–Stulsergrat–Wiesen im Landwassertal: 6–7 Std.

Höhendifferenz

Aufstieg: 1200 m
Abstieg: 1600 m (nach Filisur), 1500 m (bis Station Wiesen)

Ausgangspunkt

Davos Monstein (1626 m ü. M.)
Kleines, ursprünglich erhaltenes Walsersdorf über dem Landwassertal. Davos Tourismus: Telefon +41 (0)81 415 21 21, www.davos.ch. Ein Hotel in Monstein: Hotel Ducan, Telefon +41 (0)81 401 11 13. Weitere Übernachtungsmöglichkeiten in Davos Glaris. Mit öffentlichem Verkehr: RhB von Tiefencastel über Filisur oder von Davos bis Davos Glaris, dann mit dem Bus nach Monstein.
Mit Pw: Von Davos oder Tiefencastel (Julierroute) durch das Landwassertal bis 2 km südwestlich von Davos Glaris. Dort Abzweigung nach Monstein nicht verpassen (von Davos aus links) und auf guter Strasse nach Monstein. Für die Tour empfiehlt es sich, das Auto in Filisur zu stationieren und am Vorabend der Tour mit den öffentlichen Verkehrsmitteln nach Monstein zu gelangen.

Wegbeschreibung

Von Monstein auf Fahrstrasse zur Inneralp. Von dort auf Wanderweg, der sich dann in eine teilweise undeutliche Wegspur verliert, rund zwei Stunden steil hinauf zum Büelenhorn. Von dort auf der Gratkante des Stulsergrates (Fil da Stugl) auf gutem Wanderweg bis Muchetta. Dem Weg folgend links steil hinunter. Auf der Höhe von 2200 m ü. M. Abzweigungsmöglichkeit über die Jenisberger Alp nach Wiesen; nach Filisur ist der Weg teilweise undeutlich wegen der vielen Föhren. Von Curtins aus führt ein guter Fahrweg nach Filisur.

Unterkunft/Verpflegung unterwegs

Keine

Karten

1:25 000, 1217 Scalettapass, 1216 Filisur
1:50 000, 258S Bergün

Varianten

- Aufstieg von Stuls und das Val da Stugl zum Büelenhorn.
- Wer noch mehr Grat will, kann von der Mäschalp weglos steil ansteigen auf den Nordgrat des Büelenhorns und entlang diesem zum Büelenhorn gelangen.



In den frühen Morgenstunden führt der Weg an der Inneralp vorbei (oben) und endet in den frühen Abendstunden im malerischen Filisur (unten).

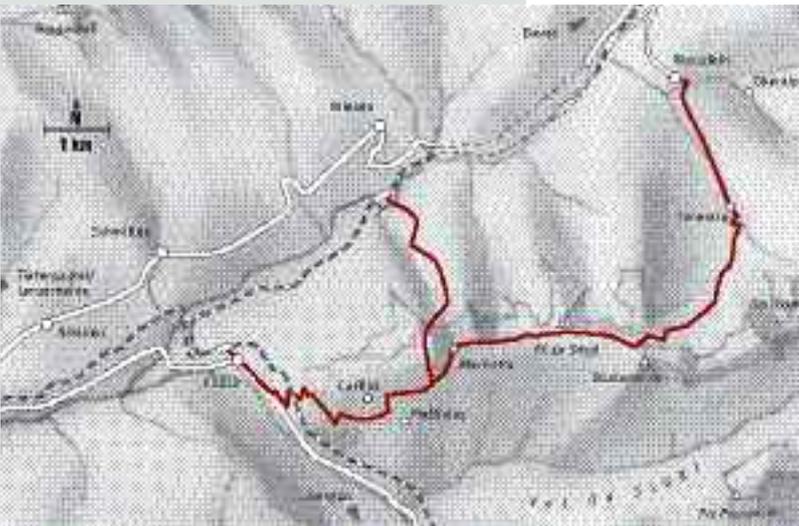


Blick von der Muchetta bis ins Domleschg. Rechts das südliche Ende der Lenzerheide.

Und nicht nur das: Man staunt ob der landschaftlichen Schönheit, ob dem direkten Blick zum massigen Piz Ela und wähnt sich glücklich, einen der wenigen besonders schönen Flecken des Landes betreten zu haben, die noch nicht überlaufen sind. Das hat natürlich schon seinen Grund. Die Tour ist lang und konditionell anspruchsvoll. Ausstiegsmöglichkeiten unterwegs gibt es keine, also heisst es hier: Alles oder nichts.

So kann es passieren, dass man, ohne zu trödeln, nach denselben acht Stunden in Filisur ankommt, die der Sieger in etwa für den ganzen Alpine Marathon benötigt. Nur hat man in dieser Zeit mehr gesehen als nur den Weg vor den Turnschuhen. Vielleicht hat man sich schon in Monstein Zeit genommen, um die Brauerei des original Monsteiner Biers zu besichtigen (zu empfehlen in Verbindung mit einer Übernachtung in diesem schmucken Walserdorf). Und dann ist man losgepilgert zur Inneralp. Nun steigt der Weg an zum Büelenhorn, und man ist froh, früh gestartet zu sein. Denn ein «Büel» wie im Bilderbuch erwartet einen, steil, schweisstreibend, teilweise gar weglos. Ist das geschafft,

folgt Genuss pur: ein guter Gratweg, fast drei Kilometer lang, in einer atemberaubenden Umgebung. Rechts das deutschsprachige Landwassertal, links das romanischsprachige Albulatal, und unten in Filisur fliessen mit der Albula und dem Landwasser auch die Sprachen zusammen, um sich bei Thusis vereinigt in den Hinterrhein zu verlieren. Der Gratwanderer tut hingegen gut daran, sich nicht zu sehr in solchen philosophischen Gedanken zu ergehen, denn der Abstieg von der Muchetta nach Filisur oder nach Wiesen im Landwassertal ist ganz real und lang. Bis zum Plan Grond muss man den Weg gar etwas suchen, aber dann holt einen schon wieder eine Alpstrasse ab. (DC)





Der Weg ist breit, die Aussicht weit ...

■ Davoserweg

Vom Jakobshorn nach Sertig Dörfli

Davos ist kein Dorf. Davos ist eine Stadt, offiziell. Auch in der Zwischensaison zählt Davos über 10 000 Einwohnerinnen und Einwohner – sofern es in Davos eine Zwischensaison gibt. Denn dank Konferenztourismus ist hier immer etwas los. Nur die Bergbahnen machen zwischendurch Pause, wenn Ostern vorbei und der Schnee noch nicht weg ist. Und da Davos selbst auf 1560 Meter über Meer liegt, braucht das schon seine Weile. Für Gratwanderer interessant wird diese Region demnach erst im Juli, denn unter 2500 Metern verläuft hier kein Grat. Und der Schnee muss ganz weg sein, auch auf der Schattenseite.

Gebiet

Davos

Charakterisierung der Tour

Genusswanderung für die ganze Familie im Herzen der Mittelbündner Gebirgswelt.

Schwierigkeit

T1. Keine nennenswerten Schwierigkeiten. Alle Wege sind gut markiert.

Wanderzeit

Jakobshorn–Sertig Dörfli: 3 Std.

Höhendifferenz

Aufstieg: 100 m

Abstieg: 800 m

Ausgangspunkt

Davos (1560 m ü. M.)

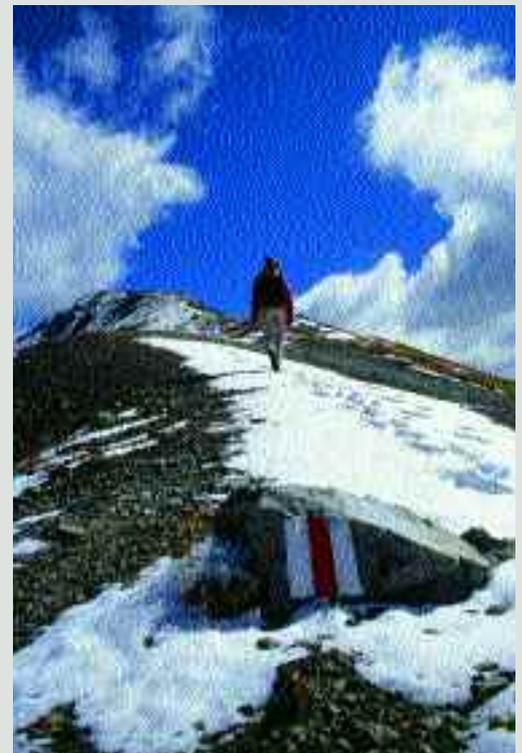
Fremdenverkehrsort im Landwassertal. Zahlreiche Hotels, Pensionen usw. Davos Tourismus: Telefon +41 (0)81 415 21 21, Fax +41 (0)81 415 21 00, davos@davos.ch.

Mit öffentlichem Verkehr: SBB nach Landquart, von dort RhB nach Davos. Luftseilbahn Davos–Jakobshorn:

Ende Juni–Mitte Oktober, Telefon +41 (0)81 414 90 90.

Mit Pw: Autobahn bis Landquart, dann Kantonsstrasse nach Davos.

Von Sertig Dörfli nach Davos verkehrt ein Bus, Anmeldung für Gruppen: Telefon +41 (0)81 410 02 77.



... und dieser Stein bietet eben Platz genug für ein Wanderwegzeichen. Indes: Verirren tut man sich hier kaum.

Blick hinunter ins Sertigtal.
Im Hintergrund das Ducan-
gebirge.



Wegbeschreibung

Von der Bergstation der Jakobshornbahn auf gut markiertem Wanderweg über Jatzhorn und Witihüreli zur Tällifurgga. Dann rechts hinunter nach Sertig Dörfli (Bus).

Verpflegung unterwegs

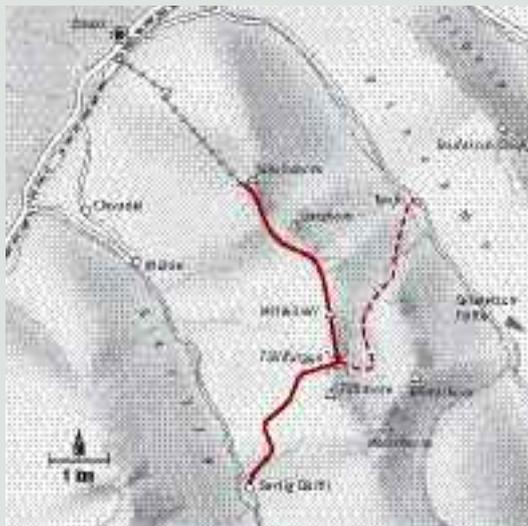
Restaurants in Sertig Dörfli und auf dem Jakobshorn (Bergstation)

Karten

Landeskarte 1:25 000, 1197 Davos, 1217 Scalettapass
Landeskarte 1:50 000, 258T Bergün

Variante

Abstieg von der Tällifurgga ins Dischmatal nach Teufi (Bus). T1, 1½ Std.



Dies gilt auch für den einfachsten Grat. Er beginnt dort, wo im Winter die Skifahrer und Snowboarder zu Hunderten aus der Gondelkabine ausgespuckt werden – auf dem Jakobshorn. Von dort zieht sich der Weg nach hinten, drei Kilometer über das Jatzhorn und das Witihüreli bis zur Tällifurgga. Was übersetzt etwa so viel heisst wie «Tälerpass». Gemeint sind hier das Sertigtal und das Dischmatal, wobei sowohl «Sertig» als auch «Dischma» auf dem zweiten Vokal betont werden. Wer das weiss, wird sofort als Nicht-Unterländer eingestuft und entsprechend geachtet. Beides sind alte Walsertäler, bis zuhinterst zum Scalettapass und Sertigpass. Und beides sind typische Glazialtäler, vom Gletscher ausmodelliert mit Stufen und Riegeln, hinter denen sich glasklare Bergseelein kuscheln. Nicht umsonst wurde gerade das Sertig als «besonders schützenswerte Region der Schweiz» ausgezeichnet. Erst zuhinterst im Tal, beim markanten Wasserfall, wechseln die Flurnamen die Sprache: Aus dem «Hahnengrat» wird der «Iglis Cuet-schen», aus dem «Chlein Ducan» der «Ducan Pitschen». In den Augen des Gratwanderers sind es aber dieselben Berge – aufgebaut aus Bündnerschiefer, durchsetzt mit allerhand Mineralien. Berge, die sich zu einem Panorama fügen, das erst hinten bei der Bernina, dem einzigen Viertausender Graubündens, seinen Abschluss findet.

Auch Davos ist übrigens eine Walserstadt. Freilich erinnert nicht mehr viel daran, auch nicht daran, dass Davos seit dem 13. Jahrhundert das Recht zur Selbstverwaltung, zur freien Wahl des Landammanns und der niederen Gerichtsbarkeit, besitzt und im Zehngerichtebund, einem der drei Rhätischen Bünde, einst eine führende Rolle einnahm. Höchstens der Umstand, dass Davos immer noch nach Walserart aufgeteilt ist in «Davos Dorf» und «Davos Platz», lässt auf die walserische Herkunft dieses höchstgelegenen Kur- und Kongressortes von Europa schliessen. Mehr Walserflair versprüht hingegen Sertig Dörfli, der Endpunkt unserer Davoser Gratwanderung. Besonders beliebt ist der Kutschenbetrieb im Sertigtal und – für Hochzeiten und Taufen – das 1699 erbaute Kirchlein «Hinter den Eggen». (DC)

■ Berninaweg

Vom Piz Surlej zum Piz Mezdi

Die Bernina ist mehr als ein Berg. Die Bernina ist ein Mythos ähnlich wie das Matterhorn. Und was beim Matterhorn der Hörnligrat, ist bei der Bernina der Biancograt – ein Klassiker, der in keinem Tourenbuch eines Alpinisten oder einer Alpinistin fehlen darf. Als eine kühn geschwungene weisse Linie zieht er sich von der Fuorcla Prielvusa hinauf, einen Kilometer lang, um dann in die Gipfelgondarmen dieses einzigen Viertausenders von Graubünden zu münden. Jedes Jahr wird die Krete schärfer wegen des wegschmelzenden Eises, und jedes Jahr wird der Zustieg gefährlicher wegen des Steinschlags. Denn der Permafrost hält nicht mehr, was er verspricht.

Als Wanderer wird man sich damit begnügen, die vollendete Architektur dieser weissen Himmelsleiter von ferne zu bewundern. Zum Beispiel von der Fuorcla Surlej gerade vis-à-vis, nur einen Katzensprung von der Mittelstation der Corvatsch-Luftseilbahn entfernt. Man wird die Eisarena mit den Gletscherzungen, die von mächtigen Flüssen zu kümmerlichen Wurmfortsätzen geronnen sind, bestaunen.

Nur die wenigsten Schaulustigen wissen jedoch, dass man gerade von der Fuorcla Surlej aus zu einer ähnlich eindrücklichen Grattour abheben kann, mit schwindelerregenden Tief- und Weitblicken und vergnüglichen Kraxeleien in handfestem Granit. Eine Grattour allerdings, die so etwas wie eine Hauptprobe sein kann, um sich nachher ins hochalpine Gletschergelände zu wagen. Denn sie ist ziemlich lang, erfordert Trittsicherheit, einen Spürsinn für die richtige Wegwahl und ein



Blick zurück zur Sellagruppe mit Piz Glüschaint, La Sella und Dschimels/I Gemelli.

Gebiet

Bernina

Charakterisierung der Tour

Die Königstour dieses Buches – alpin, spannend, herausfordernd, mitten in einem fantastischen Ambiente.

Schwierigkeit

T4–T5. Erst ab Juli empfohlen, wenn sich der Schnee aus allen Ritzen verabschiedet hat.

