

# WANDERN

WANDERN IN DEN  
SCHWEIZER PÄRKEN 2017



10 Wandervorschläge

# ALL YOU NEED OUT THERE

[www.radys.com](http://www.radys.com)

**R1W X-LIGHT TECH JACKET**

**ULTRALEICHTER 3L WETTERSCHUTZ**

**FÜR ALLE FÄLLE**

Fotografie: wien-schuweg [www.mulaf.ch](http://www.mulaf.ch)

Die Schweizer Bergsportbekleidungs-Marke R'ADYS ist weltweit führend in Textil-Bonding (R'SDNIC Laser- und Klebe-Technologie). Über 80% der Kollektion wird in dieser zukunftsweisenden Technologie verarbeitet.



**R'ADYS**  
OUTDOOR ESSENTIALS

# LIEBE WANDERIN

## LIEBER WANDERER



Die Schweizer Pärke feiern ihr zehnjähriges Bestehen. Dieses Jubiläum haben die Schweizer Wanderwege zum Anlass genommen, in der Herbst-Wanderbroschüre Wanderungen in den Parkregionen vorzustellen. Diese gehören zu den ursprünglichsten Natur- und Kulturlandschaften der Schweiz und verfügen ausnahmslos über ausgedehnte und gut gepflegte Wanderwegnetze. Die schönsten Ecken der Pärke können ausserdem nur wandernd erkundet werden, weil dort keine Strassen hinführen.

Die zehn Wandervorschläge, die wir in enger Zusammenarbeit mit dem Netzwerk Schweizer Pärke ausgewählt haben, widerspiegeln die Vielfalt der Parklandschaften. Darunter ist beispielsweise die Wanderung zur Kesch-Hütte im Parc Ela, dem grössten Naturpark in der Schweiz, die durch eine spektakuläre Hochgebirgslandschaft führt, immer oberhalb der Waldgrenze, mit Aussicht auf den nahen Piz Kesch und den Porchabellagletscher. Aber auch die Wanderung durch die Rebberge und entlang einer Suone im Naturpark Pfyn-Finges. Unterwegs lohnt sich ein kurzer Abstecher zur Kirche St. Stephan in Leuk und ein Besuch im Beinhaus, wo 20000 Schädel eine etwas unheimliche Stimmung schaffen. Oder die Route im Jurapark Aargau, wo es unterwegs zwei Burgruinen zu entdecken gibt. Es hat also für Natur- und für Kulturinteressierte etwas dabei. Und auch die Gourmets kommen nicht zu kurz: In allen Pärken kann man lokale Spezialitäten geniessen, entweder unterwegs in der Alphütte oder im Restaurant, in Lebensmittelgeschäften oder in den Besucherzentren.

Darf es noch mehr Wanderinspiration sein? Auf unserer Serviceplattform wandern.ch finden Sie eine Sammlung mit über 750 Wanderungen. Und jede Woche kommt eine neue dazu.

Wir wünschen Ihnen einen wunderschönen Wanderherbst.

### **Adèle Thorens Goumaz**

Vizepräsidentin Schweizer Wanderwege  
Nationalrätin

**Wir freuen uns, wenn Sie unsere Arbeit im Dienste der Wanderinnen und Wanderer mit einem freiwilligen Gönnerbeitrag unterstützen:  
Schweizer Wanderwege, Monbijoustrasse 61, 3007 Bern**

**PC 40-14552-5, IBAN CH48 0900 0000 4001 4552 5**









# WANDERN IN DEN SCHWEIZER PÄRKEN 2017

## DIE 10 WANDERUNGEN

NORDWESTSCHWEIZ

- 1 Im Jurapark Aargau**  
Vom Jurasüdfuss ins Fricktal

TESSIN

- 2 Im Nationalparkprojekt des Locarnese**  
Hoch über der Melezza-Schlucht

WALLIS

- 3 Im Naturpark Pfyng-Finges**  
Am Sonnenhang von Leuk nach Salgesch

ZENTRALSCHWEIZ

- 4 In der UNESCO Biosphäre Entlebuch**  
Vom Bleikechopf ins Chessiloch

WESTSCHWEIZ

- 5 Im Regionalen Naturpark Gruyère Pays-d'Enhaut**  
Passwanderung über den Col de Jaman

