



# WANDERMAGAZIN **SCHWEIZ**

DAS ORIGINAL SEIT 1927

00004 AUSGABE 4/2023  
JULI/AUGUST  
PREIS: CHF 14.80  
9 771682 970004

## BERGHÜTTEN ERLEBEN

GRAUBÜNDENS HÖCHSTE  
Chamanna Georgy

VON HÜTTE ZU HÜTTE  
Auf der ViaGlaralpina

ZUM SAMMELN  
12 attraktive Hüttentouren



# Wandern in der Silvretta: von Wellnesshotel zu Berghütte



© Andrea-Badsutt

Kombinieren Sie erstklassigen Hotelkomfort mit simpler Hüttenromantik. Mit einem 2-Nächte Aufenthalt im **Hotel Belvédère in Scuol** starten Sie mit regionalem Genuss und Entspannung ins Abenteuer. Das Engadin Bad Scuol ist direkt mit dem Hotel verbunden. Unternehmen Sie einen Abstecher in den Schweizerischen Nationalpark, bevor Sie die 2-Tageswanderung in Angriff nehmen: Atemberaubend ist das Alpenpanorama auf der Bergwanderung von Vnà, einem kleinen Bergdorf unweit von Scuol, über den Fimberpass bis nach Samnaun – durch saftig grüne Wiesen, rauschenden Bergbächen entlang und inmitten der mächtigen Gipfel der Silvretta-Gruppe. Unterwegs übernachten Sie in der **Heidelbergerhütte** und geniessen währschafte Tiroler Küche. Am Ziel in Samnaun bleibt genug Zeit, nochmals so richtig auszuspannen. Das **Chalet Silvretta Hotel & Spa** bietet mit dem hoteleigenen SPA-Bereich den idealen Ort dafür.

## IM ARRANGEMENT INKLUSIVE

- 5 Nächte, in zwei 4\*Superior-Hotels und einer Berghütte:  
2 Nächte im Hotel Belvédère\*\*\*\*S in Scuol  
1 Nacht in der Heidelbergerhütte  
2 Nächte im Chalet Silvretta\*\*\*\*S in Samnaun
- inklusive Halbpension: tägliches Frühstück & 4-Gang Abendessen
- 2x Lunchpaket pro Person
- Gepäcktransport von Scuol nach Samnaun (die Utensilien für die Übernachtung in der Berghütte tragen Sie im Rucksack mit)
- Routendokumentation und Kartenmaterial

## HINWEIS ZU DEN WANDERROUTEN

### 1. Etappe: Vnà - Heidelbergerhütte

🏔️ 15.5 km ⌚ 5:15 h ⬆️ 1'085 m ⬇️ 438 m

### 2. Etappe: Heidelbergerhütte - Samnaun

🏔️ 11.9 km ⌚ 3:45 h ⬆️ 563 m ⬇️ 992 m

## Weitere Informationen und Buchung:

Online Anfrage: [www.privateselection.ch/wandertouren](http://www.privateselection.ch/wandertouren)  
Tel. 041 368 10 05 (Mo-Sa) | [info@privateselection.ch](mailto:info@privateselection.ch)

## PREISE PRO PERSON FÜR 5 NÄCHTE

Im Doppelzimmer	CHF 970.–
Im Einzelzimmer	CHF 1'120.–

Angebot buchbar bis 19. September 2023 (je nach Schneesituation).



## WEITERE WANDERTOUREN VON HOTEL ZU HOTEL



### WANDER-ERLEBNIS ENGADIN

Celerina/St. Moritz - Pontresina - Zuoz - Scuol

#### HOTELS AN DER ROUTE:

- Cresta Palace Celerina\*\*\*\*S, Celerina/St. Moritz
- Hotel Saratz\*\*\*\*S, Pontresina
- Hotel Castell\*\*\*\*S, Zuoz
- Hotel Belvédère\*\*\*\*S, Scuol

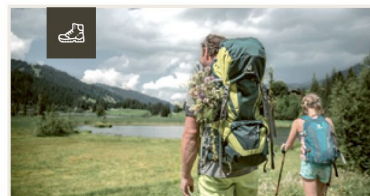


### TESSIN AKTIV ERLEBEN

Minusio/Locarno - Porto Ronco/Ascona

#### HOTELS AN DER ROUTE:

- Boutique-Hotel Remorino\*\*\*\*, Minusio/Locarno
- Boutique-Hotel La Rocca\*\*\*\*, Porto Ronco/Ascona



### WANDERN VOM LAC LÉMAN BIS AN DEN LAUENENSEE

Les Paccots - Charmey - Gstaad/Schönried - Laufenen

#### HOTELS AN DER ROUTE:

- Corbetta Boutique Hotel & SPA\*\*\*\*, Les Paccots
- Hotel Cailler\*\*\*\*, Charmey
- ERMITAGE Wellness & Spa Hotel\*\*\*\*, Gstaad-Schönried
- Hotel Alpenland\*\*\*\*S, Laufenen



# In bester Lage



Es gibt grosse und kleine, neue und alte, runde und eckige, bescheidene und luxuriöse, moderne und traditionelle, gemauerte und hölzerne. Die Vielfalt der Schweizer Hütten ist gross, und sie haben einiges gemeinsam: Sie schützen vor Wind und Wetter, bieten Erholung nach der Anstrengung und am Abend ein warmes Bett.

Wandern zu einer Hütte: Da sind meist einige Höhenmeter zu bewältigen, häufig braucht es Ausdauer, oft auch Trittsicherheit.

Hüttenwandern heisst aber auch weg sein vom Alltag, einen Sonnenuntergang in den Bergen erleben, nach dem Abendessen müde in den Schlafsaal kriechen, andern tags früh aufstehen und eine magische Morgenstimmung geniessen. Es gibt leicht zugängliche Hütten in tieferen Lagen, solche, die für Familien mit Kindern geeignet sind und viele, deren Zustieg Kondition und Schwindelfreiheit erfordern. Und ob Tageswanderung oder Mehrtagestour, ob mit oder ohne Übernachtung, ob draussen auf der Terrasse oder drinnen in der Stube – nirgendwo schmeckt das Essen besser als auf einer Hütte.

Ich wünsche Ihnen erlebnisreiche Hüttenwanderungen.

Herzlichst, Ihr

JOCHEM IHLE, REDAKTIONSLEITUNG

REDAKTION@WANDERMAGAZIN-SCHWEIZ.CH



# BERGHÜTTEN ERLEBEN





## 12 EINE ANDERE WELT

Hoch droben und weit weg vom Alltag – Hüttentouren sind etwas Besonderes. Oft sind die Wege dorthin weit, anspruchsvoll und anstrengend. Wir waren auf der höchstgelegenen Berghütte des Kantons Graubünden und wanderten auf der Via Glaralpina von Hütte zu Hütte.

## 28 AUF GEHTS ZUR BERGHÜTTE

Viele Berghütten sind auch für Familien mit Kindern attraktive Wanderziele. In Engelberg kann man sogar zwei Hütten zu einer Wochenendtour verbinden.

## 36 DURCH ZEIT UND RAUM

Das Val d'Anniviers ist eines dieser Walliser Täler, die noch vor hundert Jahren kaum erschlossen waren. Heute trumpft es mit Tradition und Kultur auf.

## 40 MEINE BERGLIEBE

Bernadett Barta ist Autorin unseres neuen Wanderbuches «Die 88 schönsten Hüttentouren der Schweiz». Im Portfolio zeigt sie ihre schönsten Bergbilder.

## 46 KÄSEN WIE ANNO DAZUMAL

Lars Zenhäusern ist Käser auf der Büschneralp. Mit viel Hingabe und Sorgfalt verarbeitet er die Milch von glücklichen Kühen zu würzigem Alpkäse.

## 56 DIE FANTASTISCHEN FÜNF

Wie bunte Schwalbennester kleben die fünf Dörfer der Cinque Terre an der ligurischen Steilküste. Verschlungene Pfade führen von Dorf zu Dorf.

## 52 TRINKFLASCHEN IM FOKUS

## 62 REZEPTE FÜR UNTERWEGS

## 66 AUS DER WANDERWELT

## 68 RÄTSEL

## 70 VORSCHAU

## 73 WANDERTIPPS ZUM SAMMELN









Die  
Damma-  
hütte  
vor dem  
Damma-  
gletscher.









Frisch  
zubereitete  
Mahlzeiten  
in der  
Lidernen-  
hütte.









Die  
Sewenhütte  
im Urner  
Meiental.









Die  
Hüfihütte  
am Ende  
des  
Maderaner-  
tales.



# Vom Glück des einfachen Lebens

Hoch droben und weit weg  
vom Alltag – Hüttentouren sind etwas  
Besonderes. Oft sind die Wege  
dorthin weit, anspruchsvoll und  
anstrengend. Wir waren auf der  
höchstgelegenen Berghütte  
Graubündens, der Chamanna Georgy,  
stiegen hinauf zur Spannorthütte  
im Engelberger Osten und wanderten  
auf der ViaGlaralpina  
von Hütte zu Hütte.

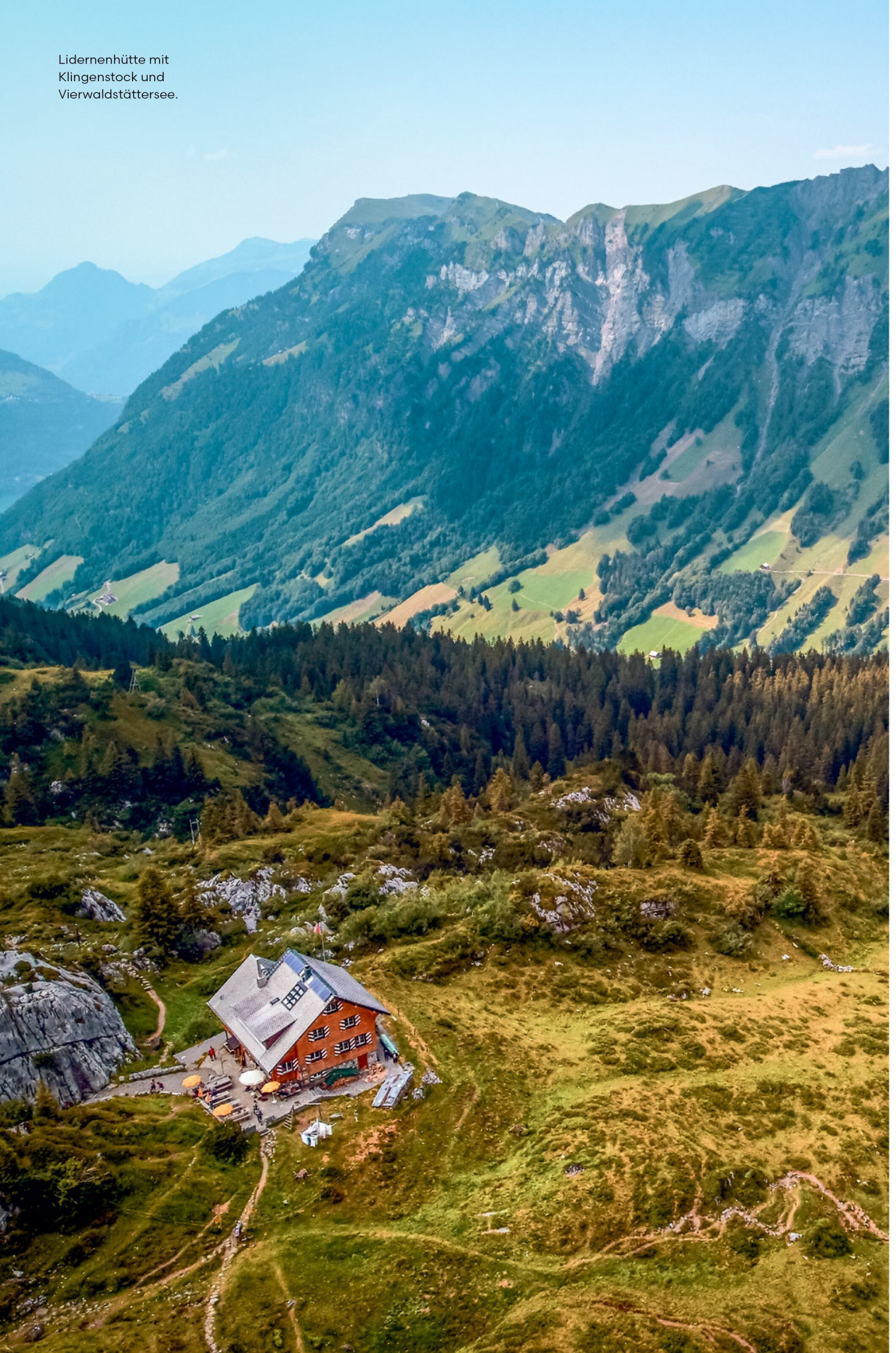








Lidernenhütte mit  
Klingenstock und  
Vierwaldstättersee.







Cabane d'Orny.



Tschervahütte.

«Jede Berghütte hat etwas von einem Hospiz, einer Zuflucht, die sie vielen Erschöpften schon geboten hat. Aber am Ende des Hüttenaufstiegs fühlt man sich erfrischt, von Spannung erfüllt.» Wer schon einmal eine Hüttenwanderung gemacht hat, weiss: Es ist so, wie hier von Carl Zuckmayer feinfühlig beschrieben. Nach der Anstrengung des Aufstiegs ist man glücklich, oben zu sein, freut sich über das Erreichte, auf ein kühles Getränk und ein warmes Essen. «Man betritt einen Schoss der Geborgenheit», wie Zuckmayer schreibt. Hüttentouren gehören mit zu den schönsten Bergerlebnissen: Die Seele baumeln lassen, einfach nur hier sein, allein oder mit der Familie oder mit Freunden einen entspannten Tag oder ein Wochenende in der Bergwelt geniessen.

### Welche Hütte passt zu mir?

Wo und wie findet man nun die passende Berghütte? Man kann zum Beispiel den Klassiker studieren: «Hütten der Schweizer Alpen», mittlerweile in 12. Auflage und im Grossformat erschienen, beschreibt 317 Bergunterkünfte in den Schweizer Alpen, darunter sämtliche Hütten des Schweizer Alpen-Clubs SAC. Von der modernen Hütte über das einfache Steinhäuschen bis zur Selbstversorgerhütte findet man hier eine grosse Auswahl an Unterkünften. «Hütten

sind keine Hotels», heisst es dort auch. Denn aufgrund ihrer abgelegenen Lage können Berghütten den Komfort von Hotels und Ferienwohnungen nicht bieten. Die Hüttenregeln sind für alle gleich, Mehrbettzimmer und enge Platzverhältnisse lassen wenig Privatsphäre zu, die sanitären Einrichtungen sind für alle da, gegessen wird gemeinsam zur festgelegten Zeit, und meist herrscht um 22 Uhr Nachtruhe. Oft, aber nicht immer ist das noch so! Denn auch Berghütten werden zunehmend renoviert und an moderne gesellschaftliche und ökologische Gegebenheiten angepasst. Viele Hütten sind mittlerweile auch auf Familien eingestellt und bieten entsprechende Familienzimmer an. Was bleibt, ist ihre grossartige Lage und das «Inseldasein», das uns hilft, für einmal aus der Alltagshektik auszuklinken und einfach den Moment, das Hiersein zu geniessen, ohne Sorgen, ohne Termindruck und die vielen Verrichtungen des heimischen Alltags. Das mögen einige der Gründe sein, warum Hüttenübernachtungen so beliebt sind – vor allem im Sommer und an Wochenenden. Eine geplante Übernachtung sollte man daher im Voraus reservieren – und selbstverständlich auch absagen, wenn die Tour, aus welchen Gründen auch immer, nicht zustande kommt.

✍ JOCHEN IHLE





## An der Grenze zum Himmel

**Die Chamanna Georgy ist die höchstgelegene Berghütte des Kantons Graubünden. Sie liegt nur wenige Meter unterhalb des 3262 Meter hohen Piz Languard. Wer sich an den Aufstieg wagt, wird mit wunderbaren Aussichten und Erlebnissen belohnt.**

Als Sehnsuchtsort *parexcellence* bezeichnete jüngst ein guter Freund das Engadin: «Die Landschaft, das Licht, dem Himmel so nah», schwärmte er träumerisch. Während des Aufstiegs zum Piz Languard bewahrheiten sich diese Worte in so vielfältiger Weise. Die Stille – durchbrochen lediglich von den schrillen Pfiffen der Murmeltiere –, die mächtigen Gipfel, die am Rand des Val Languard Spalier stehen, die Sicht ins Tal zu den lieblichen Engadiner Seen. Man fühlt sich tatsächlich dem Irdischen entflohen, bis einem der schweisstreibende Aufstieg die Mühen des menschlichen Daseins wieder nüchtern vor Augen führt. Da vor allem die letzte Aufstiegsstunde über die nackten Felsen bei grosser Höhe viel Kraft erfordert, noch dazu, wenn man in der Chamanna Georgy übernachten will und entsprechendes Gepäck mitführt, empfiehlt es sich, das erste Wegstück von Pontresina zur Alp Languard mit dem Sessellift abzukürzen.

### Grüne Alp Languard

Der Sessellift führt steil über das teilweise bewaldete Gelände. Die Blicke den Berg hinauf und zurück ins Tal scheinen empfehlenswerter als hinunter in die schwindelerregende Tiefe. Doch halt, was blitzt denn da zwischen den Nadelbäumen hervor? Ein Fuchs, weiter oben eine Eule, Tierfiguren, wunderschön in Baumstrünke geschnitzt, säumen den Weg. Wer den Aufstieg zu Fuss zurücklegt, bekommt die Kunstwerke von Nahem zu sehen. Plötzlich tauchen zwei grosse Alpnhütten auf, ein bärtiger Äpler und eine

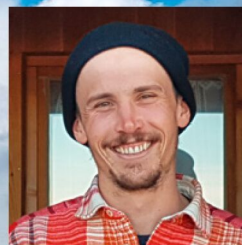
junge Frau mit Kind winken uns freundlich zu. Dann macht der Lift ruckartig eine scharfe Rechtskurve. In der Ferne tauchen schneebedeckte Gipfel auf, die Sessel fahren in die Bergstation ein. Nebenan steht das Bergrestaurant Alp Languard mit einladender Terrasse, in dem Bündner Spezialitäten serviert werden. Nach einer kurzen Pause folgen wir dem zunächst sanft ansteigenden Weg über die grüne Alp Languard. Der nahe Piz Albris bleibt als markanter Rücken immer im Blick, wir sehen den türkisfarbenen Lej Languard und hören Kuhglockengebimmel. Die Landschaft wird zunehmend karger. Dennoch trotzen immer wieder Alpenblumen in kleinen Gruppen den rauen Bedingungen und zieren den Wegrand mit satten Farbtupfern. Über eine davon gerät der zur Bestimmung beigezogene Botaniker André Guntern in Aufregung: «Das Bild des Krainer Kreuzkrauts hat mich total überrascht, denn selbst habe ich es noch nie in der Natur gesehen», stellt er erfreut fest. Die büschligen gelben Blüten des Krauts sind sehr markant. «Es blüht gegen den Herbst hin und nur in den Ostalpen», weiss der Fachmann.

### Starke Gefühle

Bevor wir uns an den letzten und steilsten Abschnitt machen, füllen wir unsere Trinkflaschen dankbar an einem aus lokalen Steinen erbauten Brunnen auf. Nur wenige Wanderer, die sich Auf- und Abstieg zur Georgy-Hütte an einem Tag zutrauen, kreuzen unseren Weg. Die Hütte liegt auf 3175 m ü. M. und ist damit die höchstgelegene Berghütte des Kantons Graubünden. Die Fahnen vor der Hütte sind schon früh zu erkennen, ebenso der Unterbau der breiten Holzveranda, die vor der Hütte ins steile Felsgelände gebaut wurde. Noch eine letzte Kraftanstrengung, und wir sind oben. Bei klarem Wetter stehen wir auf der Veranda, und die eingangs erwähnten Himmelsgefühle kommen wieder auf. Wunderbar ist der Ausblick zu Piz Albris, Piz Bernina und Biancograt, zu Piz Palü und Piz Morteratsch mit dem gleichnamigen Gletscher, hinüber zum Corvatsch, und weit zum fernen St. Moritz, bewacht vom Piz Julier und eingebettet ins Gebiet Corviglia.

Richtung Südosten erkennen wir in der Ferne den Lago Bianco und den Berninapass, die Bergstation Lagalp und im Vordergrund, fast zum Greifen nah, den Lej da Pisch. Blickt man um die Hüttenecke herum auf das östliche Bergpanorama, zeigt sich sogar die Spitze des höchsten Südtirolers: der Ortler. Hat man nach dem Aufstieg zur Hütte noch genügend Schnauf übrig, empfiehlt es sich, auch die letzten knapp 100 Höhenmeter zum Piz Languard zu erklimmen, um das 360-Grad-Panorama vom Gipfel aus zu bewundern.





«SO EINE SCHÖNE GEGEND WIE  
DAS ENGADIN HABE ICH NOCH  
NIE GESEHEN.»

SIMON THALER, HÜTTENWART DER CHAMANNA GEORGY





In den Gassen  
von Pontresina.

### Kochen über dem Holzfeuer

Auf der Georgy-Hütte bereitet ein junges Paar seinen Gästen einen freundlichen Empfang und erklärt uns die Hüttenregeln. Das Leben hier oben ist einfach. Es gibt weder Strom noch fließendes Wasser, und man wäscht sich an einem durch Regenwasser gespeisten, improvisierten Lavabo draussen vor der Hütte. Der Einladung, sich im einzigen geheizten Raum, der Küche, kurz aufzuwärmen, folgen wir nach dem Aufenthalt auf der Veranda gerne. Während sie die Kartoffeln fürs Abendessen schälen, erzählen Hüttenwart Simon Thaler und seine Partnerin Céline Egli vom einfachen Leben auf der Hütte, welches sie trotzdem oder gerade deshalb sehr schätzen.



Rechts des Morteratsch-  
gletschers ragt der  
Piz Bernina auf, daneben  
der Piz Morteratsch und  
der Piz Tschierva.



Die beiden verbringen schon die zweite Sommersaison hier oben. Er hat Sportwissenschaften studiert, sie ist Juristin. Den Winter über arbeiten sie als Skilehrer im Tal. «So eine schöne Gegend wie das Engadin habe ich noch nie gesehen», sagt der Südtiroler frei heraus. Das will etwas heissen, denn der 30-Jährige ist schon weit gereist. «Bereits nach einer Woche Aufenthalt wusste ich, dass ich bleiben würde.» Es gebe hier hohe Berge mit Gletschern, dazwischen offene Weite. «Die Gegend bietet unzählige spannenden Möglichkeiten.» Der passionierte Bergsteiger legt den schwierigen Aufstieg zur Georgy-Hütte sogar im Winter zurück. Ab und zu schaut er bei Schnee und Eis nach dem Rechten. Zirka 4,5 Tonnen Material, inklusive Trinkwasser, verarbeiten die beiden während einer Saison. Den Transport übernimmt der Helikopter. Dazu sammeln sie in grossen Kanistern Regenwasser, das sie zum Waschen und Spülen verwenden. Gekocht wird über dem Holzfeuer für Tageswanderer und Übernachtungsgäste.

Über die Georgy-Hütte selbst sei nicht viel bekannt, bedauert der Hüttenwart: «Sie ist nach dem Leipziger Maler Wilhelm Georgy benannt, der im 19. Jahrhundert gelebt hat und sich für Naturstudien im Engadin aufhielt.» Die Website der Hütte geht noch etwas weiter ins Detail. Dort steht, dass der Maler in seiner Zeit als Zeichner bei einem Leipziger Verlag mit der Bebilderung einer naturkundlichen Publikation beauftragt

worden sei. Zwischen 1854 und 1858 habe er sich für diese Aufgabe ins Engadin begeben. «Während dieser Zeit hielt sich Georgy gerne auf der kleinen Hütte am Piz Languard auf, wo er die Natur bei verschiedensten Witterungsverhältnissen erlebte und Studien anfertigte», heisst es weiter. Der erste Teil der heutigen Hütte sei in den 1940er-Jahren entstanden, ein Anbau in den 1960er-Jahren ergänzt worden, erzählt Thaler. «Die Veranda wurde erst in neuerer Zeit erstellt.» Auf dieser stehen wir still und atemlos, als sich plötzlich zwei Steingeissen mit einem Kitz aus der hereinbrechenden Dämmerung lösen und nur wenige Meter von der Hütte entfernt an einem Salzstein lecken.