Gutes Schuhwerk obligatorisch. Evtl. kurzes Seil für die Kletterpassagen. Jedoch kein Gletscherkontakt.

Wanderzeit

Fuorcla Surlej–Piz Mezdi–St. Moritz Bad: gut 7 Std.

Es ist ratsam, morgens mit der ersten Bahn zur Station Murtèl zu fahren. Empfehlenswert ist die Übernachtung im Berghaus Fuorcla Surlej (siehe unten). Das entlastet den Wandertag entscheidend.

Höhendifferenz

Aufstieg: 700 m

Abstieg: 1500 m

Talorte/Ausgangspunkte

St. Moritz und Silvaplana (1800 m ü. M.)

Mondäne Tourismusorte inmitten des malerischen

Engadin. Kur- und Verkehrsverein St. Moritz:

Telefon +41 (0)81 837 33 33, information@stmoritz.ch.

Kur- und Verkehrsverein Silvaplana:

Telefon +41 (0)81 833 60 00, www.silvaplana.ch.

Mit öffentlichem Verkehr: SBB bis Chur, von dort RhB bis

St. Moritz. Postauto von St. Moritz nach Silvaplana.

Mit Pw: Von Chur nach Tiefencastel und über den Julierpass nach Silvaplana und St. Moritz.

Berghaus Fuorcla Surlej (2755 m ü. M.)

Einfache Berghütte beim Startpunkt der Tour. Wunder-schöne Lage mit direkter Sicht auf das Berninamassiv.

Matratzenlager (Wolldecken) mit max. 40 Plätzen, Plumpsklo vor dem Haus, geöffnet Anfang Juli–Ende September, Telefon +41 (0)81 842 63 03.

Erreichbar ab Silvaplana mit der Luftseilbahn Corvatsch bis zur Mittelstation Murtèl. Dann auf breitem Weg zur Fuorcla Surlej.

Wegbeschreibung

Von der Fuorcla Surlej über Mandra da la Bes-cha (P. 2840 am Südfuss des Munt Arlas) nordwärts die Schutthänge des Munt Arlas traversieren. Weglos, Blockfelder. Dann vom Kessel nördlich des Munt Arlas über mühsame Geröllfelder (feines, loses Gestein, die letzten 100 Höhenmeter sind bis zu 40 Grad steil!) auf den Südrücken des Piz Surlej und danach in relativ angenehmem Gelände auf den Gipfel des Piz Surlej (3188 m ü. M.). Variante: Weitergehen bis zur Bergstation des Skiliftes Margun Vegl. Von dort direkt entlang dem Westrücken des Piz Surlej hinauf zum Gipfel. Teilweise Wegspuren; zwei kurze Aufschwünge in gutem Fels, die keine technischen Schwierigkeiten bieten (Gehen auf allen Vieren).



Gebendet von der Schönheit. Das Panorama durch die (rosa?) Brille betrachtet.

Vom Piz Surlej immer am Grat haltend über den Piz San Gian (3134 m ü. M.), den Piz Rosatsch (3123 m ü. M.) und den Cuolm d'Mez (2983 m ü. M.) auf den Piz Mezdi (2992 m ü. M.). Vom Piz Mezdi auf festem Weg hinunter nach St. Moritz Bad.

Unterkunft/Verpflegung unterwegs

Keine

Karten

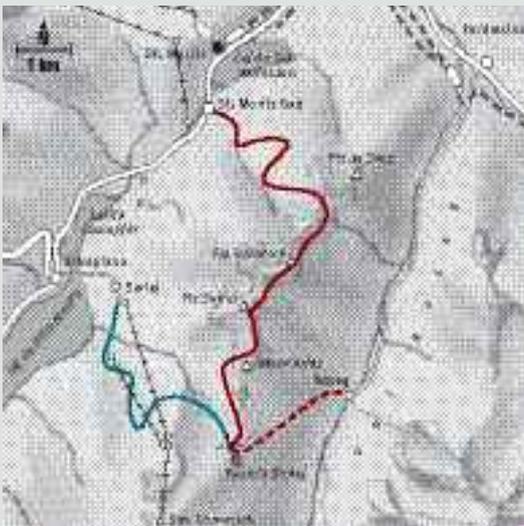
Landeskarte 1:25 000, 1257 St. Moritz, 1277 Piz Bernina
Landeskarte 1:50 000, 268T Julierpass

Variante

Die Tour kann auch von St. Moritz über den Piz Mezdi in der umgekehrten Richtung angegangen werden.
Vorteile: Marsch gegen die Sonne, Geröllpassagen des Munt Arlas im Abstieg und am Schluss. Nachteil: Aufstieg von St. Moritz ohne Luftseilbahn (1100 Höhenmeter). Wanderzeit St. Moritz Bad–Silvaplana Surlej: 8 Std.



Steine, so weit das Auge reicht. Auf dem Weg zum Piz Rosatsch.



Quäntchen Kletterfreude. Zugegeben: Wie der Biancograt muss auch diese Grattour mit einem etwas mühsamen Zustieg verdient werden. Denn zuerst gilt es, den Munt Arlas in unwegsamem Schrofengelände links zu umgehen. Am besten quert man die Westflanke leicht absteigend, um dann durch einen mühsamen Gerölltrichter den Südrücken des Piz Surlej zu erreichen. So etwas macht man nur, wenn man dafür fürstlich belohnt wird. Das wird man fürwahr. Nun folgen gut drei Kilometer Gratgenuss vom Feinsten. Breite Rücken wechseln sich ab mit leichten Kletterpassagen, die aber keine technischen Schwierigkeiten bieten. Der Fels leuchtet mal rot, mal strahlt er schwarz, und weit unten schimmert tiefblau die Engadiner Seenlandschaft. Und immer wieder steht man still und schaut zurück: Die Bernina, der Piz Morteratsch, der Piz Roseg, die ganze Sellagruppe – zum Greifen nah. Zu Füßen erkennt man, wie sich die Rösslikutschen wie ein Flohzirkus durch das Val Roseg bewegen. Ansonsten: Ruhe, Einsamkeit, Durchatmen, Weiterwandeln – bevor man, nach dem Piz Mezdi, dem fünften Gipfel an diesem Tag, mit dem Bergwind in den Haaren und dem Rauschen des Zittergrases in den Ohren auf festen Wegen abtaucht nach St. Moritz, wo der Urlaub zelebriert wird wie eine Operngala. (DC)



Überzuckert mit dem ersten Schnee: Gratlandschaft beim Flüelapass.

Ostschweiz, Zürich



■ Steinbockweg

Vom Tanzboden zum Speer

Viele Wege führen zum Tanzboden. Wanderstrategisch ideal liegt er leicht erhöht zwischen dem Toggenburg und der Linthebene, gut erreichbar von Zürich wie von St. Gallen her. Entsprechend belebt ist die Sonnenterrasse des kleinen Gasthauses. Wanderer und Biker sind aufgestiegen von Rieden, vom Hohwaldtal oder – auf der Toggenburger Seite – vom Steintal oberhalb Ebnat-Kappel. Für die Gratwanderung halten wir uns an den Startpunkt Rieden. Denn dort beginnt ein Gratrücken, der sich vom Chirnenberg über die Alp Wielesch (erstes Bergbeizli am Wegrand) bis zur Alp Oberbächen (zweites Bergbeizli) hinzieht. Ein Gratrücken, der einen Vorgeschmack dessen abgibt, was einen den ganzen Tag hindurch erwartet: ein Blick geradewegs hinunter zum Zürichsee in seiner ganzen Länge. Wer das ganze hier vorgeschlagene Programm in einem Tag machen will, sollte auf allzu ausgedehnte Haltezeiten in den Restaurants verzichten. Ausser man etappiert das Unternehmen und übernachtet in einem der beiden Berghäuser auf dem Tanzboden. Denn bereits vier Gratkilometer weiter südlich, bei der Rossalp, sind vom Mülibächli ob Rieden her schon gut drei Wanderstunden vergangen. Schöne Stunden indes, immer auf der Krete, nun auch mit Blick nach Osten zum Säntis und zu den Churfürsten. Für den Rückweg braucht man allein von hier gut zwei Stunden, und das Herzstück der ganzen Tour steht noch aus: der Speer mit dem Speermürli. Wer hier hinauf will, muss schwindelfrei und genügend kräftig sein, um sich an mehreren Ketten und Drahtseilen hinaufzuhangeln. Denn die-



Das Beizli auf dem Tanzboden: Im Sommer wie im Winter ein Geheimtipp.

Gebiet

Toggenburger Alpen

Charakterisierung der Tour

Abwechslungsreiche Wanderung auf Rücken und Graten. Man lernt das Mittelland hier von anderer Perspektive kennen.

Schwierigkeit

Tour ohne Speer: T1–T2. Gute Wege, gut bezeichnet. Leichter Rucksack genügt (viele Beizli). Speermürli–Speer: T5. Klettersteigähnliche Passagen. Schwindelfreiheit und gutes Schuhwerk unerlässlich. Bei Nässe und Schnee nicht empfohlen.

Wanderzeit

Rieden–Tanzboden–Speer: 5 Std.
Speer–Rieden: 3½ Std. (mit Autostopp 1–1½ Std. weniger).
Rundtour ohne Speer: 5½ Std. (mit Autostopp 1 Std. weniger).
Weitere Abkürzungsmöglichkeiten: siehe Varianten.

Höhendifferenz

Tour ohne Speer: rund 800 m
Tour mit Speer: rund 1200 m

Ausgangspunkt

Tanzboden (1443 m ü. M.): Zwei Hüttenunterkünfte.
Infos: Tourismus Amden–Weesen, Telefon +41 (0)55 611 14 13
Mit öffentlichem Verkehr: Zug über Wattwil bis Ebnat-Kappel, von dort zu Fuss über Schwendi–Stangen–Gubelspitz in 2½–3 Stunden.
Oder Zug bis Uznach, dann Postauto nach Rieden. Von dort zu Fuss in 2½ Std.
Mit Pw: Über Wattwil oder Wildhaus nach Ebnat-Kappel und weiter bis Steintal, von dort zu Fuss in knapp 2 Std. Oder über Uznach nach Gommiswald und weiter nach Rieden, von dort zu Fuss in knapp 2 Std.

Wegbeschreibung

Von Mülibächli ob Rieden links auf den Gratrücken. Auf diesem über Wielesch und Oberbächen zum Tanzboden und südwärts weiter über den Schorhüttenberg zur Rossalp. Von der Rossalp auf markiertem und mit Stahlseilen und Leitern ausgerüstetem Weg über den Felsaufschwung des Speermürli zum Speer. Vom Speer auf dem Grat



Nebel brodelt in den Flügen des Speermassivs.



Zwischen dem Tösstal und dem Toggenburg liegt eine Welt der Tobel und Bäche. Hier bei Unter Hohwald.

in südwestlicher Richtung bis zum P. 1813. Von dort in steilen Kehren via Hinterwengi hinunter ins Tal. Auf Asphaltstrasse auf der rechten Talseite zurück nach Rieden (Autostopp).

Unterkunft/Verpflegung unterwegs

Tanzboden (siehe oben)

Zwischen Rieden und Tanzboden: Bergrestaurants bei Alp Wievesch und Alp Oberbächen

Zwischen Tanzboden und Speer: Bergrestaurant Rossalp und Hinterwengi

Karten

Landeskarte 1:25 000, 1114 Ricken, 1114 Nesslau, 1134 Walensee

Landeskarte 1:50 000, 237T Walenstadt, 227T Appenzell

Führer

«Toggenburger Höhenweg», Faltblatt des Tourismusverbandes St. Gallerland. Zu beziehen unter Telefon +41 (0)71 913 70 00.

Varianten

– Zustieg zum Tanzboden vom Bachmannsberg oder von Unter Hohwald. Wanderzeit ganze Route: 2½ Std. weniger.

– Abstieg vom Rotenberg oder von der Rosshütte. Wanderzeit ganze Route: 2½–3 Std. weniger.



Mehr als Wandern: Der Aufstieg von der Rossalp auf den Speer.



Der Nordaufstieg zum Speer gleicht eher einem Klettersteig als einem Bergweg – ein Genuss in atemberaubender Umgebung für diejenigen, die darauf vorbereitet sind, ein Abenteuer für Wanderer, die von den plötzlichen Schwierigkeiten überrumpelt werden. Leider ist das Molassegestein, aus welchem der Speer besteht, sehr brüchig – bei viel Betrieb am Speermürli ist deshalb Steinschlag nicht ausgeschlossen.

Die Aussicht vom Gipfel lässt indes alles Nervenflattern vergessen. Nun ist die Rundschau perfekt, kein anderer Berg weit und breit stellt sich diesem Gipfel in den Weg, auch wenn der Speer selbst nicht einmal 2000 Meter hoch ist. Damit aber nicht genug. Weiter zieht sich der Grat nun Richtung Südwesten, noch einmal fast einen Kilometer, und dort trifft man mit etwas Glück auf halb wilde Steinböcke, die gemütlich auf den Ecken zwischen Speer und Federispitz sitzen und grasen und sich je nach Lust und Laune auch recht gerne fotografieren lassen. Dann geht es aber hinunter, und es ist auch höchste Zeit, denn der Abstecher zum Speer hat nochmals gut zwei Stunden in Anspruch genommen, und man kann nicht ohne weiteres davon ausgehen, dass einen für die letzten anderthalb Wegstunden ein Auto mitnimmt. Noch ein letztes Beizli auf halber Höhe, dann taucht man ein in den Wald, alles dem munter sprudelnden Wengibach entlang bis zur Strasse. Wenn sich ein Auto finden lässt, das auf der andern Talseite nach Kaltbrunn statt nach Rieden fährt, macht das nichts. Denn beim Bärgarten führt ein Weg durch das Tobel und auf der andern Seite hinauf direkt nach Rieden. (DC)



Herbststimmung in St. Anton. Rechts der Hohe Kasten, links das Rheintal mit Falknis und Vilan.

■ Kurweg

Von Gais nach Heiden

Gais, ein hübsches Ausserrhoder Dorf am Passübergang des Stoss nach Altstätten im Rheintal, hat sich dank der Molkenkuren einen Ruf als Kurort erworben. Die erstmals Ende des 18. Jahrhunderts durch einen Arboner Arzt eingesetzte Trink- und Bademolkenkur gegen Brustleiden erfreute sich im 19. Jahrhundert einer zunehmenden Beliebtheit. Die tüchtigen Wirtsleute in Gais förderten diese sanfte Heilmethode mit einem grossen Angebot an Betten und Verpflegungsstätten. Bis zu zwei Liter Trinkmolke täglich ordnen heute noch die Ärzte im Hof Weissbad bei Appenzell an, wo die entschlackende und appetitzügelnde Molkenkur ins moderne Wellness-Programm integriert worden ist.

Die erste Etappe der Wanderung über die Hohegg auf den Sommersberg bietet Gelegenheit, das in den letzten Jahren gegen Osten und den Hang hinauf gewachsene Dorf zu überblicken. Zwischen Sommersberg und Gäbris, dem Hausberg von Gais, liegt in der Rotenwis die seit 1958 bestehende «Klimastation für medizinische Rehabilitation», wie sie einst genannt wurde. Auf dem Schwäbrig, einem kleinen Hügel mit national bekannten Bewohnern, betreibt seit 1991 Jörg Kachelmann seine meteorologische Beobachtungsstation. Dass seine Wettervorhersagen in ganz Europa verbreitet werden, zeigen die vielen Antennen und Satellitenschüsseln, die um die Gebäude des ehemaligen Jugendziehungsheims verteilt in den Wiesen stehen.

Gebiet

Appenzeller Mittelland und Vorderland

Charakterisierung der Tour

Wald- und wiesenbedeckte Hügellandschaft mit steil abfallender Flanke gegen das rund 600 m tiefer liegende Rheintal.

