



WANDERMAGAZIN SCHWEIZ

DAS ORIGINAL SEIT 1927



BERGHÜTTEN ERLEBEN

GRAUBÜNDENS HÖCHSTE
Chamanna Georgy

VON HÜTTE ZU HÜTTE
Auf der ViaGlaralpina

ZUM SAMMELN
12 attraktive Hüttentouren

00004 AUSGABE 4/2023
JULIA/GUSTI
PREIS: CHF 14.- 80
9 771662 970000

Wandern in der Silvretta: von Wellnesshotel zu Berghütte



© Andrea Badrutt

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
Tel. 041 368 10 05 (Mo-Sa) | 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



TESSIN AKTIV ERLEBEN

Minusio/Locarno - Porto Ronco/Ascona



WANDERN VOM LAC LÉMAN BIS AN DEN LAUENENSEE

Les Paccots - Charmey - Gstaad/Schönried - Lauenen

HOTELS AN DER ROUTE:

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

HOTELS AN DER ROUTE:

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

HOTELS AN DER ROUTE:

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

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, andernfalls 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


JOCHEN IHLE, REDAKTIONSLEITUNG
REDAKTION@WANDERMAGAZIN-SCHWEIZ.CH

BERGHÜTTEN ERLEBEN

56



40



46

12



28



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 Bürchneralp. 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. Verschlungen 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.



Tschiervahütte.

«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 bauen 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 par excellence bezeichnete jüngst ein guter Freund das Engadin: «Die Landschaft, das Licht, dem Himmel so nah», schwärmte erträumatisch. 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 Kunsterwerke von Nahem zu sehen. Plötzlich tauchen zwei grosse Alphütten auf, ein bäriger Älpler und eine

junge Frau mit Kind winken uns freundlich zu. Dann macht der Lift ruckartig eine scharfe Rechtskurve. In der Ferne tauchen schneedeckte 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 büscheligen 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 Pischa. Blickt man um die Hüttencke herum auf das östliche Bergpanorama, zeigt sich sogar die Spitze des höchsten Südtirolers: der Ortler. Hat man nach dem Aufstieg zur Hütte noch genügend Schnauft 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 spannende 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 Heliokopter. Dazu sammeln sie in grossen Kanistern Regenwasser, das sie zum Waschen und Spülen verwenden. Geckocht 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 Bebildung 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 schlafig. 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 schläft. 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 wilde 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.



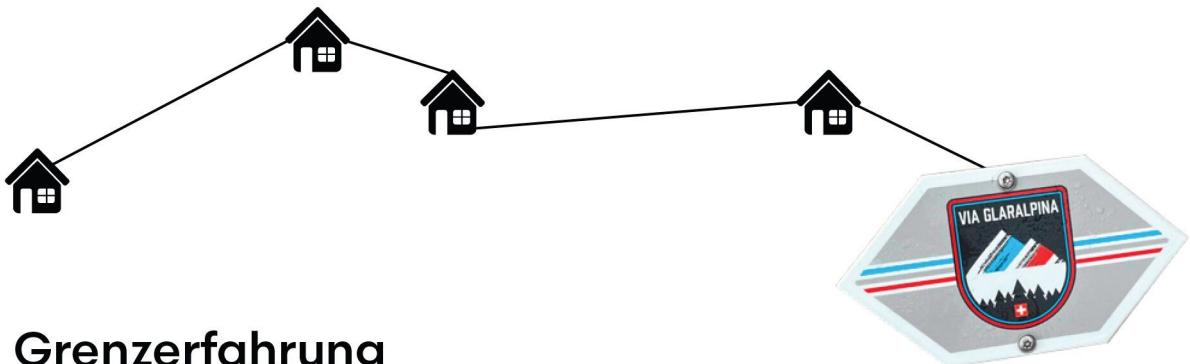
VIER WEGE ZUR CHAMANNA GEORGY

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-Chamues-ch: 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 Weitwanderoute 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 «krüüch 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 Dreitäges-Touren, 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





Wandern im UNESCO Welterbe RhB

Entlang der Albula- und Berninalinie



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



Bahnerlebnisweg Albula
Perfektes Zusammenspiel
von Landschaft und Technik
zwischen Preda, Bergün
und Filisur erleben.
Tipp: Besuch des Bahnmuseums
Albula in Bergün
www.rhb.ch/bahnmuseum
www.rhb.ch/bahnerlebnisweg



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

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...



Luftige Passage am Brüggler.

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 Rauthüttli auf der Alp Obersee-Rauti (Rauthütten) 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 Muttenwändli und der Muttenwand, oder bei den Muttenbergen nahe dem Kistenpass: die Steinbock-Kolonie vom Muttseegebiet. Die Steingeissen mit dem Nachwuchs und die wilden jungen Böcke. Hier heisst es Augen auf. Das

Gelände wird felsig, karg. Diese wilde Bergwelt hat aber auch ihre liebliche 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 «Christli», wie die Kistenpasshütte liebevoll genannt wird, und ermöglicht einen Tiefblick auf den smaragdgrünen Limmerensee. Hier kehren wir auf einen Kaffee mit «Christli-Wähe» ein. Frisch gestärkt nehmen wir den steilen, sich in engen Serpentinen windenden Weg auf den Grat der Muttenberge 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 «Adlerpiff», 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.

155

ANZAHL ÜBERNACHTUNGEN IN SAC-HÜTTEN 2022

DAVON KINDER UND JUGENDLICHE

DAVON IM WINTER

DAVON IM SOMMER

374 532

22 056

78 561

295 971

ANSTIEG GEGENÜBER DEM VORJAHRS
16.7%

AB 22 UHR HERRSCHT IN DEN HÜTTEN NACHTRUHE.

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

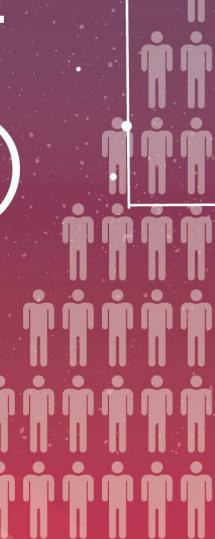
QUELLE: SAC

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.



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 MÖNCHSJÖCHHÜTTE 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.