### Fürstlich und sympathisch

Es übernachten an diesem Montag nur wenige Gäste auf der Chamanna Georgy, und man kommt sich in der gemütlichen Gaststube, die von den verlockenden Düften aus der Küche erfüllt ist, näher. Auch ein Vierbeiner hat den Aufstieg geschafft und ist ebenfalls herzlich willkommen. «Es gibt einen Nebenraum, in dem wir Hunde unterbringen können, oder sie übernachten im Aufenthaltsraum», stellt Simon Thaler klar, der eine währschafte Rüeblisuppe serviert, gefolgt von Älplermagronen und einer raffinierten Mousse au Chocolat, die ebenso gut aus einem eleganten Café an der Zürcher Bahnhofstrasse stammen könnte.









Für einen Gast, der vergass, seine Laktoseintoleranz anzumelden, zaubern die beiden Hüttenwarte rasch eine Alternative, bestehend aus Teigwaren mit hausgemachter Tomatensauce und einem Stück veganem Schokokuchen. «Die Sauce stammt aus der Küche meiner Mutter», verrät der Südtiroler. Sie versorge die Hüttenkundschaft mit allerlei selbst gemachten Köstlichkeiten. «Daneben legen wir Wert auf Speisen und Zutaten aus der Region», betont er. Die Mahlzeit tut gut und macht schläfrig. Im Schlafraum mit 20 Etagenbetten kehrt bald Ruhe ein. Der Wetterbericht verspricht für den nächsten Tag erneut sonniges Wetter. Wir möchten den Sonnenaufgang in aller Frühe gemeinsam beobachten.

### Steinböcke am Weg

Nun gut, es gibt sicherlich bequemere Liegestätten, aber es ist schön warm und niemand schnarcht. Kopfschmerztabletten mitzuführen, ist keine schlechte Idee, denn die ungewohnte Höhe kann einem zusetzen. Das Erlebnis des Sonnenaufgangs, das je nach Tagesform vom Gipfel, von der Terrasse oder vom WC-Häuschen aus erlebt wird, entschädigt für alles und wird den Städtern unvergesslich bleiben. Man kommt sich unendlich klein vor angesichts dieses gewaltigen Schauspiels, der Unerschütterlichkeit der prächtigen Bergwelt, über die sich langsam das warme, goldene Sonnenlicht ergiesst. Nach einem

tüchtigen Frühstück werden wir freundlich verabschiedet und machen uns an den Abstieg. Im Val Languard verzweigen sich die Wege. Wir möchten zum Berninapass, wenden uns Richtung Südosten und wandern entlang der fast eben verlaufenden Crasta Languard zur Fuorcla Pischa. Karl Mays wildes Kurdistan taucht angesichts der steinig-kargen Landschaft in der Erinnerung auf. Hüttenwart Simon Thaler hat vor der Abreise darauf hingewiesen, dass es in dieser Gegend eine grosse Steinbock-Kolonie gebe. Also ist unser Blick geschärft. Dennoch sind wir nicht auf das Bild gefasst, das sich hinter dem Felsrücken auf dem Plateau des Lej da Pischa zeigt: Rund 40 prächtige Tiere tummeln sich am Seeufer, trinken Wasser und ruhen sich in der Morgensonne aus. Ein unbeschreibliches Erlebnis.

Auf dem Weg hinunter zur Alp Bernina und durchs Val da Fain wird die Landschaft wieder grüner, lieblicher und belebter. Rinder weiden und die spitzen Rufe der Murmeltiere sind wieder zu hören. Der Weg ist gut beschildert, der Abstieg fährt nicht allzu sehr in die Knochen. Vom Berninapass aus könnten wir den Zug nach Pontresina nehmen. Wir hängen aber noch ein Stück dran und besuchen die romantischen Wasserfälle der Ova da Bernina – ein wunderbarer Abschluss dieser unvergesslichen Hüttenwanderung.

 CORNELIA BISCH

Geschafft! Die auf 3175 Meter Höhe  
gelegene Chamanna Georgy ist erreicht.



### VIER WEGE ZUR CHAMANNA GEORGY

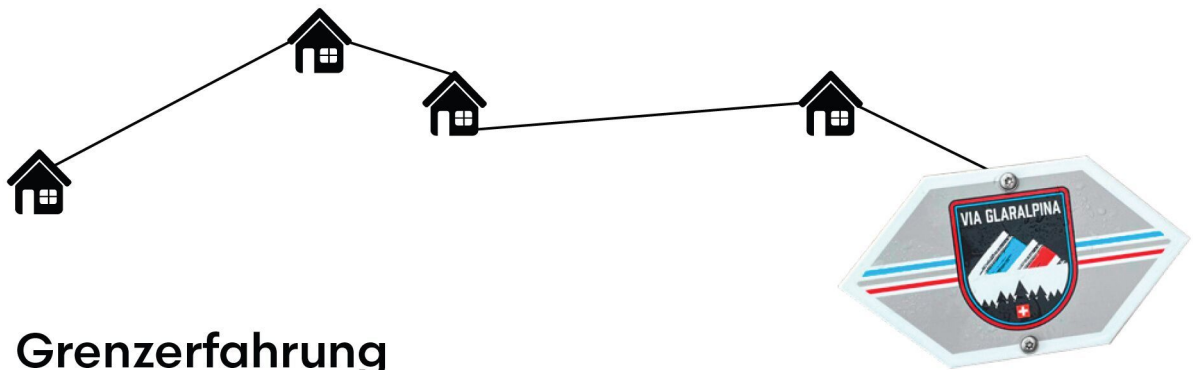
Ab Pontresina: Mit Sessellift auf die Alp Languard und durch das Val Languard zur Hütte, etwa 2½ h, Aufstieg 860 Hm.

Ab Punt Muragl: Mit Standseilbahn bis Muottas Muragl, von dort zur Segantinihütte und via Steinbockweg zur Hütte, etwa 3½ h, Aufstieg 970 Hm.

Ab Berninapass: Von der Talstation Diavolezza ins Val da Fain und via Fuorcla Pischa und Crasta Languard zur Hütte, etwa 4 h, Aufstieg 1100 Hm.

Ab La Punt-Chamuesch: Durchs Val Chamuera, über die Fuorcla Muragl zum Lej Muragl und via Segantinihütte zur Hütte, etwa 8 h, Aufstieg 2000 Hm.





## Grenzerfahrung der schönen Art

**Die Via Glaralpina ist eine Weitwanderroute im Glarnerland. Sie führt in 19 Etappen über Schrattenfelder und felsige Grate, zu gastlichen Hütten und auf einfache Wandergipfel. Mit Aussicht und Weite, die ihresgleichen suchen.**

Reini ist Wanderleiter mit Leib und Seele. Der 55-Jährige wohnt im Glarnerland, hat Walliser Wurzeln und sein Herz an den kleinen Bergkanton zwischen St. Gallen, Schwyz, Uri und Graubünden verloren. Gleich in zweifacher Hinsicht: «Mein Schatz wohnt im Glarner Hinterland», verrät er schmunzelnd. «Und dann habe ich hier diese wilden, steilen Berge entdeckt, eine ausserordentlich eindrückliche Bergwelt. Hinter jeder Kuppe kann dir ein Steinbock begegnen, du entdeckst die Gebirgsflora, welche sich im rauen Klima ihren Platz erkämpft, und lernst viel über die Entstehung der Alpen. Denn mitten in der Tektonikarena Sardona kann man die Erdgeschichte ertasten, und mit etwas Spürsinn findet man sogar Saurierabdrücke. Das Glarnerland ist einzigartig»,

sagt der Walliser. Denn hier werde es ab 2000 m ü. M. bereits so «rüch und wild» wie im Wallis ab einer Höhe von 3000 Metern.

In diese wilden und steilen Naturlandschaften führt die Via Glaralpina. Der grösste Teil des Weitwanderweges verläuft auf weiss-rot-weiss markierten Bergwanderwegen, die grossen Höhepunkte sind aber zweifelsohne die weiss-blau-weiss markierten Wegstrecken. Sie führen mancherorts bis zu den Gletschern des Glarnerlandes – an den Fuss des höchsten Glarners, den Tödi. Für die Via Glaralpina braucht es gute Wanderausrüstung und Ausdauer. Insbesondere auf den Alpinwanderwegen sind Kenntnisse in alpinem Gelände, Trittsicherheit und Schwindelfreiheit gefragt. Als Übernachtungsziel dienen SAC-Hütten, Berggasthäuser und kleine Schutz- oder Selbstversorgerhütten. Reini führt seine Gäste oft und gerne in diese alpinen Landschaften. Seine Lieblingsetappen der Via Glaralpina beschreibt er hier.

✍ MAYA RHYNER, RAINER W. MEICHTRY



Muttseehütte.

### VON HÜTTE ZU HÜTTE

Der Glarner Weitwanderweg Via Glaralpina wurde im Jahr 2019 eröffnet. Die Via Glaralpina verbindet 20 Wandergipfel mit über 30 Hütten, Hotels und Gasthäusern im Kanton und teilt sich in 19 Etappen auf. Die einzelnen Etappen können auch als Tageswanderungen begangen werden. Beliebt sind auch Zwei- oder Dreitages-Touren, [via-glaralpina.ch](http://via-glaralpina.ch)



**INFO**

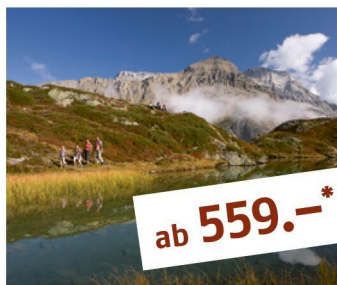
RAINER W. MEICHTRY HAT SEIN HOBBY ZUM BERUF GEMACHT. ER IST WANDERLEITER MIT EIDG. FACHAUSWEIS UND FÜHRT SEINE GÄSTE GANZJÄHRIG DURCH DIE NATUR- UND KULTURLANDSCHAFTEN VON DEN ALPEN BIS NACH NEPAL, [SIMPLYHIKING.CH](http://SIMPLYHIKING.CH)





# Wandern im UNESCO Welterbe RhB

Entlang der Albula- und Berninalinie



ab 559.-\*

## Via Albula / Bernina

Weitwandern in 10 Etappen entlang dem UNESCO Welterbe Rhätische Bahn.

\* 4 Tage / 3 Nächte  
inklusive Unterkunft,  
Bahnpass & Gepäcktransport.  
Jetzt buchen.

[www.rhb.ch/via](http://www.rhb.ch/via)



## Bahnerlebnisweg Albula

Perfektes Zusammenspiel von Landschaft und Technik zwischen Preda, Bergün und Filisur erleben.

Tipp: Besuch des Bahn museums Albula in Bergün  
[www.rhb.ch/bahnmuseum](http://www.rhb.ch/bahnmuseum)

[www.rhb.ch/bahnerlebnisweg](http://www.rhb.ch/bahnerlebnisweg)



ab 56.-

## UNESCO Welterbe Pass

Während zwei Tagen beliebig oft mit den Zügen zwischen Thusis und Tirano fahren und die Höhepunkte im UNESCO Welterbe RhB entdecken.

Inkl. Reiseführer UNESCO Welterbe und 20% Rabatt auf den Eintritt ins Bahnmuseum Albula.

[www.rhb.ch/welterbepass](http://www.rhb.ch/welterbepass)



**ETAPPE 1****Gipfelschnuppern –  
Von Ziegelbrücke ins Niederurner Tal**

Diese Etappe startet im Tal, eröffnet weiter oben wunderbare Weit- und Talblicke auf die Linthebene. Diese Etappe können wir bereits im Frühling angehen. Mit Start in Ziegelbrücke, wandern wir via Schlössli ins Morgenholz und dann zum ersten Aussichtsgipfel, dem Hirzli. Der weite Blick über die Linthebene ist befreiend. Den Nachbarsgipfel Planggenstock nehmen wir noch mit, bevor wir ins Niederurner Tal absteigen und im Blockhaus ein Übernachtungsziel in kanadischem Flair vorfinden – eine Selbstversorgerhütte mit Znacht vor dem offenen Feuer draussen...

**ETAPPE 2****In luftiger Höhe –  
Über den Brüggler ins Oberseetal**

Den ersten Kaffee wärmen wir direkt über dem Feuer und machen uns für die nächste Etappe parat. Sie führt luftig und ausgesetzt über den Brüggler. Einen Schrattenriesen, der uns den weiteren Weg ins Oberseetal weist. Es ist die erste Grenzerfahrung der besonders schönen Art. Denn der Grat wirkt schroff und abweisend, doch er zeigt sich – mit Ketten versichert – als eine adrenalinvolle Kurzpassage. Die Glücksgefühle lassen uns beim Gipfelkreuz noch immer nicht los. Als Übernachtungsziel steht das Rautihüttli auf der Alp Obersee-Rauti (Rautihütten) bereit. Doch das Hüttli muss über den Weg vom Oberseetal bis hinauf erst noch verdient werden. Weitwandern will Zeit haben.

**ETAPPE 12****Schiefermikado –  
Von der Muttsee- zur Bifertenhütte**

Irgendwo werden sie schon anzutreffen sein. Zwischen dem Mutenwändli und der Mutenwand, oder bei den Mutenbergen nahe dem Kistenpass: die Steinbock-Kolonie vom Muttseegebiet. Die Steingeissen mit dem Nachwuchs und die wilden jungen Böcke. Hier heisst es Augen auf. Das



Luftige Passage am Brüggler.

Gelände wird felsig, karg. Diese wilde Bergwelt hat aber auch ihre liebevolle Seite. Hie und da trifft man Kalkpolsternelken zwischen den Steinplatten an. Immer faszinierend ihre Überlebensstrategie. Die Flora und Fauna ab 2500 m ü. M. ist eindrücklich. Am Chistenband hängt wie ein Adlerhorst das «Chistli», wie die Kistenpasshütte liebevoll genannt wird, und ermöglicht einen Tiefblick auf den smaragdgrünen Limmerensee. Hier kehren wir auf einen Kaffee mit «Chistli-Wähe» ein. Frisch gestärkt nehmen wir den steilen, sich in engen Serpentinaen windenden Weg auf den Grat der Mutenberge unter die Füsse. Der kleine Abstecher auf den höchsten Punkt auf 2955 m ü. M. muss noch sein. Alles der Kante entlang mit herrschaftlichem Ausblick steigen wir auf mitunter anspruchsvollen Alpinwanderwegen und feinsten Schiefergesteinen zum Kistenpass ab. Ab hier ist es noch ein Katzensprung bis zur Bifertenhütte und einem wohlverdienten «Adlerpfiiff», dem legendären Panaché von Adlerbräu mit Elmer Citro. Ein Must-have für alle Gäste im Glarnerland nach einem anstrengenden Wandertag.

**ETAPPE 14****Die Königsetappe –  
Vom Panixerpass zur Martinsmadhütte**

Die Königsetappe führt uns hinauf auf über 3000 m ü. M. auf den Bündner und Glarner Vorab. Übernachtet haben wir auf der unbewarteten Panixerpasshütte. Der Ort verströmt eine besondere Aura und ist ein würdiger Ausgangspunkt für die Königsetappe. Der Alpinwanderweg zieht unter dem Rotstock durch, und alsbald erreichen wir den Grat. Gratwandern ohne Ende. Gratwandern ist dort, wo es am längsten am schönsten ist. Auf und ab der Kante entlang, erst auf den Bündner Vorab (3028 m) und via Vorabsattel auf den Glarner Vorab (3018 m). Der Tiefblick vom Glarner Vorab hinab nach Elm ist einmalig. Am Vorabfirn vorbei erreichen wir nach einem langen, aussichtsreichen Tag die Martinsmadhütte, welche wieder im Grünen liegt. Diese Nacht werden wir gut schlafen.

Alpinwandern auf der 12. Etappe.



DIE KONKORDIA-  
HÜTTE IST MIT  
155 SCHLAFPLÄTZEN  
DIE GRÖSSTE  
SAC-HÜTTE DER  
SCHWEIZ.

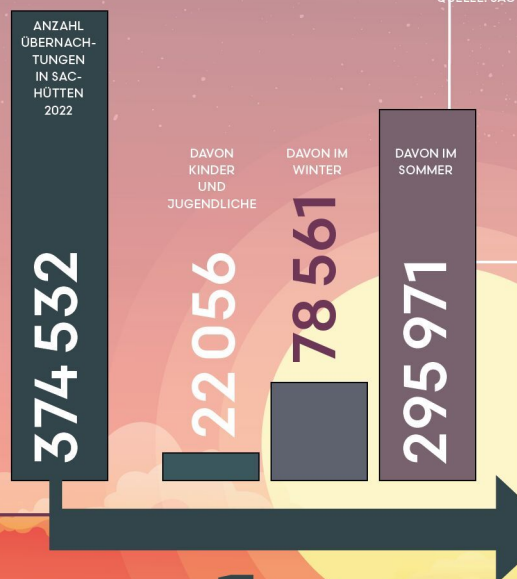
# 15.5

## Die Älteste

Die im Jahre 1863 erbaute Grünhornhütte auf 2448 m.ü.M. ist die älteste Berghütte der Schweiz. Heute ist das Gebäude ein «Hochalpines Baudenkmal», ein kleines Museum, das besichtigt werden darf.

# 9000

PERSONEN FINDEN  
GLEICHZEITIG IN DEN  
153 SAC-HÜTTEN PLATZ.



AB **22** UHR HERRSCHT IN DEN HÜTTEN NACHTRUHE.

ZWISCHEN CHF **20** UND **45** BEZAHLT MAN FÜR EINE EINFACHE ÜBERNACHTUNG AUF EINER SCHWEIZER HÜTTE.

# Berg·hüt·te

[als Gasthaus  
bewirtschaftete]  
Schutzhütte im Gebirge

DIE HÖCHSTGELEGENE HÜTTE DER ALPEN IST DIE MARGHERITAHÜTTE IM MONTE-ROSA-MASSIV – NUR WENIGE METER VON DER SCHWEIZER LANDESGRENZE ENTFERNT.

# 4554

M.Ü.M.

# 3650

M.Ü.M.

DIE MÖNCHSJOCH-HÜTTE IST DIE HÖCHSTE BEWIRTSCHAFTETE HÜTTE DER SCHWEIZ. AUCH DER ZUSTIEG IST EIN SUPERLATIV: AUSGANGSPUNKT IST DIE HÖCHSTE BAHNSTATION EUROPAS: DAS JUNGFRAUJOCH.

# 1475

M.Ü.M.

DIE TIEFSTGELEGENE SAC-HÜTTE IST DIE TRESCHHÜTTE IM URNER FELLITAL.

## Achtung Gefährlich!

Kein Normalwanderer schafft es je auf die Solvayhütte. Die höchstgelegene Hütte der Schweiz befindet sich auf 4003 m.ü.M., nur 475 Meter unter dem Gipfel des Matterhorns, und darf von Alpinisten nur im Notfall benutzt werden.

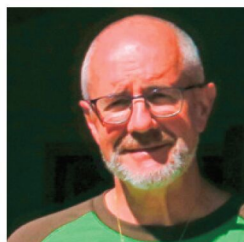


## Sehr innovativ!

In Zernez, am Beginn des Hüttenweges zur Chamanna Cluozza, steht ein Kühlschrank. Hüttenwanderer, die noch Platz in ihrem Rucksack haben, können dort frische Produkte einpacken und diese mit zur Hütte tragen. So wird versucht, die Transportflüge so gering wie möglich zu halten.



# «Viele Schweizerinnen und Schweizer entdecken ihre Heimat»



## INFO

DER EHEMALIGE LEHRER ANDY OTT AUS SATTEL SZ VERBRINGT IN DIESEM SOMMER SEINE SECHSTE SAISON ALS HÜTTENWART AUF DER SPANNORTHÜTTE BEI ENGELBERG.

### Andy, du freust dich auf die neue Hüttensaison.

#### Worauf genau?

Mir gefällt es, mein eigener Chef zu sein und die Gäste auf meine Art zu beherbergen. Die Besucher sollen spüren, dass wir als Hüttenteam ihren Besuch schätzen und wir ihnen einige Stunden Entspannung bereiten wollen.

### Was fehlt dir während des Hüttensommers?

Auch als Hüttenwart habe ich natürlich ein Privatleben im Tal. Da fehlen mir dann schon ab und zu die Momente der Gemeinsamkeit mit Freunden oder ein gemütlicher Grillabend.

### Wie steht es mit dem kulinarischen Angebot?

Die Spannorthütte soll kein kulinarischer Hotspot sein. Unsere Gäste wollen in erster Linie gut und genug essen.

### Was sind eure Renner bzw. worauf legst du besonderen Wert?

Da ich mich selber gerne von Süßem ernähre, liegt mir ein reichhaltiges Dessertangebot mit selber gemachten Nuss- oder Konfigipfeln, einem Stück Kuchen oder einer Cremeschnitte sehr am Herzen. Unsere Spätzlipfanne kann mit diversen Angeboten kombiniert werden. Bärlauchpesto

machen wir im Frühjahr selber im Tal, und frische Brennesseln finden wir rund um die Hütte mehr als genug.

### Wie sind die Besucherzahlen?

Die Besucherzahlen sind sehr erfreulich. Viele Schweizerinnen und Schweizer entdecken die paradiesischen Seiten unserer Heimat neu. Wir sind zuversichtlich, dass dieser Trend anhält.

### Wie kommen Sachen und Lebensmittel auf die Hütte?

Da machen wir uns und den Gästen keine Illusionen. Wer den Aufstieg auf die Hütte mal selber geschafft hat, kann nachvollziehen, dass wir den grössten Teil unseres Angebotes von unserem Partner Swiss Helicopters hoch- und auch wieder runterfliegen lassen.

### Wie oft fliegt der Helikopter?

Je nach Besucherzahl rechnen wir mit fünf bis sieben Ver- und Entsorgungsflügen pro Saison. Natürlich laufen wir nie mit leerem Gstähti ins Tal und zurück. Auch kommen immer wieder Anfragen von Besuchern, ob sie uns etwas bringen können. Gemessen an der Gesamtmenge ist das aber ein kleiner Teil.





**Auf gehts  
zur Berghütte**





Berghütten sind beliebte Wanderziele.  
Viele davon sind auch für Familien  
mit Kindern attraktiv. In Engelberg kann  
man sogar zwei Hütten zu einer schönen  
Wochenendtour verbinden.