Schwierigkeit

T1. Die Wege sind gut markiert (gelbe Wegweiser) und viel begangen; einfache Wanderwege durch Wiesen, oft auch Strässchen.

Wanderzeit

Gais–St. Anton–Heiden: 4½ Std.

Höhendifferenz

Gais–St. Anton (Aufstieg): 360 m
St. Anton–Heiden (Abstieg): 327 m

Ausgangspunkte

Gais (915 m ü. M.):
Kurort. Verkehrsverein Telefon +41 (0)71 793 16 44,
gaisverkehrsbuero@swissonline.ch.
Mit öffentlichem Verkehr und Pw: Gais liegt an den
Bahnlinien und Strassen St. Gallen–Appenzell und
Gais–Altstätten.

Heiden (792 m ü. M.)

Kurort im Appenzeller Vorderland, an Hangkante über
dem Bodensee. Verkehrsbüro Telefon +41 (0)71 891 10 60.
Weitere Informationen: Appenzellerland Tourismus AR,
9410 Heiden, Telefon +41 (0)71 898 33 00.
Mit öffentlichem Verkehr: Zahnradbahn von Rorschach

oder Postauto von St. Gallen über Rehetobel oder Eggersriet.

Mit Pw: Von St. Gallen über Eggersriet und Grub nach Heiden. Von Rorschach über Rheineck und Wolfhalden nach Heiden.

Wegbeschreibung

Die Route kann sowohl von Gais wie von Heiden her (steiler) begangen werden. In Gais zunächst dem Meteorwanderweg bis Schwäbrig (1147 m ü. M.) folgen, dann auf Wanderweg nach Ruesitz–Suruggen (1118 m), Landmark (1003 m). Der Strasse mit schöner Aussicht entlang nach Hoggen und St. Anton (1107 m). Über Wanderweg steil hinunter nach Oberegg (880 m) (Anschluss an Postauto nach Heiden oder Altstätten SG). Von Oberegg zunächst der Strasse entlang, dann gut markiert durch Tobel nach Heiden. Unterwegs Abstiegsmöglichkeit in Ruesitz und Landmark nach Trogen, in Hoggen nach Wald AR.

Zufahrtsmöglichkeit mit Pw von Altstätten SG, Trogen, Wald und Oberegg nach St. Anton möglich.

Verpflegung unterwegs

Gais: Bergwirtschaft Sommersberg (1172 m ü. M.),

Telefon +41 (0)71 793 11 31

Honegg: Restaurant Frohe Aussicht,

Telefon +41 (0)71 755 13 91

St. Anton: Café Breu, Telefon +41 (0)71 891 16 93

Karten

Landeskarte 1:25 000, 1075 Rorschach, 1095 Gais

Landeskarte 1:50 000, 217 Arbon, 227 Appenzell

Varianten

Im Appenzeller Vorderland gibt es zahlreiche interessante Themenwanderwege, die alle in der Nähe der Wanderroute vorbeiführen: Meteorwanderweg Gais–Trogen; «Waggel-Weg»; Rundweg bei Wald AR; Gesundheitsweg Oberegg–St. Anton–Heiden; «Chumm und lueg» in und um Heiden; Witzweg Heiden–Wolfhalden–Walzenhausen.



Blick in den Alpstein mit Hoher Kasten und Fäneren.



In Heiden, dem Biedermeierdorf des Appenzeller Vorderlandes, sind in vielen Gaststätten Spezialitäten aus der bäuerlichen Umgebung erhältlich.



Der abwechslungsreiche Weg führt über Feldwege und Wiesen zur Chellersegg und zum Suruggen. Von hier genießt man eine herrliche Aussicht ins Rheintal. Ein kleiner Abstieg führt zur Landmark, wo die Grenzen von drei Kantonen zusammentreffen: St. Gallen im Osten, Appenzell Innerrhoden im Norden und Appenzell Ausserrhoden im Süden und Westen. Dieser Sattel ist eine von zahlreichen steilen und kurvenreichen Verbindungen des Appenzellerlandes mit dem tiefer liegenden St. Galler Rheintal.

Ein weiteres Etappenziel ist der an der Hangkante gelegene Weiler St. Anton. Das heruntergekommene und nun geschlossene Hotel Alpenhof passt mit seiner kastenartigen Form nicht recht in die landwirtschaftlich geprägte Gegend, steht aber mit der weiten Aussicht nach Vorarlberg und ins Rheintal an einem attraktiven Ort. Auch das benachbarte Hotel Restaurant Rössli musste mangels Gästen schliessen. Für die vielen Ausflügler zu Fuss, mit dem Velo oder dem Auto bleibt noch das Café Breu direkt neben der kleinen Kapelle.

Von St. Anton nach Oberegg geht es steil hinunter, im letzten Wegstück zum ehemaligen Molkenkurort Heiden gibt es dann nur noch eine kleine Steigung. Heiden wurde nach einem verheerenden Brand 1838 dem Zeitgeist entsprechend in klassizistisch-biedermeierlichem Stil wieder aufgebaut. Besonders schön ist dies beim Kirchplatz oder Dorfplatz zu sehen. Vom kleinen Park bei der Kirche ist die Aussicht auf den Bodensee und die gegen Norden immer flacher werdende süddeutsche Region beeindruckend. Der Kirchturm besitzt eine kleine Aussichtsplattform, die öffentlich zugänglich ist. Ein kleines Museum in Heiden ist Henri Dunant, dem Gründer des Roten Kreuzes, gewidmet, der die letzten 23 Jahre seines Lebens hier verbrachte. (PP)

■ Beizentour

Von Brülisau über Roslen- und Chreialpfirist nach Wildhaus

Der besondere Reiz dieser Panoramatur liegt darin, dass man durch Täler und auf Bergrücken den Alpstein in Längsrichtung durchqueren und dabei alle paar Stunden einheimische Getränke und Kost geniessen kann. Denn das beliebte Wander- und Klettergebiet des Alpsteins verfügt über eine grosse Zahl an «Beizen», Alprestaurants, Clubhütten und Berggasthäusern, von denen einige an besonderen Orten stehen. Spektakulär schmiegt sich zum Beispiel das Bergrestaurant Äscher an die teilweise überhängenden Kalkfelsen unterhalb der in der Eiszeit bewohnten Wildkirchlihöhle. Der glatte Fels dient dem Gasthaus bergseitig sogar als Hausmauer. Mächtig thront das alte, weit herum sichtbare Berggasthaus auf dem Schäfler, das auf dem höchsten Punkt erbaut Wind und Wetter trotzt.

Ausgangspunkt der Tour ist Brülisau, eine typische Appenzeller Streusiedlung mit nur einem kleinen Dorfkern. Schräg gegenüber der Kirche und des grossen Parkplatzes lädt das Restaurant Krone zu einer letzten Stärkung vor dem Aufbruch. Der Weg führt an der Talstation der Luft-



Links: Der Weg führt der Alpstrasse entlang über die Appenzeller Sämtis zur Bollenwees. Im Hintergrund der Roslenfirist.



Rechts: Wegkreuzung in der Saxer Lücke: Der steile Übergang gibt den Blick nach Gams im Rheintal frei und wird von den dominanten Kreuzbergen flankiert.

Gebiet

Zentraler Alpstein

Charakterisierung der Tour

Über Kalkfelsen und Alpweiden mit dem Säntis vor Augen. Durchquerung des Alpsteins in Längsrichtung über zwei schöne Kämme: Roslenfirist (Saxer Firist) und Chreialpfirist.

Schwierigkeit

T2. Die Wege sind gut sichtbar. Roslenfirist unmarkiert; eher wenig begangen. Trittsicherheit erforderlich wegen exponierter Stellen über senkrechten Kalkfelsen.

Wanderzeit

Brülisau–Saxer Lücke: 3 Std.

Saxer Lücke–Roslenfirist–Chreialpfirist–Zwinglipass: 1½ Std.

Zwinglipass–Wildhaus: 1¾ Std.

Höhendifferenz

Brülisau–Roslenfirist (Aufstieg): 1230 m

Roslenfirist–Zwinglipass (Abstieg): 150 m

Zwinglipass–Wildhaus (Abstieg): 900 m

Ausgangspunkte

Brülisau (922 m ü. M.)

Ausgangsort für Wanderungen auf südliche Alpsteinkette, Luftseilbahn zum Hohen Kasten. Übernachtungsmöglichkeit: Hotel Krone, Telefon +41 (0)71 799 11 05.

Mit öffentlichem Verkehr: SBB bis Gossau oder St. Gallen.

AB von St. Gallen via Gais oder von Gossau via Herisau nach Appenzell und von dort nach Weissbad. Von Weissbad Postauto (teilweise Rufbus/PubliCar) nach Brülisau.

Mit Pw: Von St. Gallen über Teufen und Gais nach Appenzell. Von dort über Weissbach nach Brülisau.

Wildhaus (1090 m ü. M.)

Oberste Ortschaft im Toggenburg, zahlreiche Tourenmöglichkeiten in den Alpstein und zu den Churfürsten. Diverse Übernachtungsmöglichkeiten. www.toggenburg.org, Telefon +41 (0)71 999 99 11.

Mit öffentlichem Verkehr: Zug von Wil, St. Gallen oder Rapperswil–Uznach via Wattwil nach Nesslau-Neu St. Johann. Von dort Postauto nach Wildhaus. Oder Postauto von Buchs SG nach Wildhaus.

Mit Pw: Von Wattwil oder Buchs SG nach Wildhaus.

Wegbeschreibung

Von Brülisau durchs Brüeltobel, vorbei am Plattenbödeli und entlang dem Säntisersee nach Bollenwees. Anschliessend steiler Aufstieg zur Saxer Lücke (1649 m ü. M.) mit Ausblick ins Rheintal. Unmarkierter Weg steil hinauf zum Roslenfirist (Saxer Firist), teilweise exponiert. Dem gut sichtbaren Weglein folgen, bis der Grat breiter wird, Alpweiden. Höchster Punkt beim Steinmannli. Dann teilweise weglos über Alpweiden Richtung Chreialpfirist, von dort markierter Weg bis Zwinglipass. Via Tesel und Flürentobel nach Wildhaus (alles gut markiert und mit Wegweisern versehen).

Die Wanderung kann auch in umgekehrter Richtung gemacht werden: Von Wildhaus steiler Aufstieg auf den Zwinglipass, am Schluss von Bollenwees bis Brülisau lang gezogenes, etwas monotones Wegstück.



Der Roslenfirst hat an der Nordwestseite viele Felsen, ist aber von der Saxer Lücke oder vom Chreialpfirst her problemlos über Graswege zu besteigen.

Unterkunft/Verpflegung unterwegs

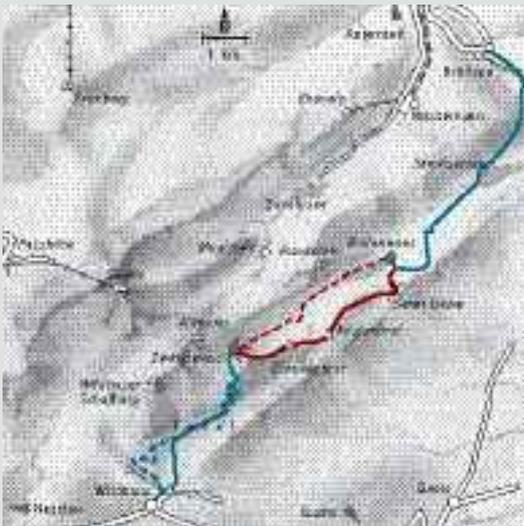
Plattenbödeli: Berggasthaus Plattenbödeli, 18 Betten, 70 Matratzenlager, Telefon +41 (0)71 799 11 52
 Säntis: Naturfreundehaus Tannhütte, Sektion St. Gallen; 32 Betten, Telefon +41 (0)71 411 42 85
 Bollenwees: Berggasthaus Bollenwees, 18 Betten, 130 Matratzenlager, Telefon +41 (0)71 799 11 70
 Zwinglipass: Hütte der SAC-Sektion Toggenburg, 42 Matratzenlager, nur beschränkte Verpflegungsmöglichkeiten, Telefon +41 (0)71 988 28 02

Karten

Landeskarte 1:25 000, 1115 Säntis
 Landeskarte 1:50 000, 227 Appenzell, 237 Walenstadt

Varianten

- Nach dem Roslenfirst statt über den Chreialpfirst zum Mutschensattel, dann über Grueb nach Tesel und Wildhaus oder vom Mutschensattel über die Roslenalp zurück zur Saxer Lücke. Von dort steiler Abstieg ins Rheintal nach Sax.
- Vom Zwinglipass über Häderen und Fälenalp zurück nach Bollenwees (1¾ Std.) oder über Fleckli und Altmannsattel zum Rotsteinpass (1½ Std.). Von dort Abstieg nach Thurwis und Wildhaus (2 Std.).



seilbahn auf den Hohen Kasten vorbei durchs steile Brüeltobel zum Plattenbödeli. Etwas oberhalb des Säntisersees, auf einem kleinen Passübergang, steht das Bergrestaurant Plattenbödeli mit vorgelagerter Sonnenterrasse.

Der Säntisersee weist eine Besonderheit auf: Ohne sichtbaren oberirdischen Abfluss entwässert er durch ein in den Kalk gefressenes Höhlensystem nach Sennwald im Rheintal, wo das Wasser als Mülbachquelle wieder zu Tage tritt. Der enge unterirdische Abfluss hat zur Folge, dass der Säntisersee im Frühjahr nach der Schneeschmelze gestaut wird und sich weit ins Tal erstreckt. Im Herbst hingegen, nach einem heissen Sommer, bildet er nur noch eine seichte Pfütze. Bevor wir die Bollenwees erreichen, passieren wir das Naturfreundehaus Tannhütte der SAC-Sektion St. Gallen. Auf Anfrage werden hier Speis und Trank sowie Schlafplätze angeboten.

Beim Berggasthaus Bollenwees ist auch für die bisher Standhaften eine Rast angezeigt, denn das lang gezogene Tal des Säntis hat einige Kraft gekostet. Schon 1880 wurden hier in der Sennhütte Bollenwees Gäste mit Milch und Kaffee bedient. Im Jahr 1916 wurde ein kleines Gasthaus errichtet, das 1938 nach einem Einbruch und Brand dem heutigen Haus Platz machte. Von der Terrasse schweift der Blick über den Fälensee zum Säntis und lädt zum Träumen ein – oder auch zu einem erfrischenden Bad im kalten, blaugrünen Wasser.

Nun verlässt der Weg den Talboden und steigt in zahlreichen Kehren steil hinauf zur Saxer Lücke mit schönem Tiefblick ins Rheintal. Den Roslen- oder Saxer First erklimmt man auf einem unmarkierten, schmalen und steilen Weg direkt ab der Saxer Lücke. Eindrücklich ist der Blick vom Gratweg zu den steilen Schratzenkalkfelsen der gegenüberliegenden Kreuzberge, wo sich schon manche Kletterseilschaft an einer von rund hundert Routen die Zähne ausgebissen hat. Den markanten Säntis vor Augen, erreichen wir den höchsten Punkt des Roslenfirstes, der mit einem Steinmannli gekennzeichnet ist. Nach einem kurzen Abstieg überschreiten wir anschliessend auf markiertem Weg an weidenden Kühen vorbei den Chreialpfirst. Beim Zwinglipass ist nochmals der lang gezogene Fälensee sichtbar, der zwischen den Widderalpstöcken und dem Roslenfirst im Fälenental liegt.