Berg-hüt-te

[als Gasthaus bewirtschaftete] Schutzhütte im Gebirge



Achtung Gefährlich!

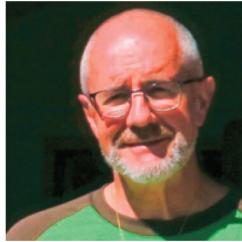
Kein Normalwanderer schafft es je auf die Solvayhütte. Die höchstgelegene Hütte der Schweiz befindet sich auf 4003 m ü.M., nur 475 Meter unter dem Gipfel des Matterhorns, und darf von Alpinisten nur im Notfall benutzt werden.



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 Hüttenaison. 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 Hüttenommers?

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 selbergemachten 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 Brennnesseln 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 Helikoper?

Je nach Besucherzahl rechnen wir mit fünf bis sieben Ver- und Entsorgungsflügen pro Saison. Natürlich laufen wir nie mit leerem Gstdäti 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.

TONI KAISER



**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.

A wooden mountain hut with Swiss flags on its facade, situated on a grassy hillside.	LIDERNENHÜTTE (1727 M) UR Von Chäppeliberg im Riemensäldner Tal wandert man zur Hütte und von dort weiter zum Spilaier See. Vom See gehts zurück zur Hütte oder zur Bergstation Gitschen und von dort mit der Seilbahn ins Tal, etwa 2½ h, lidernen.ch	A stone mountain hut perched on a rocky slope with a person standing nearby.	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, sunniggrathuette.ch
A stone mountain hut surrounded by green hills and a dirt road leading up to it.	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, sustlihouette.ch	A climber is seen scaling a vertical rock face with safety equipment.	A stone mountain hut with a long yellow ramp or slide leading up to it.
A stone mountain hut with a small white tent pitched in front of it.	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	A modern stone mountain hut with a wooden sign board in front that reads "HERZLICH WILLKOMMEN".	SEWENHÜTTE (2150 M) UR Wie die Sustlihütte ist auch die Sewenhütte bei Familien beliebt. Auf- und Abstiege sind als Zwerge-wege eingerichtet und im Sewensee kann man sich abkühlen und mit dem Ruderboot eine Runde drehen, etwa 4 h, sewenhuette.ch
A wooden mountain hut with a large balcony, set against a backdrop of snow-capped mountains.	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	A wooden mountain hut with a sign board in front that reads "CARSCHINA HÜTTE".	A wooden mountain hut with several people sitting at tables outside under umbrellas.
A wooden mountain hut with a balcony, located in a valley.	TÄLLIHÜTTE (1727 M) BE Die Tällihütte liegt oberhalb der Sustenpassstrasse unter den Felswänden der Gadmerflüe. Sie ist auf einer schönen Rundtour erwanderbar und kann auch mit der nahen Tälliseilbahn abgekürzt werden, etwa 3 h, taelli.ch	A wooden mountain hut perched on a rocky mountain side.	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
A wooden mountain hut with a balcony, situated in a valley.	BÄCHLITALHÜTTE (2328 M) BE Auf dem Bächlisboden suchen sich Bachläufe ihren Weg durch die weite Schwemebene. Kinder finden hier natürliche Spielplätze am Wasser. 150 Meter weiter oben thront die familienfreundliche Bächlitalhütte, etwa 4 h, sac-albis.ch	A stone mountain hut with a balcony, set against a backdrop of rugged mountains.	A stone mountain hut with a balcony, with two large orange alphorns in the foreground.
A stone mountain hut with a balcony, situated in a valley.	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	A stone mountain hut with several people sitting at tables outside.	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



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 Alpenspielplatz mit Trampolin, Murmeli-Tunnelrutsche, Kletterkarussell und vielen weiteren Spiellementen sorgen gleich zu Beginn für einen ersten Stopp. Der Spassfaktor ist hoch und der Motivationsschub 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 Murmel-tiere 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 Härlisee. 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 Fussohlen 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



PINAMOR

unterweger
Die Marke der Natur

ERHÄLTLICH IN
IHRER APOTHEKE,
DROGERIE
ODER ONLINE



VEGAN Flaschenkörper aus 100 %
recyceltem PET

UNTERWEGER Arnika Einreibung
250 ml: Pharmacode 1361504

Vertrieb:
Winstons Cosmetics SA
CH-5412 Gebenstorf
www.winstons.ch

...weil wir
gemeinsam
neue Wege
gehen!