#### LIDERNENHÜTTE (1727 M) UR

Von Chäppelberg im Riemenstaldner Tal wandert man zur Hütte und von dort weiter zum Spilauer See. Vom See gehts zurück zur Hütte oder zur Bergstation Gitschen und von dort mit der Seilbahn ins Tal, etwa 2½ h, [lidernen.ch](http://lidernen.ch)



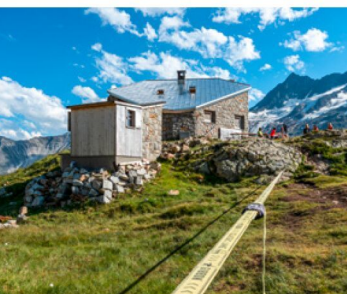
#### SUNNIGGRATHÜTTE (1978 M) UR

Der Arnisee ist ein beliebtes Ausflugsziel. Von Amsteg und von Intschi schweben zwei Seilbahnen zum schön gelegenen See. Von dort geht es zur Hütte und wieder zurück zum See, der zum Baden und Picknicken einlädt, etwa 3½ h, [sunnigrathuette.ch](http://sunnigrathuette.ch)



#### SUSTLIHÜTTE (2257 M) UR

Dieser Hüttenweg weckt bei Kindern die Abenteuerlust. Beim «Leiterliweg» ist nämlich der Name Programm: Mit vier Leitern gespickt, lädt das Eisensortiment zu kurzweiligen Klettereien ein, etwa 2 h, [sustlihuette.ch](http://sustlihuette.ch)



#### CHRÜZHÜTTE (1718 M) NW

Diese Wanderung bietet viele Erlebnisse: Seilbahnfahrten, Seerundgang, Zwärgliweg, Grill- und Einkehrmöglichkeiten. Zur Freude der Kinder tummeln sich bei der Hütte Kühe, Pferde, Ponys, Hasen und Katzen, etwa 2 h, [chruezhuette.ch](http://chruezhuette.ch)



#### SPITZMEILENHÜTTE (2087 M) SG

Die Wanderung eignet sich wunderbar für einen Familientag – oder zwei, wenn man auf der Hütte übernachtet. Vom Flumserberg mit der Gondelbahn auf den Maschgenkamm und von dort zur Hütte, etwa 4½ h, [spitzmeilenhuette.ch](http://spitzmeilenhuette.ch)



#### CARSCHINAHÜTTE (2236 M) GR

Mit kleinen Kindern kann man auch schon am Partnunsee zufrieden sein. Dort liegen Ruderboote vor Anker, und am Ufer verlocken einige Mini-Kalkfelsen zum Herumkraxeln, ansonsten wandert man weiter zur Hütte, etwa 4 h, [carschina.ch](http://carschina.ch)

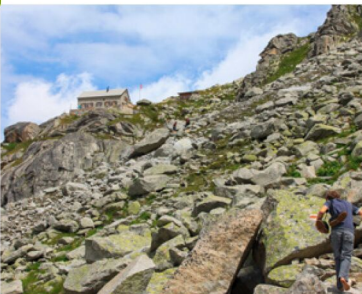
#### SEWENHÜTTE (2150 M) UR

Wie die Sustlihütte ist auch die Sewenhütte bei Familien beliebt. Auf- und Abstiege sind als Zwergenwege eingerichtet und im Sewensee kann man sich abkühlen und mit dem Ruderboot eine Runde drehen, etwa 4 h, [sewenhuette.ch](http://sewenhuette.ch)



#### TÄLLIHÜTTE (1727 M) BE

Die Tällihütte liegt oberhalb der Sustenpassstrasse unter den Felswänden der Gadmerflühe. Sie ist auf einer schönen Rundtour erwanderbar und kann auch mit der nahen Tälliseilbahn abgekürzt werden, etwa 3 h, [taelli.ch](http://taelli.ch)



#### GELMERHÜTTE (2412 M) BE

Mit der steilen Gelmerbahn geht es mit viel Kribbeln im Bauch hinauf zum Gelmersee. Tolle Gefühle erleben wir aber auch bei der Umrundung des Gelmersees und beim Aufstieg über Steinplatten zur Gelmerhütte, etwa 4 h, [gelmerhuette.ch](http://gelmerhuette.ch)

#### LOBHORNHÜTTE (1955 M) BE

Die Lobhornhütte thront hoch über dem Lauterbrunnental. Man kann von Sulwald oder von der Grütschalp zur Hütte wandern. So oder so: Höhepunkt ist das idyllische Sulsseewli unweit der Hütte, etwa 4 h, [lobhornhuette.ch](http://lobhornhuette.ch)



#### BÄCHLITALHÜTTE (2328 M) BE

Auf dem Bächlisboden suchen sich Bachläufe ihren Weg durch die weite Schwemmebene. Kinder finden hier natürliche Spielplätze am Wasser. 150 Meter weiter oben thront die familienfreundliche Bächlitalhütte, etwa 4 h, [sac-albis.ch](http://sac-albis.ch)



#### CABANE DU MONT FORT (2457 M) VS

Mit der Seilbahn von Verbier nach Les Ruinettes, dann an der Wasserleitung Bisse de Levron erfrischend am Wasser entlang via La Chaux zur Cabane du Mont Fort und von dort als Rundtour zurück nach Les Ruinettes, etwa 3 h, [cabanemontfort.com](http://cabanemontfort.com)



#### CABANE DE PRAFLEURI (2660 M) VS

Der Steinbock-Höhenweg ist eine Rundwanderung, die etwas Ausdauer erfordert. Von der Staumauer Grande Dixence geht es durch das Prafleuritäl zur Cabane de Prafleuri und über den Col des Roux hinunter zum Lac des Dix, etwa 4 h, [heremence-tourisme.ch](http://heremence-tourisme.ch)

#### CAPANNA BASODINO (1856 M) TI

Die Capanna Basodino ist nur eine Viertelstunde von der Bergstation der Seilbahn San Carlo entfernt. Beste Voraussetzungen für eine Familientour zu den Stauseen Lago del Zött und Lago di Robièi, etwa 2 h, [capanna-basodino.ch](http://capanna-basodino.ch)





Links finden Sie  
20 familienfreundliche  
Hüttentouren.  
Rechts Beni auf dem  
Weg zum Col des Roux.



Unser Hüttenabenteuer beginnt gemütlich. Von Engelberg schweben wir mit der Luftseilbahn hinauf nach Ristis. Die dortige Sommerrodelbahn und Globis Alpenspielfeld mit Trampolin, Murbeli-Tunnelschlitten, Kletterkarussell und vielen weiteren Spielelementen sorgen gleich zu Beginn für einen ersten Stopp. Der Spassfaktor ist hoch und der Motivationschub für die Kinder gleich zu Beginn der Wanderung nicht zu unterschätzen.

Auf einem breiten Weg wandern wir gemächlich bis zum Rigidalstafel, dann schraubt sich der Wanderweg einige Höhenmeter nach oben. Schwierig ist das nicht, aber informativ. Wir befinden uns hier auf dem Brunnipfad, «ein Weg durch den Lebensraum im Gebirge». Der Naturlehrpfad bringt uns unter anderem die Tier- und Pflanzenwelt näher. Bei Holzstein biegen wir dann rechts ab und erreichen schon bald den imposanten Tüfelstein. Der Bärenbach rauscht lautstark über die Felsen, wir queren ihn über die Planggenbrücke und bleiben auf der Planggenalp erst einmal sitzen und erfrischen uns am Bach. Das ist auch nötig, denn die Sonnenseite von Engelberg macht ihrem Namen alle Ehre. Einzig vom vergletscherten Titlis weht ein kalter Hauch herüber. Dann führt uns der Weg weiter durch eine bunte Welt von mit Blumen übersäten Bergwiesen. Ein letzter Anstieg noch, dann sind wir oben. Die Rugghubelhütte liegt auf einer aussichtsreichen Sonnenterrasse mit Blick

auf den markanten Hahnen und auf den Engelberger Rotstock. Das flache Gelände lädt zum Herumtollen ein, und hinter der Hütte sehen wir die Murmeltiere über die bucklige Gras- und Felsenlandschaft flitzen. Nach so einem erlebnisreichen Tag schmeckt das Abendessen besser als zu Hause – und dann ist auch schon Schlafenszeit.

### Von den Socken

Am anderen Morgen steigen wir auf demselben Weg wieder hinunter bis Holzstein, wo wir wieder auf den Brunnipfad treffen, und wandern auf diesem ohne nennenswerte Höhenunterschiede zur Brunnihütte. Dort ist einiges los, liegt die Hütte doch direkt neben der Sesselbahn, die von Ristis heraufführt. Beliebt ist vor allem der kurze Spaziergang rund um den hübschen Härzlisee. Der «Kitzelpfad» ist eine 220 Meter lange Barfussstrecke direkt am See. Wir gehen über verschiedene Untergründe wie Sand, Holzschnitzel, Kiesel oder Lehm und tauchen dazwischen die müden Beine immer wieder ins kühle Nass ein. Intensiv spüren wir, wie sich die verschiedenen Naturmaterialien anfühlen: nämlich spitz und rund, rau und glatt, hart und weich. Das durchblutet die Fusssohlen und stärkt den Organismus. Zum Schluss gönnen wir unseren Füßen im «Kitzeltopf» im warmen Wasser eine angenehme Massage – ein entspannender Ausklang unseres Hüttenwochenendes.

 JOCHEN IHLE



# Unterweger

## Arnika Einreibung

MIT REINEM ARNIKA-EXTRAKT

Erfrischend und belebend  
Lockert und entspannt  
Mit 60 % Alkohol und Menthol

VEGAN  Flaschenkörper aus 100 %  
recyceltem PET

UNTERWEGER Arnika Einreibung  
250 ml: Pharmacode 1361504



**unterweger**  
Die Marke der Natur

ERHÄLTlich IN  
IHRER APOTHEKE,  
DROGERIE  
ODER ONLINE



Vertrieb:  
Winstons Cosmetics SA  
CH-5412 Gebenstorf  
[www.winstons.ch](http://www.winstons.ch)

...weil wir  
gemeinsam  
neue Wege  
gehen!

Deshalb gibt es in unserer vielfältigen Wanderrucksack-Kollektion genau den passenden Begleiter für deine individuellen Ansprüche und Bedürfnisse. Zudem sorgen wir durch die eigene Produktion nach TÜV-zertifizierten Sozialstandards für hohe Qualität, beste Verarbeitung und langlebigen Nutzen. Wie zum Beispiel bei unserem GREEN gelabelten **Hike Pack 27** mit komfortablem Netzrücken für deine entspannten Wandertouren.

**GREEN**



FAIRE &  
TRANSPARENTE  
PRODUKTION

[openfactory.tatonka.com](http://openfactory.tatonka.com)

**TATONKA**  
EXPEDITION-LIFE

ANTEILIG  
RECYCELTE  
MATERIALIEN

HOCHWERTIGE  
QUALITÄT &  
VERARBEITUNG

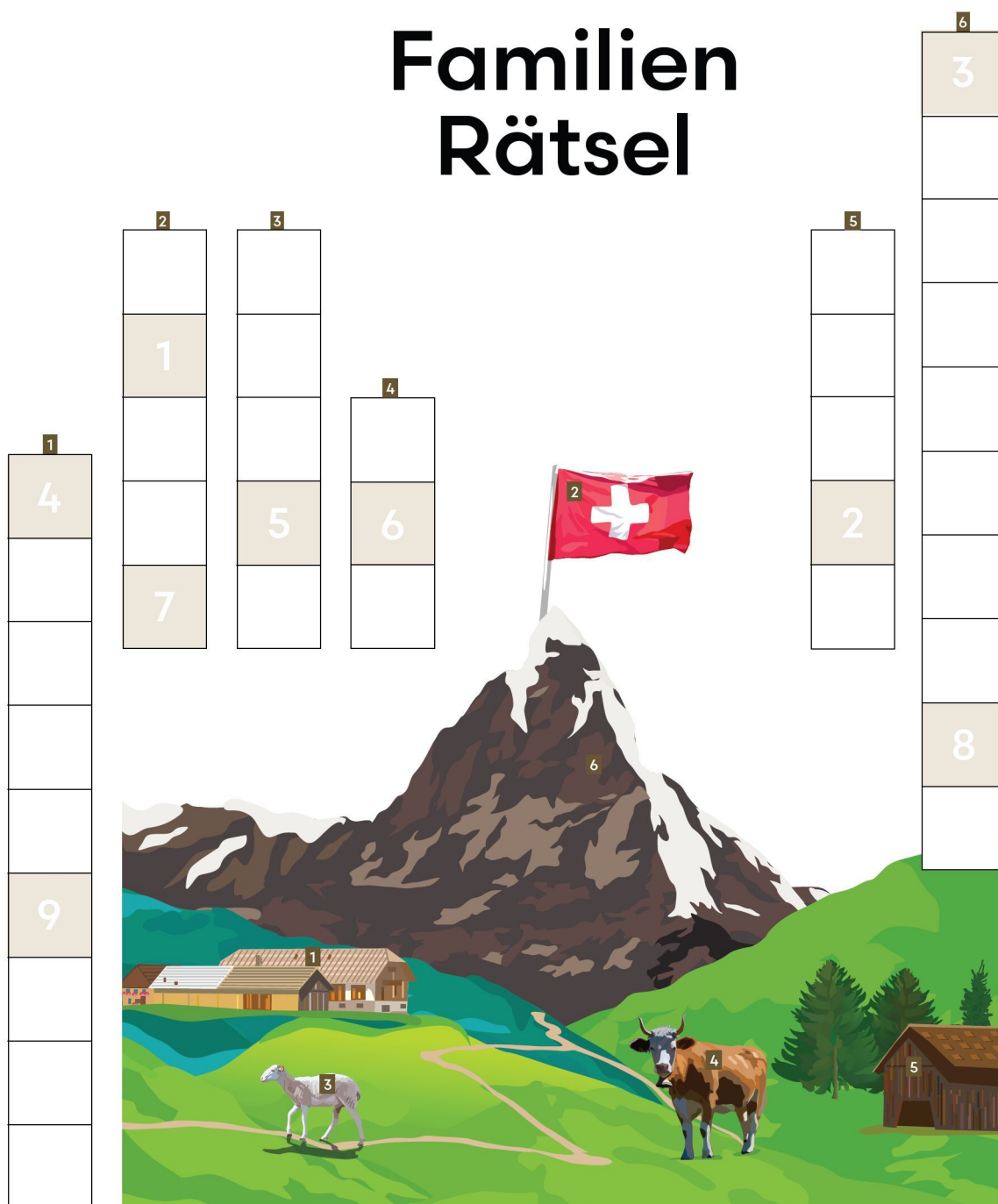
FAIRE &  
TRANSPARENTE  
PRODUKTION



TATONKA - OUTDOOR EQUIPMENT SEIT 1993



# Familien Rätsel



1	2	3	4	5	6	7	8	9
---	---	---	---	---	---	---	---	---

## ZU GEWINNEN

### 3 FAMILIEN-TAGESTICKETS

FÜR DIE FAHRT ENGELBERG-BRUNNIHÜTTE RETOUR  
(FÜR 2 ERWACHSENE UND 2 KINDER).

Senden Sie das Lösungswort bis 31. August 2023 an:

Wandermagazin SCHWEIZ, Rätsel, Fabrikstrasse 8, 4500 Solothurn  
oder per E-Mail an [raetsel@wandermagazin-schweiz.ch](mailto:raetsel@wandermagazin-schweiz.ch)

Absender inkl. E-Mail-Adresse und Telefonnummer nicht vergessen!

Die Gewinner werden direkt benachrichtigt.

Teilnahme nur innerhalb der Schweiz möglich.



# car-tours.ch

Erstklassige Busreisen mit Schweizer Reiseleitung

Neu!

8-tägige  
Wanderreise ab nur

Fr. **1469.-**

Reisehit 111

## Amalfi & Sonneninsel Capri

*Auf dem «Pfad der Götter» die schönste Küste der Welt entdecken!*

### LEISTUNGEN - ALLES SCHON DABEI!

- ✓ Fahrt im komfortablen Extrabus
- ✓ 2 Nächte im 4-Sterne Hotel in Montecatini Terme
- ✓ 5 Nächte im Grand Hotel Moon Valley \*\*\*\*, Seiano di Vico Equense
- ✓ 7 x Frühstück im Hotel
- ✓ 7 x Nachtessen im Hotel
- ✓ Geführte Wanderung «Sonneninsel Capri» inkl. Bootsfahrt Sorrent-Capri-Sorrent & Transfer Hafen- Piazzetta
- ✓ Geführte Wanderung «Pfad der Götter» inkl. Picknick Paket
- ✓ Geführte Wanderung «Faszination Vesuv» inkl. Eintritt Nationalpark Vesuv & Weinprobe mit Imbiss
- ✓ Geführte Wanderung «Sant'Agata- Sorrento» mit Pizza Essen & Kochkurs
- ✓ Ein Paar Wanderstöcke pro Teilnehmer
- ✓ Eigene Schweizer Reiseleitung während der ganzen Reise

### Ihr tolles Reiseprogramm:

**1. Tag** – Fahrt im komfortablen Extrabus nach Montecatini Terme im Herzen der Toskana. Nachtessen im Hotel.

**2. Tag** – Am Nachmittag erreichen wir die Sorrentinische Halbinsel und unser tolles Hotel mit Aussicht auf den Golf von Neapel.

**3. Tag** – Besuch von Italiens Trauminsel Capri. Wanderung auf dem schönen Küstenweg zwischen Grotten und natürlichen Felsbögen mit Blick auf die Faraglioni Felsen. Einfache-mittelschwere Wanderung – Gehzeit 4 Stunden – Höhenunterschied 250 m

**4. Tag** – Wanderung entlang des legendären «Pfad der Götter» nach Positano mit Trauerausichten auf die Amalfiküsten und den Golf von Salerno. Mittelschwere Wanderung – Gehzeit 4 Stunden – Höhenunterschied ca. 600 m

**5. Tag** – Unvergessliche Kraterwanderung auf dem Vesuv, dem einzigen Vulkan auf Europas Festland. Im Anschluss Verkostung des bekannten Weins «Lacryma Christi». Mittelschwere Wanderung – Gehzeit 3 h – Höhenunterschied 250 m

**6. Tag** – Schöne Genusswanderung mit Pizzenessen & Kochkurs von Sant' Agata nach Sorrento. Im Anschluss Zeit zum Geniessen in Sorrento. Mittelschwere Wanderung – Gehzeit ca. 3.5 h – Höhenunterschied 380 m

**7. Tag** – Vorbei an Rom geht es zurück in die Toskana zur Zwischenübernachtung.

**8. Tag** – Heute treten wir die Heimreise an.

### Ihr Reisedatum:

16. - 23. Oktober 2023

### Unsere Sonderpreise für Sie

Preis pro Person im Doppelzimmer

### im 4-Sterne-Hotel

**Normalpreis** Fr. 1619.-

**Aktionspreis** Fr. 1469.- \*\*

\*\*Aktionspreis gültig solange Vorrat

### Nicht inbegriffen/zusätzlich wählbar:

Einzelzimmerzuschlag nur Fr. 279.-

Buchungsgebühr: Fr. 24.- pro Person

(entfällt bei Online-Buchung)

### Sie wählen Ihren Bus-Einsteigeort:

Aarau, Basel, Bern, Luzern, Pfäffikon SZ, St. Gallen, Thun, Zürich

### Liebe Wanderfreunde,

Laufen Sie los und lassen Sie den Alltagsstress einen Moment hinter sich. Wandern Sie in guter Gesellschaft abseits der grossen Touristenströme und sicher begleitet von unseren erfahrenen Wanderführern entlang der schönsten Küsten- und Gebirgspfade Italiens. Schritt für Schritt erleben wir intensiv Land, Leute, Flora & Fauna und lassen uns die gesunde, frische Luft um die Nase wehen. Wir geniessen atemberaubende Aussichten, lauschige Rastplätze und die kleinen und grossen Wunder der Natur! Nach einem aktiven Tag lassen wir die Seele baumeln und erfreuen uns in geselliger Runde der landestypischen Küche!

Alle unsere Wanderungen werden von erfahrenen, lokalen Wanderreiseleiter begleitet. Die Tourenführer zeichnen sich durch Kompetenz und Verantwortungsbewusstsein aus. Sie kennen die Tourenregion wie ihre Westentasche und zeigen Ihnen auch verborgene Schätze der Region. Zusätzlich begleiten auch unsere Schweizer Reiseleiter sämtliche Reisen und sorgen für einen reibungslosen Ablauf.

Noch nie hat Wandern so viel Spass gemacht – bei allen unserer Touren steht Gemütlichkeit, Genuss und besondere Erlebnisse in guter Gesellschaft im Vordergrund!

Buchen Sie jetzt Ihre erste Wanderreise mit car-tours.ch und freuen Sie sich auf die schönste Art, aktiv zu entspannen!

Herzlich

Ihr car-tours.ch Team

Weitere tolle Wander-  
reisen finden Sie auf

[www.car-tours.ch](http://www.car-tours.ch)



Auf allen unseren Wanderreisen  
schenken wir jedem Teilnehmer  
ein Paar Wanderstöcke!



**Limitierte Plätze! Sofort buchen & profitieren!**





Tolles Leistungspaket zum Sonderpreis!

6-tägige  
Wanderreise ab nur  
**Fr. 999.-**  
Reisehit 163

## Wanderparadies Riviera Levante

*Wandern, da wo Italien am schönsten ist!*

### LEISTUNGEN - ALLES SCHON DABEI!

- ✓ Fahrt im komfortablen Extrabus
- ✓ 5 Übernachtungen Hotel Bristol \*\*\*, Lavagna
- ✓ 5 x Frühstück & Abendessen im Hotel
- ✓ Geführte Wanderung «Golf von Tigullio» inkl. Pesto Kurs mit Pasta & einem Glas Wein
- ✓ Geführte Wanderung «Santa Margherita, Portofino und San Fruttuoso» inkl. Schiffsfahrt, Picknick- Lunch mit Focaccia-Brot
- ✓ Geführte Wanderung «Von Rapallo nach Chiavari» inkl. Seilbahnfahrt & Gourmet Picknick Box
- ✓ Geführte Wanderung «Cinque Terre» inkl. Bahnfahrt
- ✓ Ein Paar Wanderstöcke pro Teilnehmer
- ✓ Eigene Schweizer Reiseleitung während der ganzen Reise

### Ihr tolles Reiseprogramm:

**1. Tag** – Fahrt im komfortablen Extrabus in unser gemütliches Hotel an der Riviera del Levante. Nachtessen im Hotel.

**2. Tag** – Ab Sestri Levante wandern wir gemütlich durch mediterrane Macchia mit traumhafter Rundumsicht über den Golf von Tigullio. Zurück am Startpunkt stellen wir in einer Osteria eigenes Pesto her, das wir uns mit Pasta und Wein schmecken lassen. *Mittelschwere Wanderung – Gehzeit 3 h – Höhenunterschied 350 m*

**3. Tag** – Vom Fischerörtchen Camogli fahren wir mit dem Boot zur kleinen Bucht von San Fruttuoso. Nun geht es hinauf und wir wandern oberhalb der versteckten Buchten bis nach Portofino, wo wir unter die Schönen und Reichen mischen. *Mittelschwere Wanderung – Gehzeit 2.5 h – Höhenunterschied 450 m*

**4. Tag** – Wir flanieren über den Markt von Rapallo, ehe uns die Seilbahn zur Wallfahrtskirche von Montalegre bringt. Von hier wandern wir bergab durch frische Wälder und mit wunderschönem Ausblick auf den Golf und die Küste bis zum Bilderbuchort Chiavari. *Mittelschwere Wanderung, Gehzeit 3 Stunden – Höhenunterschied 600 m (bergab)*

**5. Tag** – Wir wandern von Corniglia bis nach Vernazza, das unglaublich schön auf einer Halbinsel liegt. Von hier steigen wir auf einer steilen Treppe bergauf und werden mit

Traumaussichten belohnt bevor es bergab bis nach Monterosso geht. Schwierige Wanderung – Gehzeit 4 Stunden – Höhenunterschied 550 m

**6. Tag** – Heimreise nach dem Frühstück.

### Ihr Reisedatum:

17. - 22. September 2023

### Unser Aktionspreis für Sie:

Preis pro Person im Doppelzimmer

**im Hotel Bristol \*\*\*,  
Lavagna**

**Normalpreis Fr. 1149.-**  
**Aktionspreis Fr. 999.- \*\***

\*\*Aktionspreis gültig solange Vorrat

### Nicht inbegriffen/zusätzlich wählbar:

Einzelzimmerzuschlag nur Fr. 199.-  
Buchungsgebühr: Fr. 24.- pro Person  
(entfällt bei Online-Buchung)

### Sie wählen Ihren Bus-Einsteigeort:

Aarau, Basel, Bern, Luzern, Pfäffikon SZ, Sargans, St. Gallen, Thun, Winterthur, Zürich



Sestri Levante



Ligurisches Meer

4-Sterne-Hotel direkt am Meer!