Auf genau 1999 Meter über Meer liegt die 1970 von der SAC-Sektion Toggenburg erbaute Zwinglipasshütte. Von Anfang Mai bis Ende Oktober werden hier Getränke, Suppen und eine kleine Zwischenverpflegung angeboten. Die mit viel Enthusiasmus ehrenamtlich geführte Hütte bietet auch Übernachtungsplätze an. Da keine Fahrstrasse zur Hütte hinauf führt, veranstaltet die SAC-Sektion zu Beginn der Hochsaison, Ende Juni, jeweils eine grosse «Hötteträgete», an der bis zu 120 Freiwillige gegen vier Tonnen Material hochbuckeln. Eine sympathische Alternative zu den teuren Helikopterflügen und ein besonderes Zeichen des Zusammengehörigkeitsgefühls der Clubmitglieder.

Der Weg ins Tal ist zunächst felsig und steil, was für viele Wege im Alpenstein gilt. Nach der Alp Tesel jedoch öffnet sich die Sicht ins Toggenburg, und die Streusiedlungen von Wildhaus rücken ins Blickfeld. Zum Abschluss der Tour stehen in Wildhaus verschiedene Restaurants und Unterkünfte für die müden Wanderer bereit. (PP)



Beim Abstieg von der Meglisalp zum Seealpsee sieht man fast senkrecht auf die südwestlich des Sees gelegene Alpsiedlung «Boden» hinunter.

■ Seealpweg

Von Wasserauen über den Marweesgrat zur Meglisalp

Das Alpsteinmassiv ist aus verschiedenen Kalkschichten aufgebaut und zeigt eine deutliche Gliederung in parallel verlaufenden Ketten von Südwesten nach Nordosten. Dazwischen liegen Täler (teilweise mit Seen), die über zahlreiche Scharten und Sättel miteinander verbunden sind. Die aus harten Kalkfelsen bestehenden Felswände locken die Kletterer an, die weicheren Mergelschichten dazwischen bieten ideale Wanderwege für weniger ambitionierte Berggänger. Unser Ziel Marwees ist Teil des äusseren Astes der mittleren Alpsteinkette, welcher vom Alp Sigel über den Bogartenfirist zur Marwees verläuft.

Von Wasserauen steigt der gut markierte Weg steil an und gibt von der Alp Chli-Hütten bereits eine schöne Sicht auf die nördliche Alpsteinkette (Ebenalp, Schäfler, Girenspeitz, Säntis) und die liebliche Hügellandschaft des Appenzellerlandes frei. Ein weiteres steiles Wegstück führt über Mar zur Bogartenlücke. Hier steht seit Jahrtausenden der mächtige Felsblock des Bogartenmannli wie ein Wächter des nicht mehr vorhandenen Baumgartens (mundartlich «Bogarten»). Geologisch befindet sich dieser Sattel in einem interessanten Gebiet. Die Falten des Alpsteins wurden durch das starke Widerlager im Vorland zerrissen, und es entstanden Querbrüche. Solch ein gewaltiger Bruch erstreckt sich in gerader Linie von der Saxer Lücke im Süden über Bol-

Gebiet

Östlicher Alpstein

Charakterisierung der Tour

Schöner, exponierter Grat. Aufstieg und Grat auf Alpweiden, nur wenige felsige Partien. Tour meist über der Waldgrenze.

Schwierigkeit

T2. Die Wege sind gut markiert. Grat eher wenig begangen. Bei nassem Wetter oder im Frühling, wenn noch Schnee liegt, nicht zu empfehlen.

Wanderzeit

Wasserauen–Marwees–Meglisalp: 5 Std.

Meglisalp–Wasserauen: 1¾ Std.

Höhendifferenz

Wasserauen–Marwees (Aufstieg): 1190 m

Marwees–Meglisalp (Abstieg): 540 m

Meglisalp–Wasserauen (Abstieg): 650 m

Ausgangspunkt

Wasserauen (868 m ü. M.)

Unterkunft: Restaurant Alpenrose, Telefon

+41 (0)71 799 11 33, info@alpenrose-ai.ch,

www.alpenrose-ai.ch. Weitere Übernachtungsmöglichkeiten und Auskünfte: www.appenzell.ch,

Appenzellerland Tourismus AI, 9050 Appenzell,

Telefon +41 (0)71 788 96 41.

Mit öffentlichem Verkehr: SBB bis Gossau oder St. Gallen.

AB von St. Gallen via Gais oder von Gossau via Herisau nach Appenzell und von dort nach Wasserauen. Oder SBB von Rapperswil via Wattwil nach Herisau und weiter wie oben.

Mit Pw: Von St. Gallen über Teufen und Gais nach Appenzell. Von dort über Weissbad nach Wasserauen. Grosser Parkplatz beim Bahnhof.

Wegbeschreibung

Von Wasserauen durchs Hüttentobel steil hinauf via Chli-Hütten (1200 m ü. M.) und Mar (1433 m ü. M.) zur Bogartenlücke (1730 m ü. M.). Auf schmalen, weissblau-weiss markiertem Zickzackweg zunächst steil hinauf zum östlichen Ende des Grates. Dann grasbewachsener, exponierter Grat, ansteigend zum Gipfel der Marwees. Kreuz bei P. 1991. Höchste Erhebung (2056 m ü. M.) ohne Wegspur über Alpweide erreichbar. Abstieg zum Widderalpsattel über Alpweide und auf Bergweg. Zwei verschiedene Wege für den Abstieg zur Meglisalp: den Talkessel querend über Bötzelsattel und Spitzigstein oder direkt über Bötzel und Trüest durch Felsbänder hinunter. Von Meglisalp via Seealpsee (auf Strässchen via Chobel oder Wanderweg via Hüttentobel) nach Wasserauen oder via Schrennenweg hoch über dem Seealpsee nach Wasserauen.

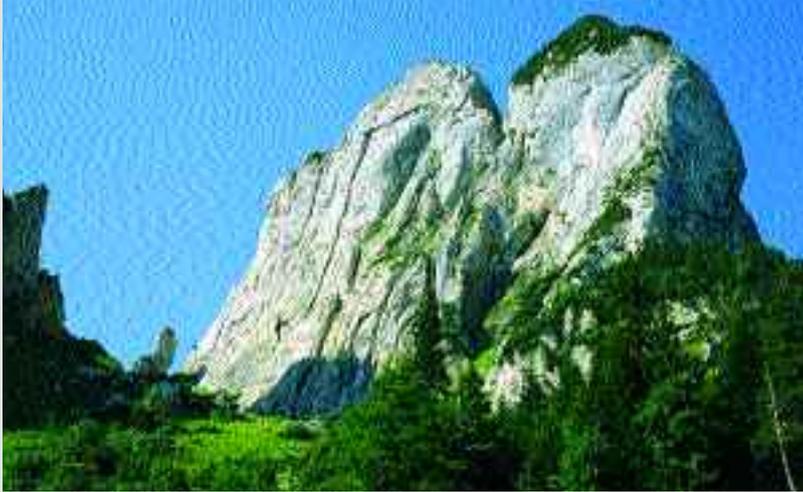
Unterkunft/Verpflegung unterwegs

Meglisalp: Berggasthaus Meglisalp (1527 m ü. M.), Betten und Matratzenlager, Telefon +41 (0)71 799 11 28

Seealpsee (1150 m ü. M.): Berggasthäuser Forelle,

Telefon +41 (0)71 799 11 88, und Seealpsee,

Telefon +41 (0)71 799 11 40, Betten und Matratzenlager



Links: Beim Aufstieg zur Bogartenlücke schieben sich die mächtige Felsbastion der östlichen Marwees und der allein stehende Felsen des Bogartenmannli ins Blickfeld.
Rechts: Auf dem Grat der Marwees ziehen Altmann (links) und Sämtis (ganz rechts) die Blicke der Wanderer auf sich.

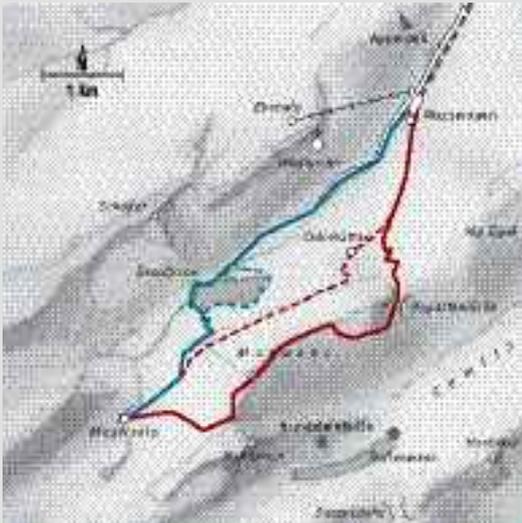


Karten

Landeskarte 1:25 000, 1115 Sämtis
Landeskarte 1:50 000, 227 Appenzell

Varianten

- Vom Widderalpsattel über Widderalp nach Sämtis und am Sämtisersee vorbei via Plattenbödeli nach Brülisau (Postauto nach Weissbad). Lange und anstrengende Wanderung (gut markiert).
- Die Tour ist auch in umgekehrter Richtung möglich: Der Abstieg von der Marwees via Bogartenlücke nach Wasserauen ist lang und steil, und am Ende gibt es ein kühlendes Bad im Seealpsee.



lenwees, Stifel und Bogartenlücke zum Hüttentobel im Norden, was in der Landschaft deutlich abgelesen werden kann.

Kurz nach der Bogartenlücke windet sich der Weg rechts in steilem Zickzack die südliche Flanke der Marwees hinauf. Wie auch der benachbarte Alp Sigel ist die Marwees auf der Nordseite schroff und steil abfallend, mit vielen grasdurchsetzten Felsbändern und Rinnen. Auf der sonnigen Südseite jedoch ist sie sanfter geneigt und – besonders im Bergfrühling – mit blumenreichen Alpwiesen bedeckt. Nach dem ersten Aufschwung haben wir die spitzen Kalknadeln der Dreifaltigkeit im Blickfeld. Schon bald erreichen wir den Grat und folgen diesem vom äussersten Punkt im Osten bis zum höchsten Punkt im Westen. Die Aussicht auf die südliche Alpsteinkette vom Hohen Kasten über Stauberen zu den imposanten Kreuzbergen sowie auf die in der Ferne liegenden Ketten des Rätikon und des Vorarlberg entschädigen uns für den mühevollen Aufstieg. Im Norden erblicken wir in der Ferne der Bodensee, davor breiten sich die zahlreichen Molassehügel des Appenzellerlandes und des Thurgaus aus. Im Westen erhebt sich in seiner ganzen Grösse der höchste Berg des Alpsteinmassivs, der 2502 Meter hohe Sämtis mit dem markanten Sendeturm.

Der Abstieg führt über Schafweiden zum Widderalpsattel, wo der innere Ast der mittleren Alpsteinkette verläuft (Widderalpstock, Hundstein, Fälenturm, Schafberg). Die Meglisalp ist eine kleine Maiensässiedlung mit einer hübschen Steinkirche und einer Hand voll grauer Hütten. Mittendrin steht das grosse, viel besuchte Berggasthaus Meglisalp. Der Alpkessel der Meglisalp wird durch eine felsige Stufe von der flachen Seealp getrennt.

Wer den imposanten Tiefblick auf den Seealpsee noch länger geniessen will, folgt dem Schrennenweg am Fuss der Marwees bis Chli Hütten, von wo man wieder durch das Hüttentobel nach Wasserauen gelangt. Wen es hingegen an den Seealpsee zieht, wählt den mit Seilen gesicherten Abstieg durch die feuchten Felsen und den Wald des Unterstrichs zum Talboden. Den Seealpsee können wir nach einem erfrischenden Bad nördlich oder südlich umwandern: Beide Routen führen anschliessend auf einem Strässchen vom östlichen Seeende via Chobel nach Wasserauen zurück. (PP)

■ Lägernweg

Von Baden nach Regensberg

Wer hätte gedacht, dass der Jura mit einem Ausläufer bis in den Kanton Zürich reicht? Tatsächlich gehört der bewaldete Hügelzug der Lägern geologisch zum Kettenjura. Dass die Lägern aus Juragestein sind, sieht man auf der Tour über den Lägerngrat gut, bewegt man sich doch auf weiten Teilen des Wanderwegs auf den charakteristischen, gelblich grauen Kalkfelsen mit den verwaschenen und abgerundeten Tritten. Wer gut hinschaut und lockere Steine neben dem Weg durchstöbert, findet vielleicht auch Versteinerungen, wie sie im hier vorherrschenden Malmkalk häufig vorkommen.

Baden, der Ausgangspunkt unserer Tour, ist eine alte Bäderstadt mit schönen Gassen im Stadtkern. Vom Bahnhof geht es durch die Altstadt an die Limmat, die wir über eine alte Holzbrücke aus dem Jahre 1810 überqueren. Das Standbild zu Ehren des heiligen Johannes Nepomuk



Gut sichtbare Kalkfessschichten kennzeichnen den Aufstieg von Baden auf die Lägern.

Gebiet

Limmattal, Zürcher Unterland

Charakterisierung der Tour

Scharfgratiger, bewaldeter Hügelzug zwischen Furttal und Wehntal. Der Weg verläuft oft genau auf dem felsigen Grat.

Schwierigkeit

T1. Der teilweise felsige Wanderweg verlangt gutes Schuhwerk, v. a. bei Nässe und Schnee.

Wanderzeit

Baden–Regensberg: 3½ Std.

Höhendifferenz

Baden–Burghorn (Aufstieg): 500 m

Burghorn–Dielsdorf (Abstieg): 430 m

Ausgangspunkte

Baden (385 m ü. M.)

Jugendherberge (Telefon +41 (0)55 221 67 36), verschiedene Hotels, Thermalbad. Tourismusinformationen: Info Baden, Telefon +41 (0)56 200 83 83, stadtbuero@baden.ag.ch, www.baden.ch.

Mit öffentlichem Verkehr: SBB von Zürich, Aarau und Basel.

Mit Pw: Autobahn von Zürich bis Ausfahrt Neuenhof, von Aarau bis Ausfahrt Baden.

Regensberg (612 m ü. M.)

Malerisches Städtchen auf Felssporn über dem Glattal. Mit öffentlichem Verkehr: S-Bahn Zürich–Dielsdorf, dann Bus.

Mit Pw: Von Zürich über Regensdorf nach Dielsdorf. In der Ortsmitte abzweigen nach Regensberg.

Dielsdorf (430 m ü. M.)

Hotel Löwen, Telefon +41 (0)44 855 61 61, www.loewen-dielsdorf.ch.

Mit öffentlichem Verkehr: S-Bahn von Zürich.

Mit Pw: Von Zürich über Regensdorf nach Dielsdorf. Von Baden über Wettingen und Buchs (ZH) nach Dielsdorf.

Wegbeschreibung

Von Baden auf guten, gelb markierten Wanderwegen über den Lägerngrat. Erster Teil mit Felsen und Tritten. Kann nach Regenfällen rutschig sein. Ab Burghorn einfacher Waldweg, teilweise Strässchen nach Regensberg. Durch Rebberge und Wiesland nach Dielsdorf. Abstieg nach Boppelsen und Otelfingen oder nach Wettingen. Die Wanderung ist für Familien geeignet (Kinder unter Aufsicht behalten) und kann auch als Halbtagestour gemacht werden.

Die Wanderung kann auch in umgekehrter Richtung von Dielsdorf oder Regensberg unternommen werden.

Steiler Abstieg (teilweise Treppen) vom Lägerngrat nach Baden.

Verpflegung unterwegs

Restaurant Schloss Scharnenfels oberhalb von Baden, Telefon +41 (0)56 426 19 27

Restaurant Hochwacht auf dem Lägerngrat, Telefon +41 (0)44 853 11 48



Oben: Auf dem kargen Boden wachsen vielfältige Pflanzen.
Unten: Das alte Städtchen Regensberg ist bekannt wegen seines mittelalterlichen Wehrturms und seines tiefen Sodbrunnens.