TATONKA®
EXPEDITION-LIFE



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

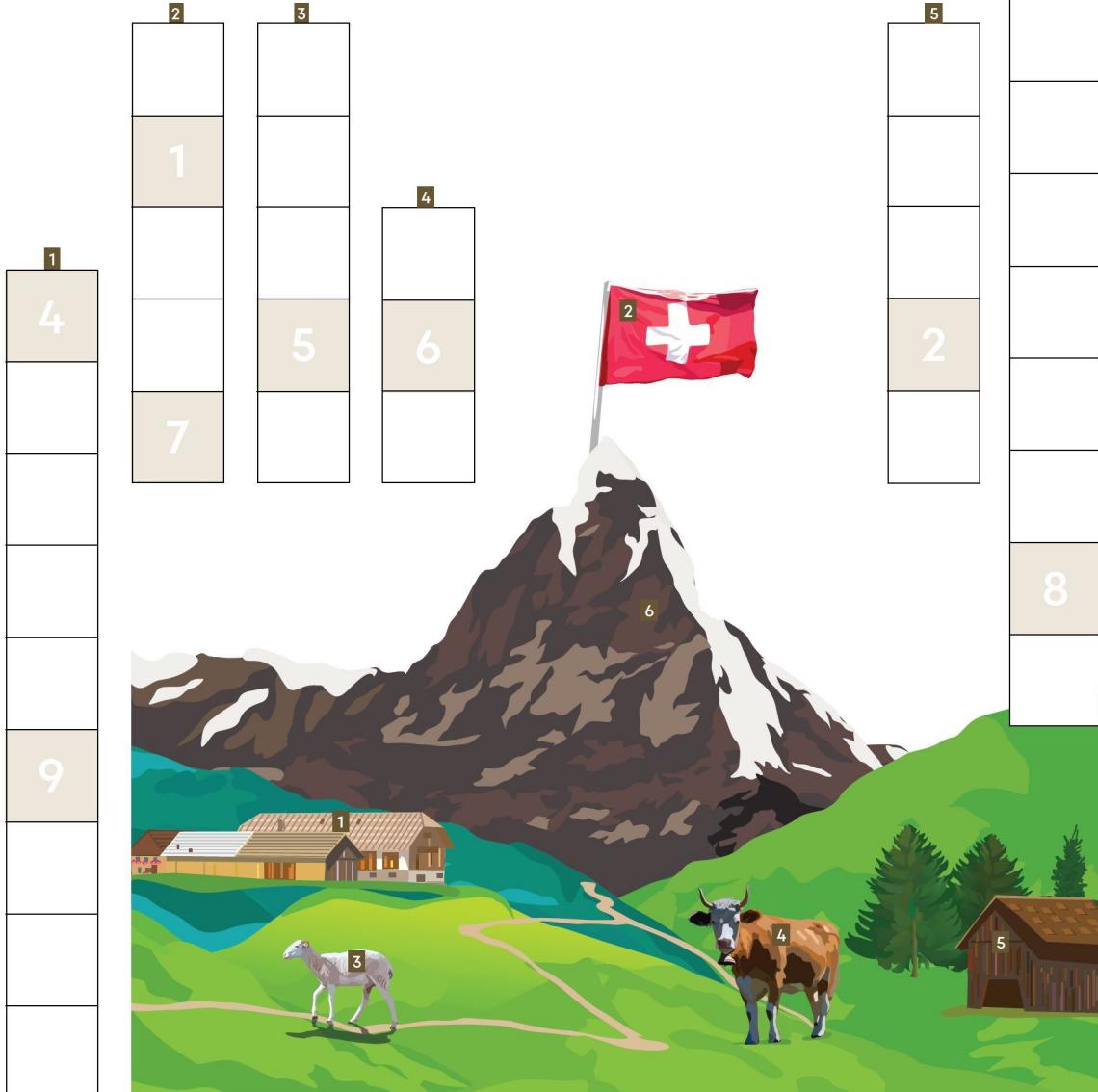


FAIRE &
TRANSPARENTE
PRODUKTION

openfactory.tatonka.com

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

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

Die Gewinner werden direkt benachrichtigt.

Teilnahme nur innerhalb der Schweiz möglich.



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 Sorento-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:

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

8. Tag – Heute treten wir die Heimreise an.

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 Traumausichten 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 Pizzaessen & Kochkurs von Sant' Agata nach Sorrento. Im Anschluss Zeit zum Geniessen in Sorrento. Mittelschwere Wanderung – Gehzeit ca. 3.5 h – Höhenunterschied 380 m

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. 27,-
Buchungsgebühr: Fr. 24.- pro Person
(entfällt bei Online-Buchung)

Sie wählen Ihren Bus-Einstiegeort:
Aarau, Basel, Bern, Luzern, Pfäffikon SZ,
St. Gallen, Thun, Zürich



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. Schifffahrt, 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 Schönens 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 Montalestro 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

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 Madonnina****, 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, kleinen Sandbuchten, malerischen Dörfern und zum Abschluss den botanischen Gärten «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 frönen. **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 Madonnina**,
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



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.

Grimmentz.



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 Bergbauerndorf. 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 gärte einst unabsichtlich während 20 Jahren vergessen in einem Keller. Noch heute hat es in den Fässern des Burgerhauses 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



...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 Eringerkühe 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 Alpabzugs. 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 Crét 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 Brunfrufen 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 Crét du Midi gleiten wir durch die Lüfte und betrachten das Val d'Anniviers aus einer ganz neuen Perspektive.

 MELANIE MEISTER



 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 JEDOCH JEDER FREIE MINUTE UNTERWEGS. SIE IST AUTORIN UNSERES NEUEN WANDERBUCHES «DIE 88 SCHÖNSTEN HÜTTENTOUREN DER SCHWEIZ».





Strahlende Adern.



Spiel mit dem Mond.



Grosse Scheidegg.



Sechsleck-Widderchen.



Mischabelkette.



Schwarznasenschafe auf dem Riffelberg.



Sonnenaufgang in der Mythen-Region.





Am offenen Feuer

Lars Zenhäusern ist Käser auf der Bürchneralp. 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 Zehäusern der Alpsommer – eine Zeit, in der er für rund 80 Tage die Bürchneralp 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 Bürchneralp 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 Käselaibe



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 erhitzten. 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 Bürchneralp 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 Bürchneralp gerecht zu werden, sondern auch, weil er eines Tages den landwirtschaftlichen Betrieb seines Vaters in Bürchen übernehmen möchte.

Lars Zehäusern hegt eine tiefe Wertschätzung für die Tradition seines Handwerks. «Seit den Anfängen der 60er-Jahre haben wir auf der Bürchneralp 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 Zehhäusern. 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 Dicke. «Diese Dicke 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 Grossmutters 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 Käselaibe. 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 Chessis 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 Bürchneralp 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 Laibe 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 Käselaibe, wie es proportional der Menge an Milch entspricht, die ihre Kühe gegeben haben. Für Lars ist der Tag des Käseteilens der schönste Zahltag. 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.



Foto: © Volker Loche - stock.adobe.com

Entdecke faszinierende Orte mit Wanderkarten von swisstopo

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



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Landestopografie swisstopo
www.swisstopo.ch

ANZEIGEN



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



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



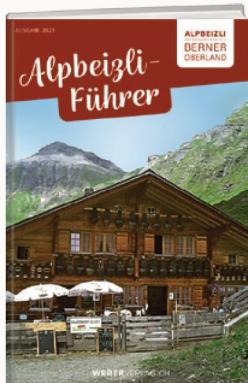
**Familienausflüge
zu SAC-Hütten**
ISBN 978-3-85902-474-8
CHF 49.–



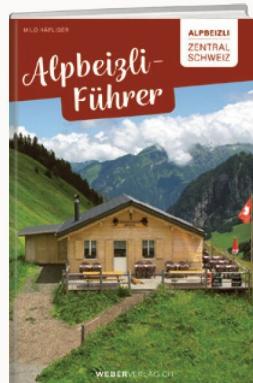
**SAC Bergwandern
von Hütte zu Hütte**
ISBN 978-3-85902-473-1
CHF 49.–