MITTELLAND

- 6 Im Wildnispark Zürich Sihlwald**  
Vom Albispass ins Sihltal

BERNER OBERLAND

- 7 Im Naturpark Diemtigtal**  
Seebergsee – die Perle des Diemtigtals

JURA

- 8 Im Naturpark Doubs**  
Rundwanderung in den Freibergen

SÜDOSTSCHWEIZ

- 9 Im Parc Ela**  
Rundwanderung zur Kesch-Hütte

NORDOSTSCHWEIZ

- 10 Im Naturpark Schaffhausen**  
Entlang der Grenze Schweiz-Deutschland

Die zehn Wandervorschläge in dieser Broschüre finden Sie mit ergänzenden Inhalten auf der Serviceplattform der Schweizer Wanderwege: [www.wandern.ch/paerke](http://www.wandern.ch/paerke). Der genaue Routenverlauf der Wanderung kann auf der Landeskarte 1:25 000 dargestellt und ausgedruckt werden.

# DIE SCHWEIZER PÄRKE LADEN ZUM STAUNEN UND ENTDECKEN EIN



Imposante Weitblicke zum Piz Kesch im Parc Ela, Wandervorschlag Nr. 9.

## FÜR JEDEN WANDERWUNSCH

Den Rucksack schultern, die Wanderschuhe schnüren und losmarschieren: Wer zu einer Wanderung aufbricht, will an die frische Luft, sich erholen, sich bewegen und schöne Landschaften entdecken. Abhängig von Interessen, Alter und Fitness sowie davon, ob Kinder mit dabei sind, unterscheiden sich die weiteren Erwartungen an eine Wanderung. Einige Wanderer suchen einzig die Ruhe, andere wollen Tiere und Pflanzen beobachten oder etwas über die Geschichte der Region und deren Bewohner erfahren, und wieder andere möchten auf der Tour lokale Spezialitäten geniessen. Die Schweizer Pärke können dank ihrem Reichtum an Natur und Kultur all diesen Bedürfnissen gerecht werden.

Im Parc Ela etwa, dem grössten Naturpark der Schweiz, serviert Hüttenwart Reto den Gästen in seiner Kesch-Hütte Spezialitäten wie hausgemachte Bündler Nusstorte und Steinbocksalsiz. Beides schmeckt als Belohnung nach dem strengen Aufstieg und bei der Aussicht auf den Piz Kesch, den Piz Ela und den Gletscher Vadret da Porchabella unvergleichlich gut. Wer zur Wanderung im Kesch-Gebiet multimediale Infos erhalten oder ein Quiz lösen möchte, lädt sich am besten die Ela-App aufs Smartphone ([www.apps.parks.swiss](http://www.apps.parks.swiss)).

Eine ganz andere Landschaft bieten die sanften Hügel der Freiberge im Naturpark Doubs. Auf den von Trockensteinmauern gesäumten Wanderwegen kann man den Freiburger-Fohlen beim Bocksprung zuschauen und spürt den weichen Juraboden unter den Füßen. Beim Etang de la Gruère lassen sich vom Ufer aus Enten, Blesshühner, Fische und Wasserläufer beobachten.

Kunstvolles lokales Handwerk gibt es beim Aufstieg auf den Col de Jaman im Regionalen Naturpark Gruyère Pays-d'Enhaut zu bestaunen. Die Dächer der traditionellen Häuser sind mit handgeschnitzten Schindeln bedeckt, und hat man Glück, so ist grad ein Schindelmacher an der Arbeit. Im Park gibt es Traditionelles zum Geniessen: den Jaman-Käse etwa oder das zertifizierte «Fondue du Parc naturel régional Gruyère Pays-d'Enhaut», das die drei AOP-Käse Gruyère, Evivaz und Vacherin vereint.