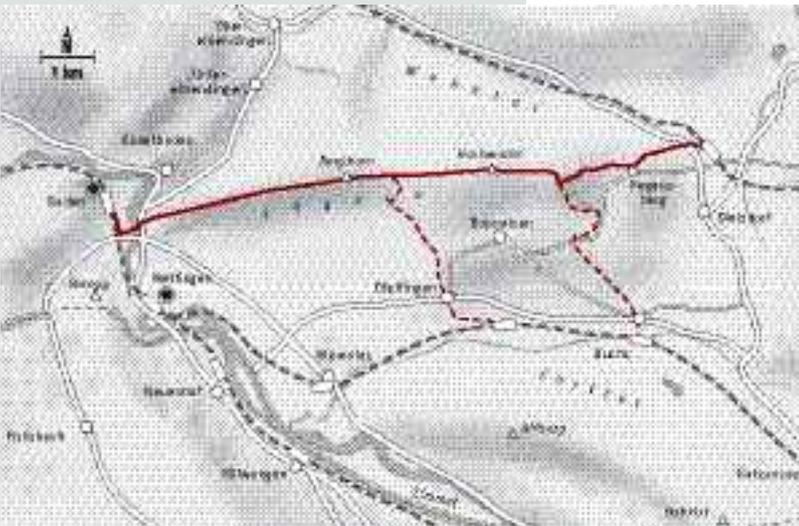
Regensberg: Gasthof zum Löwen,
Telefon +41 (0)44 853 10 18; Restaurant Bellevue,
Telefon +41 (0)44 853 12 36

Karten

Landeskarte 1:25 000, 1070 Baden, 1071 Bülach
Landeskarte 1:50 000, 215 Baden

Variante

Von Wettingen auf Strässchen direkt zum Burghorn
(vermeidet felsige Wegstücke).



beim stadtseitigen Brückenkopf beschützte früher die Reisenden, die über diese Brücke die Stadt verliessen. Vom Ufer der Limmat gelangt man zunächst unter einer stark befahrenen Strasse hindurch zum schmalen Wanderweg, der sich an Einfamilienhäusern vorbei den Hang hinaufschlängelt.

Durch einen Schatten spendenden Buchenwald steigt der Weg über Kalkfelsen exakt auf dem Grat des Hügelzuges bergan. Nach gut einer Stunde zweigt ein Weg nach Wettingen ab. Wir aber bleiben auf dem Grat und erreichen über aufgestellte Jurafalten und ein exponiertes Wegstück (auf dem Wegweiser steht: «Vorsicht, Felsgrat!») den bewaldeten Lägernsattel. Immer wieder erlauben Lücken im Baumbestand einen Blick südwärts ins Furttal oder nach Norden ins Wehntal. Der höchste Punkt unserer Wanderung ist das Burghorn mit 859 Meter über Meer. Dank Geländer und Bank lädt dieser Kalkfels mit der steil abfallenden Nordflanke zum Rasten ein. Allerdings dürfte es an sonnigen Tagen an freien Plätzen mangeln, da die Lägern ein sehr beliebtes Naherholungsgebiet von Zürich und des dicht besiedelten Limmattals sind. Rastplätze und Feuerstellen mit und ohne Ausblick gibt es aber viele unterwegs.

Vorbei an den Steinmauern der Ruine Altlägern erreichen wir bald die technischen Einrichtungen bei der Hochwacht. Hier stehen nah beieinander zwei hohe Antennenmasten mit Servicegebäuden sowie der eigenwillige, pilzrunde Radarturm für die Flugsicherung des Flughafens Zürich Kloten. Das Restaurant Hochwacht ist ein beliebtes Ausflugsziel und lockt mit vielen Tischen im Garten zum willkommenen Zwischenhalt. Ein paar Meter weiter, auf der Aussichtsplattform eines Gebäudes der Sendeanlagen, bietet sich ein herrlicher Panoramablick über Katzenssee, Zürichsee und Greifensee zu den Alpen vom Alpstein im Osten bis zu den Berner Alpen. Die Stadt Zürich selbst ist durch den Käferberg und den Altberg verdeckt. Direkt unter uns breitet sich das Furttal mit Golfplatz, Feldern und Wäldern aus.

Von der Hochwacht bis nach Regensberg verläuft die Route auf einer Kiesstrasse und bietet verschiedene Abstiege ins Tal. Zum Beispiel nach Boppelsen und Otelfingen oder nach Buchs. Es lohnt sich aber,

dem Grat zu folgen und sich im schönen Städtchen Regensberg etwas umzusehen. Zwei alte Häuserzeilen umrahmen einen grossen Platz mit schmucken Gärten und dem tiefsten Sodbrunnen des Kantons (57,7 m). Am oberen Ende des Platzes steht die Kirche, daneben das als Landvogteisitz erbaute Schloss. Der markante runde Wehrturm kann gegen Entgelt bestiegen werden. Die Aussicht ins Glatttal mit seinen grossen Riedflächen, dem Flughafen und den dicht bebauten Agglomerationsgemeinden ist abwechslungsreich und spannend, nicht zuletzt wegen der landenden und startenden Flugzeuge. (PP)

■ Zürcherweg

Von Adliswil über den Albis nach Sihlbrugg

Warum nur in die Ferne schweifen, wenn das Schöne doch so nah liegt? Damit gemeint ist der Albis, und zwar nicht nur der Üetliberg, der die Albiskette gegen Norden abschliesst, sondern die ganze Kette. Vor allem im Frühling, wenn das Grün an den Bäumen erst spriesst, oder im Herbst ist die Wanderung auf der Albiskrete ein Genuss. Denn im Gegensatz zu den meisten andern Touren in diesem Buch bewegt man sich hier noch im Laubwaldgürtel.

Wer sich vor dem regen Entgegenkommen von Wanderern und Bikern scheut, steht am besten beizeiten auf und macht sich von Adliswil auf den Weg zur Felsenegg auf, bevor noch die erste Bahn fährt. So hat man alles für sich: die Sonnenterrasse, das Morgenlicht, das den Zürichsee in Weissgelb taucht, und den Wanderweg, der sich über Stock und Stein der Krette entlangwindet. Eine gute Stunde und zwei Einkehrmöglichkeiten weiter wartet auf dem Schnabel der Turm, von dem die Aussicht grenzenlos ist: vom Schwarzwald über die nördlichen Ausläufer des Jura bis zu den Glarner Alpen reicht der Blick, und unten wuselt die Zivilisation im Kleinformat. Ach, wie ist doch alles relativ, geht es einem durch den Kopf, und ein Gefühl der Freiheit stellt sich ein.

Weniger frei wird sich Walter IV. von Eschenbach gefühlt haben, als seine Burg zwischen dem Schnabel und dem Bürglen um 1309 von den Habsburgern geplündert und zerstört wurde. Nun, er hatte auch

Gebiet

Zürichsee

Charakterisierung der Tour

Lang gezogene Gratwanderung, auf der einen Seite der Zürichsee mit seinen stark bebauten Ufern, auf der andern die beschauliche Landschaft des Knonauer Amtes. Man ist mittendrin und steht doch drüber – im wahrsten Sinne des Wortes.

Schwierigkeit

T1. Wandern auf breit ausgetretenen Pfaden. Auch für Biker geeignet.

Wanderzeit

Felsenegg–Station Sihlbrugg: 4 Std.
Adliswil–Felsenegg: 1 Std.

Höhendifferenz

Felsenegg–Station Sihlbrugg: rund 250 m
Adliswil–Felsenegg: 350 m

Ausgangspunkt

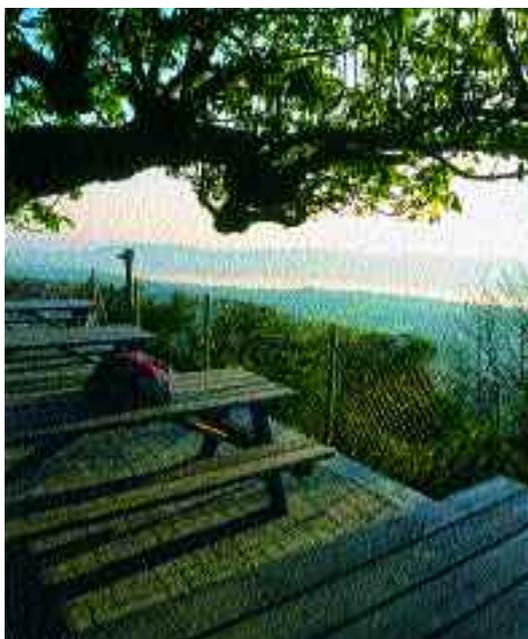
Felsenegg (789 m ü. M.)
Oberhalb von Adliswil (451 m ü. M.), Agglomerationsgemeinde der Stadt Zürich.

Mit öffentlichem Verkehr: S-Bahn von Zürich nach Adliswil. Von Zug S-Bahn via Sihlbrugg nach Adliswil. Luftseilbahn Adliswil–Felsenegg, Telefon +41 (0)44 710 73 30, www.laf.ch.

Mit Pw: Sihlthalstrasse zwischen Sihlbrugg und Zürich.

Wegbeschreibung

Von Adliswil zu Fuss oder mit der Luftseilbahn steil hinauf zur Felsenegg. Von dort, immer auf dem Bergrücken haltend, über die Buchenegg zum Albispass (Postautoverbindung nach Langnau am Albis). Vom Albispass Aufstieg zum Schnabel (Aussichtsturm). Via Schnabelburg in eine Senke und auf der andern Seite recht steil hinauf zum Bürglen. Von dort zum Albishorn und weiter, vorbei am



Blick von der Felsenegg zum Zürichsee.



Im Frühling kitzelt der Duft des Bärlauchs in der Nase.



Blick von der Rossegg auf die Aufstiegsroute vom Übergang Hand zur bewaldeten Höchhand.

■ Nagelfluhweg

Von Steg übers Schnebelhorn nach Wald

In Steg, einem zu Fischenthal gehörenden Weiler im oberen Tösstal, beginnt die abwechslungsreiche Höhenwanderung. Hier trifft die Passstrasse vom Toggenburg her über die Hulftegg auf die Tösstalstrasse. Von der Bahnstation verläuft der Weg zunächst der Strasse entlang, bis gegenüber einer einstöckigen Fabrik ein gelber Wanderwegweiser das schmale Weglein Richtung Schnebelhorn und Hirzegg anzeigt. Nach einem kurzen, steilen Aufstieg bleibt der Weg auf dem Grat und führt an den einsamen Gehöften von Vorderegg und Rütewis vorbei. Die Aussicht vom Kiessträsschen ist jetzt schon bemerkenswert: Die vielen kleinen, bewaldeten Tälchen und Furchen in den Hügeln bilden eine nischenreiche, naturnahe Landschaft, die sich auf der andern Seite des Haupttals fortsetzt. Die Nagelfluh, aus der das Tösstal gebildet ist, wurde nach der letzten Eiszeit von den Schmelzwässern stark erodiert und geformt. Es finden sich überall Höhlen, Felswände, tiefe Tobel und steile Kuppen. Beim Roten führt der Wanderweg oberhalb eines solchen Felsbandes vorbei. Bei nassem Wetter ist der schmale, weiss-rot-weiss markierte Weg allerdings zu meiden. Eine ungefährliche Alter-

Gebiet

Tösstal, Zürcher Oberland

Charakterisierung der Tour

Abwechslungsreiche Hügellandschaft mit tief eingeschnittenen Tobeln. Der Weg bleibt mehrheitlich auf dem Grat.

Schwierigkeit

T1. Die Wege sind gut markiert und viel begangen.

Wanderzeit

Steg–Schnebelhorn–Wald: 5½ Std.

Höhendifferenz

Steg–Schnebelhorn (Aufstieg): 594 m

Hand–Höchhand (Aufstieg): 309 m

Höchhand–Wald (Abstieg): 700 m

Ausgangspunkte

Steg (698 m ü. M.)

Ortsteil von Fischenthal, Bahnhof, Restaurant mit Übernachtungsmöglichkeit: Hotel Steg, Telefon +41 (0)55 245 11 61.

Wald (617 m ü. M.)

Ort im Zürcher Oberland, einst bedeutend in der Textilindustrie. Diverse Restaurants und Gasthäuser.

Verkehrsverein: Telefon +41 (0)55 246 14 44, www.trzo.ch (Tourismus ZüriOberland).

Mit öffentlichem Verkehr: Steg und Wald liegen an der Tösstallinie (S 26) Rapperswil–Winterthur.



Windegg-Haus: Für den Kanton Zürich typisches Riegelhaus in Wald, dem Zielort der Wanderung.

Eine von zahlreichen Entdeckungen am Wegrand: Kleiner Fuchs auf gelbem Pippau.

Mit Pw: Autobahn von Zürich Richtung Rapperswil bis Ausfahrt Rüti. Dann Kantonsstrasse bis Wald bzw. Steg. Oder von Winterthur Tösstalstrasse bis Steg oder Wald.

Wegbeschreibung

Zur Gratroute kann sowohl von der zürcherischen Seite (Steg, Fischenthal, Wald) als auch von der st.-gallischen Seite (Mosnang, Bütschwil, Libingen, Goldingen) zugestiegen werden.

Der Abstieg nach Wald kann mit dem VZO-Bus ab Faltigberg (Zürcher Höhenklinik) abgekürzt werden. Weitere Abstiege: vom Schnebelhorn nach Mosnang (Bus nach Bütschwil), bei Neurüti (nach der Schindelberghöchi) nach Libingen (Bus nach Bütschwil), bei Hand nach Hintergoldingen und Goldingen (Bus nach Uznach).

Unterkunft/Verpflegung unterwegs

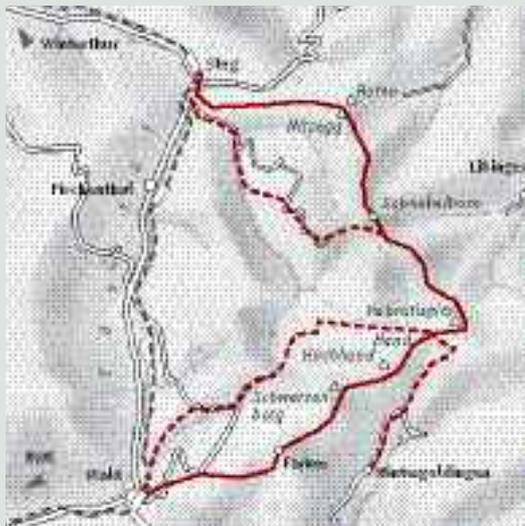
Berggasthaus Schindelberg, Telefon +41 (0)55 284 11 37
Alprestaurant Farner, Telefon +41 (0)55 246 12 86

Karten

Landeskarte 1:25 000, 1093 Hörnli, 1113 Ricken
Landeskarte 1:50 000, 226 Rapperswil

Varianten

- Von Steg über Roten–Hirzegg zum Schnebelhorn und via Tierhag–Stralegg–Orüti zurück nach Steg (5 Std.)
- Von Wald über Chrinnen–Farner auf den Schwarzenberg und via Boalp–Wolfsgrueb–Hüebli zurück nach Wald (3½ Std.)



native führt wenige Höhenmeter weiter oben durch und ist keinesfalls ein Umweg!

Über Alpweiden mit grasenden Kühen erreichen wir über die Hirzegg den höchsten Zürcher Berg, das Schnebelhorn (1292 m ü. M.). Der Blick vom baumfreien Gipfel reicht bei schönem und klarem Wetter vom st.-gallischen Fürstenland mit dem Städtchen Wil über den Alpstein bis zu den Berner Alpen. Allerdings schränkt häufig Dunst die Sicht ein. Die Gegend rund ums Schnebelhorn ist ein grosses Pflanzen- und Wildschutzgebiet, das im Frühsommer mit blumenreichen Wiesen und Waldlichtungen die Wandernden erfreut.