8-tägige  
Wanderreise ab nur  
**Fr. 1299.-**  
Reisehit 196

## Wandern & Erholen auf Ischia

*Neu: Erleben Sie das wildromantische Wanderparadies Toskana*

### LEISTUNGEN - ALLES SCHON DABEI!

- ✓ Fahrt im komfortablen Extrabus
- ✓ Fährüberfahrt Neapel/Pozzuoli-Ischia und retour
- ✓ 2 Nächte im gehobenen Mittelklassehotel an der Versiliaküste
- ✓ 5 Übernachtungen im Hotel La Maddonnina\*\*\*\*, Casamicciola Terme
- ✓ 7 x Frühstück in den Hotels
- ✓ 7 x Nachtessen in den Hotels
- ✓ Freie Benutzung der Schwimmbecken, Saunen und des Fitnessraumes
- ✓ Wunderschöne Inselrundfahrt
- ✓ Eintritt Botanischer Garten La Mortella
- ✓ Geführte Wanderung «Junge Krater»
- ✓ Geführte Wanderung «die Heilkraft des Wassers»
- ✓ Ein Paar Wanderstöcke pro Teilnehmer
- ✓ Eigene Schweizer Reiseleitung während der ganzen Reise

### Ihr tolles Reiseprogramm:

**1. Tag** – Fahrt im komfortablen Extrabus an die Versiliaküste. Nachtessen im Hotel.

**2. Tag** – Vorbei an Rom Weiterfahrt nach Neapel und Fährüberfahrt nach Ischia. Kurzer Transfer zu unserem Bijou-Hotel in Casamicciola Terme.

**3. Tag** – Heute machen wir eine Inselrundfahrt und erkunden die atemberaubende Landschaft von Ischia mit seinen bizarren Steilküsten, kleine Sandbuchten, malerische Dörfer und zum Abschluss den botanischen Garten «la Mortella», der zu den schönsten Gärten Italiens zählt.

**4. Tag** – Unsere erste Wanderung beginnt im Pinienwald «Bosco della Maddalena» und führt uns rund um den am besten erhaltenen Krater der Insel. Nach der Wanderung können wir uns im Hotel entspannen und dem süßen Nichtstun fröhnen. *Einfache Wanderung – Gehzeit 3h – Höhenmeter: 200 m*

**5. Tag** – Der heutige Tag steht Ihnen zur freien Verfügung. Besuchen Sie den hübschen Wellness Bereich & entspannen Sie am Strand.

**6. Tag** – Am Vormittag machen wir uns auf die Spur des für die Insel so wichtigen Thermalwassers. Wir wandern von Panza zum Monte di Panza, wo uns ein atemberaubendes Panorama erwartet. Anschliessend geht es zur Sorgeto-Bucht hinunter, wo sich das natürliche, heisse Thermalwasser mit dem Meerwasser vermischt. Wir besichtigen das malerische Sant Angelo, bevor uns der Bus zurück ins Hotel bringt.

*Einfache Wanderung – Gehzeit 3.5 h – Höhenmeter 140 m.*

**7. Tag** – Vorbei an Rom geht es zurück an die Versiliaküste zur Zwischenübernachtung.

**8. Tag** – Heimreise nach dem Frühstück.

### Ihr Reisedatum:

17. - 24. Oktober 2023

### Unsere Sonderpreise für Sie

Preis pro Person im Doppelzimmer

**im Hotel La Maddonnina\*\*\*\*,  
Casamicciola Terme**

**Normalpreis Fr. 1429.-**  
**Aktionspreis Fr. 1299.- \*\***

\*\*Aktionspreis gültig solange Vorrat

### Nicht inbegriffen/zusätzlich wählbar:

Einzelzimmerzuschlag: Fr. 299.-  
Buchungsgebühr: Fr. 24.- pro Person  
(entfällt bei Online-Buchung)

### Sie wählen Ihren Bus-Einsteigeort:

Aarau, Basel, Bern, Luzern, Pfäffikon SZ, Thun, St. Gallen, Zürich



Ihr zauberhaftes Hotel direkt am Meer



Tyrrhenisches Meer

Casamicciola Terme

La Mortella

Forio

Ischia

Wanderung 'Junge Krater'

Wanderung 'die Heilkraft des Wassers'

Neapel

Golf von Neapel

Tel. 0848 00 77 88

www.car-tours.ch

**reka** Noch mehr sparen -  
bis 100% REKA-Checks!



# Wandern durch Zeit und Raum

Das Val d'Anniviers wirkt unscheinbar und unberührt. Es ist eines dieser Walliser Täler, die noch vor hundert Jahren kaum erschlossen waren. Heute trumpft es mit Tradition und Kultur auf. Begeben wir uns auf eine Zeitreise zwischen Königinnen, Planeten und der Kaiserkrone.

Grimentz.





Auf den ersten Blick wirkt das Val d'Anniviers lieblich, doch dieser Schein trügt. Es ist durchzogen von Felsen und Schluchten, weshalb das Tal lange Zeit nur schwer zugänglich war. Es öffnet sich südlich des Rhoneufers auf der Höhe von Sierre. Malerische Bergdörfer thronen wie Adlerhorste hoch über dem Talboden. An seinem Ende verzweigt sich das Tal zum Val de Zinal und zum Val de Moiry.

Wir beginnen unsere Zeitreise im historischen Dorf Saint-Luc. Es liegt am östlichen Berghang und ist mit seinen rustikalen Chalets äusserst charmant. Von der Sonne verwöhnt, gibt es einen ungewohnten Blick auf das Matterhorn frei. Im Grand Hotel Bella Tola lassen wir die prunkvolle Zeit der Belle Époque nochmals aufleben. Aus dem einfachen Gasthaus, 1859 errichtet, entwickelte sich ein stilvolles historisches Hotel. Saint-Luc trägt auch den Namen «Dorf der Sterne», und das kommt nicht von ungefähr. Im astronomischen Observatorium scheint der Himmel zum Greifen nah.

#### Von Saint-Luc nach Zinal...

Wer das All anstatt durch die Lupe lieber zu Fuss erkunden will, folgt dem Planetenweg bei der Bergstation Tignousa oberhalb von Saint-Luc. Dabei wandert man durch unser Sonnensystem, entspricht doch jeder zurückgelegte Meter in Wirklichkeit einer Million Kilometern. Unterwegs laden diverse Planetenstationen dazu ein, die einzelnen Planeten kennenzulernen.

Der rund fünf Kilometer lange Wanderweg führt uns zum nostalgischen Hotel Weisshorn. Es thront hoch über Saint-Luc und wurde 1882 für die ersten englischen Alpinisten erbaut. Das Hotel ist nur zu Fuss erreichbar, entsprechend idyllisch und ruhig ist es hier oben. Auf der sonnigen, windgeschützten Terrasse lässt es sich genauso gut aushalten wie in der urchigen Gaststube mit Panoramablick. Vom Hotel Weisshorn führt der Wanderweg dann steil hinunter nach Zinal, dem letzten Dorf im Tal. Nach einem Übernachtungsstopp wechseln wir die Talseite und wandern talauswärts zum nächsten Schmuckstück: Grimentz ist wohl eines der schönsten Postkarten-Bergdörfer der Schweiz. Das war nicht immer so. Mit dem Bau der Staumauer des Lac de Moiry



Auf dem Col de la Brinta.

im Jahre 1950 wurde auch eine Verbindungsstrasse erbaut. Bald folgte der erste Sessellift und der Tourismus kam in das einst klassische Bergbauerdorf. Der Dorfkern ist geprägt von jahrhundertealten, sonnengebräunten Holzhäusern und Speichern. Es gibt wohl kaum ein Haus, das nicht mit rot blühenden Geranien geschmückt ist. Denn jährlich findet unter den Dorfbewohnern der Wettbewerb um den schönsten Geranienbalkon statt. Während einer Dorfführung durch die schmalen, gepflasterten Gassen erfährt man viel über den Speicherbau und die Traditionen des Dorflebens und kommt auch in den Genuss des unverkäuflichen Gletscherweins von Grimentz. Dieser garte einst unabsichtlich während 20 Jahren vergessen in einem Keller. Noch heute hat es in den Fässern des Bürgerhauses von ebendiesem Gletscherwein. Wie das möglich ist? Die Fässer werden nie geleert, und jedes Jahr wird neuer Wein zum alten hinzugegeben.





# GOLD DER ALPEN

*Urechter Genuss*



**Z'BÄRG MIT  
SBRINZ AOP**

[sbrinz.ch](http://sbrinz.ch)



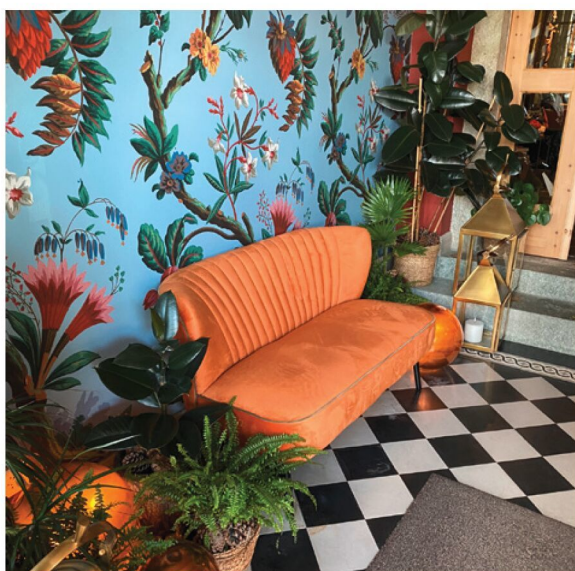


### ...und über Grimentz nach Vercorin

Der letzte Stopp im traditionsreichen Tal ist Vercorin. Wenn das ganze Dorf geschmückt ist und Feststimmung herrscht, dann sind die Eingerkühe nicht mehr weit. Sie gehören zum Dorfbild wie die dunklen Lärchenhäuser. Die Sommermonate verbringen die Kühe auf der Alp, wo sie innerhalb der Herde um die Hierarchie kämpfen. Im Herbst sind sie dann Mittelpunkt des Alpbzugs. Allen voran gehen die Königinnen, die die Kämpfe gewonnen haben. Vercorin gilt auch als Eingangspforte zum Naturschutzgebiet Val de Réchy. Das kaum bebaute Hochtal ist eines der letzten im Wallis ohne Verkehr und Strassen. Ein wahrer Ort der Ursprünglichkeit und Idylle. Ein guter Ausgangspunkt für Wanderungen ist der mit Gondelbahn erreichbare Crêt du Midi auf 2336 m ü. M. Oben angekommen, staunt man über den Ausblick auf die majestätische Kaiserkrone mit fünf Viertau-

sendern, kann Rundwanderungen durch ausgedehnte Flachmoore und zum Louché-See unternehmen und mit etwas Glück Wildtiere beobachten. Vor allem im Herbst, wenn die Hirsche röhren, ist das interessant. Wenn die Paarungszeit in vollem Gange ist, kann man auf einer geführten Wanderung den Brunftrufen der kräftigen Hirsche lauschen. Die Wanderung startet am späten Nachmittag noch vor der Dämmerung in Vercorin. Entlang der Suonen geht es bis zur Berghütte La Lé und von dort steil hinauf zum Beobachtungsposten. Doch auch ohne Hirschröhren lohnt sich die familienfreundliche Wanderung entlang der historischen Wasserleitungen von Vercorin. Den krönenden Abschluss unserer Reise durch Zeit und Raum macht ein Gleitschirmflug. Vom Crêt du Midi gleiten wir durch die Lüfte und betrachten das Val d'Anniviers aus einer ganz neuen Perspektive.

 MELANIE MEISTER



Im Hotel Bella Tola (links oben), Aussicht bei La Brinta (links unten), Gleitschirmflug über dem Val d'Anniviers (rechts).







# Meine Bergliebe

Neben meiner Arbeit in einem Sportgeschäft im Haslital verbringe ich sehr viel Zeit in den Bergen. Auf meinen Alpin- und Bergwanderungen bin ich oft alleine unterwegs, ein treuer Begleiter ist meine Kamera.

Landschaften und Naturszenen sind meine fotografischen Schwerpunkte. Die Sonnenauf- und untergänge, der Nebel, die Wolken, das Wasser und die Gletscherwelt faszinieren mich am meisten, und man findet diese Motive immer wieder in meinen Bildern.

Zu meinen Lieblingsregionen zählen das Berner Oberland, die Zentralschweiz und das Wallis.

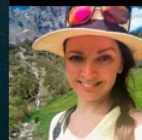
@barta\_bernadett  
bernadettbarta.com





**INFO**

BERNADETT BARTA (36) IST IN UNGARN GEBOREN UND LEBT SEIT SIEBEN JAHREN IN DER SCHWEIZ. NEBEN IHREM HAUPTBERUF FORCIERT SIE IHRE KARRIERE ALS FOTOGRAFIN UND IST DAHER JEDE FREIE MINUTE UNTERWEGS. SIE IST AUTORIN UNSERES NEUEN WANDERBUCHES «DIE 88 SCHÖNSTEN HÜTTENTOUREN DER SCHWEIZ».









Strahlende Adern.



Spiel mit dem Mond.



Grosse Scheidegg.



Sechsfleck-Widderchen.





Mischabelkette.



Schwarznasenschafe auf dem Riffelberg.





Sonnenaufgang in der Mythen-Region.









# Am offenen Feuer

Lars Zenhäusern ist Käser auf der Büchneralp. Mit viel Hingabe und Sorgfalt verarbeitet er die Milch von glücklichen Kühen, die direkt vor der idyllischen Alphütte weiden. Die Früchte seiner Arbeit sind würzige Laibe von frischem Alpkäse, die seine Liebe zur Handwerkskunst und seinen Respekt vor der Natur widerspiegeln.





Jedes Jahr gegen Ende Juni beginnt für Lars Zenhäusern der Alpsommer – eine Zeit, in der er für rund 80 Tage die Büschernalp im Oberwallis sein Zuhause nennt. Während dieser Zeit wird seine Arbeit den Takt seines Lebens vorgeben. Schon bevor die Sonne am Horizont erscheint und die Nacht ablöst, wird Lars noch vor fünf Uhr morgens von seinem Wecker aus den Federn geholt. In der Dämmerung erkennt er die Silhouette des Bietschhorns auf der gegenüberliegenden Seite des Rhonetals. «Für mich sind diese ersten Minuten des Tages die schönsten Momente purer Idylle, gepaart mit wahrem Alpfrieden», sagt der junge Landwirt. Denn frühmorgens um diese Zeit wird Lars durch nichts gestört: Keine Autos, keine anderen Menschen. «Ich höre nur die Klänge der Natur: die ersten Vögel, die ihr Lied anstimmen, und das leise Plätschern des Wassers vom Brunnen draussen», sagt der 26-Jährige. Auch die Kühe im Stall sind noch still, während Lars sich darauf vorbereitet, seine Mission auf der Alp zu starten: das Käsen!

#### Die richtige Temperatur

Die Büschernalp lässt sich in drei Teile unterteilen: der Stall für die Kühe, die Wohnräume für die Hirten und den Käser und die Alphütte mit Sennerei und dem Landkeller, in dem die frisch gemachten Käselaike



reifen können. Lars geht als Erstes in die Sennerei. Beim Einschalten flackert das Licht. Überall hängt Werkzeug. Doch weil die Sennerei auf der Alp ist und der Platz hier den Kühen gebührt, fällt alles ein bisschen platzsparender und kleiner aus. Herzstück ist das grosse Chessi, ein Kessel aus Kupfer, in dem bis zu 800 Liter frische Milch zu Käse verarbeitet werden können.

An diesem Morgen ist das Chessi bis zum Rand mit gekühlter Milch gefüllt, die von den Hirten am Vorabend gemolken wurde. Lars beginnt sofort damit, die Milch auf exakt 32 Grad zu erhitzen. Zur ersten Morgenstunde wird jede Minute genutzt. «Während die Milch allmählich aufgewärmt wird, bringe ich den Käse vom Vortag in den Keller, wo er für 24 Stunden in ein Salzbad gelegt wird.» Dabei behält Lars immer ein Auge auf die Temperatur im Chessi. Denn sobald die Milch die richtige Temperatur erreicht hat, gibt Lars spezielle Bakterien, das Lab, hinzu. Das Lab ist für die Reifung des Käses unerlässlich und benötigt etwa 40 Minuten, um seine Wirkung zu entfalten. Wenn diese wichtigen Arbeitsschritte getan sind, nimmt Lars sich Zeit für ein Frühstück. «Zum Zmorge gibt es Kaffee und natürlich frischen Käse aus Eigenproduktion. Dazu den Blick über das Rhonetal. Gibt es etwas Schöneres?»

#### Käsen wie anno dazumal

Auf der Büschernalp arbeitet Lars zusammen mit zwei Hirten. Als ausgebildeter Milchtechnologe beherrscht er sein Handwerk ausgezeichnet. Er hat das Käsen nicht nur erlernt, um seinen Aufgaben auf der Büschernalp gerecht zu werden, sondern auch, weil er eines Tages den landwirtschaftlichen Betrieb seines Vaters in Büschen übernehmen möchte.

Lars Zenhäusern hegt eine tiefe Wertschätzung für die Tradition seines Handwerks. «Seit den Anfängen der 60er-Jahre haben wir auf der Büschernalp mit Feuer gekäst. Ich möchte diese Tradition aus Überzeugung weiterhin am Leben erhalten», erklärt der





junge Käser. Obwohl die Käseherstellung am Feuer aufwendiger und komplexer ist, betont Zenhäusern. Denn die richtigen Temperaturen zum richtigen Zeitpunkt sind entscheidend. Wenn das Chessi zu einem falschen Zeitpunkt zu heiss oder zu kalt wird, wird es keinen Käse geben. Lars hat eine bewährte Faustregel entwickelt, mit der er die Temperatur präzise kontrollieren kann, und er ist stolz darauf. «Diese Faustregel bleibt jedoch mein Geheimnis», sagt er mit einem Schmunzeln. Lars behält seine Milch auch während des Frühstücks im Blick. Innerhalb kürzester Zeit verwandelt das Lab die Milch in eine puddingartige Masse, auch bekannt als Dickete. «Diese Dickete wird nun durch Zerteilen zum Käsebruch verarbeitet, aus dem der Käse hergestellt wird», erklärt er. Doch auch hier spielt die Temperatur eine entscheidende Rolle: Der Bruch wird auf 40 Grad erhitzt und anschliessend aus dem Chessi genommen. «Wie zu Grossmutterns Zeiten verwende ich dafür ein Käsetuch – echte Knochenarbeit ist das.» Ein Käsetuch besteht aus einem dünnen, weitmaschigen Baumwollgewebe und wird in der Käseherstellung verwendet, um den Käsebruch von der Molke zu trennen und den Bruch zusammenzuhalten. Den sogenannten Bruch legt Lars schliesslich in eine Vorpresswanne. In dieser Wanne erhält der Käse die ursprüngliche, runde Form der Käselaike. Diese werden im Keller gelagert und täglich von Lars gepflegt und gedreht.

### Käse macht glücklich

Lars verarbeitet jeden Tag die übrig gebliebene Molke im Chessi zu frischem Alpziger. Dafür muss die Molke – im Walliser Dialekt «Schotta» genannt – auf eine Temperatur zwischen 90 und 92 Grad erhitzt werden. «Das Erhitzen des Chassis erfordert Geduld», bemerkt Lars, während er das Feuer beobachtet. «Es dauert in der Regel über zwei Stunden, bis die Temperatur erreicht ist.» Um die Schotta in Ziger zu verwandeln, fügt Lars entweder Milch- oder Zitronensäure hinzu und hält sie je nach Bedarf auf



92 Grad warm. Wie lange er den Alpziger auf dieser Temperatur belässt, beeinflusst dessen Geschmack. «Mein Rezept bleibt allerdings ein Geheimnis», sagt er wiederum schelmisch. Und stolz berichtet er, dass der Alpziger bei Einheimischen und Gästen gleichermaßen beliebt ist.

Als Landwirt ist er davon überzeugt, dass der Käse, der auf der Alp produziert wird, geschmacklich besser ist im Vergleich zu Käse, der von Kühen aus dem Tal stammt. Denn die Kühe auf der Büchernalp grasen jeden Tag draussen und ernähren sich von Gräsern, Alpkräutern und Wildblumen. 55 Milchkühe verbringen den Sommer auf der Alp. Mit ihrer Milch kann Lars täglich 26 Laike produzieren, die dann im kühlen Keller der Alphütte lagern. Wenn der Platz knapp wird, lädt Lars die Besitzer der Kühe ein, ihren Anteil an Käse abzuholen. Jeder bekommt so viele Käselaike, wie es proportional der Menge an Milch entspricht, die ihre Kühe gegeben haben. Für Lars ist der Tag des Käseteilens der schönste Tag. Er liebt es, die Freude in den Gesichtern der Kuhbesitzer zu sehen, wenn sie den köstlichen Käse probieren. Für ihn ist es das grösste Kompliment, wenn er die Menschen mit «seinem Käse» glücklich machen kann.



# Entdecke faszinierende Orte mit Wanderkarten von swisstopo

- Wasser- und reissfestes Papier
- Einfach und verständlich
- Handliches Format



Foto: © Volker Locher – stock.adobe.com



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

Bundesamt für Landestopografie swisstopo  
[www.swisstopo.ch](http://www.swisstopo.ch)





# BÜCHER FÜR DIE BERGE

WEBER  
VERLAG

Schweizer Alpen-Club SAC  
Club Alpin Suisse  
Club Alpino Svizzero  
Club Alpin Svizzer



**20% RABATT**

MIT DEM CODE «WANDERN2023»

## NEUHEITEN UND BESTSELLER

aus dem Weber Verlag  
und dem SAC Verlag



**Kochen unter freiem Himmel –  
Die Outdoorküche in den Bergen**  
ISBN 978-3-03818-439-3  
CHF 49.–



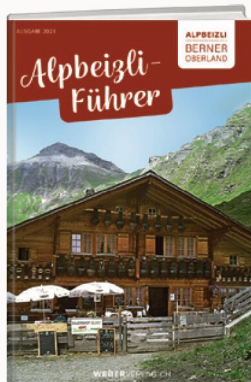
**SAC Ausbildung  
Bergwandern/Alpinwandern**  
ISBN 978-3-85902-477-9  
CHF 54.–



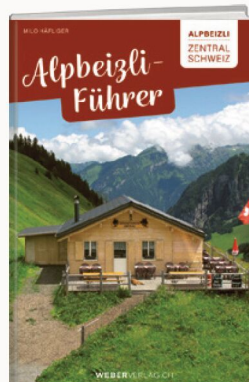
**Familienausflüge  
zu SAC-Hütten**  
ISBN 978-3-85902-474-8  
CHF 49.–



**SAC Bergwandern  
von Hütte zu Hütte**  
ISBN 978-3-85902-473-1  
CHF 49.–



**Alpbeizli-Führer  
Berner Oberland**  
ISBN 978-3-03818-457-7  
CHF 39.–



**Alpbeizli-Führer  
Zentralschweiz**  
ISBN 978-3-03818-458-4  
CHF 39.–



Bestellungen  
im Onlineshop  
[www.weberverlag.ch](http://www.weberverlag.ch)  
oder mit Bestellschein.

Bei Bestellungen  
im Onlineshop:  
Für 20% Rabatt  
den Gutscheincode  
«Wandern2023»  
eingeben.

### Bestellung

Gutscheincode «Wandern2023»

- \_\_\_ Ex. «Kochen unter freiem Himmel»  
ISBN 978-3-03818-439-3, CHF 49.–
- \_\_\_ Ex. «Bergwandern von Hütte zu Hütte»  
ISBN 978-3-85902-473-1, CHF 49.–
- \_\_\_ Ex. «Familienausflüge zu SAC-Hütten»  
ISBN 978-3-85902-474-8, CHF 49.–
- \_\_\_ Ex. «Ausbildung Bergwandern/Alpinwandern»  
ISBN 978-3-85902-477-9, CHF 54.–
- \_\_\_ Ex. «Alpbeizli-Führer Berner Oberland»  
ISBN 978-3-03818-457-7, CHF 39.–
- \_\_\_ Ex. «Alpbeizli-Führer Zentralschweiz»  
ISBN 978-3-03818-458-4, CHF 39.–

(Preise zzgl. Versandkosten)

Name/Vorname

Adresse

PLZ/Ort

E-Mail

Datum

Unterschrift

**Bestellungen an:** Weber Verlag AG, Gwattstrasse 144, 3645 Thun/Gwatt,  
Telefon 033 336 55 55, [mail@weberverlag.ch](mailto:mail@weberverlag.ch), [www.weberverlag.ch](http://www.weberverlag.ch)





# IM FOKUS



## TRINKVENTIL

ACHTEN SIE DARAUF, DASS DIE SCHUTZKAPPE GUT VERSCHLOSSEN WERDEN KANN. SONST KANN SICH DAS TRINKVENTIL BEIM WASSERFÜLLEN KONTAMINIEREN.