**Kochen unter freiem Himmel –
Die Outdoorküche in den Bergen**
ISBN 978-3-03818-439-3
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
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, www.weberverlag.ch

IM FOKUS



TRINKVENTIL

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

LEBENDAUER

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

DIESES FILTERSYSTEM IST IDEAL FÜR WANDERUNGEN. 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



THERMOS.EU

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

CHF 55.- (1 L)

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.- (2 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.-



STANDARD MOUTH

HYDROFLASK.COM

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.-



DIE TRINKFLASCHE BESTEHT AUS ALUMINIUM UND VERFÜGT ÜBER EINE GESCHMACKSNEUTRALE, SÄURERESISTENTE INNENBESCHICHTUNG. 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 AUSRÜSTUNG
FINDEN SIE AUF
BAECHLI-BERGSPOURT.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 Steifelsen 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 Tiabuscione – und kommt wenig später mit einem Tablett voller Espresso 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 Spät-nachmittagssonne. 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 Wallfahrtkirche hat es uns angetan: Steineichen, Zedern, Kastanienbäume und eine jahrhundertealte Zypresse, die als die älteste in Ligurien gilt, beschatten den Platz. Unser Weg wird nun etwas verschlungen, 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 Ginsterbüschchen. Dieses eindrückliche 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 Wacht-posten 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

Wanderferien

Geschichte, Kultur und mediterranes Flair in Italien

Cinque Terre

9.–16. September 2023 | ab CHF 1890

Die malerischen Küstendorfer an der italienischen Riviera, das urtümliche Hinterland, die Insel Palmaria, rotschimmernde 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 • 041 418 00 00

IMBACH

wandern weltweit

ANZEIGE

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 Rüebli, in kleinen Würfeln
3 EL Tomatenpüree
1 l Gemüsebouillon
200g Federkohl, Blätter abgezupft
2 EL Zitronensaft
Salz, Pfeffer

ZUBEREITUNG

Eingeweihte 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 Rüebli hinzugeben, ca. 5 Minuten andämpfen. Hitze erhöhen, Tomatenpüree hinzugeben und ca. 1 Minute caramelisieren. Mit Bouillon ablöschen, Cannellini und Federkohl hinzugeben, ca. 10 Minuten köcheln lassen. Zitronensaft beigeben, würzen.



Haselnussbrote



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 caramelisierten 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.

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

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 auswollen – 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 auswalten. Vorbereitete Pie-Form mit einem Teig auslegen. Teigboden mit einer Gabel einstechen. Zweite Teigrondelle 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
 $\frac{1}{4}$ 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 Rohzucker
50 g weisser Zucker
2 Pk. Vanillezucker
 $\frac{1}{2}$ TL Zimtpulver
2 EL Kokosmehl oder
 $1\frac{1}{2}$ 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

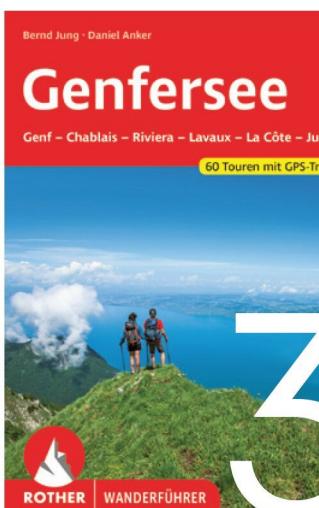
Wie wird Pie-Teig mürbe und dennoch stark genug, um eine schwere Füllung zu tragen? Die Technik macht es aus! Ziel ist, einen Teig zu erhalten, der einerseits schön mürbe ist und andererseits stabil genug, um die schwere Füllung tragen zu können. Um ein Zuviel an Glutenbildung zu vermeiden, sind folgende 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

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

3

4 Sicher und luftig-leicht

Die leichten Trek-Sandalen von Lizard sind für die täglichen Ausflüge auf gemischemtem 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



4

2 Für sauberes Wasser

Die zusammenfaltbare Squeeze-Flasche ist ein All-in-One-System zur Wasserspeicherung und -filterung. 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



**5 Ferien im Baudenkmal**

Von 1903 bis Ende der 80er-Jahre empfingen und verabschiedeten die Stationsbeamten in Alvaneu Fahrgäste, die der Albula Linie entlangreisten, und fertigten den Warenverkehr ab. In dem heute stillgelegten Bahnhofsgebäude 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.

ferienimbaudenkmal.ch



© PASCAL GERTSCHEIN

**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

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

**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

Rätsel

Schloss bei Losstorf (SO)	Herbstblume	langbeiniger Vogel		reichen, offrieren	Verehrer eines Stars		nicht mager	kleinster Teil der Wortbedeutung	bunte Papageien		anstoßiger Witz		Computerbauteil		Spürhund
hartnäckig, verbiessen		Benutzerin (PC)		engl.: Fledermaus	Q 1	Haushaltsplan		Berg bei Brienz 2350m			Fluss im Bergell		schweiz. Nutzfahrzeugverband		Vorn. v. Schygulla
Laubbbaum (Fraxinus)				eng verbunden, vertraut				Ort der Schweiz. Vogelwarte					Q 6		
Kniff, Trick	Winter-sport-region im Kt. BE			frz.: von						Holzbehälter Mz.	jamaik. Tanzmusik				
gefeierte Künstlerinnen					US-Schauspieler (Danny)					Fluss im Tessin	Galler-substanzen		ital. Stadt m. Rennstrecke		
kaputt (ugs.)	Anrede und Titel in England			anständig, ernsthaft	Wagenschuppen					Pass im Kt. VD	Rufname Eisenhowers †	Präteritum von laden (1. Pers.)		engl.: Netz	
Wohnzins, Leihgebühr					dt. Automobilpionier (Adam) †	am Tagesanfang, zeitig	frz. Pluralartikel	Kreuzesinschrift	Jonglierutensil						
eh. Radrennfahrer (Bruno)	Hauptstadt v. Italien				Gewächs							digitale Audio-kassette			
musik. Übungsstück		Brauch, Gewohnheit		Darsteller von Jack Sparrow	witzig, erheiternd			ostafrik. Volksstamm	Festveranstaltungen						
Spielkarten					Winter-sportgerät	engl.: es ist (2 W.)	Iodernd (poet.)								
Leichtmetall (Kw.)	Abk.: Schweiz. Volkspartei			Bündnis, Abkommen	Region im Kt. ZH			griech. Gebirge in Thessalien				2			
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12				