Über die Schindelberghöchi mit felsiger Nordostflanke und die Schindelegg geht es weiter zum Schindelberg, wo ein Berggasthaus zu einer Wanderpause einlädt. Die zahlreichen für die Alpwirtschaft gebauten Strässchen locken auch viele Biker an, die an sonnigen Wochenenden im steilen Tösstal neue Herausforderungen suchen.

Bei der Rossegg ist die Aussicht zum Säntis, der als gewaltiges Kalkmassiv hinter den Toggenburger Hügeln aufsteigt, besonders schön. Der Höhenweg hält sich hier nicht immer an den Grat. So wird der Habrütispitz umgangen, um den Abstieg in den Sattel namens Hand nicht noch steiler zu machen. Unterwegs begleiten Kuhgeläute und die hohen Töne der Ziegenschellen die Wandernden. Das Tösstal weist eine vielseitige Berglandwirtschaft auf mit vielen verstreuten Höfen und steilen Wiesenhängen. Industrie konnte sich im 19. Jahrhundert nur im Tal entlang der Töss und Jona (bei Wald) entwickeln. Etliche Mühlräder und später Turbinen lieferten Energie für die Textilindustrie, die bis 1930 blühte und dann, wie andernorts auch, durch die ausländische Konkurrenz verdrängt wurde.

Der steile Aufstieg von der Hand auf die Höchhand verläuft im schattigen Wald und kann auf einer felsigen Gratroute (mit Halteseil im obersten Teil) oder einer Hangroute bewältigt werden. Die Aussicht vom grasbewachsenen Gipfel (1314 m ü. M.) entschädigt für die recht anstrengenden 300 Höhenmeter. Bis zum Farner mit dem neu eingerichteten Alprestaurant gilt es noch den bewaldeten Schwarzenberg (1293 m ü. M.) zu überwinden, dessen Ostseite steil ins liebevolle Goldingertal abfällt. Vom Farner führt ein Fahrsträsschen oder ein Wanderweg über den Chrinnenberg zum Weiler Chrinnen. Nun bleibt noch ein sanfter Abstieg via Zürcher Höhenklinik Faltigberg nach Wald, wo die Tösstalhöhenwanderung endet. (PP)

■ Gnadenweg

Vom Etzelpass übers Stöcklichrüz nach Willerzell

St. Meinrad aus dem Geschlecht der Hohenzollern-Sigmaringen war als Lehrer in Benken am Zürcher Obersee tätig, bis er sich als Einsiedler auf dem Etzelpass zwischen Pfäffikon SZ und Einsiedeln eine Zelle erbaute. Dort und im nahen Finstern Wald lebte er, bis er von zwei Räubern erschlagen wurde. Das war am 21. Januar 861. Auf demselben Etzelpass (Etzeln stammt von «Ezlin» und heisst Elster) liess der Abt von Einsiedeln im 13. Jahrhundert eine Gnadenkapelle und ein Pilgerhospiz errichten. Da war es längst vorüber mit der Einsiedlerruhe. Denn dort, wo die Zelle Meinrads stand, führte jetzt ein Wallfahrtsweg von ganz Osteuropa nach Santiago de Compostela vorbei – der Jakobsweg. Und wenig weiter unten, bei der Teufelsbrücke, wurde 1493 Theophrastus Bombastus Paracelsus von Hohenheim geboren, der als Erster die chemikalischen und physikalischen Grundlagen des Lebendigen entdeckte und kräftig mithalf, das Zeitalter der Aufklärung einzuläuten! Im Gegensatz etwa zum Geburtshaus des Reformators Huldrych Zwingli in Wildhaus hat die Geburtsstätte von Paracelsus die folgenden Jahrhunderte nicht überstanden, wohl aber die Gnadenkapelle und das Gasthaus St. Meinrad. Es umwirbt heute mit «heimeligen Zimmern mit Toiletten und Duschen» nicht nur Jakobspilger, sondern auch Wanderer, die vom Etzelpass nach Ost oder West ausschwärmen wollen.



Zwischen Grueb und Stöcklichrüz lädt diese Feuerstelle zum Bräteln ein.

Gebiet

Schwyzler Voralpen

Charakterisierung der Tour

Ausgedehnte, abwechslungsreiche Wanderung über Stock und Stein, vorbei an Kuppen und Eggen und (fast) immer auf der Krete. Höhepunkt ist das Stöcklichrüz.

Schwierigkeit

T1. Durchwegs gute Wanderwege, gelb markiert. Teilweise auch beliebte Bikeroute.

Wanderzeit

3½ Std. (Egg–Etzelpass: ½ Std. mehr)

Höhendifferenz

Etzelpass–Willerzell: Insgesamt rund 400 m
Egg–Etzelpass: 100 m

Ausgangspunkte

Etzelpass (956 m ü. M.)

Gasthaus St. Meinrad, rustikales, geschichtsträchtiges Gasthaus am Jakobsweg, Restaurations- und Hotelbetrieb, Telefon +41 (0)55 412 25 34

Mit öffentlichem Verkehr: Bahn von Wädenswil, Pfäffikon SZ oder Arth-Goldau bis Biberbrugg und von dort Bahn oder Postauto nach Einsiedeln. Von Einsiedeln Postauto nach Egg. Leider fährt kein Postauto bis zum Etzelpass. Wir empfehlen den Wanderweg von Egg über Chrumbuech nach St. Meinrad oder ohne Gaststätte und Gnadenkapelle direkt hoch zum Schönboden.

Mit Pw: Von Pfäffikon SZ Richtung Feusisberg. Beim Weiler Luegeten nach links Richtung Etzelpass–Einsiedeln. Von Einsiedeln Richtung Tüfelsbrugg–Etzelpass (Abzweigung beim Weiler Hüendermatt am Sihlsee). Wir empfehlen, das Auto in Egg stehen zu lassen, am Morgen mit dem Postauto von Egg nach Willerzell zu fahren und die Wanderung von Willerzell aus zu machen. So ist man am Abend nicht mehr von den spärlichen Postautokursen abhängig. Wenn die Zeit knapp ist, kann man vom Schönboden direkt nach Egg absteigen. Umgekehrt kann man vom Etzelpass noch einen Abstecher zum Etzeln machen, bevor man zu Fuss nach Egg zurückmarschiert (über Chrumbuech ½ Std.).

Willerzell (892 m ü. M.)

Kleiner Weiler am Sihlsee. Drei Restaurants, keine Hotels und Pensionen.

Mit öffentlichem Verkehr: Über Einsiedeln und Egg (siehe oben)

Mit Pw: Nach Einsiedeln, von dort über Sihlseebrücke direkt nach Willerzell. Empfehlung: Auto in Egg stehen lassen (siehe oben.)

Wegbeschreibung

Vom Etzelpass via Schönboden–Chörnliegg–Müligassegg zum Stöcklichrüz (Wanderwegtafeln beachten). Vom Stöcklichrüz über Grueb–Summerig nach Willerzell. Unter Umständen ist es besser, die Wanderung in Willerzell zu beginnen (siehe «Ausgangspunkte»).

Verpflegung unterwegs

Keine



Oben: Blick zurück von der Grueb zum Sihlsee. Ein Gedenkstein (rechts) erinnert an die polnischen Internierten, die im Zweiten Weltkrieg überall in der Schweiz als Wegbauer eingesetzt wurden.

Links: Eine Stute lässt sich vom Fotoapparat ablenken, und dem Fohlen ist es recht so. Zwischen Willerzell und Grueb.



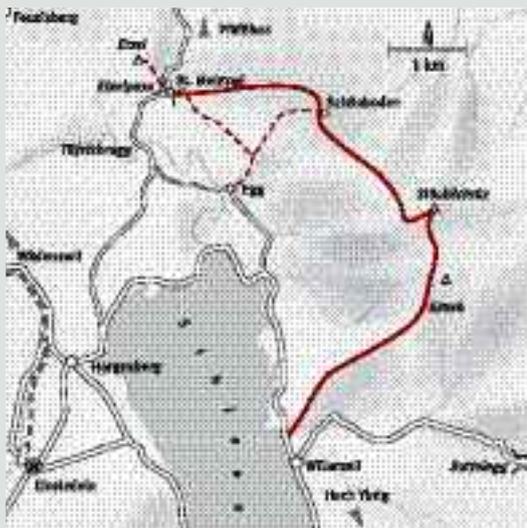
Karten

Landeskarte 1:25 000, 1132 Einsiedeln

Landeskarte 1:50 000, 236T Lachen

Variante

Abstecher vom Etzelpass zum Etzel: 1/2 Std, T1.



Ein Weg führt dabei an den Höfen der Oberegg vorüber zum Schönboden und von dort via Stofel und Müligassegg zum Stöcklichrüz. Ein Gedenkstein erinnert an die Erbauer des Weges: Es waren wie an vielen anderen Orten in der Schweiz polnische Internierte, die während des Zweiten Weltkriegs im Wegbau Hand anlegen mussten.

Schon bald weitet sich der Blick hinunter zum Zürichsee, der vom Rapperswiler Seedamm in zwei ungleiche Teile zerschnitten ist: den kleineren Obersee und das lang gezogene grosse Seebecken. Auf der andern Seite erkennt man allmählich in der Ferne Einsiedeln mit dem grossen Benediktinerkloster, dem der Etzelpass seine historische Berühmtheit letztlich zu verdanken hat. Das Stöcklichrüz selbst ist mit seinen 1248 Metern nur mässig hoch – und bietet doch eine eindruckliche Rundschau. Der Sihlsee ist nun im Blickfeld aufgetaucht, und man steht bei Föhnstimmung mit dem Bachtel und dem Schnebelhorn jenseits des Zürichsees in Tuchfühlung. Auf der andern Seite sieht man die beiden Aubrig und den Fluebrig herüber, übrigens zwei ausgesprochen lohnende Gipfelziele, auch sie miteinander verbunden durch eine längere Gratpartie. Um das Mass einer Tageswanderung nicht übervoll zu machen, wählen wir vom Stöcklichrüz den Weg über die Grueb zum Summerig. Richtigen Gratcharakter hat der letzte Teil der Tour vom Summerig hinunter nach Willerzell. Man kommt sich vor wie bei einem Landeanflug – als Piste mag die lang gezogene Brücke dienen, die Willerzell mit der Landschaft Einsiedeln verbindet. (DC)



«Über sieben Berge musst du geh'n ...» Blick vom Chilchzimmersattel (Baselland) zum Solothurner Kettenjura.

A landscape photograph of the Jura mountains in Northwest Switzerland. The image shows rolling hills and valleys, with a prominent mountain peak in the distance. The sky is a clear, pale blue. The overall scene is serene and scenic.

Nordwestschweiz, Jura

■ Belchenweg

Vom Unteren Hauenstein nach Waldenburg

Erst hört man das Knattern nur schwach, drüben am Spittelberg. Dann ein dumpfer Knall. Noch einer. Die Landesverteidiger sind am Üben. Das hat hier am Belchen Tradition. Schon im Ersten Weltkrieg trainierten die kantonalen Füsilier-Bataillone und Schützenregimenter die Abwehrschlacht gegen den Feind aus Norden – der dann glücklicherweise nicht kam. Unzählige Betonbunker wurden gebaut, zickzackförmige Schützengräben in einer Länge von 40 Kilometern angelegt, mit Stahlkappen gepanzerte Beobachtungsposten errichtet und als Erinnerung an die Nachwelt die Wappen der Kantonsregimenter in den Felsen gehauen. Diese Kantonswappen kann man heute noch auf dem Weg zur Belchenfluh bewundern. Ebenso einige Bunker und Schützengräben. Sie sind ein kleines Paradies für die Kinder. Aber Vorsicht: Einige «Karpategräben» – benannt nach dem österreichischen Schutzwallsystem in den Karpaten – sind über zwei Meter tief und recht unauffällig im Wald angelegt.

Der Spätherbst ist vielleicht die schönste Jahreszeit für eine Höhenwanderung im östlichen Jura. Wenn in den Alpen bereits der erste Schnee liegt und in den Tälern der Nebel wabert, herrscht auf den Jurahöhen Hochsaison. Noch einmal möchte man vor dem drohenden Wintereinbruch die wärmende Novembersonne geniessen, sich an

Gebiet

Belchen (Jura BL/SO)

Charakterisierung der Tour

Leichte, waldreiche Höhenwanderung mit überraschenden Ausblicken, einem Gipfelerlebnis und einer attraktiven Burgruine.

Schwierigkeit

T1. Die Route verläuft auf rot-gelb markierten Jurahöhenwegen. Im Abstieg nach Waldenburg besteht an steilen Stellen Rutschgefahr, vor allem im Herbst, wenn trockenes Laub den felsigen Pfad bedeckt. Schiesswarnungen des Militärs beachten, wobei die beschriebene Wanderoute nicht betroffen sein sollte.

Wanderzeit

Hauenstein-Ifenthal–Waldenburg: 4 Std.

Höhendifferenz

Aufstieg: 400 m

Abstieg: 600 m

Ausgangspunkte

Hauenstein-Ifenthal (710 m ü. M.)

Das kleine Solothurner Juradorf Ifenthal bildet zusammen mit dem alten Passdorf Hauenstein die politische Gemeinde Hauenstein-Ifenthal. Katholische Pfarrkirche in der Mitte der beiden Dörfer an prominenter Lage. Unterkunft: Gasthof Löwen, Hauenstein (Telefon +41 (0)62 293 20 50).

Mit öffentlichem Verkehr: Postautolinie Olten–Hauenstein–Wisn bis Hauenstein oder Kirche Ifenthal.

Mit Pw: Von Olten oder Liestal auf den Unteren Hauenstein; Abzweigung nach Ifenthal (Parkplätze bei der Kirche).



Der Hochnebel über dem Mittelland schwappt über den Jura und löst sich über dem Baselbiet auf. Blick vom Chilchzimmersattel zum Oberbölchen. Links: Belchenfluh.



Im Belchengebiet gibt es zahlreiche Befestigungsanlagen aus der Zeit des Ersten Weltkriegs.

Waldenburg (534 m ü. M.)

Mittelalterliches Städtchen Waldenburg – um 1300 von den Froburgern zur Sicherung der Passstrasse über den Oberen Hauenstein gegründet – mit knapp 1300 Einwohnern, mehreren Industrie- und Gewerbebetrieben, sechs Restaurants und zwei Hotels: Hotel Löwen (Telefon +41 (0)61 961 01 21), Hotel Stab (Telefon +41 (0)61 961 00 17).

Mit öffentlichem Verkehr: Von Liestal Waldenburgerbahn nach Waldenburg. Von Oensingen (SBB-Jurasüdfusslinie) OeBB nach Balsthal und Postauto via Langenbruck nach Waldenburg.

Mit Pw: Aus der Region Basel: In Liestal Richtung Waldenburg–Oberer Hauenstein–Bern.

Vom Mittelland: Autobahn bis Oensingen, Kantonsstrasse nach Balsthal, dort Richtung Langenbruck–Oberer Hauenstein–Basel.

Wegbeschreibung

Von Hauenstein über den Ifleter Berg oder direkt von Ifenthal zur Challhöchi (848 m ü. M.) und auf dem Jurahöhenweg zur Belchenfluh (1098 m ü. M.). Von dort durch den Wald oder aussichtsreicher dem Waldrand entlang zum Chilchzimmersattel (991 m ü. M.) hinunter und auf dem Gratweg via Lauchfluh (1041 m ü. M.), Rehhag, Gerstelfluf zur Ruine Waldenburg; kurzer Abstieg durch ein dichtes Buchswäldchen nach Waldenburg.