## LEBENSDAUER

UNBEDINGT HERSTELLERANGABEN BEACHTEN. EIN INDIZ, DASS DER FILTER GEWECHSELT WERDEN SOLLTE, IST GERINGER WASSERDURCHFLUSS.

## MEMBRANE

MEMBRANE HIN UND WIEDER VORSICHTIG REINIGEN. FILTER MIT FRISCHEM WASSER IN DER FLASCHE SCHÜTTELN ODER IM TRINKWASSER SCHWENKEN. VOR EINER LÄNGEREN LAGERUNG UNBEDINGT DESINFIZIEREN.

## GRÖSSE

SOLCHE FILTERFLASCHEN LASSEN SICH SEHR KLEIN ZUSAMMENFALTEN UND HABEN NUR WENIG EIGENGEWICHT.

## WEICHMACHER

ACHTEN SIE DARAUF, DASS DER KUNSTSTOFF BPA-FREI IST.

## WASSERQUELLE

DIE MEISTEN FILTERSYSTEME FILTERN ZUVERLÄSSIG BAKTERIEN, PARASITEN UND SEDIMENTE – ABER KEINE VIREN. AUCH HIER: HERSTELLERANGABEN BEACHTEN.

## BEFREE WATER FILTRATION, KATADYN

[KATADYNGROUP.COM](http://KATADYNGROUP.COM)

DIESES FILTERSYSTEM IST IDEAL FÜR WANDE- RUNGEN. DIE FLASCHE KANN AM BERGBACH ODER AN EINEM BRUNNEN AUFGEFÜLLT WERDEN, UND DAS WASSER WIRD DIREKT BEIM TRINKEN GEFILTERT. DAS SYSTEM BRAUCHT NUR EIN MINIMUM AN PLATZ UND GEWICHT.

CHF 49.–





# Der Durst kommt beim Wandern

Wasser ist der wichtigste Begleiter auf Wanderungen. Egal ob Kunststoff, Aluminium, Edelstahl oder im Trinkbeutel – transportieren lässt es sich in allen möglichen Gefässen, nachfüllen aber nicht überall.

Das Schwerste im Rucksack ist meistens das Wasser. Leider bringt es wenig, gleich am Anfang der Wanderung möglichst viel zu trinken, damit der Rucksack leichter wird. Der Körper kann Wasser kaum speichern. Wasser sollte man darum oft und in kleinen Mengen trinken, damit der Körper leistungsfähig bleibt. Wenn sich das Durstgefühl einstellt, ist es meist schon zu spät. Wie viel Wasser man mitnehmen soll, ist sehr individuell und hängt von diversen Faktoren ab. Auf kurzen Wanderungen eine 1,5-Literflasche dabei zu haben, ist bestimmt nicht falsch.

Der beste Durstlöscher ist Wasser oder Mineralwasser. Mineralwasser versorgt den Körper zusätzlich mit Mineralstoffen, die beim Schwitzen ausgeschieden werden. Reiner Fruchtsaft, Kaffee oder Süssgetränke sind nicht zu empfehlen. Gerade Süssgetränke machen wegen des hohen Zuckergehalts eher mehr Durst als sie ihn löschen. Auch alkoholhaltige Geträn-

ke wie Bier trinkt man am besten am Feierabend – denn Alkohol entzieht wie Kaffee dem Körper Wasser. Nicht immer kommt man auf Wanderungen an Wasserquellen mit Trinkwasser vorbei. In Karstgebieten wie im Jura oder höher in den Bergen sind Trinkwasserbrunnen selten. Brunnen, die kein Trinkwasser führen, sind in der Schweiz deklariert. Ist kein Piktogramm angebracht, kann das Wasser getrunken werden. Und übrigens: Auch wenn der Bergbach noch so klar plätschert, empfiehlt es sich nie, direkt daraus zu trinken. Abhilfe schaffen heute kleine und sehr handliche Wasserfiltersysteme. Flasche ins Wasser halten, Deckel drauf und schon kann das Wasser getrunken werden. Ein weiterer Vorteil: So muss weniger Trinkwasser im Rucksack mitgeschleppt werden.

 ERIC SEND



## FBB II, THERMOS

THERMOSEU



DIE FBB IST EINE DOPPELWANDIGE ISOLIERFLASCHE BESTER QUALITÄT AUS BEULENFESTEM EDELSTAHL. DIE GETRÄNKE BLEIBEN BIS ZU 24 STUNDEN WARM BZW. KALT. DANK DRUCKTASTE GESTALTET SICH DAS EINGIESSEN ÄUSSERST KOMFORTABEL.

CHF 55.- (1 L)

## WIDE MOUTH LIGHTWEIGHT

HYDROFLASK.COM

EINE ISOLIERFLASCHE, DIE MIT IHRER VAKUUMISOLIERUNG GETRÄNKE BIS ZU 12 STUNDEN WÄRMT ODER BIS ZU 24 STUNDEN KÜHLT. MIT IHRER GROSSEN ÖFFNUNG LÄSST SIE SICH ZUDEM BESONDERS EINFACH BEFÜLLEN UND AUSWASCHEN.

CHF 49.-



## WIDEPAC LP, SOURCE

SOURCEOUTDOOR.COM

DAS WIDEPAC LP IST EIN LEICHTES TRINKSYSTEM, DAS AUS EINEM FLACHEN WASSERBEUTEL UND EINEM TRINKSCHLAUCH MIT BEISSVENTIL BESTEHT. DER SCHIEBEVERSCHLUSS REICHT ÜBER DIE GANZE BREITE DES BEUTELS UND LÄSST SICH EINFACH BEFÜLLEN.

CHF 43.- (2L)



DIE STANDARD MOUTH IST EINE ROBUSTE UND VIELSEITIG EINSETZBARE, DOPPELWANDIGE ISOLIERFLASCHE AUS 18/8 EDELSTAHL UND HÄLT GETRÄNKE BIS ZU 24 STUNDEN KALT BZW. 6 STUNDEN WARM.

CHF 39.-

HYDROFLASK.COM

STANDARD MOUTH



DIE TRINKFLASCHE BESTEHT AUS ALUMINIUM UND VERFÜGT ÜBER EINE GESCHMACKSNEUTRALE, SÄURERESISTENTE INNENBE-SCHICHTUNG. SIE IST AUS EINEM STÜCK GEFERTIGT UND IST DADURCH LEICHT UND STABIL.

CHF 26.-

SIGG.COM

TRAVELLER MOUNTAIN, SIGG

INFORMATIONEN ZUR  
VERFÜGBARKEIT DER  
PRODUKTE SOWIE  
WEITERE AUSTRÜSTUNG  
FINDEN SIE AUF  
*BAECHLI-BERGSPORT.CH*



## «Ob Edelstahl, Kunststoff oder Aluminium ist Geschmackssache»



### INFO

JANINE BÜHLMANN LIEBT DAS DRAUSSEN-SEIN, SEI ES AUF SKI- ODER HOCHTOUREN, BEIM WANDERN ODER AUF DEM VELOSATTEL. SIE ARBEITET ALS FILIALLEITERIN BEI BÄCHLI-BERGSPORT IN DER FILIALE IN ZÜRICH-OERLIKON.

### Janine Bühlmann, wie viel Wasser gehört bei einer Tagestour in einen Wanderrucksack?

Ich empfehle jeweils, sich gut zu überlegen, wie anstrengend die Tour ist, ob es heiss ist oder eher kühl oder ob man unterwegs an Brunnen vorbeikommt. Eine 1,5-Liter-Flasche Wasser kommt bei mir eigentlich immer in den Rucksack. Für eine Tagestour sollten es bestimmt 2 Liter, im Sommer sogar mehr sein.

### Es gibt Trinkflaschen oder Trinksysteme mit Schlauch und Wasserblase. Was ist besser?

Ein Trinksystem mit einer Wasserblase hat viele Vorteile. Man muss nicht jedes Mal den Rucksack öffnen, wenn man einen Schluck Wasser will, das Wasser wird nahe am Körper getragen und sorgt so für eine gute Gewichtsverteilung. Wichtig ist, dass man natürlich einen Rucksack hat, der sich für das Trinksystem eignet.

### Trinkflaschen gibt es aus Kunststoff, Edelstahl oder Aluminium. Welches Material empfiehlt sich?

Das ist Geschmackssache. Kunststoffflaschen sind sehr leicht und haben den Vorteil, dass man immer sieht, wie viel Wasser drin ist oder ob es verunreinigt ist. Eine Edelstahl- oder Aluminiumflasche ist etwas schwerer, aber robuster. Und wer sein Getränk kühl oder warm halten will, nimmt eine Thermosflasche.

### Kann man säurehaltige Getränke wie Fruchtsäfte in Aluminiumflaschen füllen?

Grundsätzlich eher nicht, ausser sie hat, wie das viele Flaschen heute haben, eine säureresistente Innenbeschichtung. Gerade aber bei einer Delle kann sich die Innenbeschichtung auch lösen, weswegen wir für Aluminiumflaschen Wasser oder Tee empfehlen.

### Schmeckt das Wasser von Kunststoffflaschen nicht immer etwas nach Plastik?

Höchstens bei minderwertigen Kunststoffflaschen. Unsere Flaschen sind geruchsneutral und – auf das sollte man achten – BPA-frei. BPA ist die Abkürzung für Bisphenol A, welches als Weichmacher für Kunststoff verwendet wird. BPA ist aber auch ein hormonaktiver Stoff und kann die Gesundheit und die Umwelt gefährden.

### Es gibt immer mehr kleine, handliche Wasserfiltersysteme. Für welche Touren eignen sich diese?

Die sind optimal für Wanderungen mit zweifelhaften Wasserquellen, Trailrunning oder Reisen im Ausland. Dabei gilt es zu beachten, dass das Wasser klar sein muss. Brackwasser aus einem Tümpel empfiehlt sich mit den kleinen Wasserfiltersystemen nicht. Diese Systeme beseitigen keine Viren oder chemische Verunreinigungen. Also am besten klare Bergseen oder Bäche.



WER TIEFER IN DIE  
GESCHICHTE  
EINTAUCHEN UND  
DIE SCHÖNHEIT  
DER FLORA UND  
DIE WILDE  
MACCHIA ERLEBEN  
WILL, MUSS DIE  
STEILE KÜSTE  
HINTER SICH  
LASSEN UND DAS  
HINTERLAND AUF  
EINSAMEN  
WANDERUNGEN  
ERKUNDEN – DANN  
FINDET MAN  
DIE SEELE DER  
CINQUE TERRE!

FRANK BUMANN,  
IMBACH-WANDERLEITER







# Die fantastischen fünf

Wie bunte Schwalbennester kleben  
die fünf Dörfer der Cinque Terre –  
Monterosso, Vernazza, Corniglia,  
Manarola und Riomaggiore –  
an den Felsen der ligurischen Steilküste.  
Verschlungene Pfade mit  
atemberaubenden Aussichten aufs  
Meer führen durchs Hinterland und von  
Dorf zu Dorf.

Riomaggiore gefällt mir ausserordentlich gut. Im östlichsten der fünf Cinque-Terre-Dörfer leuchten die eng aneinandergeklebten Häuser in kräftigen Rot-, Ocker-, Gelb- und Orangetönen. Vom kleinen Hafen im Fischerviertel zwängen wir uns durch die engen Gassen zur Kirche von San Giovanni Battista. Der Blick geht über das bunte Dorf zum Meer, wo am frühen Morgen schon die ersten Boote hinausfahren. Ins Nachbardorf Manarola möchten wir wandern. Allerdings nicht über die bekannte Via dell'Amore, einen in die Steilfelsen gehauenen Fussweg für (verliebte) Spaziergängerinnen und Spaziergänger, sondern auf wenig bekannten Pfaden durchs Hinterland. Wir verlassen Riomaggiore über eine alte Steinbrücke, dann geht es über steinerne Stufen und an Trockenmauern entlang, vorbei an mediterranen Sträuchern und Weinreben, steil bergauf. Ein Vorgeschmack auf die Wege in den Cinque Terre, die mit teils ruppigen Auf- und Abstiegen aufwarten. Ir-





Riomaggiore.



Corniglia.



Vernazza.



gendwann schnaufen wir dann durch. Der Weg zieht sich mit wunderbaren Blicken auf das Meer am Hang entlang, ehe er eine scharfe Biegung ins Landesinnere macht. Groppo heisst der nächste Ort auf unserer Wanderung. Dort befindet sich die Cantina Sociale Coop Agricoltura, die seit 1973 die Mehrzahl der Cinque-Terre-Winzer wirtschaftlich vereint und dem Weinanbau und der Weinerzeugung beachtliche Impulse verliehen hat. Und wir wären nicht mit Imbach-Reisen unterwegs, würden wir dort nicht einen Besuch mitsamt Verkostung machen. Einen kühlen Bianco, einen süssen Sciacchetrà, und Wanderleiter Frank Bumann zaubert aus seinem Rucksack noch ein vorzügliches Picknick, das wir auf der Terrasse der Winzergenossenschaft geniessen dürfen. Wir sagen: Grazie mille! – und kaufen im Laden noch ein Pesto Genovese und eine Patè di olive für zu Hause. Schon nach kurzer Zeit erreichen wir eine Kirche: Nostra Signora della Salute. Der Kirchenplatz ist weitläufig, die Blicke aufs azurblaue Meer himmlisch. Der Ort dazu heisst Volastra. Frank geht zielsicher in die Locanda Tiabuscion – und kommt wenig später mit einem Tablett voller Espressi heraus. Der perfekte Gastgeber! Vielleicht möchte er uns auch bei Laune halten, denn er weiss bestimmt, was jetzt noch kommt. Denn so, wie es von Riomaggiore am Vormittag bergauf ging, geht es nun wieder hinunter: steil und über endlose Treppenstufen, durch Weinberge und Olivenhaine. Manarola leuchtet in der Spätnachmittagssonne. Verschachtelt und aufeinandergetürmt wie Bauklötze liegen die pastellfarbenen Häuser neben- und übereinander auf einem ins Meer ragenden Hügel. Ich fühle mich wie in einer Miniaturwelt. Die Hauptgasse ist schmal, die Piazza klein und der Hafen so winzig, dass die Fischerboote mithilfe einer Seilwinde aus dem Meer hinaufgezogen und vor den Häusern und Restaurants «parkiert» werden.





Manarola.



Monterosso.

### Zwischen Bergen und Meer

In die Cinque Terre kommt man nicht zum Badeurlaub. Einzig in Monterosso al Mare, dem grössten der fünf Orte, gibt es einen Sandstrand. In die Cinque Terre kommt man zum Wandern. Und in die Cinque Terre fährt man nicht mit dem Auto. Die Staatsstrasse verläuft abseits, und die fünf Dörfer sind von dieser aus nur durch schmale und kurvenreiche Stichstrassen erreichbar. In die Cinque Terre fährt man mit dem Zug. Und deshalb muss man über diese Bahnlinie reden. Die Eisenbahnstrecke von Genua nach La Spezia wurde 1874 gebaut, und jedes der Cinque-Terre-Dörfer bekam seinen eigenen Bahnhof. Ausserhalb dieser Bahnhöfe, also zwischen den Dörfern, verläuft die Bahnstrecke fast ausschliesslich durch Tunnels an der Küste entlang. Zwischendurch erhascht man einen Blick aufs Meer, was diese Zugfahrt ganz nebenbei zu einer touristischen Attraktion macht. Teilweise gibt es bis zu drei Verbindungen pro Stunde, was äusserst praktisch ist.

Wir steigen in Vernazza aus dem Zug. Unser Ziel ist dieses Mal das Nachbardorf Corniglia. Von vielen Reiseführern wird Vernazza als das schönste Dorf der Cinque Terre angepriesen, was natürlich Geschmackssache ist. Aber die schaukelnden Boote im Hafenbecken, dahinter die bunten Häuser, gekrönt von zwei historischen Burgtürmen, bilden unbestritten ein harmonisches Ensemble. Auch der Wallfahrtsweg zum Santuario di Reggio meint es gut mit uns. Er führt nicht ganz so steil bergauf, lässt uns Zeit zum Innehalten. Vor allem der Platz bei der Wallfahrtskirche hat es uns angetan: Steineichen, Zedern, Kastanienbäume und eine jahrhundertalte Zypresse, die als die älteste in Ligurien gilt, beschatten den Platz. Unser Weg wird nun etwas verschlungener, er führt durch Waldstücke, über Bäche und durch kleine Schluchten, dann wieder über offene





Hoch über dem Meer zwischen Riomaggiore und Manarola.

Terrassenlandschaften, die gesäumt sind von gelb blühenden Ginsterbüschen. Dieses eindruckliche Land zwischen Bergen und Meer steht als Nationalpark unter Schutz. Dann wieder eine Wallfahrtskirche: Nostra Signora delle Grazie hoch oben bei San Bernardino. Unsere Blicke gehen hinunter nach Corniglia, dem Ziel unserer Wanderung. Corniglia ist das mittlere der fünf Dörfer und das einzige, das nicht direkt am Meer liegt. Stolz wie ein einsamer Wachtposten thront das pittoreske Dorf auf einem Felsen etwa 100 Meter über der Brandung. In den lebhaften Gassen erhaschen wir gerade noch ein Plätzchen für ein kühles Bier. Ganz zu Ende ist unsere Wanderung aber noch nicht. Der Bahnhof von Corniglia liegt weit unterhalb des Ortes. Eine Backsteintreppe, die Scalinata Lardarina, führt hinunter zur Bahnstation – über 33 Rampen und 377 Stufen. Wie könnte es in der Cinque Terre auch anders sein?

✍ JOCHEN IHLE

#### INFO

DER NATIONALPARK CINQUE TERRE IST EINER VON 24 NATIONALPARKS IN ITALIEN. ER IST TEIL DER KULTURLANDSCHAFT CINQUE TERRE, DIE 1997 ZUM UNESCO-WELTKULTURERBE ERKLÄRT WURDE. DIE WANDERREISE ENTSTAND IN ZUSAMMENARBEIT IM IMBACH REISEN, [IMBACH.CH](http://IMBACH.CH)



# Wanderferien

Geschichte, Kultur und mediterranes Flair in Italien

## Cinque Terre

9.–16. September 2023 | ab CHF 1890

Die malerischen Küstendörfer an der italienischen Riviera, das urtümliche Hinterland, die Insel Palmaria, rötlich-schimmernde Berge und die lokalen Marmor-Steinbrüche begeistern während dieser Wanderreise jeden Tag aufs Neue. Wanderzeit 3–4 h.

## Kalabrien

16.–23. September 2023 | ab CHF 1990

Felsige Küsten, unterbrochen von Sandstränden, naturbelassene Landschaften und der Nationalpark Aspromonte in einer nahezu unberührten Bergwelt – die Schönheit der Stiefelspitze Italiens verzaubert. Wanderzeit 3–4½ h.

## Amalfi-Küste

23.–30. September 2023 | ab CHF 2390

Die Amalfi-Küste gilt für viele als Traumziel. Zu Recht – die Schönheit der steil abfallenden Felsenküste, in deren Schluchten kleine Städtchen liegen, ist einzigartig. Unweit von Neapel und im Schatten des Vesuvs zeigt sich Italien von seiner ursprünglichen Seite. Wanderzeit 2–4 h.



[www.imbach.ch/italien](http://www.imbach.ch/italien) • 041 418 00 00

# IMBACH

wandern weltweit

ANZEIGE



The image is a food photograph with a rustic, cozy theme. In the upper half, a dark, heavy-duty cast-iron pot sits on a dark surface. It is filled with a vibrant red soup, likely tomato-based, and garnished with fresh green leafy herbs. A long-handled metal spoon rests inside the pot. Below the pot, a thick, grey, textured knit blanket is draped across the frame. In the lower right foreground, a white ceramic bowl is filled with the same red soup. It is topped with a generous amount of fresh green herbs and a large, golden-brown, crusty bread roll that has been torn into pieces. The lighting is soft and directional, creating a warm and inviting atmosphere.

# Hütten Feeling

In Kooperation mit:

EINFACH. RAFFINIERT. KOCHEN.  
**le menu**





# Federkohl-Cannellini-Minestrone

## TIPP

Mit geröstetem Brot servieren.

**ZUBEREITEN** ca. 25 Minuten

**EINWEICHEN** über Nacht

**KÖCHELN** ca. 1 Stunde

## ZUTATEN für 4 Personen

- 250 g getrocknete Cannellinibohnen,  
über Nacht in kaltem Wasser eingeweicht
- 2 EL Olivenöl
- 2 Zwiebeln, in Würfeln
- 3 Knoblauchzehen, fein gehackt
- 1 Peperoncino, entkernt, fein gehackt
- 1 Lauch, fein gehackt
- 2 Rübli, in kleinen Würfeln
- 3 EL Tomatenpüree
- 1l Gemüsebouillon
- 200g Federkohl, Blätter abgezupft
- 2 EL Zitronensaft
- Salz, Pfeffer

## ZUBEREITUNG

Eingeweichte Bohnen kalt abspülen, abtropfen. Bohnen in siedendem Wasser ca. 1 Stunde köcheln, abgiessen, beiseitestellen.

Öl in einer Pfanne heiss werden lassen, Zwiebeln und alle Zutaten bis und mit Rübli hinzugeben, ca. 5 Minuten andämpfen. Hitze erhöhen, Tomatenpüree hinzugeben und ca. 1 Minute caramolisieren. Mit Bouillon ablöschen, Cannellini und Federkohl hinzugeben, ca. 10 Minuten köcheln lassen. Zitronensaft begeben, würzen.



# Haselnuss- brote

**ZUBEREITEN** ca. 2 Stunden (ca. 1 Stunde vor und ca. 1 Stunde nach der Teigruhe)

**AUFGEHEN LASSEN** 10–12 Stunden

**BACKEN:** ca. 40 Minuten

Backpapier, Blech oder Backstein

## ZUTATEN für 2 Brote

### FÜLLUNG

100 g Haselnüsse, grob gehackt  
50 g Wasser  
20 g Butter  
70 g Ahornsirup

### TEIG

300 g Wasser, 15–17°C  
1 g Frischhefe (sehr frisch!)  
315 g Weizen-Halbweissmehl  
135 g Weizen-Ruchmehl  
3 g gemahlener Zimt  
10 g Salz  
wenig Olivenöl

## ZUBEREITUNG

**VORBEREITEN** Vortag abends: Für die Füllung alle Zutaten in eine kleine Pfanne geben und unter ständigem Rühren bei mittlerer Hitze caramelisieren. Nach dem Caramelisieren die Haselnüsse lose auf einem Backpapier verteilen und abkühlen lassen. Für den Teig das Wasser in die Teigschüssel geben und die Hefe (1 g entspricht etwa der Grösse einer Kichererbse) einrühren. Anschliessend die Mehle, den Zimt und das Salz dazugeben und 5–8 Minuten auf niedriger Stufe kneten. Weitere 5–8 Minuten auf höherer Stufe zu einem weichen und geschmeidigen Teig auskneten. Den Teig luftdicht bedecken und an einen 21–23°C warmen Ort stellen.

**ERSTE TEIGRUHE / TEIG FALTEN** Nach 30 Minuten Ruhezeit den Teig auf die leicht mit Wasser besprühte Arbeitsfläche geben und vorsichtig mit befeuchteten Fingern auseinanderziehen, bis er 3–5 mm dick ist. Die caramelierten Haselnüsse auf dem Teig verteilen, etwas andrücken und den Teig wie ein Küchentuch zusammenfalten, bis ein gleichmässig geformtes Teigpaket vor Ihnen liegt. Mit der glatten Seite nach oben in die Teigschüssel legen.

**ZWEITE TEIGRUHE** Den Teig 10–12 Stunden luftdicht bedeckt bei 21–23°C reifen lassen. Für eine optimale Teigreife ist es wichtig, die Temperatur einzuhalten.