ZU GEWINNEN
Drei faltbare Trinkflaschen mit Wasserfilter von LifeStraw im Wert von je CHF 49.–
eu.lifestraw.com

Auflösung des letzten Rätsels

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

TELDENKMAL

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

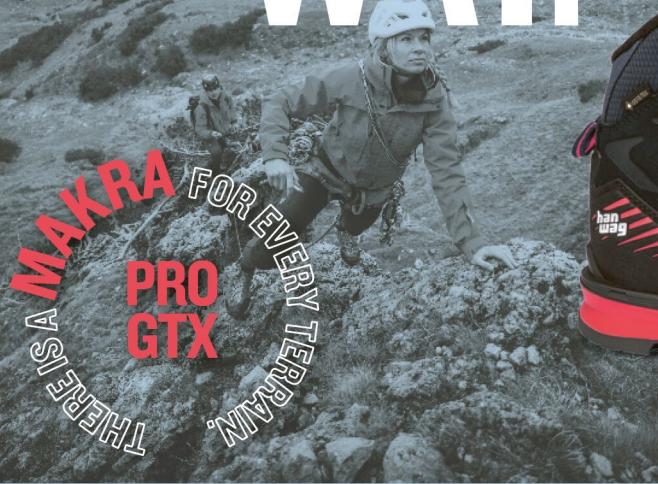
Senden Sie das Lösungswort bis 31. August 2023 an:

Wandermagazin SCHWEIZ, Rätsel, Fabrikstrasse 8, 4500 Solothurn oder per E-Mail an raetsel@wandermagazin-schweiz.ch.

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

Teilnahme nur innerhalb der Schweiz möglich.

YOUR WAY.



**SETZ DIR NEUE ZIELE...
UND GEH DEINEN WEG!**

Herausforderungen sind vielfältig. Eines brauchst Du immer: den richtigen Begleiter. Der Makra Pro Lady GTX ist ein stabiler Allrounder, der Dir Komfort und Kletterperformance bietet.



OUTDOOR FOOTWEAR
SINCE 1921



Erfahre mehr zur Produktion auf: [STORIES.HANWAG.](#)

Beim nächsten Mal:



[tourenplaner-schweiz.ch](#)

Vorschau

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 wohlende Produkte.



DAS WANDERMAGAZIN SCHWEIZ
5 2023 ERSCHIET AM
1. SEPTEMBER 2023

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 Pargätschi, Tel. +41 (0)32 626 40 27

Redaktionsleitung: Jochen Ihle

Korrektorat: Fredy Joss

Gestaltung: Rothus Medien AG, Solothurn, Stefanie Pargätschi

Druck: Media Impression, Schönbühl

Kartengrundlagen: outdooractive Kartografie;

© OpenStreetMap, 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
Josta Heller, Tel. +41 (0)44 928 56 10, josta.heller@fachmedien.ch

Abonnemente in der Schweiz

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

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.



RECYCLED
Aus
Recyclingmaterial
FSC® C128044



WeitWandern

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

3700 Spiez

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 Veggia e Devero - Val Formazza
- 29.07.23 - 06.08.23 Mystischen Siebenbürgen: Fogarasch - Schässburg
- 29.07.23 - 13.08.23 Pyrenäen 6: durch den PNR Catalan ans Mittelmeer
- 04.08.23 - 06.08.23 Albulatalf: im Park Elm und zum 3000er Igl Compass
- 11.08.23 - 13.08.23 Schesaplana, 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 am 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 Luberon
- 12.10.23 - 15.10.23 Herbewanderungen 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 belohn dich mit atemberaubender Aussicht mit Reini von simply.hiking.
sicher geführt.



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. Dreizeehnthalhorn
- 02.09. - 03.09. Barrhörner



Individuelle Touren für dich oder deine Gruppe auf Anfrage. Alle Angebote auf: simplyhiking.ch



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.

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

Wenige freie Plätze!

Mit Ihrem Zielpublikum in die Höhe klettern.

Für Ihren Werbeauftritt im Wandermagazin SCHWEIZ.

Tel. +41 79 338 89 18

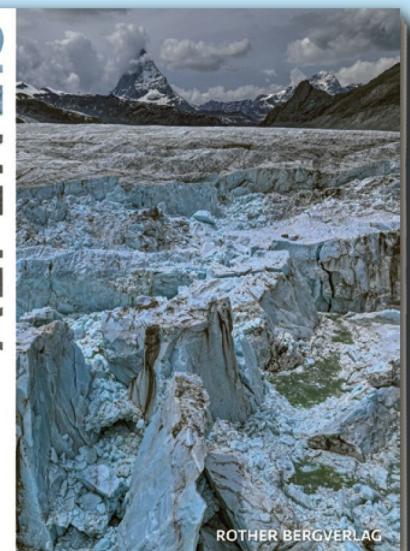
daniel.baer@fachmedien.ch



Unsere Alpen im Klimawandel

– ein hochaktuelles Thema und ein außergewöhnlicher Bildband!

ALPENEIS
Bernhard Edmaier



Bildband **AlpenEis**
mit einzigartigen Luftaufnahmen
ISBN 978-3-7633-7075-5
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.

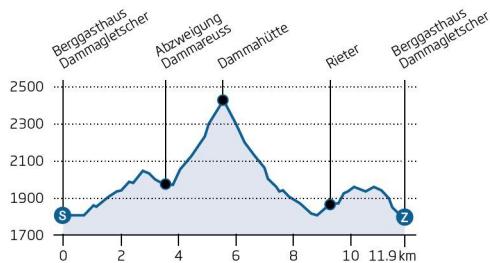


Bestellbar auf
wandershop-schweiz.ch
oder mit der Bestellkarte
hinten im Heft.