Unterkunft/Verpflegung unterwegs

Keine Unterkunft unmittelbar am Weg, aber drei Berggasthäuser in kurzer Gehdistanz, wo man sich verpflegen kann:

Bergwirtschaft Kallhof, Telefon +41 (0)62 299 12 60
 Bergrestaurant Chambersberg, Telefon +41 (0)62 216 31 23
 Berghaus Oberbölchen (hundefreundliches Restaurant), Telefon +41 (0)62 299 12 73

Karten

Landeskarte 1:25 000, 1088 Hauenstein

Landeskarte 1:50 000, 224T Olten

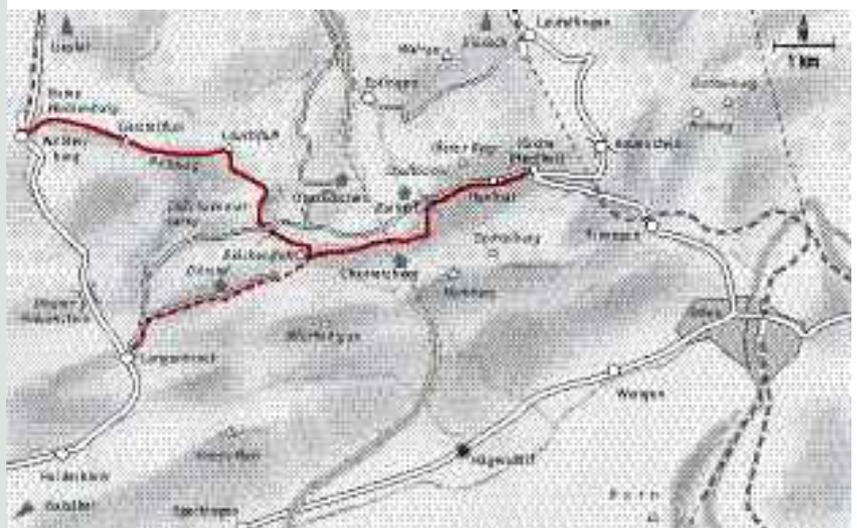
Varianten

- Die Wanderung in umgekehrter Richtung angehen, wobei anfänglich ein Aufstieg von 500 Höhenmetern bewältigt werden muss.
- Von der Belchenfluh direkt nach Langenbruck absteigen (1 Std.).

einem trockenen Wiesenbord niederlassen und die Alpengipfel am fernen Horizont aufzählen. Der Spätherbst hat auch den Vorteil, dass die vom Laub gelichteten Wälder transparenter geworden sind und immer wieder überraschende Durchblicke gewähren. Nur schade, dass die Tage ständig kürzer werden!

Die vierstündige Höhenwanderung über den Belchen kann allerdings auch im November noch bei Tageslicht abgeschlossen werden, zumal die Anfahrtswege aus dem Mittelland und vom Baselbiet her kurz sind. Von Olten fährt man mit dem Postauto auf den Unteren Hauensteinpass hinauf und je nach Fahrplan weiter bis zur allein stehenden Kirche Ifenthal. Durch das schicke Dörfchen am einladenden Restaurant Pintli vorbei geht es hinauf zur Challhöchi, wo man einen ersten Blick ins Baselbiet und auf den Challhof, die zweite Wirtschaft am Weg, werfen kann. Panzersperren, Schiessanzeigen und je nach Jahreszeit ein fernes Knattern und Knallen künden das militärische Territorium an, in das wir nun eindringen. Selbst der Wanderweg, der nun mit dem Jurahöhenweg identisch ist, wurde von Soldaten gebaut und führt unmittelbar unter den Felskopf der Belchenfluh. Die Aussicht vom Gipfel ist fantastisch: Vom Säntis zum Montblanc und vom Schwarzwald zu den Vogesen reicht der Rundblick.

Nun geht es hinunter zum Chilchzimmersattel und von dort auf dem Gratweg in stetem Auf und Ab, an Bunkern und Schützengräben vorbei, oft durch lichten Buchen-Eichen-Wald, über die Lauchfluh mit ihrem militärischen Beobachtungsposten, den Rehhag und die Gerstelfluf zur Ruine Waldenburg. Dass die teilweise besteigbare Ruine einst zum Schutz des Baselbieter Städtchens und zur Kontrolle des Passverkehrs über den Oberen Hauenstein gebaut wurde, ist verständlich, dass sie aber ihren Namen nicht vom allgegenwärtigen Wald, sondern von den «Walen» (Welschen) herleitet, ist doch überraschend. (PB)



■ Planetenweg

Vom Balmberg über den Weissenstein zum Grenchenberg

«Die Aussicht vom Weissenstein ist eine der berühmtesten», fand schon Karl Baedeker 1844. Sie sei zwar weniger malerisch als die von der Rigi, «die Fernsicht aber ist umfassender. Von keinem Punkte übersieht man besser die lange Kette der Hochalpen in ihrer ganzen Ausdehnung, von den Bergspitzen Tirol's bis zum Montblanc.» Daran hat sich bis heute nichts geändert. Und auch die Beliebtheit des Weissensteins ist seit dem frühen 19. Jahrhundert ungebrochen. Dank dem Alpenpanorama, das der Zürcher Kartograf Heinrich Keller 1817 auf einer Kupferplatte verewigte und als Werbeprospekt drucken liess, war der Solothurner Berg in kurzer Zeit in halb Europa bekannt. Die primitive Sennhütte wurde 1827 zu einem gediegenen Kurhaus mit Molkenbad umgebaut. Adelige und Reiche, Dichter und Denker kamen auf den Weissenstein, bewunderten die Aussicht und liessen sich vom Kurhauspersonal verwöhnen. Einige Reminiszenzen aus jener Zeit können heute noch (nach Voranmeldung) im kleinen Museum der Kurhaus-Dépendance besichtigt werden.

Wir überlassen den Weissenstein vorerst einmal den Tagesausflüglern und fahren mit dem Postauto von Solothurn auf den Balmberg. Auch hier steht ein Kurhaus, wenn auch ein etwas bescheideneres. Ursprünglich als Sommerferienort konzipiert, stand der Balmberg immer



Blick von der Röti über den Jurabogen nach Westen. Über dem Mittelland liegt zäher Novembernebel. Rechts im Bild die Hasenmatt.

Gebiet

Weissenstein (Solothurner Jura)

Charakterisierung der Tour

Abwechslungsreiche Gratwanderung mit fantastischen Ausblicken auf den Alpenbogen, ins Mittelland und in die Juratäler.

Schwierigkeit

T1. Ein grosser Teil der Route verläuft auf dem rot-gelb markierten Jurahöhenweg, der Rest auf gelb markierten Wanderwegen. Falls noch Schnee liegt, besteht im Abstieg von der Hasenmatt Rutschgefahr. Auf der Wandfluh und dem Grenchenberg ist Vorsicht geboten (keine Sicherung der Felswände)!

Wanderzeit

Oberbalmberg–Weissenstein–Unterer Grenchenberg: 5 Std.

Höhendifferenz

Aufstieg: 800 m
Abstieg: 600 m

Ausgangspunkte

Oberbalmberg (Kurhaus, 1058 m ü. M.)

Kurhaus Balmberg: altes, renoviertes Hotel am Fuss der Rötiflüh. Einzel-, Doppel- und Mehrbettzimmer, gemütliches Restaurant, grosse Sonnenterrasse, Spielplatz, Telefon +41 (0)32 637 37 37, www.kurhaus-balmberg.ch. Auf dem Balmberg gibt es noch zwei weitere Restaurants: Mittlerer Balmberg und Vorderbalmberg.

Mit öffentlichem Verkehr: Von Solothurn Postauto nach Oberbalmberg

Mit Pw: Autobahn bis Wangen a. A., Kantonsstrasse nach Wiedlisbach und Richtung Solothurn. Nach Flumenthal Abzweigung Balmberg und via Günsberg auf den Oberbalmberg (grosser Parkplatz).

Untergrenchenberg (1295 m ü. M.)

Bergrestaurant Untergrenchenberg: 4 Doppelzimmer, ein Massnlager mit 39 Plätzen, gemütliches Restaurant mit eigenen Bauernhofprodukten, Sonnenterrasse, Telefon +41 (0)32 652 16 43. www.untergrenchenberg.ch.

Bergwirtschaft Obergrenchenberg (1/2 Stunde oberhalb Untergrenchenberg): Zimmer und Massnlager, Telefon +41 (0)32 652 16 42.

Mit öffentlichem Verkehr: SBB von Solothurn oder Biel nach Grenchen Süd. Von dort Bus auf den Unteren Grenchenberg (fährt nur Mittwoch, Samstag und Sonntag, wenige Kurse).

Mit Pw: Autobahn bis Ausfahrt Grenchen; in Grenchen stadtaufwärts Richtung Romont-Grenchenberg.

Wegbeschreibung

Beim Kurhaus Balmberg ostwärts über den Parkplatz zum Wegweiser bei der Passhöhe. Nun westwärts auf einer meist bewaldeten Krete hinauf zur Röti (1395 m ü. M.), gelb markierter Bergwanderweg. Über Weiden, vorerst auf dem Höhenrücken, dann am nordseitigen Hang in eine Senke hinunter und in wenigen Höhenmetern hinauf zum Kurhaus Weissenstein (1284 m ü. M.). Auf dem Planetenweg zum Hinterweissenstein (1226 m ü. M.) und weiter

zur Hasenmatt (1445 m ü. M.). Über die Nordwestflanke zur Mühren (1315 m ü. M.) hinunter und gleich wieder hinauf zum Stallberg (1409 m ü. M.). Auf dem links steil abfallenden Gratweg zum Oberen Grenchenberg (1399 m ü. M.), der Trockenmauer entlang, dann auf dem Jurahöhenweg zum Unteren Grenchenberg (1295 m ü. M.).

Unterkunft/Verpflegung unterwegs

Kurhaus Weissenstein: Übernachtung in Suiten, Zimmern oder im Touristenlager; gepflegtes Restaurant und berühmte Aussichtsterrasse.

Sennhaus Weissenstein: Bergwirtschaft mit währschafter Küche, Sonnenterrasse.

Restaurant Hinterweissenstein: Bergwirtschaft, Küche mit Hofspezialitäten, Aussichtsterrasse, Zimmer und Touristenlager, Telefon +41 (0)32 639 13 07.

Restaurant Althüsli: Die im August 2003 abgebrannte Bergwirtschaft ist seit Ende 2004 wieder aufgebaut.

Naturfreundehaus Schauenburg (ca. 20 Minuten unterhalb Mühren): Massenlager, Kochgelegenheit, Auskunft und Reservation: Telefon +41(0)32 675 56 41.

Restaurant Schauenburg (ca. 20 Minuten unterhalb Mühren): Bergwirtschaft.

Bergwirtschaft Obergrenchenberg (siehe oben).

Karten

Landeskarte 1:25 000, 1106 Moutier, 1107 Balsthal (1126 Büren a. A.)

Landeskarte 1:50 000, 223T Delémont (233T Solothurn)

Varianten

- Die Wanderung in umgekehrter Richtung unternehmen (weniger Aufstieg und am Abend die Sonne im Rücken).
- Mit der Sesselbahn von Oberdorf SO auf den Weissenstein fahren (Wanderzeit etwa 1½ Std. weniger).
- Von Untergrenchenberg auf dem Jurahöhenweg weiter nach Plagne (Postauto) und Frinvillier wandern (Bahnanschluss). (Fortsetzung: Wanderung auf den Chasseral, Seite 59)



Von der Rötiflüh geht der Blick bei klarer Sicht von der Silvretta bis zu den Savoyer Alpen und vom Aargauer bis zum Waadtländer Jura. Ganz links im Bild der Chamben, dahinter die Belchenkette.

im Schatten des Weissensteins – bzw. im Schatten der Rötiflüh, welche die Sonne im Winter früh untergehen lässt. Dafür bleibt der Schnee hier lange liegen. Seit den 1960er Jahren sorgen drei Skilifte jeweils für ein paar Wochen Wintertourismus.

Der Aufstieg vom Balmberg zur Rötiflüh sieht schlimmer aus, als er ist. Schon nach $\frac{3}{4}$ Stunden Gratweg stehen wir oben beim Triangulationspunkt erster Ordnung und versuchen die unzähligen Gipfel des gegenüberliegenden Alpenbogens zu benennen. Noch verlockender als die Alpen sieht der Jurabogen aus, der uns südwestwärts zu Füßen liegt – Hügel an Hügel, so weit das Auge reicht, bis hinunter nach Genf. Doch vorerst geht's zum Weissenstein, wo wir zwischen dem noblen Kurhaus und der rustikalen Bergwirtschaft Sennhaus wählen können oder gleich auf dem Planetenweg weitermarschieren, an Merkur, Venus, Erde, Mars, Jupiter, Saturn und einer langen Reihe von Dolinen vorbei zum Hinterweissenstein. Etwas oberhalb der Bergwirtschaft liegt der Eingang zur zweitlängsten Höhle des Juras. Doch ohne Führer und Höhlenausrüstung ist das Betreten des Nidlechs nicht möglich.

Der Planetenweg führt nun weiter auf dem rot-gelb markierten Jurahöhenweg am Uranus vorbei zum Neptun auf der Hasenmatt, dem höchsten Gipfel des Kantons Solothurn. Die grossartige Aussicht bleibt uns auch für den letzten Teil der Gratwanderung über die Stallflüh und den Grenchenberg mit seiner senkrechten Südflanke, der Wandflüh, erhalten. Schon fast vergessen, taucht hier noch der letzte Planet, der Pluto, auf. Der Abstieg zum Unteren Grenchenberg ist angenehm, die Verpflegung in der Bergwirtschaft ausgezeichnet und der Sonnenuntergang legendär. (PB)



■ Parkweg

Vom Chasseral nach Frinvillier

Schnurgerade zieht sich der Grat vom Chasseralgipfel nach Osten, 15 Kilometer weit bis nach Frinvillier hinunter. Und fast immer geht es leicht abwärts. So macht das Wandern Spass! Gesteigert wird das Vergnügen durch die prächtige Aussicht in die Alpen – auch wenn sich zwischenzeitlich der Mont Sujet ins Blickfeld schiebt – und zu den grünen Jurahügeln und -tälern auf der linken Seite.

Anfänglich ist der Jurahöhenweg noch dicht bevölkert, denn der Chasseral ist ein bekanntes Ausflugsziel. Doch mit jedem halben Kilometer nehmen die Tagesausflügler ab. Sie wissen nämlich, dass jeder Schritt, mit dem sie sich von ihrem Auto entfernen, ebenso viele Schritte zurück bedeutet – und das erst noch aufwärts. Nach einer Stunde Wanderung hat sich die «Spaziergänger-Spreu» vom «Wanderer-Weizen» geschieden. Nun sind wir unter uns und können mal eine Pause einlegen.

Seit 2001 ist das Chasseralgebiet ein offizieller Regionalpark. Die Initianten des Parks haben sich von den französischen «Parcs naturels régionaux» inspirieren lassen, die schon seit mehreren Jahrzehnten bestehen. Die Regionalparks sind keine Naturschutzgebiete. Wirtschaftliche Nutzungen sind möglich und teilweise sogar erwünscht. Die naturnahe Kulturlandschaft, die nur dank der landwirtschaftlichen Nutzung erhalten bleibt, soll weiterbestehen. Aber auch eine Freizeitnutzung ist erwünscht. Denn der (sanfte) Tourismus bringt Geld in die Region, womit die Wirtschaft gestärkt, die Abwanderung gebremst und neue Projekte realisierbar werden. Kurz: Der Regionalpark Chasseral soll ein Instrument zur nachhaltigen Entwicklung der ganzen Region werden.



Der baumlose Chasseralgipfel wird von einer gigantischen Sendeanlage dominiert.

Gebiet

Chasseral (Berner Jura)

Charakterisierung der Tour

Leichte Gratwanderung mit weiten Ausblicken ins Mittelland, in die Alpen und ins Vallon de St-Imier.