**FORMEN / DRITTE TEIGRUHE** Am nächsten Tag den Teig mit der glatten Seite nach unten auf die leicht bemehlte Arbeitsfläche geben und den Teig halbieren. Zuerst zu Kugeln einschlagen und dann länglich formen. 10 Minuten mit einem Küchentuch bedeckt entspannen lassen. Jetzt ein Drittel des Teiglings zu einem dünnen Teiglappen auswallen – gut bemehlen. Danach den Rand des Teiglappens mit etwas Olivenöl bestreichen und über den Teiglaib legen. Die beiden Brote mit dem Teiglappen nach unten – also auf dem Kopf! – auf ein sauberes Küchentuch legen. Mit einem weiteren Küchentuch bedecken und nochmals 45 Minuten bei 21–23°C gehen lassen.

**BACKEN** Umgekehrtes Blech oder Backstein auf dem Gitterrost im unteren Drittel im Ofen auf 240°C vorheizen (Unter- und Oberhitze). Die beiden Brote mit dem «Kopf» nach oben auf ein Backpapier legen und bemehlen. 10 Minuten bei 240°C mit Dampf backen. Nach 10 Minuten den Dampf entweichen lassen und ca. 30 Minuten bei 220°C fertig backen.





# Rhabarber-Heidelbeer-Pie

## ZUBEREITUNG

**VORBEREITEN** Mehl, Zucker und Salz wenn möglich in einer Metallschüssel mischen. Butter dazugeben und alles 20 Minuten in den Tiefkühler stellen.

**TEIG** Mehl und Butter zu einer grobkrümeligen Masse verreiben. Dabei rasch arbeiten, damit die Zutaten nicht warm werden. Eine Mulde formen. Eiswasser und Essig hineingeben und kurz zu einem Teig zusammenfügen. Er muss nicht komplett glatt sein, es dürfen auch noch Butterstückchen sichtbar sein. Teig halbieren, Kugeln formen, leicht flach drücken und in Folie gewickelt 1 Stunde kühl stellen.

**FORMEN** Teige auf wenig Mehl 3 mm dick zu 2 Rondellen auswallen. Vorbereitete Pie-Form mit einem Teig auslegen. Teigboden mit einer Gabel einstechen. Zweite Teigondelle auf ein Backpapier ziehen. Eine Rondelle in der Grösse des oberen Formenrandes zuschneiden. Teigboden und Deckel 20 Minuten tiefkühlen.

**ZUBEREITEN** ca. 1 Stunde

**KÜHL STELLEN** ca. 1 Stunde 20 Minuten

**BACKEN** ca. 45 Minuten

1 Kuchenform von ca. 24 cm Ø, mit hohem Rand  
Backpapier, Butter und Paniermehl für die Form

## ZUTATEN für 12 Stücke

### TEIG

225 g Weizen-Weissmehl  
1 EL Zucker  
¼ TL Salz  
150 g Butter, kalt, in 1–2 cm grossen Stücken  
1,25 dl Wasser, eiskalt  
2 TL heller Essig

### FÜLLUNG

450 g Rhabarber, in Würfeln  
250 g Heidelbeeren  
50 g Rohrzucker  
50 g weisser Zucker  
2 Pk. Vanillezucker  
½ TL Zimtpulver  
2 EL Kokosmehl oder  
1½ TL gemahlene Flohsamenschalen  
1 Eiweiss, mit 1 TL Wasser verrührt  
1 EL Zucker zum Bestreuen  
10 g Salz  
wenig Olivenöl

**FÜLLUNG** Alle Zutaten mischen.

**FERTIGSTELLEN** Teigdeckel in Rhomben schneiden, dabei die Form der Rondelle belassen. Füllung auf dem Teigboden verteilen. Teigrand mit Eiweiss bestreichen. Teigrhomben mithilfe des Backpapiers auf die Füllung legen/stürzen, Rand andrücken. Deckel mit Zucker bestreuen.

**BACKEN** Im unteren Teil des auf 200°C vorgeheizten Ofens 40–45 Minuten backen.

### TIPP

Wie wird Pie-Teig mürbe und dennoch stark genug, um eine schwere Füllung zu tragen? Die Technik macht es aus! Ziel ist, einen Teig zu erhalten, der einerseits schön mürbe ist und andererseits stabil genug, um die schwere Füllung tragen zu können. Um ein Zuviel an Glutenbildung zu vermeiden, sind folgende Punkte zu beachten. Erstens: gut gekühlte Zutaten verwenden. Zweitens: die Bearbeitung des Teiges möglichst kurz halten.





#### 1 Kleiner Kiesel ganz gross

Kieselsteine sind auf Flusswanderungen gern gesehene Begleiter. Haben Sie auch schon ihre gerundete Form, ihre Farben und Linien bewundert – vielleicht auch schon mal einen als Souvenir mitgenommen? Die Sonderausstellung «Kleiner Kiesel ganz gross» im Naturmuseum St.Gallen möchte nicht nur ihre Schönheit aufzeigen, sondern auch die verborgenen Geschichten dahinter entdecken. Woher kommen sie und wie erhielten sie ihre Form? Was lebt zwischen und unter ihnen und wofür werden sie heute verwendet? Bis 17. September 2023 im Naturmuseum St.Gallen. [naturmuseumsg.ch](http://naturmuseumsg.ch)

## Neues aus der Wanderwelt



#### 3 Rund um den Genfersee

Der Genfersee vermag zu jeder Jahreszeit begeistern. Dieser Wanderführer stellt 60 Touren vor: zum Schloss Chillon bei Montreux, durch die Weinberge des Lavaux und in die Parks von Lausanne und Genf sowie entlang von Uferpromenaden und durch Wälder bis hin zu Gipfeltouren im Chablais, auf den Salève und zu den Dents du Midi.

CHF 23.90

[wandershop-schweiz.ch](http://wandershop-schweiz.ch)



#### 2 Für sauberes Wasser

Die zusammenfaltbare Squeeze-Flasche ist ein All-in-One-System zur Wasserspeicherung und -filtrierung. Herausgefiltert werden Bakterien, Parasiten sowie Mikroplastik und Schlick, Sand und Schwebestoffe, die grösser sind als 0,2 Mikron. Die Flasche kann ohne Filter als Wasserspeicher verwendet werden, und der Filter kann auf andere Wasserflaschen geschraubt, als separater Strohhalmfilter und mit dem Gravity-Filtersystem genutzt werden. Verfügbar mit 650 ml und 1 Liter Fassungsvermögen.

CHF 49.-

[eu.lifestraw.com](http://eu.lifestraw.com)

#### 4 Sicher und luftig-leicht

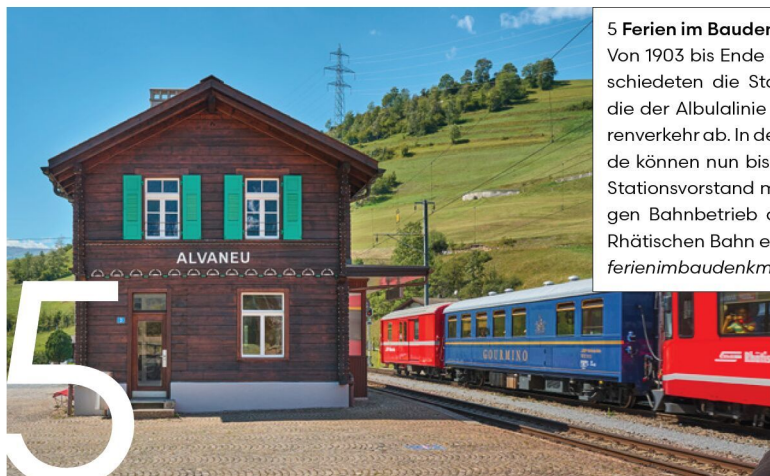
Die leichten Trek-Sandalen von Lizard sind für die täglichen Ausflüge auf gemischtem Terrain gemacht. Dank verstellbaren Klettverschluss-Riemen aus 100% recyceltem Gurtband mit Mesh-Polsterung und dem Fussbett aus vorgeformtem Kunststoff mit strukturierter Oberfläche trägt sich die Outdoor-Sandale bequem und sitzt satt-sicher am Fuss. Die leichte Zwischensohle mit einer progressiven 7-mm-Sprengung sorgt für ein reaktionsfreudiges Laufgefühl.

CHF 100.-

[lizardfootwear.com](http://lizardfootwear.com)







#### 5 Ferien im Baudenkmal

Von 1903 bis Ende der 80er-Jahre empfangen und verabschiedeten die Stationsbeamten in Alvaneu Fahrgäste, die der Albulalinie entlangreisten, und fertigten den Warenverkehr ab. In dem heute stillgelegten Bahnhofsgelände können nun bis zu fünf Feriengäste dort, wo einst der Stationsvorstand mit seiner Familie wohnte, den lebendigen Bahnbetrieb auf der UNESCO-Welterbestrecke der Rhätischen Bahn erleben.

[ferienimbaukenmal.ch](http://ferienimbaukenmal.ch)

#### 6 Für heisse Sonnentage

Der Quandary Brimmer Hut von Patagonia schützt mit seinem breiten Rand bestens vor Sonne auf Reisen und beim Wandern. Der Sonnenhut besteht zu 95 % aus Nylon und wird durch 5 % stretchfähiges Elasthan ergänzt. Angenehm ist das Schweißband mit schnellem Feuchtigkeitstransport; ein Halsband sorgt dafür, dass der Hut auch bei Wind auf dem Kopf bleibt. Aus recycelten Rohstoffen. Fairtrade-zertifiziert.

CHF 60.–

[patagonia.com](http://patagonia.com)



#### 8 Wandern mit Bus alpin

Wo sonst nur Autos hinkommen, erschliesst der Verein Bus alpin zusammen mit regionalen Partnern in 19 Schweizer Bergregionen touristische Ausflugsziele mit dem ÖV. Die Buslinien werden als Fixkurse und reservationspflichtige Rufbusse angeboten. Seit letztem Sommer gibt es die Bus-alpin-App. Sie senkt den Aufwand beim Reservieren, ermöglicht bargeldloses Zahlen und reduziert Leerfahrten. Per App buchbar sind Fahrten in den Regionen Val-de-Charmey und Greina.

[busalpin.ch](http://busalpin.ch)

📷 PASCAL GERTSCHEN



#### 7 100 % Recycling

Die Kollektion der Silver-Ridge-Linie von Columbia Sportswear kommt mit aktualisierten Formen und Silhouetten modern daher und besteht in dieser Saison zu 100 % aus recycelten Materialien. Die vor UV-Strahlen schützende Omni-Shade-Technologie ist in der gesamten Linie eingesetzt, z.B. in der Utility-Wanderhose, die von Seitentaschen mit Reißverschluss über eine Sicherheitstasche bis hin zur Cargo-Tasche jede Menge Stauraum für alle wichtigen Dinge auf der Wanderung bietet.


CHF 85.–

[columbia.com](http://columbia.com)



# Rätsel

Schloss bei Los-torf (SO)	Herbst-blume	lang-beiniger Vogel		reichen, offe-nieren		Verehrer eines Stars		nicht mager	kleinster Teil der Wortbe-deutung	bunte Papa-geien			anstös-siger Witz	Compu-terbau-teil	Spür-hund
↳	↳	↳		↳		↳		↳	↳	↳			↳	↳	↳
hart-näckig, ver-bissen		Benutze-rin (PC)		engl.: Fleder-maus	1			Haus-halts-plan		Berg bei Brienz 2350m			Fluss im Bergell	schweiz. Nutzfahr-zeug-verband	Vorn. v. Schy-gulla
↳	↳	↳		eng ver-bunden, vertraut						Ort der Schweiz, Vogel-warte			↳	↳	6
Laub-baum (Fraxi-nus)			10										Holz-behälter Mz.	jamaik. Tanz-musik	
↳	↳			US-Schau-spieler (Danny)									↳	12	
Kniff, Trick	Winter-sport-region im Kt. BE			frz.: von									Fluss im Tessin	Gallert-substan-zen	ital. Stadt m. Renn-strecke
gefeierte Künst-lerinnen	↳												↳	↳	
↳				an-ständig, ernst-haft		Wagen-schup-pen							Pass im Kt. VD	Rufname Eisen-howers †	Präteri-tum von laden (1. Pers.)
kaputt (ugs.)		Anrede und Titel in England			3								↳	8	
Wohn-zins, Leih-gebühr						dt. Auto-mobil-pionier (Adam) †		am Tages-anfang, zeitig	frz. Plural-artikel	Kreuzes-inschrift			Jonglier-utensil		
eh. Rad-renn-fahrer (Bruno)		Haupt-stadt v. Italien				Gewächs								digitale Audio-kassette	
↳				Fluss in Grenoble						ostafrik. Volks-stamm			Fest-veran-staltun-gen		
musik. Übungs-stück		Brauch, Gewohn-heit		Darstel-ler von Jack Sparrow		witzig, erhei-ternd			5						
↳			4			Winter-sport-gerät	engl.: es ist (2 W.)			lodernd (poet.)		Film-licht-empfind-lichkeit			
Spiel-karten						Region im Kt. ZH									
↳				Bündnis, Ab-kommen						griech. Gebirge in Thes-salien					2
Leicht-metall (Kw.)	Abk.: Schweiz. Volks-partei					Hüft-nerv									
									11						



**ZU GEWINNEN**  
Drei faltbare Trinkflaschen mit Wasserfilter von LifeStraw im Wert von je CHF 49.–  
[eu.lifestraw.com](http://eu.lifestraw.com)

**Auflösung des letzten Rätsels**

S	A	A	N	E	N	L	A	N	D	P	A	N	I	X	E	R
E	R	L	O	S	E	M	I	L	O	K						
I	H	R	E	A	L	T	A	R	K	I	E	N	T	A	L	
R	U	I	N	E						V	A	N	I			
F	E	E	N	S						J	E	T	T	E	N	
T	U	S								N	Z	D				
B	L	A	S	E						S	T	R	E	I	T	
K	O	I	B							E	N					
H	A	E	H							B	E	A	M	T	E	
R	A	N	K	E						N						
T	D	E	N							A	A	R	B	E	R	G
H	U	P	E							G	A	R	D	A		
E	R	R	E	G	T					R	O	T	S	E	E	
E	R	R	E	G	T					R	O	T	S	E	E	
M	I	M	E							N	U	F	E	N		
S	E	T								N	O	A	H			
A	U	E								H	U	N	G	R	I	G

TELLDENKMAL

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12

Senden Sie das Lösungswort bis 31. August 2023 an:

Wandermagazin SCHWEIZ, Rätsel, Fabrikstrasse 8, 4500 Solothurn oder per E-Mail an [raetsel@wandermagazin-schweiz.ch](mailto:raetsel@wandermagazin-schweiz.ch).

Absender inkl. E-Mail-Adresse und Telefonnummer nicht vergessen! Die Gewinner werden direkt benachrichtigt.

Teilnahme nur innerhalb der Schweiz möglich.



# YOUR WAY.

THERE IS A MAKRA FOR EVERY TERRAIN.  
**PRO GTX**



OUTDOOR FOOTWEAR  
**SINCE 1921**



Erfahre mehr zur Produktion auf: [STORIES.HANWAG](https://stories.hanwag.com).

## Beim nächsten Mal:

  
**TOURENPLANER  
SCHWEIZ**

[tourenplaner-schweiz.ch](https://tourenplaner-schweiz.ch)



# Vorschau

DAS WANDERMAGAZIN SCHWEIZ

5 2023 ERSCHEINT AM

1. SEPTEMBER 2023

## Schätze des Waldes

Wälder sind ein besonderer Schatz der Natur. Sie bieten Lebensraum für zahlreiche Pflanzen und Tiere. Auch für uns Menschen sind sie lebensnotwendig und liefern ganz nebenbei wertvolle Zutaten für wohltuende Produkte.



## Schöne Klänge

Johannes Fuchs aus Meistersrüte bei Appenzell ist einer der wenigen Hackbrettbauer in der Schweiz. Das Holz für den Bau des traditionellen Musikinstrumentes findet er in den heimischen Wäldern.



Wir wandern durch schöne Wälder, sind auf Besuch in einer Waldakademie und entdecken mit der Familie den Wildnispark Zürich.

(Auszug, Änderungen vorbehalten)

### IMPRESSUM

Ausgabe 4 | Juli/August 2023

96. Jahrgang der Revue SCHWEIZ.

ISSN 1662-9701, ISBN 978-3-03865-095-9

Wandermagazin SCHWEIZ, Fabrikstrasse 8, CH-4500 Solothurn

Tel. +41 (0)32 626 40 26, Fax +41 (0)32 626 40 39

info@wandermagazin-schweiz.ch, wandermagazin-schweiz.ch

Aktuelle Druckauflage: 14 000 Ex.

Herausgeber: Rothus Medien AG, Solothurn

Verlagsleitung: Silvan Pargäzti, Tel. +41 (0)32 626 40 27

Redaktionsleitung: Jochen Ihle

Korrektur: Fredy Joss

Gestaltung: Rothus Medien AG, Solothurn, Stefanie Pargäzti

Druck: Media Impression, Schönbühl

Kartengrundlagen: outdooractive Kartografie;

© OpenStreetMap, [openstreetmap.org](https://openstreetmap.org)

Mitarbeitende dieser Ausgabe: Bernadett Barta, Cornelia Bisch, Toni Kaiser, Bruno Kalbermatten, Rainer Meichtry, Melanie Meister, Christine Schröder, Eric Send.

Anzeigenberatung: FACHMEDIEN-Zürichsee Werbe AG,

Daniel Baer, Tel. +41 (0)79 338 89 18, [daniel.baer@fachmedien.ch](mailto:daniel.baer@fachmedien.ch)Josta Heller, Tel. +41 (0)44 928 56 10, [josta.heller@fachmedien.ch](mailto:josta.heller@fachmedien.ch)

### Abonnemente in der Schweiz

Ab CHF 59.- in diversen Abo-Varianten erhältlich unter:

[wandermagazin-schweiz.ch](https://wandermagazin-schweiz.ch)

Erscheint 8-mal jährlich. Abonnemente im Ausland auf Anfrage.

Nachdruck, auch auszugsweise, nur mit Genehmigung des

Verlags. Für unverlangte Einsendungen wird jegliche Haftung

abgelehnt.

### UNS GIBT ES AUCH DIGITAL!



### PARTNER:

Schweiz.  
ganz natürlich.





# Weit Wandern

Geführte Wanderungen und Schneeschuhtouren  
 Mehrteilige Weitwanderungen: Schweiz, Europa, Marokko  
 Seit 1994 Anreise mit dem ÖV, Verzicht auf Flugreisen

3700 Spiez [www.weitwandern.ch](http://www.weitwandern.ch) 033 654 18 42



**Wanderungen Sommer 2023**

- 20.07.23 - 23.07.23 Lukmanierpass - Ritomsee - Oberalppass
- 23.07.23 - 30.07.23 Westalpen, zu Fuss ans Mittelmeer 2: PN de la Vanoise
- 29.07.23 - 01.08.23 Simplon - Parco Naturale Veglia e Devero - Val Formazza
- 29.07.23 - 06.08.23 Mystisches Siebenbürgen 1: Fogarasch - Schässburg
- 29.07.23 - 13.08.23 Pyrenäen 6: durch den PNR Catalan ans Mittelmeer
- 04.08.23 - 06.08.23 Albulatal: im Park Ela und zum 3000-er Igl Compass
- 11.08.23 - 13.08.23 Schesapiana, Rätikon: der Abschluss der Ostalpen
- 17.08.23 - 20.08.23 Tour des Combins 1: Val des Bagnes - Val d'Entremont
- 26.08.23 - 09.09.23 Pyrenäen 3: Parque Nacional de Ordesa - Luchonnais
- 01.09.23 - 03.09.23 Cevio und die oberen Maggiatäler
- 10.09.23 - 16.09.23 Puschlav: Spätsommer auf der Alp Grüm
- 01.10.23 - 06.10.23 Malcantone: Wanderwoche an der Tessiner Herbstsonne
- 06.10.23 - 08.10.23 Wandern und Erleben: Vallée de Joux, Le Sentier
- 07.10.23 - 14.10.23 Farben und Düfte im Parc naturel du Lubéron
- 12.10.23 - 15.10.23 Herbstwanderungen im urchigen Safiental
- 20.10.23 - 22.10.23 Jahresschlusswanderung: Val de Travers - Sainte-Croix

**Gletscherwanderungen Sommer 2023**

- 25.08.23 - 27.08.23 Gletscherwanderung Maderanertal - Clariden - Klausenpass
- 07.09.23 - 10.09.23 Gletscherwanderung rund um den Ortler

**Marokko Herbst 2023/Jahreswechsel 2023/2024**

- 29.09.23 - 16.10.23 Herbst im Hohen Atlas: vom Lac Izougar zum M'Goun
- 22.12.23 - 08.01.24 Dünen und Oasen im Oued Draa



## Hohe Ambitionen

Meistere stolze Aufstiege und belohne dich mit atemberaubender Aussicht mit Reini von simply.hiking.  
**sicher. geführt.**



**Via Glaralpina**  
 Vier erlebnisreiche Wandertage, die in die Beine gehen - für Trittsichere und Ausdauernde.  
**14.08. - 17.08. Etappen 14 bis 16** inkl. Königsetappe mit zwei 3000er.

**3000PLUS**  
 Auf zu den höchsten Wandergipfeln der Alpen mit dem Gipfelpass 3000PLUS.  
**02.07. Majinghorn**  
**03.07. - 04.07. Schwarzhorn**  
**29.08. - 30.08. Wildstrubel**  
**31.08. - 01.09. Dreizehntenhorn**  
**02.09. - 03.09. Barrhörner**

**Übernachtungen:**  
 Panixerhütte, Martinsmadhütte, Edelwyss Weissenberge  
 Anspruchsvolles Alpinwandern mit Reini - DEM Guide für die Via Glaralpina

**Nepal 2024**  
 Mitten drin in der faszinierenden Natur und Kultur rund um den Himalaya.  
**20.04. - 04.05. Pokhara, Chitwan**  
**05.05. - 11.05. Chisapani, Helambu**  
**26.10. - 17.11. Manaslu Massiv**

Individuelle Touren für dich oder deine Gruppe auf Anfrage. Alle Angebote auf: [simplyhiking.ch](http://simplyhiking.ch)



Wenige freie Plätze!



## Mit Ihrem Zielpublikum in die Höhe klettern.

Für Ihren Werbeauftritt im Wandermagazin SCHWEIZ.

Tel. +41 79 338 89 18  
[daniel.baer@fachmedien.ch](mailto:daniel.baer@fachmedien.ch)



## Unsere Alpen im Klimawandel

– ein hochaktuelles Thema  
 und ein außergewöhnlicher Bildband!



Bildband **AlpenEis**  
 mit einzigartigen Luftaufnahmen  
 ISBN 978-3-7633-7075-5  
[rother.de](http://rother.de)







# Augmented Reality.



Das Wandermagazin SCHWEIZ erweitert seine Wandertipps mit der Augmented-Reality-Technologie. Diese ergänzt unser Printmagazin mit virtuellen Inhalten und Informationen. So erhalten Sie zu jeder Wanderung zusätzliche Elemente wie 3D-Flüge und GPX-Dateien, dies können aber auch Höhenprofile, Diashows und Standortdaten sein. Egal wo Sie sind – unsere Wandertipps sind immer dabei.

**1**

Scannen Sie mit Ihrem Smartphone den QR-Code unten.

**2**

Scannen Sie das Einstiegsbild des jeweiligen Wandertipps.

**3**

Erleben Sie den 3D-Flug dieser Wanderung.



#### INFO

AUGMENTED REALITY (AR), AUF DEUTSCH ERWEITERTE REALITÄT, BEZEICHNET EINE COMPUTER-UNTERSTÜTZTE WAHRNEHMUNG BZW. DARSTELLUNG, WELCHE DIE REALE WELT UM VIRTUELLE ASPEKTE ERWEITERT.



# Fernab geniessen.

Hüttenwandern – das heisst weg sein vom Alltag, einen Sonnenuntergang in den Bergen erleben, müde in den Schlafsaal kriechen und magische Morgenstimmungen geniessen.