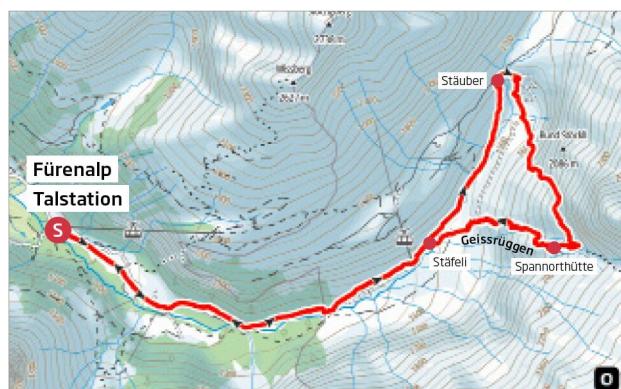
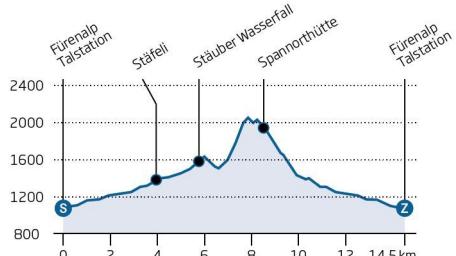
RUND UM DEN GÖSCHENERALPSEE

Göscheneralp Vom Stausee zur Dammahütte



WIE IN DEN DOLOMITEN

Engelberg Zur Spannorthütte



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 P1967 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 Chelenreuss 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 P1967 - 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; Dammahütte, 041 885 17 81, dammahuette.ch

WANDERKARTE LK 1:50 000, 255T Sustenpass.

INFOS Uri Tourismus, 041 874 80 00, uri.swiss; Andermatt-Ursental Tourismus, 041 888 71 00, andermatt.ch

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

So, wie im Engelbergtal 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 Spannort-hütte. 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 Stäfeli 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) - Stäfeli (1392 m) - Stäuber-Wasserfall (1635 m) - auf weiss-blau-weiss markiertem Weg zur Spannort-hütte (1956 m). Abstieg auf dem normalen Hüttenweg über den Geissrücken zum Stäfeli und von dort weiter zur Talstation.

AUSRÜSTUNG Normale Wanderausrüstung, stabile Bergschuhe, Wanderstöcke.

EINKEHREN/ÜBERNACHTEN

Restaurant Stäfeli, 041 637 45 11, staefeli.ch; Spannort-hütte, 041 637 34 80, spannorthuette.ch

WANDERKARTE LK 1:50 000, 254T Stans.

INFOS Engelberg-Titlis Tourismus, 041 639 77 77, 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 Käsernalp 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

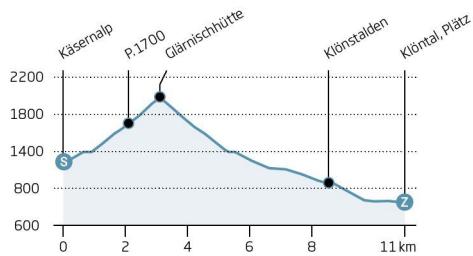
⌚ 4½ h

► T2



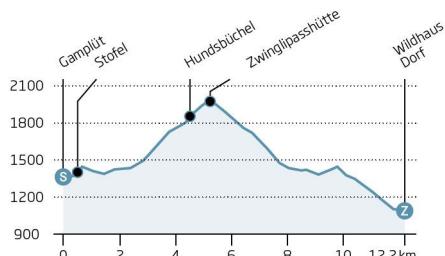
VERSTECKT HINTER DEM KLÖNTALERSEE

Klöntal Von der Käsernalp zur Glärnischhütte



BEEINDRUCKENDES KARSTGEBIET

Toggenburg Zur Zwinglipasshütte



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 eindrückliche 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 Hüttentag bis Hinter Klöntal abzusteigen, wählt man bis zur Käsernalp denselben Weg. Von dort kann man dann wieder mit dem Rufbus fahren oder man wandert via Klöntalden 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 (1282m) – Wärben (1384 m) – Abzweigung bei P.1700 – Glärnischhütte (1990m) – auf demselben Weg zurück bis Käsernalp (1282 m) – Klöntalden (1063 m) – Elmerberg (870 m) – Klöntal, Plätz (852 m).

AUSRÜSTUNG Normale Wanderausstattung, stabile Bergschuhe, Wanderstöcke.

EINKEHREN/ÜBERNACHTEN

Glärnischhütte, 055 640 64 00, gluette.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; Rufbus Taxi Reust, 079 693 49 49, alpentaxi.ch

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

Die Zwinglipasshütte liegt unterhalb des Zwinglipasses, am Fuss des Altmanns, und gegenüber der Churfirstenkette 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 Zusatrunde 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 Wanderausstattung, 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; Bergrestaurant Gamplüt, 071 999 21 72, gampluet.ch

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

INFOS Toggenburg Tourismus, 071 999 99 11, toggenburg.swiss

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



GRAUBÜNDEN

DIE STILLE SEITE VON AROSA

Arosa Durch das Welschtobel zur Ramozhütte

Natur

▲ 797 m

Kultur

▼ 797 m

Familie

→ 16.8 km

Kondition

⌚ 6 h

► T2

GRAUBÜNDEN

AUF DEN SPUREN DER GLETSCHERFRAU

Tuors Chants Rundtour zur Keschhütte

Natur

▲ 804 m

Kultur

▼ 804 m

Familie

→ 9.8 km

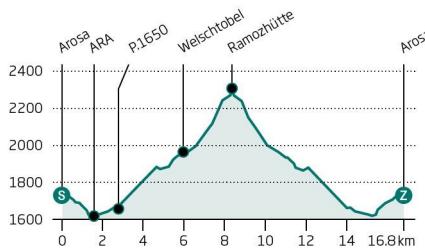
Kondition

⌚ 4 h

► T2

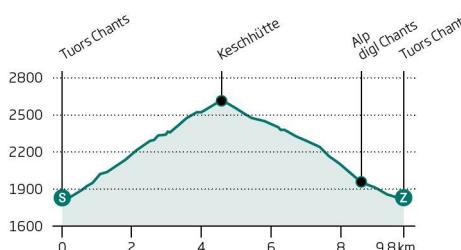
DIE STILLE SEITE VON AROSA

Arosa Durch das Welschtobel zur Ramozhütte



AUF DEN SPUREN DER GLETSCHERFRAU

Tuors Chants Rundtour zur Keschnhütte



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 steinige 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 bewacht, 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, sacarosa.ch

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

INFOS Arosa Tourismus, 081 378 70 20, arosalenzerheide.swiss

Tipp Von der Ramozhütte führt ein weiß-blau-weiß markierter Alpinpfad auf den aussichtsreichen Erzhornsattel (hin und zurück etwa 2 h).