Schwierigkeit

T1. Die Route verläuft auf dem rot-gelb markierten Jurahöhenweg. Im Abstieg nach Frinvillier besteht an steilen Stellen bei trockenem Herbstlaub Rutschgefahr. Hier sollte der markierte Weg nicht verlassen werden (Absturzgefahr!).

Wanderzeit

Chasseral–Frinvillier: 5 Std.

Höhendifferenz

Aufstieg: 100 m

Abstieg: 1100 m

Ausgangspunkte

Chasseral (Hotel, 1548 m ü. M.)

Hotel Chasseral: moderner Betonbau mit grossem Satteldach, sonnige Aussichtsterrasse, grosszügiges Selbstbedienungsrestaurant, stilvolle 2-, 3- und 4-Bett-Zimmer, sechs Massnlager, Telefon +41 (0)32 751 24 51 oder Telefon +41 (0)32 751 32 86.

Mit öffentlichem Verkehr: SBB von Biel nach St-Imier.

Von dort (privates) Postauto auf den Chasseral (fährt nur 3-mal pro Tag von Mitte Mai bis Ende Oktober). Oder SBB von Biel nach La Neuveville. Von dort mit dem Postauto nach Nods und weiter auf den Chasseral (fährt nur einmal pro Tag und nur an Wochenenden von Anfang Mai bis Ende Oktober). Die Sesselbahn Nods–Chasseral ist nicht mehr in Betrieb.

Mit Pw: Von Biel nach St-Imier und auf der gebührenpflichtigen Passstrasse auf den Chasseral. Oder von Biel, Twann, La Neuveville oder Neuchâtel nach Nods und auf der gebührenpflichtigen Passstrasse auf den Chasseral. Parkplätze beim Hotel.

Frinvillier (532 m ü. M.)

Die Ortschaft liegt zwischen der Klus von Rondchâtel im Norden und der Taubenlochschlucht im Süden. Mehrere Verkehrsträger (Autobahn, Strassen und Eisenbahn) dominieren den Ort.

Hôtel Eau-Berge du Taubenloch, Telefon

+41 (0)32 358 11 32; Hôtel de la Truite, Telefon

+41 (0)32 358 10 98. In Orvin: Hotel La Crosse de Bâle,

Telefon +41 (0)32 358 12 15. In Les Prés-d'Orvin:

Auberge des Bisons, Übernachten im Tipizelt oder im Massnlager, Telefon +41 (0)32 322 00 24. Weitere Hotels in Evillard, Magglingen und Biel.

Mit öffentlichem Verkehr: SBB von Biel nach Frinvillier-Taubenloch.

Mit Pw: Von Biel Autobahn Richtung Delémont, in der Taubenlochschlucht Ausfahrt Orvin.

Wegbeschreibung

Vom Hotel Chasseral zum Chasseralgipfel (1607 m ü. M., Sendeanlage). Über den langen Grat zu P. 1288 und weiter geradeaus zum SAC-Jurahauss. Hinter Pré Carrel

leicht links in eine Geländemulde nach La Ragie (1165 m ü. M.) hinunter und auf einem Strässchen via Les Coperies (1132 m ü. M.) zum steilen, bewaldeten Grat, der nach Frinvillier hinunterführt.

Unterkunft/Verpflegung unterwegs

SAC-Jurahauss (1320 m ü. M.), Sektion Biel: auf halbem Weg zwischen Chasseral und Frinvillier, Massenlager, Kochgelegenheit, Reservation Telefon +41 (0)32 355 19 76. Sonst keine Unterkunft und Verpflegungsmöglichkeit unmittelbar am Weg, aber einige Métairies (Sennhütten mit Verpflegungsmöglichkeit) in der näheren Umgebung der Wanderroute.

Karten

Landeskarte 1:25 000, 1125 Chasseral, 1126 Büren a.A.
Landeskarte 1:50 000, 232T Vallon de St-Imier, 233T Solothurn

Varianten

- Bei P. 1288 nach Les Prés-d'Orvin (1069 m ü. M.) absteigen und auf dem Jurahöhenweg (8b) nach Orvin (669 m ü. M.) wandern (1½ Std.). Von dort entweder via Evillard nach Biel (Busverbindung) oder zu Fuss nach Frinvillier (1 Std.).
- Wer lieber hinauf- statt hinuntergeht, macht die Wanderung in umgekehrter Richtung; es sind jedoch über 1000 Höhenmeter zu bewältigen.
- Die Wanderung auf zwei Tage ausdehnen und verlängern: Start in Frinvillier oder Orvin, Übernachtung auf dem Chasseral, am zweiten Tag Wanderung auf dem Jurahöhenweg zum Chaumont und mit der Standseilbahn hinunter nach Neuchâtel. Auch diese Route kann in umgekehrter Richtung unternommen werden.



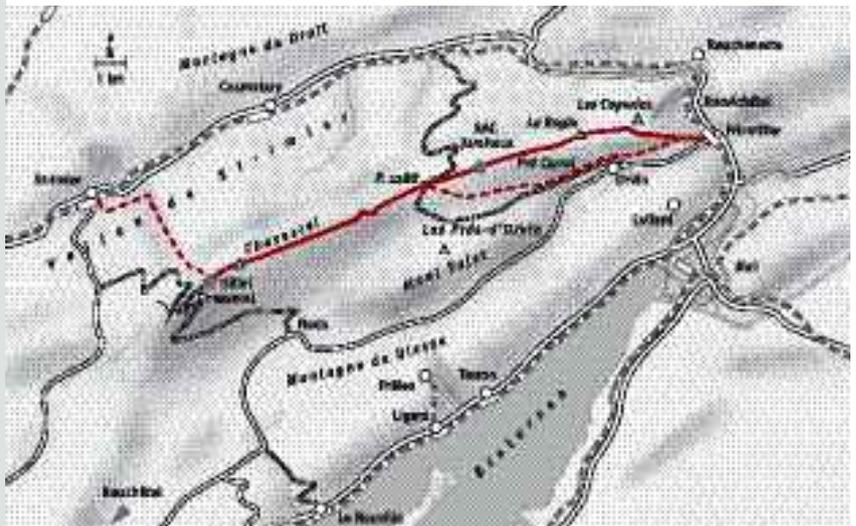
Blick vom Gratweg in die Klus von Rondchâtel mit ihrer gigantischen Zementfabrik.



Blick zurück zum Chasseral.

Konkret sieht man als Wanderer allerdings noch wenig vom Park. Aber vielleicht genügt schon das Wissen um den Parkgedanken, dass man mit offeneren Augen durch die Landschaft schreitet. Als ideale Jahreszeit bietet sich der Frühsommer an, wenn auf den Bergweiden die ganze Blumenpracht blüht. Margeriten, Enziane, Knabenkräuter, ja sogar der vanilleduftende Männertreu sind zu finden. Obwohl die Landeskarte auf der Chasseralkrete viel Wald anzeigt, verläuft ein grosser Teil des Gratweges in mehr oder weniger offenem Gelände. Dank dem vielen Licht konnte deshalb eine sehr üppige und vielfältige Flora entstehen, welche wiederum eine reichhaltige Insektenwelt ermöglicht.

Der letzte Teil der Wanderung ist in floristischer Hinsicht etwas weniger interessant, dafür imponieren die grossartigen Tiefblicke in die Klus von Rondchâtel und ins Tal von Orvin. Beeindruckend ist auch der grossflächige Abbau der beiden Bergflanken der Klus durch die Zementfabrik von Reuchenette. Beim Bestaunen dieses gigantischen Bergabbaus sollte man allerdings Vorsicht walten lassen, denn der Grat fällt mehrere Hundert Meter senkrecht in die Klus ab. Im Zickzack geht es dann steil hinunter zur Brücke über die Suze und dreihundert Meter der Strasse entlang hinauf zum Bahnhof Frinvillier-Taubenloch. (PB)





Auf dem Gipfel des Suchet. Hier bietet sich ein 360-Grad-Panorama.

■ Waadtländerweg

Vom Mont de Baulmes zum Suchet

Viele kennen den Namen Ste-Croix bloss aus der Schoggi-Soap «Lüthi & Blanc». Andere haben vielleicht einmal das Musikautomaten-Museum in Ste-Croix oder L'Auberson besucht oder die spektakuläre Schlucht von Covatanne, die von Ste-Croix nach Vuitebœuf hinunterführt und schon den Römern Kopfzerbrechen bereitete. Historiker haben östlich der Schlucht eine ganze Reihe von Karrengeleisen gefunden, die zwar nur auf eine mittelalterliche bis neuzeitliche Benutzung zurückgehen, jedoch auf derselben Route von Orbe über den Col des Etroits nach Pontarlier verlaufen, welche schon die Römer als Variante zum Col de Jougne benutzt hatten.

In der Region von Ste-Croix erheben sich aber auch einige Ausichtsberge, etwa der Chasseron, der mit seinen 1607 Metern genauso hoch ist wie der Berner Chasseral, oder der markante Bergrücken Aiguilles de Baulmes und weiter südlich der etwas diskretere Suchet. Von jedem dieser Gipfel blickt man direkt auf das westliche Mittelland hinunter, und doch gehören die drei Berge nicht zur selben (vordersten) Jurafalte. Sie sind vielmehr das jeweilige Ende von kurzen Bergketten, die seitlich versetzt zueinander stehen. Deshalb findet unsere Gratwan-

Gebiet

Waadtländer Jura

Charakterisierung der Tour

Abwechslungsreiche Höhenwanderung mit zwei Gipfeln und einer prächtigen Aussicht auf das Genferseebecken, die Westalpen und weit nach Frankreich.

Schwierigkeit

T1. Die Route verläuft zu einem grossen Teil auf dem rot-gelb markierten Jurahöhenweg, sonst auf gelb markierten Wanderwegen. Auf dem Kretenweg der Aiguilles de Baulmes ist Vorsicht geboten.

Wanderzeit

Ste-Croix–Ballaigues: 5½ Std.

Höhendifferenz

Aufstieg: 700 m

Abstieg: 900 m

Ausgangspunkte

Ste-Croix (1066 m ü. M.)

Mehrere Hotels und Restaurants, Jugendherberge.

Auskunft: Office du Tourisme Ste-Croix, Telefon +41 (0)24 454 27 02, www.ste-croix.ch.

Mit öffentlichem Verkehr: SBB nach Yverdon und von dort Schmalspurbahn nach Ste-Croix.

Mit Pw: Autobahn nach Yverdon, Ausfahrt Yverdon-Ouest, dann auf der Kantonsstrasse nach Ste-Croix.

Ballaigues (861 m ü. M.)

Hôtel-Restaurant Croix d'Or, historisches Gebäude, Zimmer, Touristenlager, Telefon +41 (0)21 843 26 09.

Auberge du Cheval d'Or (feines Restaurant)

Mit öffentlichem Verkehr: SBB nach Yverdon, von dort mit dem Postauto nach Orbe oder mit dem Regionalzug via Chavornay nach Orbe. Von Orbe mit dem Postauto nach Ballaigues (nur werktags, jeweils morgens, mittags und abends). Besser mit öffentlichem Verkehr erschlossen ist Vallorbe (ca. 1 Std. Wanderzeit): Direktbus ab Yverdon oder per Bahn via Lausanne.

Mit Pw: Autobahn Richtung Vallorbe, am Autobahnende nach Ballaigues abzweigen.

Wegbeschreibung

Beim Bahnhof Ste-Croix den Gleisen entlang zurück, diese überqueren und in den Wanderweg Richtung Mont de Baulmes/Aiguilles de Baulmes einbiegen. Durch den Wald auf den Mont de Baulmes hinauf und über den steilen Grat der Aiguilles de Baulmes (1559 m ü. M.) zum Col de l'Aiguillon (1320 m ü. M.) hinunter. Auf dem Jurahöhenweg zur Bergwirtschaft Grange Neuve und auf den Suchet (1588 m ü. M.). Über den breiten Bergrücken des Suchet nach Ballaigues.

Unterkunft/Verpflegung unterwegs

Chalet-Restaurant Grange Neuve (1356 m ü. M.):

Alpwirtschaft, bekannt für ihre Käsespezialitäten, grosses Touristenlager, von Mai bis Oktober geöffnet, Telefon +41 (0)24 459 11 81.

Chalet du Suchet (1489 m ü. M.): Bergwirtschaft unterhalb des Suchet-Gipfels, Aussichtsterrasse, kleines



Der Hof «La Languetine» steht einsam im milden Abendlicht.

Touristenlager, Telefon +41 (0)24 441 01 63 oder
Telefon +41 (0)24 441 04 77.

Karten

Landeskarte 1:25 000, 1182 Ste-Croix, 1202 Orbe
Landeskarte 1:50 000, 241T Val de Travers, 251T
La Sarraz

Varianten

- In Ste-Croix auf dem Jurahöhenweg doraufwärts Richtung Col des Etroits und über den Mont des Cerfs (1256 m ü. M.) zum Col de l'Aiguillon; wenig Höhendifferenz, verkürzt die Wanderung um $\frac{3}{4}$ Stunden. Man verpasst aber den aussichtsreichen Grat der Aiguilles de Baulmes.
- Abstieg von La Poyette (1331 m ü. M., unterhalb des Suchet) nach Lignerolle (760 m ü. M.); kürzer, aber steiler als nach Ballaigues. Postautoverbindung nach Orbe.
- Die Wanderung kann auch in umgekehrter Richtung unternommen werden. Dabei hat man etwas mehr Höhenmeter zu bewältigen, dafür die Sonne im Rücken und evtl. bessere Rückreisemöglichkeiten.



Über den sanften Suchetrücken geht es der untergehenden Sonne entgegen. Im Hintergrund die markante «Schanze» der Dent de Vaulion, daneben der Lac de Joux.

derung in zwei Teilen statt: zuerst über die schroffen Felsen der Aiguilles de Baulmes, dann über den breiten Rücken des Suchet. Dazwischen liegt eine Senke mit der Alpwirtschaft Grange Neuve.

Doch alles der Reihe nach: Vom Uhrenmacherdorf Ste-Croix steigen wir recht steil durch einen Lothar-geschädigten Wald auf den offenen Bergrücken des Mont de Baulmes. Nach wenigen Hundert Metern in südwestlicher Richtung beginnt der Grat der Aiguilles de Baulmes, der eine fantastische Aussicht auf die Ebene von Orbe, zum Genferseebecken und in die Westalpen und als Überraschung eine dunkle Höhle bietet. Die Cave Noire ist auf einem kleinen Ziegenpfad zu erreichen, wobei ein gewisses Mass an Schwindelfreiheit vorausgesetzt wird. Von der schwarzen Höhle sieht man allerdings ohne Taschenlampe nicht viel.

Das nächste Etappenziel ist die Bergwirtschaft Grange Neuve, deren berühmte Käseschnitten auch den grössten Hunger zu stillen vermögen. Den Durst kann man mit einem Halben Bonvillars löschen. Nur sollte man noch den Aufstieg zum Gipfel des Suchet schaffen. (Für ganz Bequeme gibt es eine Umgehungsmöglichkeit.) In Dreiviertelstunden ist man oben – auch mit müden Beinen –, und das 360°-Panorama entschädigt für die Anstrengung auf alle Fälle. Im Südosten breitet sich ein buntes Muster an Feldern, Wiesen und Wäldern aus, dahinter der Lac Léman und noch weiter hinten die Alpen, im Nordwesten verlieren sich die Hügelketten des französischen Juras im Dunst des Burgunds, und «hinten» und «vorn» reiht sich die 300 Kilometer lange Jurakette auf. Das Aussichtserlebnis kann auf der Terrasse des Chalet du Suchet noch etwas verlängert werden, doch dann geht es an den Abstieg: Der sinkenden Sonne entgegen, wandert man fast schwerelos über den sanft abfallenden, breiten Suchet-Rücken zum alten Fremdenkurort Ballaigues hinunter. (PB)