Die nachfolgenden 12 Touren entstammen unserem neuen Wanderbuch.



Bestellbar auf  
**wandershop-schweiz.ch**  
oder mit der Bestellkarte  
hinten im Heft.



ZENTRALSCHWEIZ/LUZERN

# RUND UM DEN GÖSCHENERALPSEE

*Göscheneralp* Vom Stausee zur Dammahütte



Natur



Kultur



Familie



Kondition

↑ 896 m

↓ 896 m

→ 11.9 km

⌚ 5 h

▶ T2

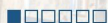
ZENTRALSCHWEIZ/LUZERN

# WIE IN DEN DOLOMITEN

*Engelberg* Weiss-blau-weiss zur Spannorthütte



Natur



Kultur



Familie



Kondition

↑ 1131 m

↓ 1131 m

→ 14.5 km

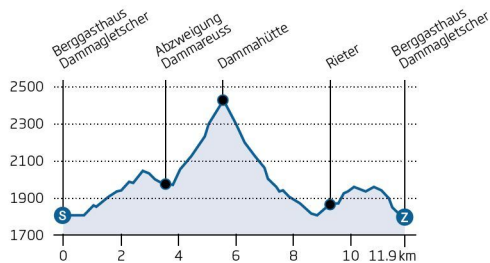
⌚ 6 h

▶ T4



# RUND UM DEN GÖSCHENERALPSEE

**Göscheneralp** Vom Stausee zur Dammahütte



Diese Wanderung führt in eines der schönsten Gebiete im Kanton Uri, ins abgelegene Hochtal über Göschenen und an den Fuss der Dammakette mit dem höchsten Urner, dem Dammastock. Vom Berggasthaus Dammagletscher geht man zunächst über den Staudamm und wandert dann am südlichen Seeufer entlang, wo man an Sommertagen noch lange den Schatten genießt. Man quert den Älpergenbach und die Dammareuss, erreicht die Abzweigung bei P.1967 und steigt in einem steilen Zick-zack-Weg zur Dammahütte. Die kleine Hütte hat ihren Ursprung an der Berner Landesausstellung von 1914, als sie dort vom SAC ausgestellt und ein Jahr später zum heutigen Standort transportiert wurde. Verzaubert von der Bergkulisse steigt man nach dem Hüttenbesuch wieder ab bis zur Abzweigung und folgt dann dem Weg Richtung Rieter, wo man die Chelenareuss überquert. Noch einmal geht es kurz aufwärts, dann wandert man durch ein Hochmoor über dem nördlichen Ufer zurück.

**START/ZIEL** Berggasthaus Dammagletscher.

**AN-/RÜCKREISE** Mit dem Zug nach Göschenen, weiter mit Postauto bis Göscheneralp, Dammagletscher.

**ROUTE** Berggasthaus Dammagletscher (1782 m) – über den Staudamm – südliches Seeufer – Älpergenbach (1926 m) – Abzweigung Dammareuss (1967 m) – Dammahütte (2440 m) – Abzweigung P.1967 – Rieter (1814 m) – nördliches Seeufer – P.1951 – Berggasthaus Dammagletscher (1782 m).

**AUSRÜSTUNG** Normale Wanderausrüstung, stabile Bergschuhe, Wanderstöcke.

**EINKEHREN/ÜBERNACHTEN** Berggasthaus Dammagletscher, 041 886 88 68, [dammagletscher.ch](http://dammagletscher.ch); Dammahütte, 041 885 17 81, [dammahuette.ch](http://dammahuette.ch)

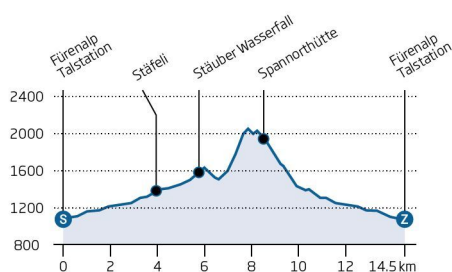
**WANDERKARTE** LK 1:50 000, 255T Sustenpass.

**INFOS** Uri Tourismus, 041 874 80 00, [uri.swiss](http://uri.swiss); Andermatt-Uri Tourismus, 041 888 71 00, [anderstatt.ch](http://anderstatt.ch)

**Tipp** | Hinter der Hütte befindet sich ein Klettersteig (K3), der Richtung Chelenalp führt. Mietmaterial ist vor Ort vorhanden.

# WIE IN DEN DOLOMITEN

**Engelberg** Zur Spannorthütte



So, wie im Engelbergertal der Titlis dominiert, übernimmt oberhalb von Surenen der Gross Spannort diese Rolle. Die Schichtung des Dolomits und seine charakteristische gelbe Farbe sind einfach erstaunlich. Ausgangspunkt der Wanderung ist die Talstation der Fürenalpbahn. Man folgt zunächst dem weiss-rot-weiss markierten Wanderweg entlang der Engelberger Aa bis zum Stäuber-Wasserfall, dort biegt man rechts ab und steigt unter der Westwand des Schlossbergs auf dem weiss-blau-weiss markierten Alpinpfad hinauf zur Spannorthütte. Der Aufstieg zum grossen Egg über Grashänge und Geröll ist sehr steil und Trittsicherheit ist ein Muss. Die Wanderung ist auch als Tagestour machbar, mit einer Hüttenübernachtung hat man aber die Möglichkeit, noch bis zur Schlossberglücke aufzusteigen. Für den Abstieg wählt man dann den normalen Hüttenweg, der weiss-rot-weiss markiert zum Stäfel hinunterführt. Zwei schmale Geröllpassagen und eine gesicherte Kraxelei erfordern dabei etwas Aufmerksamkeit.

**START/ZIEL** Engelberg, Talstation Fürenalpbahn.

**AN-/RÜCKREISE** Mit dem Zug nach Engelberg, weiter mit dem Ortsbus bis zur Talstation der Fürenalpbahn.

**ROUTE** Talstation Fürenalpbahn (1084 m) – Stäfel (1392 m) – Stäuber-Wasserfall (1635 m) – auf weiss-blau-weiss markiertem Weg zur Spannorthütte (1956 m). Abstieg auf dem normalen Hüttenweg über den Geissruggen zum Stäfel und von dort weiter zur Talstation.

**AUSRÜSTUNG** Normale Wanderausrüstung, stabile Bergschuhe, Wanderstöcke.

**EINKEHREN/ÜBERNACHTEN** Restaurant Stäfel, 041 637 45 11, [staefeli.ch](http://staefeli.ch); Spannorthütte, 041 637 34 80, [spannorthuette.ch](http://spannorthuette.ch)

**WANDERKARTE** LK 1:50 000, 254T Stans.

**INFOS** Engelberg-Titlis Tourismus, 041 639 77 77, [engelberg.ch](http://engelberg.ch)

**Tipp** | Ein kurzes Stück von der Hütte entfernt steht eine Sitzbank, von dort genießt man einen Ausblick ins Tal und auf die Ostwand des Titlis.



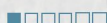
OSTSCHWEIZ/ZÜRICH

# VERSTECKT HINTER DEM KLÖNTALERSEE

**Klöntal** Von der Käseralp zur Glärnischhütte



Natur



Kultur



Familie



Kondition

↑ 711 m

↓ 1130 m

→ 11 km

⌚ 4½ h

▶ T3



OSTSCHWEIZ/ZÜRICH

# BEEINDRUCKENDES KARSTGEBIET

**Toggenburg** Von Gamplüt zur Zwinglipasshütte



Natur



Kultur



Familie



Kondition

↑ 744 m

↓ 1007 m

→ 12.2 km

⌚ 4½ h

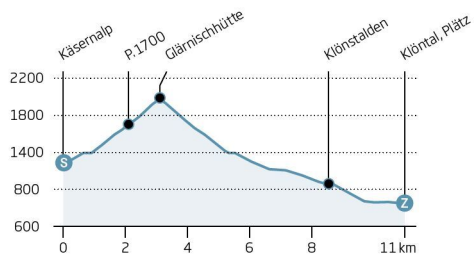
▶ T2





# VERSTECKT HINTER DEM KLÖNTALERSEE

**Klöntal** Von der Käsernalp zur Glärnischhütte



Das Glarnerland steckt voller Naturschönheiten. Beliebt sind vor allem das Klöntal und der Klöntalersee. An schönen Sommertagen tummeln sich dort nicht wenige Ausflügler, Familien, Wanderer und Biker. Etwas ruhiger ist es auf dem Weg zur Glärnischhütte. Sie liegt hoch über dem Rossmatter Tal, einem Seitental von Hinter Klöntal. Der Aufstieg zur Hütte beginnt bei der Käsernalp, zu der man mit dem im Voraus reservierten Rufbus fährt. Gleich zu Beginn öffnet sich eine eindrucksvolle Landschaft, wenn man durch eine herrliche Alpenflora zum Firnbachfall wandert. Die Aussicht von der Hütte ins Rossmatter Tal muss man sich mit einem zuweilen steilen und auch anspruchsvollen Aufstieg verdienen. Um nach dem Hüttenbesuch bis Hinter Klöntal abzustiegen, wählt man bis zur Käsernalp denselben Weg. Von dort kann man dann wieder mit dem Rufbus fahren oder man wandert via Klönstalden auf einem gelb markierten Wanderweg hinunter bis zum Gasthaus im Plätz.

**START** Käsernalp.

**ZIEL** Klöntal, Plätz.

**AN-/RÜCKREISE** Mit dem Zug nach Glarus, weiter mit dem Postauto bis Klöntal, Plätz. Von hier mit dem Rufbus (Taxi) zur Käsernalp.

**ROUTE** Käsernalp (1282 m) – Wärben (1384 m) – Abzweigung bei P.1700 – Glärnischhütte (1990 m) – auf demselben Weg zurück bis Käsernalp (1282 m) – Klönstalden (1063 m) – Elmerberg (870 m) – Klöntal, Plätz (852 m).

**AUSRÜSTUNG** Normale Wanderausrüstung, stabile Bergschuhe, Wanderstöcke.

**EINKEHREN/ÜBERNACHTEN** Glärnischhütte, 055 640 64 00, [glhuette.ch](http://glhuette.ch); Gasthaus Käsernalp, 055 640 11 77; Restaurant im Plätz, 055 640 13 74.

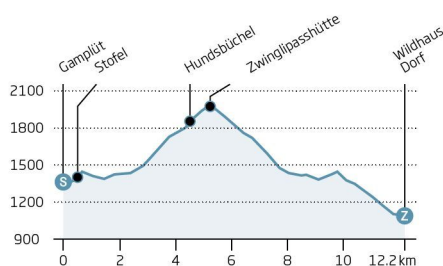
**WANDERKARTE** LK 1:50 000, 236T Lachen.

**INFOS** Glarnerland Tourismus, 055 610 21 25, [glarnerland.ch](http://glarnerland.ch); Rufbus Taxi Reust, 079 693 49 49, [alpentaxi.ch](http://alpentaxi.ch)

**Tipp** | Nach der Wanderung verlockt ein Bad im Klöntalersee. Und wer gerne zeltet, kann auf dem Camping Vorauen sein Zelt aufschlagen.

# BEEINDRUCKENDES KARSTGEBIET

**Toggenburg** Zur Zwinglipasshütte



Die Zwinglipasshütte liegt unterhalb des Zwinglipasses, am Fuss des Altmanns, und gegenüber der Churfürstentum inmitten einer ausgedehnten Karstlandschaft. In Wildhaus angekommen, erreicht man zu Fuss in etwa 10 Minuten die Gamplütbahn. Den ersten Teil des Aufstiegs kann man sich also mit einer Gondelbahnfahrt erleichtern. Von der Bergstation führt der Gamplüt-Säntis-Weg zuerst leicht ansteigend zur Teselalp. Hinter der Alpwirtschaft trennen sich dann die Wege und es geht über Schnüer steiler werdend auf die Chreialp. Nach einer kurzen Pause am Hundsbüchel hat man dann noch die letzten 200 Höhenmeter zu bewältigen, ehe die Zwinglipasshütte erreicht ist. Eine Zusatzrunde zum Zwinglipass ist empfehlenswert, an der Kantonsgrenze geniesst man eine prachtvolle Aussicht auf die Appenzeller Seite des Alpsteins. Anschliessend steigt man auf demselben Weg wieder ab bis zur Bergstation. Dort kann man sich für die knieschonende Talfahrt entscheiden oder zu Fuss nach Wildhaus absteigen.

**START** Gamplüt, Bergstation.

**ZIEL** Wildhaus, Dorf.

**AN-/RÜCKREISE** Mit Zug nach Wattwil, mit Postauto bis Wildhaus Dorf, von dort mit Gondelbahn bis Gamplüt.

**ROUTE** Gamplüt (1353 m) – Stofel (1350 m) – Teselalp (1434 m) – Hundsbüchel (1809 m) – Zwinglipasshütte (1999 m) – zurück bis Stofel – Egg (1167 m) – Wildhaus Dorf (1090 m).

**AUSRÜSTUNG** Normale Wanderausrüstung, stabile Bergschuhe, Wanderstöcke.

**EINKEHREN/ÜBERNACHTEN** Zwinglipasshütte (von Mai bis Beginn Sommerferien an den Wochenenden, von Beginn Sommerferien bis Ende Herbstferien durchgehend bewartet), 071 565 36 21, [sac-toggenburg.ch](http://sac-toggenburg.ch); Bergrestaurant Gamplüt, 071 999 21 72, [gamplüt.ch](http://gamplüt.ch)

**WANDERKARTEN** LK 1:50 000, 227T Appenzell, 237T Walenstadt.

**INFOS** Toggenburg Tourismus, 071 999 99 11, [toggenburg.swiss](http://toggenburg.swiss)

**Tipp** | Auf dem nahen Hügel steht ein geologisches Steinmandli, das die Geologie des Kantons St. Gallen und des Zwinglipasses darstellt.



GRAUBÜNDEN

# DIE STILLE SEITE VON AROSA

*Arosa* Durch das Welschtobel zur Ramozhütte

■ ■ ■ ■ ■  
Natur

■ ■ ■ ■ ■  
Kultur

■ ■ ■ ■ ■  
Familie

■ ■ ■ ■ ■  
Kondition

↑ 797 m

↓ 797 m

→ 16.8 km

⌚ 6h

▶ T2



GRAUBÜNDEN

# AUF DEN SPUREN DER GLETSCHERFRAU

*Tuors Chants* Rundtour zur Keschhütte

■ ■ ■ ■ ■  
Natur

■ ■ ■ ■ ■  
Kultur

■ ■ ■ ■ ■  
Familie

■ ■ ■ ■ ■  
Kondition

↑ 804 m

↓ 804 m

→ 9.8 km

⌚ 4h

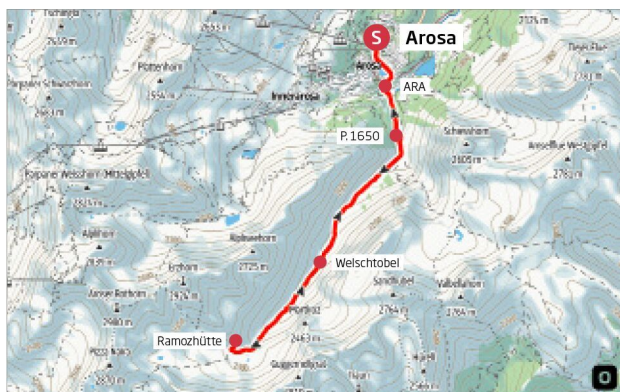
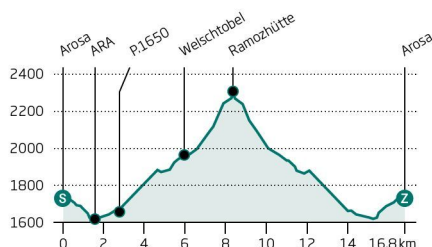
▶ T2





# DIE STILLE SEITE VON AROSA

**Arosa** Durch das Welschtobel zur Ramozhütte



Der beliebte Ferienort Arosa hat auch eine stille Seite, nämlich das Welschtobel. An seinem Ende liegt auf der Alp Ramoz die Ramozhütte. Für Passwanderungen und auch für Gipfelziele ist die Selbstversorgerhütte eine ideale Unterkunft. Ausgangspunkt der Wanderung ist der Bahnhof in Arosa. Vorbei am Untersee steigt man zuerst 120 Höhenmeter bis zur ARA ab, wo der Welschtobelbach in die Plessur mündet. Nun folgt man dem Bach entlang bis zur Abzweigung bei P.1650. Hier trennen sich die Wege: Nach links geht es hinauf zum Schiesshorn, geradeaus weiter Richtung Ramozhütte. Man geht durch das lang gezogene Tal, quert eine Hängebrücke und steigt durch steinerne Rinnen zur Alp Ramoz auf. Bei P. 2262 führt ein Weg geradeaus weiter zum Furclettasattel, ein weiterer vollends hinauf zur Hütte. Je nach Jahreszeit sind hier, neben zwei kleineren Seeli am Fusse des Guggernell, schöne Wollgrasfelder zu bestaunen. Die Ramozhütte ist nicht bewartet, es werden jedoch Getränke verkauft.

**START/ZIEL** Arosa.

**AN-/RÜCKREISE** Mit dem Zug nach Arosa.

**ROUTE** Arosa (1738 m) – ARA (1619 m) – Abzweigung bei P.1650 – durch das Welschtobel zur Ramozhütte (2293 m) – auf demselben Weg zurück.

**AUSRÜSTUNG** Normale Wanderausrüstung, stabile Bergschuhe, evtl. Wanderstöcke.

**EINKEHREN/ÜBERNACHTEN** Ramozhütte, 081 356 55 02, [sacaro.ch](http://sacaro.ch)

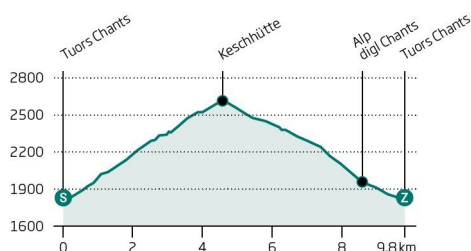
**WANDERKARTEN** LK 1:50 000, 248T Prättigau, 258T Bergün/Bravuogn.

**INFOS** Arosa Tourismus, 081 378 70 20, [arosalenzerheide.swiss](http://arosalenzerheide.swiss)

**Tipp** | Von der Ramozhütte führt ein weiss-blau-weiss markierter Alpinpfad auf den aussichtsreichen Erzornsattel (hin und zurück etwa 2 h).

# AUF DEN SPUREN DER GLETSCHERFRAU

**Tuors Chants** Rundtour zur Keschhütte



Im Sommer 1992 gab der Porchabella-Gletscher, am Fusse des Piz Kesch, die Leiche einer jungen Frau frei. Die Datierung zeigt, dass sie um 1690 bei der Überquerung des Gletschers ihr Leben verlor. Was veranlasste sie, diese gefährliche Reise auf sich zu nehmen? Welcher Herkunft war sie und wohin führte ihr Weg? Welche Umstände wurden ihr zum Verhängnis und liessen sie im ewigen Eis des Porchabella-Gletschers erstarren? Oberhalb Bergün, in Tuors Chants, zuhinterst im Val Tuors, beginnt die Wanderung auf den Spuren der «Porchabella-Frau». Neuerdings kann man dort in das Wanderhörspiel «Porchabella – der Vogel der Freiheit» eintauchen. Acht Hörstationen begleiten Wandernde auf dem Weg zur Keschhütte. Dort angekommen, sind Porchabella-Gletscher und Piz Kesch ganz nah, beeindruckend ist der Blick auf das farben- und formenreiche Gletschervorfeld. Für den Rückweg wählen wir den Weg vorbei an der Alp digl Chants.

**START/ZIEL** Tuors Chants.

**AN-/RÜCKREISE** Mit dem Zug nach Bergün, weiter mit Wanderbus Val Tuors. Reservation bis mind. 1 Std. vor Abfahrt, 078 680 35 00, [busalpin.ch](http://busalpin.ch)

**ROUTE** Tuors Chants (1823 m) – Naz – P. 2518 – Keschhütte (2627 m) – P. 2518 – Alp digl Chants (1996 m) – Tuors Chants.

**AUSRÜSTUNG** Normale Wanderausrüstung.

**EINKEHREN/ÜBERNACHTEN** Keschhütte, 081 407 11 34, [kesch.ch](http://kesch.ch); Berghaus Piz Kesch, 081 407 11 93.

**WANDERKARTE** LK 1:50 000, 258T Bergün/Bravuogn.

**INFOS** Bergün Filisur Tourismus, 081 407 11 52, [berguen-filisur.graubuenden.ch](http://berguen-filisur.graubuenden.ch); Ortsmuseum Bergün, 081 407 12 77, [ortsmuseum-berguen.ch](http://ortsmuseum-berguen.ch); Regionaler Naturpark Parc Ela, 081 659 16 18, [parc-ela.ch](http://parc-ela.ch)

**Tipp** | Wer auf der Keschhütte übernachten und anderntags weiterwandern möchte: von der Hütte über den Scalettapass bis Dürrboden (3 ½ h).



TESSIN

# IL SENTIERO DEL MONTANARO

*Valle Leventina* Von Carì zum Rifugio Gana Rossa

■ ■ ■ ■ ■ □  
Natur

■ □ □ □ □ □  
Kultur

■ ■ ■ ■ ■ □  
Familie

■ ■ □ □ □ □  
Kondition

▲ 625m

▼ 625m

→ 10.7km

⌚ 4h

▶ T2

TESSIN

# TESSINER STEINHÄUSER

*Valle Maggia* Von Someo zur Capanna Alzasca

■ ■ ■ ■ ■ ■  
Natur

■ □ □ □ □ □  
Kultur

■ ■ □ □ □ □  
Familie

■ ■ ■ ■ ■ □  
Kondition

▲ 1394m

▼ 1394m

→ 18km

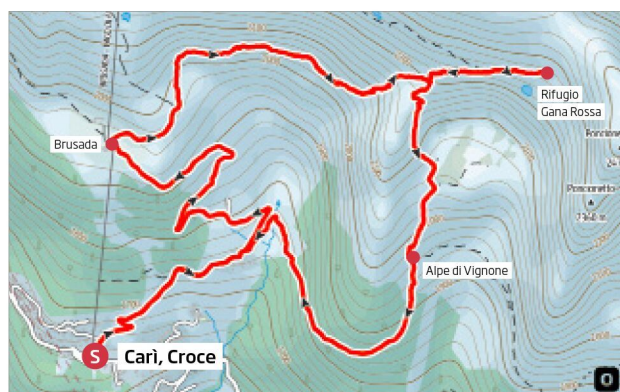
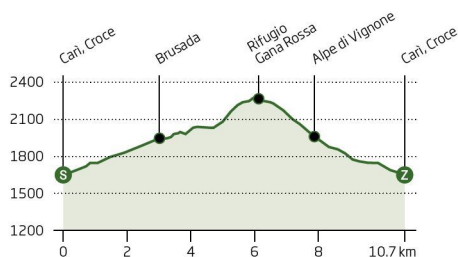
⌚ 7½h

▶ T2



# IL SENTIERO DEL MONTANARO

**Valle Leventina** Zum Rifugio Gana Rossa



Der Weg zwischen Cari und Brusada trägt den Spitznamen «il sentiero del montanaro», auf Deutsch: der Bergsteigerpfad. Er stellt auf Schildern die in der Region lebenden Wildtiere vor. So kann man auf dieser Rundtour am Südhang der Leventina auch etwas lernen. Die Wanderung beginnt bei der Talstation in Cari. Durch die kleine Ortschaft Cari Dentro steigt man zur Mittelstation auf, wo man bei der dortigen Gaststätte mit Panoramaterrasse einkehren kann. Von Brusada wandert man über Radeuro in Richtung Osten zur Abzweigung bei P. 2196 und von hier weiter zum Rifugio Gana Rossa. Die kleine Selbstversorgerhütte hat eine schöne Lage mit wunderbarer Aussicht auf die umliegenden Gipfel, unter anderem den Pizzo Molare. Der Abstieg über die Alpe di Vignone ist traumhaft, nicht nur wegen des Tiefblicks ins Tal, sondern auch wegen der reichhaltigen Flora. Nun geht es ein Stück durch den Wald Pesc Vert, ehe man bei Cari Dentro wieder auf den Aufstiegsweg trifft, der zur Talstation führt.