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 Keschnhütte. 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

ROUTE Tuors Chants (1823 m) - Naz - P. 2518 - Keschnhütte (2627 m) - P. 2518 - Alp digl Chants (1996 m) - Tuors Chants.

AUSRÜSTUNG Normale Wanderausrüstung.

EINKEHREN/ÜBERNACHTEN

Keschnhütte, 081 407 11 34, 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; Ortsmuseum Bergün, 081 407 12 77, ortsmuseum-berguen.ch; Regionaler Naturpark Parc Ela, 081 659 16 18, parc-ela.ch

TIPP Wer auf der Keschnhütte übernachtet und anderntags weiterwandern möchte: von der Hütte über den Scaletta-Pass bis Dürrboden (3½ h).



TESSIN

IL SENTIERO DEL MONTANARO

Valle Leventina Von Carì zum Rifugio Gana Rossa



Natur



Kultur



Familie



Kondition

▲ 625 m

▼ 625 m

► 10.7 km

⌚ 4 h

► T2



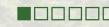
TESSIN

TESSINER STEINHÄUSER

Valle Maggia Von Someo zur Capanna Alzasca



Natur



Kultur



Familie



Kondition

▲ 1394 m

▼ 1394 m

► 18 km

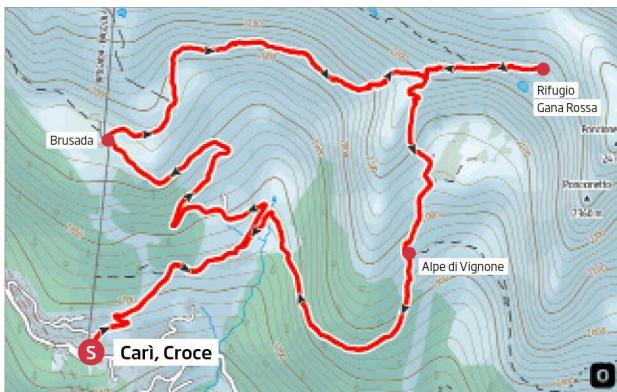
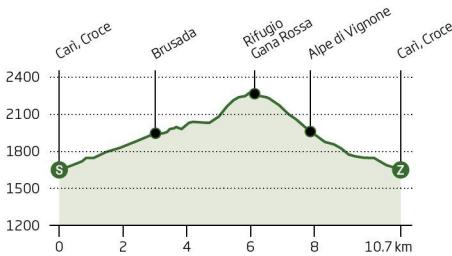
⌚ 7½ h

► T2



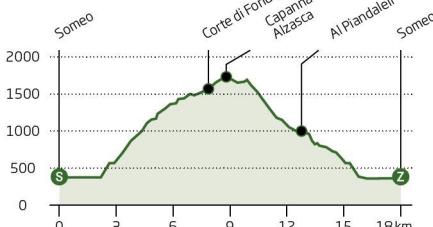
IL SENTIERO DEL MONTANARO

Valle Leventina Zum Rifugio Gana Rossa



TESSINER STEINHÄUSER

Valle Maggia Zur Capanna Alzasca



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 Canariscetto 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; Rifugio Gana Rossa, 091 866 28 13, utoepizzomolare.ch

WANDERKARTE LK 1:50 000, 2667 Valle Leventina.

INFOS Ticino Turismo, 091 825 70 56, ticino.ch; Bellinzona e Valli Turismo, 091 869 15 33, bellinzonaevalli.ch

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

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 Rotonda 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 Rotonda (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.), Hütten schlafsack.

EINKEHREN/ÜBERNACHTEN

Capanna Alzasca, 091 753 25 15, capannaalzasca.ch

WANDERKARTEN LK 1:50 000, 2757 Valle Antigorio, 2767 Val Verzasca.

INFOS Ticino Turismo, 091 825 70 56, 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

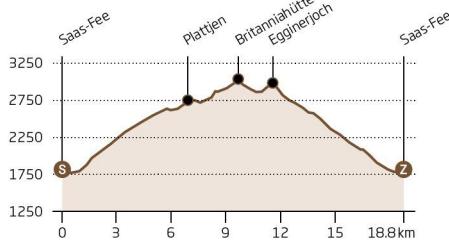
⌚ 8 h

► T3



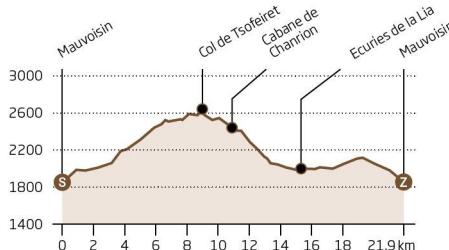
FREIER BLICK AUF DIE VIERTAUSENDER

Saas-Fee Über Plattjen zur Britanniahütte



RUND UM DEN LAC DE MAUVOISIN

Mauvoisin Zur Cabane de Chanrion



Diese anspruchsvolle Bergwanderung führt von Saas-Fee zur hochgelegenen Britanniahütte. Mit sehr guter Kondition ist das als Tagestour 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 Egginner wechselt die Markierung auf weiss-blau-weiss, und damit ändert sich auch das Terrain. Über einen Moränengrat wandert man zum letzten Rest des Chessengletschers, der ohne Schwierigkeiten und ohne spezielle Ausrüstung gut begehbar ist. Auf der Britanniahütte angekommen, genießt man ein Mittagessen und steigt dann über das Egginnerjoch 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) - Chalbermatten (1798 m) - Gallenalp (2062 m) - Plattjen (2571 m) - Heidefridhof - Britanniahütte (3030 m) - Egginnerjoch (2988 m) - Maste 4 (2581 m) - Abzweigung P.2190 - Gallenalp - Chalbermatten - Saas-Fee.