© FRANÇOIS EMMENEGGER – REGIONALER NATURPARK GRUYÈRE PAYS-D'ENHAUT

Schindeln für die traditionellen Dächer im Regionalen Naturpark Gruyère Pays d'Enhaut, Wandervorschlag Nr. 5.

## VIelfalt in den Schweizer Pärken

Die drei Beispiele veranschaulichen die Vielfalt, welche die Schweizer Pärke auszeichnet. Diese haben sich seit 2007 – mit der Revision des Bundesgesetzes über den Natur- und Heimatschutz – stark entwickelt. Heute zählt die Schweiz 19 Pärke, und so unterschiedlich ihre Grösse, ihre Lage und ihre Merkmale sind, so haben sie auch viele Gemeinsamkeiten. Die Parkregionen gehören zu den ursprünglichsten Natur- und Kulturlandschaften der Schweiz. Sie sind weitgehend intakte, vielfältige, dynamische und natürliche Lebensräume, oder sie wurden und werden vom Menschen naturnah gestaltet und gepflegt. Pärke bieten den Besucherinnen und Besuchern echte Naturerlebnisse, spannende Geschichten, Kontakte zu einer lebendigen Bevölkerung und den Genuss regionaler Spezialitäten.

## LEHRPFADE UND CHRISIEGLACE

In allen Pärken gibt es ausgedehnte Wanderwegnetze, um die Landschaft zu Fuss und damit mit allen Sinnen zu erkunden. Die Pärke arbeiten Hand in Hand mit den Tourismusbüros und verschiedenen lokalen Akteuren und entwickeln Angebote wie Erlebniswege, Lehrpfade und kulturelle Veranstaltungen. Besucher können so bei einer Wanderung die lokalen Traditionen und Bräuche kennenlernen oder sich über Flora, Fauna und Geologie informieren. Und auch die Kulinarik kommt nicht zu kurz: Die Pärke fördern die lokale, nachhaltige Produktion von Lebensmitteln. Landwirte, Metzger, Käser, Bäcker, Wirte und andere Produzenten engagieren sich und stellen ihre Produkte umweltschonend und mit regionalen Zutaten her. So gibt es bereits über 1200 Produkte, die das Park-Produktelabel tragen. Wanderer können beispielsweise im Jurapark Aargau in verschiedenen Bäckereien das feine Jurapark-Brot fürs Picknick kaufen oder sich zum Zvieri eine Fricktaler Chriesiglance gönnen.

Die Website [www.parks.swiss](http://www.parks.swiss) und die App der Schweizer Pärke bieten eine Übersicht über sämtliche Erlebnis- und Kulinarikangebote in den Pärken.



© DANIEL BÄLLNER - JURAPARK AARGAU



Lokale Produkte zum Mitnehmen für ein feines Zvieri: Brot und Alpkäse.

## MIT DEM ÖFFENTLICHEN VERKEHR

Pärke sind Modellregionen für Nachhaltigkeit und fördern so den sanften, umweltfreundlichen Tourismus. Die Ausgangs- und Endpunkte der in diesem Heft beschriebenen Wanderungen sind alle bequem mit dem öffentlichen Verkehr zu erreichen. Das Netzwerk Schweizer Pärke arbeitet in einer engen Partnerschaft mit PostAuto zusammen, um den öffentlichen Verkehr in den Parkregionen zu stärken und auszubauen. Symbol dieser Zusammenarbeit ist das Pärke-Postauto, das in alle Parkregionen fährt und mit einem Mosaik aus Fotos von allen Pärken geschmückt ist. Das Netzwerk Schweizer Pärke ist zudem Träger des Vereins Bus alpin, der Gäste während der Wandersaison in entlegene Gebiete wie das Binntal oder über den Albula-pass bringt. Eine weitere Partnerschaft verbindet die Pärke mit dem Alpentaxi, einem