**START/ZIEL** Cari, Croce.

**AN-/RÜCKREISE** Mit dem Zug nach Faido, weiter mit Postauto zur Talstation Cari, Croce, bzw. Haltestelle Cari, Paese.

**ROUTE** Cari, Croce (1654 m) – Cassinell (1724 m) – Cari Dentro (1744 m) – Brusada (1957 m) – auf Wanderweg zwischen Canarischetto und Radeuro – P. 2196 – Rifugio Gana Rossa (2270 m) – Segna (2100 m) – Alpe di Vignone (1969 m) – Pesc Vert – Cari Dentro – Cassinell – Cari, Croce.

**AUSRÜSTUNG** Normale Wanderausrüstung, stabile Bergschuhe, evtl. Wanderstöcke.

**EINKEHREN/ÜBERNACHTEN** Osteria Belvedere, Brusada, 091 866 18 80, [cari.ch](http://cari.ch); Rifugio Gana Rossa, 091 866 28 13, [utoepizzomolare.ch](http://utoepizzomolare.ch)

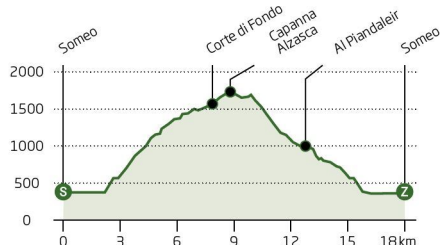
**WANDERKARTE** LK 1:50 000, 266T Valle Leventina.

**INFOS** Ticino Turismo, 091 825 70 56, [ticino.ch](http://ticino.ch); Bellinzona e Valli Turismo, 091 869 15 33, [bellinzonaevalli.ch](http://bellinzonaevalli.ch)

**Tipp** | Ein Abstecher zum Lago di Pro da Lei; in diesem Fall wählt man den Wanderweg unter dem Cima di Gana Rossa (½ h zusätzlich).

# TESSINER STEINHÄUSER

**Valle Maggia** Zur Capanna Alzasca



Der Ausgangspunkt Someo liegt auf einer Höhe von 380 m ü. M. und die Capanna Alzasca auf 1734 m ü. M. Das heisst, bei dieser Hüttentour sind viele Höhenmeter zu bewältigen. Die Wege sind steil, aber sehr abwechslungsreich. Erste Attraktion ist die Hängebrücke über die Maggia bei Someo, anschliessend quert man über eine alte Steinbogenbrücke die Schlucht des Ri d'Alzasca. Ob es der Mühe wert ist, all die Steinstufen zu zählen, oder auch nicht, ist eine gute Frage – es sind nämlich Hunderte von ihnen zu überwinden. Zumindest ist der Waldschatten etwas angenehm. Zwischen Al Piègn dala Rotònda und Corte di Fondo verläuft der Weg nur leicht ansteigend, ehe die letzten 200 Höhenmeter wieder steiler ansteigen. Für die Anstrengung wird man durch die paradiesische Ruhe mehr als entschädigt. Die Capanna Alzasca, eine typische Tessiner Steinhütte, ist umgeben von lichtem Lärchenwald. Am nächsten Morgen steigt man auf der anderen Seite des Valle del Soladino, am Ri d'Alzasca entlang, nach Someo ab.

**START/ZIEL** Someo.

**AN-/RÜCKREISE** Mit dem Zug nach Locarno, weiter mit Postauto nach Someo.

**ROUTE** Someo (379 m) – A Dalòvi (373 m) – Abzweigung bei P. 714 – Al Curzott (1100 m) – Al Piègn dala Rotònda (1323 m) – Corte di Fondo (1556 m) – Capanna Alzasca (1734 m) – Alpe di Fiumigna (1170 m) – Al Piandaleir (1000 m) – Abzweigung bei P. 714 – A Dalòvi – Someo.

**AUSRÜSTUNG** Normale Wanderausrüstung, stabile Bergschuhe, Wanderstöcke. Für Übernachtung entsprechende Ausrüstung (Wechselwäsche, Toilettensachen usw.), Hüttenschlafsack.

**EINKEHREN/ÜBERNACHTEN** Capanna Alzasca, 091 753 25 15, [capannaalzasca.ch](http://capannaalzasca.ch)

**WANDERKARTEN** LK 1:50 000, 275T Valle Antigorio, 276T Val Verzasca.

**INFOS** Ticino Turismo, 091 825 70 56, [ticino.ch](http://ticino.ch)

**Tipp** | Nur 100 Höhenmeter von der Hütte entfernt befindet sich in traumhafter Umgebung der zauberhafte Lago d'Alzasca.



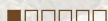
WALLIS

# FREIER BLICK AUF DIE VIERTAUSENDER

**Saas-Fee** Über Plattjen zur Britanniahütte



Natur



Kultur



Familie



Kondition

▲ 1444 m

▼ 1444 m

➔ 18.8 km

⌚ 7½ h

▶ T4

WALLIS

# RUND UM DEN LAC DE MAUVOISIN

**Mauvoisin** Zur Cabane de Chanrion



Natur



Kultur



Familie



Kondition

▲ 923 m

▼ 923 m

➔ 21.9 km

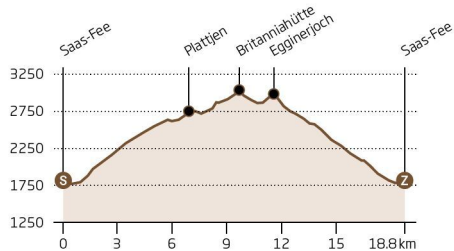
⌚ 8 h

▶ T3



# FREIER BLICK AUF DIE VIERTAUSENDER

## Saas-Fee Über Plattjen zur Britanniahütte



Diese anspruchsvolle Bergwanderung führt von Saas-Fee zur hochgelegenen Britanniahütte. Mit sehr guter Kondition ist das als Tages tour möglich, mit einer Hüttenübernachtung hat man jedoch deutlich mehr Zeit für den Weg und kann auch den Aufenthalt in dieser Höhe ausgiebig genießen. Bis zur Bergstation Plattjen ist der Aufstieg recht steil, dann steigt der Weg eher leicht an und führt, mit Blick auf den Stausee Mattmark, durch das Meiggertal. Unter dem Gipfel des Egginer wechselt die Markierung auf weiss-blau-weiss, und damit ändert sich auch das Terrain. Über einen Moränengrat wandert man zum letzten Rest des Chossjengletschers, der ohne Schwierigkeiten und ohne spezielle Ausrüstung gut begehbar ist. Auf der Britanniahütte angekommen, geniesst man ein Mittagessen und steigt dann über das Egginerjoch zum Maste 4 ab. Hier befindet sich die Mittelstation der Seilbahn nach Saas-Fee. Eine Talfahrt erspart zwei Stunden Wanderzeit.

**START/ZIEL** Saas-Fee.

**AN-/RÜCKREISE** Mit dem Zug nach Visp, weiter mit Postauto nach Saas-Fee, Busterminal. Alternative für den Aufstieg: Seilbahn Saas-Fee – Plattjen.

**ROUTE** Saas-Fee (1793 m) – Chalbarmatten (1798 m) – Gallenalp (2062 m) – Plattjen (2571 m) – Heidefridhof – Britanniahütte (3030 m) – Egginerjoch (2988 m) – Maste 4 (2581 m) – Abzweigung P.2190 – Gallenalp – Chalbarmatten – Saas-Fee.

**AUSRÜSTUNG** Normale Wanderausrüstung, stabile Bergschuhe, evtl. Wanderstöcke.

**EINKEHREN/ÜBERNACHTEN** Bergrestaurant Plattjen Terminus, 027 957 15 16, [plattjen.com](http://plattjen.com); Britanniahütte, 027 957 22 88, [britannia.ch](http://britannia.ch)

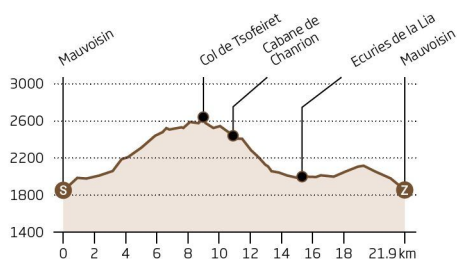
**WANDERKARTE** LK 1:50 000, 284T Mischabel.

**INFOS** Saastal Tourismus AG, 027 958 18 58, [saas-fee.ch](http://saas-fee.ch); Valais/Wallis Promotion, 027 327 36 00, [valais.ch](http://valais.ch)

**TIPP** | Der Aussichtsgipfel Klein Allalin (3070 m) liegt gleich gegenüber der Hütte. Eine Spur führt zum höchsten Punkt mit traumhaftem Panorama.

# RUND UM DEN LAC DE MAUVOISIN

## Mauvoisin Zur Cabane de Chanrion



Eine wunderschöne Zweitageswanderung erlebt man im hinteren Teil des Val de Bagnes bei einem Besuch der Cabane de Chanrion. Die renovierte, ökologische Hütte beeindruckt mit einem gemütlichen Speisesaal, modernen Sanitäranlagen und Schlafräumen. Wunderbar ist auch der Ausblick durch die grossen Panoramafenster. Von Mauvoisin geht man zunächst an der Kapelle vorbei, dann durch einen breiten und anschliessend durch einen schmalen Tunnel zur Staumauer des Lac de Mauvoisin. Man quert die Staumauer und folgt dann dem Bergwanderweg am Ostufer des Stausees entlang und steigt via Le Giétro und über den Tsofeiretpass zur Chanrionhütte auf. Eine schöne Rundwanderung ergibt sich, wenn man dann am nächsten Tag zu den Alpweiden bei Le Lancet absteigt, kurze Zeit später den Bach Dranse de Bagnes quert und über Charmotane am Westufer des Stausees auf einem breiten Wanderweg, der auch bei Velofahrern beliebt ist, zurück zur Staumauer und nach Mauvoisin geht.

**START/ZIEL** Mauvoisin.

**AN-/RÜCKREISE** Mit dem Zug nach Martigny, weiter mit Postauto nach Mauvoisin.

**ROUTE** Mauvoisin (1841 m) – durch die Tunnels – Staumauer (1976 m) – östliches Seeufer – Écuries du Giétro (2175 m) – Pierracard (2378 m) – Col de Tsofeiret (2628 m) – Cabane de Chanrion (2462 m) – P.2191 – Brücke auf 2042 m – westliches Seeufer – Ecuries de la Lia (2110 m) – Staumauer – Mauvoisin.

**AUSRÜSTUNG** Stabile Bergschuhe, Wanderstöcke, Stirnlampe für die Tunnels. Für Übernachtung entsprechende Ausrüstung.

**EINKEHREN/ÜBERNACHTEN** Cabane de Chanrion, 027 778 12 09, [chanrion.ch](http://chanrion.ch)

**WANDERKARTE** LK 1:50 000, 283T Arolla.

**INFOS** Tourismusbüro Verbier, 027 775 38 88, [verbier.ch](http://verbier.ch); Tourismusbüro Val de Bagnes, 027 775 38 70, [valdebagnes.ch](http://valdebagnes.ch)

**TIPP** | Bei schönem Wetter spiegelt sich im Lac de Chanrion, der direkt unterhalb der Hütte liegt, die umliegende Bergwelt.



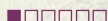
BERNER OBERLAND

# ADLERHORST ÜBER KANDERSTEG

*Kandersteg* Rundtour zur Doldenhornhütte



Natur



Kultur



Familie



Kondition

↑ 744 m

↓ 744 m

→ 10.5 km

⌚ 4 h

▶ T2

BERNER OBERLAND

# ZU DEN STEINBÖCKEN ÜBER GRINDELWALD

*Grindelwald* Zur Glecksteinhütte



Natur



Kultur



Familie



Kondition

↑ 898 m

↓ 1224 m

→ 10.1 km

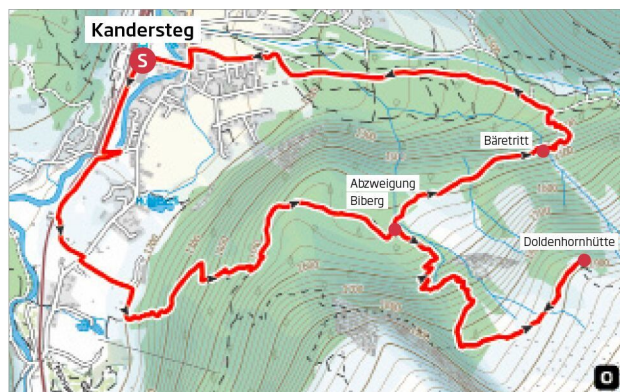
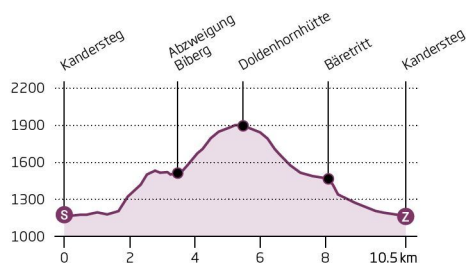
⌚ 5 h

▶ T3



# ADLERHORST ÜBER KANDERSTEG

## Kandersteg Rundtour zur Doldenhornhütte



Die Wanderung zur Doldenhornhütte ist wie geschaffen für einen warmen Sommertag, führt der Aufstieg doch längere Zeit durch schattenspendenden Wald. Ist dann die Baumgrenze erreicht, weitet sich auch der Blick. Vor allem die steil aufragenden Fisstöcke rechts des Wanderwegs machen mächtig Eindruck. Den berühmten Oeschinensee sieht man während des Aufstiegs nicht, wohl aber dann von der Doldenhornhütte aus. Geht man einige Schritte um die Hütte herum, offenbart sich eine wunderbare und wenig bekannte Aussicht auf den See. Die Hüttenterrasse verlockt dann zum gemütlichen Verweilen bei Bergsteiger-Burger, hausgemachten Kuchen und einem lokalen Fruttbier. Für den Abstieg geht man zunächst den gleichen Weg zurück bis zur Abzweigung bei Biberg, P. 1522, und folgt dann dem Weg nach rechts über den Bärettritt. Diese steinschlaggefährdete Passage sollte man zügig überwinden, dann trifft man wieder auf sicheres Gelände und wandert gemächlich Kandersteg entgegen.

**START/ZIEL** Kandersteg.

**AN-/RÜCKREISE** Mit dem Zug nach Kandersteg. Man kann etwas Zeit sparen, indem man mit dem Ortsbus (Linie Bahnhof – Talstation Sunnbüel) bis zur Haltestelle Ruedihus fährt und die Wanderung dort beginnt.

**ROUTE** Kandersteg (1174 m) – Landgasthof Ruedihus (1181 m) – Waldhotel Doldenhorn – Dürreschwand (1488 m) – Abzweigung Biberg (1522 m) – Doldenhornhütte (1915 m) – zurück zum Wegweiser bei P. 1522 – Bärettritt (1468 m) – Kandersteg.

**AUSRÜSTUNG** Normale Wanderausrüstung, stabile Wanderschuhe.

**EINKEHREN/ÜBERNACHTEN** Doldenhornhütte, 033 675 16 60, [doldenhornhuette.com](http://doldenhornhuette.com)

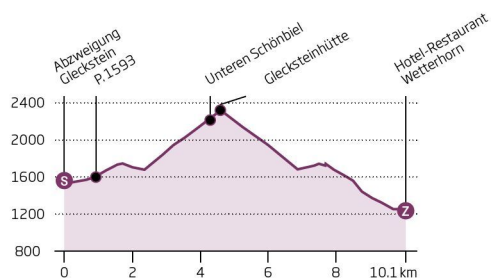
**WANDERKARTE** LK 1:50 000, 263T Wildstrubel.

**INFOS** Kandersteg Tourismus, 033 675 80 80, [kandersteg.ch](http://kandersteg.ch)

**Tipp** | Die Wanderung ist auch für Familien geeignet. Es empfiehlt sich jedoch, auf demselben Weg zurückzuwandern (nicht über Bärettritt).

# ZU DEN STEINBÖCKEN ÜBER GRINDELWALD

## Grindelwald Zur Glectsteinhütte



Die Glectsteinhütte ist beliebt bei Alpinisten, Bergwanderern und Naturfreunden, die die Steinbockkolonie unter dem Wetterhorn beobachten möchten. Am Ausgangspunkt zeigt eine Infotafel, dass wir uns hier auf einem «Erlebnisbergweg» befinden. Der Aufstieg zur Hütte ist denn auch sehr abwechslungsreich, ist aber nur schwindelfreien und trittsicheren Personen zu empfehlen. Durch das Chalberwäldli führt der Weg zum Ischpfad. Auf dem gut gesicherten Weg steigt man über Grashänge und schmale Felsbänder weiter zur Engi hinauf. Zwischendurch erlebt man beim Wyssbach-Wasserfall eine erfrischende Dusche, dann geht man via Zybachplatten zum Unterer Schönbiel, wo sich eine Aussicht auf den Oberen Grindelwaldgletscher eröffnet. Der weitere Weg zum Oberen Schönbiel ist etwas ausgesetzt, aber gut gesichert, ehe man über einen Grashang alsbald die Hütte erreicht. Für den Abstieg nimmt man denselben Weg bis P. 1593 und steigt von dort ab zum Hotel-Restaurant Wetterhorn.

**START** Grindelwald, Abzweigung Glectstein.

**ZIEL** Grindelwald, Oberer Gletscher, Hotel-Restaurant Wetterhorn.

**ANREISE** Mit dem Zug nach Grindelwald, weiter mit Postauto bis Abzweigung Glectstein.

**RÜCKREISE** Mit Postauto von der Haltestelle Oberer Gletscher nach Grindelwald.

**ROUTE** Abzweigung Glectstein (1558 m) – P. 1593 – Engi (1735 m) – Unterer Schönbiel (2050 m) – Glectsteinhütte (2317 m) – Unterer Schönbiel – Engi – P. 1593 – Hotel-Restaurant Wetterhorn (1229 m).

**AUSRÜSTUNG** Normale Wanderausrüstung, stabile Bergschuhe, Wanderschuhe.

**EINKEHREN/ÜBERNACHTEN** Glectsteinhütte, 033 853 11 49, [glectstein.ch](http://glectstein.ch); Hotel-Restaurant Wetterhorn, 033 853 12 18, [wetterhorn-hotel.ch](http://wetterhorn-hotel.ch)

**WANDERKARTE** LK 1:50 000, 254T Interlaken.

**INFOS** Grindelwald Tourismus, 033 854 12 12, [grindelwald.swiss](http://grindelwald.swiss)

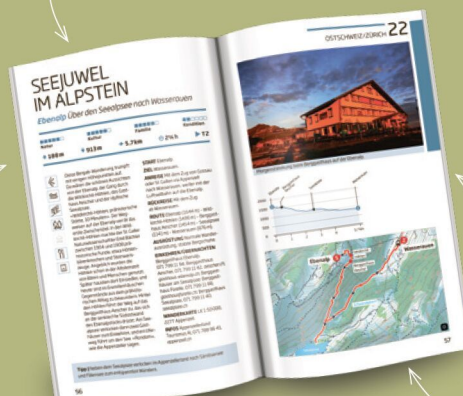
**Tipp** | Gute Berggänger können von der Glectsteinhütte über einen Alpinpfad (T4) auf das Chrinnenhorn steigen.



# Fernab genießen.



Ausführliche  
Tourenbeschreibungen



Höhenprofile

Detailgetreue  
Tourenangaben

Wanderkarten

Spezielle Tipps

## LESERANGEBOT

# Einen kühlen Kopf bewahren.

Baseballkappe mit versiegelten  
Hydrogel-Kühlpaneelen, die eine  
optimale Kopfkühlung bieten.  
Ein verstellbarer Riemen auf der  
Rückseite sorgt für die perfekte Passform.

1. Kappe in Leitungswasser eintauchen
2. Trocknen durch Aufhängen  
oder Einrollen in ein Handtuch
3. Sofortige Kühlung



**Bis zu 48 Stunden  
einen kühlen Kopf.**



☐ Ich möchte gerne das Buch  
«Die 88 schönsten Hüttentouren der Schweiz»  
für **CHF 24.90** bestellen.



GAS/ECR/ICR

Nicht frankieren  
Ne pas affranchir  
Non affrancare

**B**

50062176  
000001



VORNAME, NAME

STRASSE

PLZ, ORT

TELEFON

E-MAIL

DATUM, UNTERSCHRIFT

Wandermagazin SCHWEIZ  
Fabrikstrasse 8  
4500 Solothurn

Alle Produkte auch verfügbar auf [wandershop-schweiz.ch](http://wandershop-schweiz.ch).

Preise inkl. MwSt. Für Bestellungen unter CHF 60.– zzgl. CHF 7.– Kleinmengenzuschlag.

☐ Ich möchte gerne von dem Leserangebot profitieren und  
das **Hydrogel Cap** für **CHF 49.–** statt CHF 59.– bestellen.  
Preisangabe exkl. Porto.

☐ GRÖSSE XS-S-M (KOPFUMFANG 56–59 CM) \_\_\_\_\_ (ANZAHL HIER EINTRAGEN)

☐ GRÖSSE L-XL-2XL (KOPFUMFANG 60–63 CM) \_\_\_\_\_ (ANZAHL HIER EINTRAGEN)



GAS/ECR/ICR

Nicht frankieren  
Ne pas affranchir  
Non affrancare

**B**

50062176  
000001



VORNAME, NAME

STRASSE

PLZ, ORT

TELEFON

E-MAIL

DATUM, UNTERSCHRIFT

Office24Seven GmbH  
Einsiedlerstrasse 165  
8810 Horgen



# Wandern. Heimat. Brauchtum.

Jahresabo  
**CHF 98.–**

8 Ausgaben, inkl. Willkommensgeschenk  
und Zugang zum digitalen Archiv.



# Lassen Sie sich inspirieren.

1/2-Jahresabo  
**CHF 59.–**

Das attraktive Kurzabo mit 4 Ausgaben,  
inkl. Zugang zum digitalen Archiv.





☐ Ich möchte gerne das **Jahresabo** (8 Ausgaben)  
für **CHF 98.–** bestellen.  
Inkl. Willkommensgeschenk im Wert von CHF 15.–.

VORNAME, NAME

STRASSE

PLZ, ORT

TELEFON

E-MAIL

DATUM, UNTERSCHRIFT



GAS/ECR/ICR

Nicht frankieren  
Ne pas affranchir  
Non affrancare



50062176  
000001



Wandermagazin SCHWEIZ  
Fabrikstrasse 8  
4500 Solothurn

Preise inkl. MwSt. und Versandkosten. Angebot gilt nur in der Schweiz.

☐ Ich möchte gerne das **Halbjahresabo** (4 Ausgaben)  
für **CHF 59.–** bestellen.

VORNAME, NAME

STRASSE

PLZ, ORT

TELEFON

E-MAIL

DATUM, UNTERSCHRIFT



GAS/ECR/ICR

Nicht frankieren  
Ne pas affranchir  
Non affrancare



50062176  
000001



Wandermagazin SCHWEIZ  
Fabrikstrasse 8  
4500 Solothurn

Preise inkl. MwSt. und Versandkosten. Angebot gilt nur in der Schweiz.



# Jeder Griff ein Abenteuer.

Für deine nächste Route nur das beste Material:  
Verlass dich auf hochwertige Qualität, professionelle  
Beratung und einen einzigartigen Service.  
Wir leben Bergsport.

[baechli-bergsport.ch](http://baechli-bergsport.ch)



**BÄCHLI**  
BERGSPORT



**SAMSUNG**

# Galaxy Watch5 Pro



## Der neue Trend: Wandern ohne Handy

Lass dein Handy mal zu Hause oder im Rucksack. Geniesse die Natur. Und lass die Gedanken schweifen. Denn die Galaxy Watch5 Pro führt dich mit GPS-Navigation und langlebigem Akku zuverlässig ans Ziel.

[wandern.samsung.ch](https://wandern.samsung.ch)