AUSRÜSTUNG Normale Wanderausrüstung, stabile Bergschuhe, evtl. Wanderstöcke.

EINKEHREN/ÜBERNACHTEN

Bergrestaurant Plattjen Terminus, 027 957 15 16, plattjen.com; Britanniahütte, 027 957 22 88, britannia.ch

WANDERKARTE LK 1:50 000, 284T Mischabel.

INFOS Saastal Tourismus AG, 027 958 18 58, saas-fee.ch; Valais/Wallis Promotion, 027 327 36 00, valais.ch

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

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 Giétron und über den Tsfoiretpass 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 Giétron (2175 m) - Pierracarô (2378 m) - Col de Tsfoiret (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

WANDERKARTE LK 1:50 000, 283T Arolla.

INFOS Tourismusbüro Verbier, 027 775 38 88, verbier.ch; Tourismusbüro Val de Bagnes, 027 775 38 70, 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



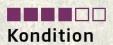
Natur



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

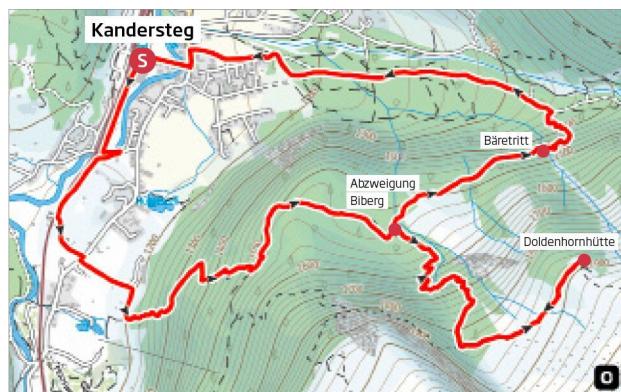
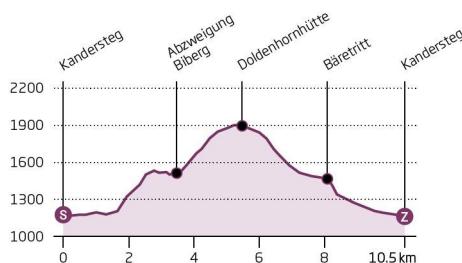
→ 10.1 km

⌚ 5 h

► T3

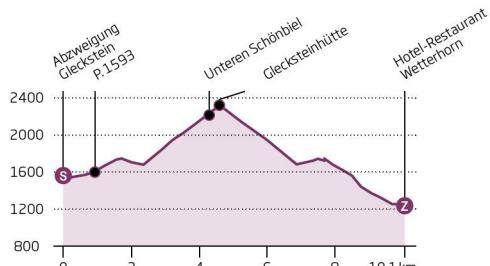
ADLERHORST ÜBER KANDERSTEG

Kandersteg Rundtour zur Doldenhornhütte



ZU DEN STEINBÖCKEN ÜBER GRINDELWALD

Grindelwald Zur Glecksteinhütte



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 Fisistöcke 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 Hütterrasse verlockt dann zum gemütlichen Verweilen bei Bergsteiger-Burger, hausgemachten Kuchen und einem lokalen Frutigbier. 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 gemütlich 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 Ruedihuus fährt und die Wanderung dort beginnt.

ROUTE Kandersteg (1174 m) - Landgasthof Ruedihuus (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

WANDERKARTE LK 1:50 000, 263T Wildstrubel.

INFOS Kandersteg Tourismus, 033 675 80 80, kandersteg.ch

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

Die Glecksteinhütte 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 Unteren 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 Gleckstein.

ZIEL Grindelwald, Oberer Gletscher, Hotel-Restaurant Wetterhorn.

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

RÜCKREISE Mit Postauto von der Haltestelle Oberer Gletscher nach Grindelwald.

ROUTE Abzweigung Gleckstein (1558 m) - P.1593 - Engi (1735 m) - Unteren Schönbiel (2050 m) - Glecksteinhütte (2317 m) - Unteren Schönbiel - Engi - P.1593 - Hotel-Restaurant Wetterhorn (1229 m).

AUSRÜSTUNG Normale Wanderausrüstung, stabile Bergschuhe, Wanderstöcke.

EINKEHREN/ÜBERNACHTEN

Glecksteinhütte, 033 853 11 49, gleckstein.ch; Hotel-Restaurant Wetterhorn, 033 853 12 18, wetterhorn-hotel.ch

WANDERKARTE LK 1:50 000, 254T Interlaken.

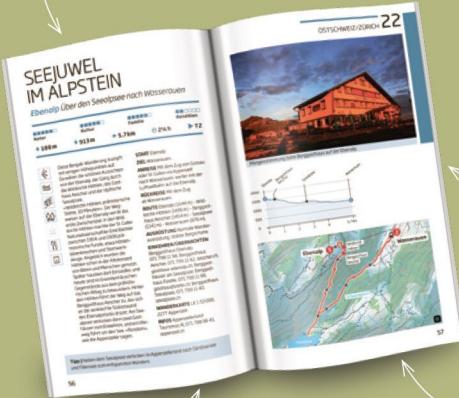
INFOS Grindelwald Tourismus, 033 854 12 12, grindelwald.swiss

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

Fernab geniessen.



Ausführliche Tourenbeschreibungen



Höhenprofile

Detailgetreue Tourenangaben

Spezielle Tipps

Wanderkarten

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

50062176
000001



DIE POST

VORNAME, NAME

STRASSE

PLZ, ORT

TELEFON

E-MAIL

DATUM, UNTERSCHRIFT

Wandermagazin SCHWEIZ
Fabrikstrasse 8
4500 Solothurn

Alle Produkte auch verfügbar auf 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

50062176
000001



DIE POST

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.–.



GAS/ECR/ICR

Nicht frankieren
Ne pas affranchir
Non affrancare

50062176
000001



DIE POST

VORNAME, NAME

STRASSE

PLZ, ORT

TELEFON

E-MAIL

DATUM, UNTERSCHRIFT

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.



GAS/ECR/ICR

Nicht frankieren
Ne pas affranchir
Non affrancare

50062176
000001



DIE POST

VORNAME, NAME

STRASSE

PLZ, ORT

TELEFON

E-MAIL

DATUM, UNTERSCHRIFT

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



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