Projekt von Mountain Wilderness: Das Alpentaxi bringt Wanderer von der letzten öffentlichen Verkehrshaltestelle noch näher in die Berge. In einem Pilotprojekt engagieren sich das Netzwerk Schweizer Pärke, der Verkehrs-Club der Schweiz und der Bündner Vogelschutz zudem gemeinsam mit der Rhätischen Bahn und PostAuto Graubünden seit 2016 in der Kooperation «Fahrtziel Natur» für eine nachhaltige Mobilität und einen sanften Tourismus in den Bündner Pärken – dem Schweizerischen Nationalpark, dem Parc Ela, dem Naturpark Beverin und der Biosfera Val Müstair – sowie im UNESCO-Welterbe Tektonikarena Sardona.



© MATTHIAS NUTT – POSTAUTO

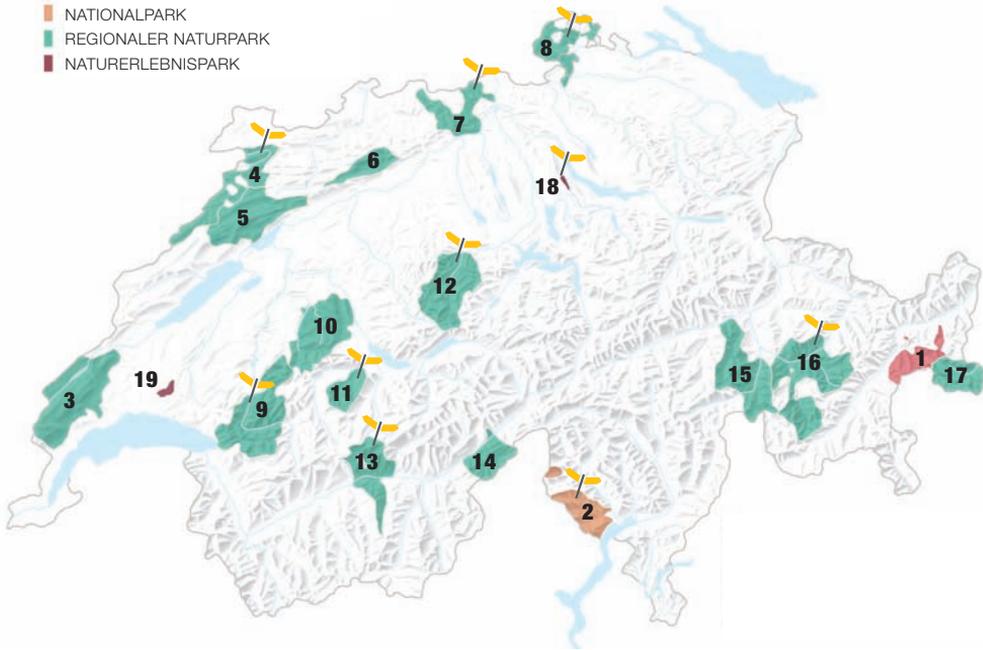
Das Pärke-Postauto bringt die Gäste zum Start der Wanderung.

## DIE SCHWEIZER PÄRKE

In der Schweiz gibt es 19 Pärke, die sich über eine Fläche von etwas mehr als 525 000 Hektaren erstrecken, was 12,7 Prozent der Oberfläche der Schweiz ausmacht. Ein grosser Teil der Pärke liegt im Jura sowie in den Alpen und Voralpen. Die Pärke sind demokratisch legitimiert und werden nach dem Bottom-up-Prinzip gegründet: Pärke werden nicht von Bund und Kanton verordnet, sondern es ist die lokale Bevölkerung, die sie initiiert, entwickelt und an der Urne gutheisst. Das Bundesamt für Umwelt (BAFU) bewilligt die Umsetzung und garantiert so die Qualität.

Es gibt vier Parkkategorien. Der bekannte Schweizerische Nationalpark im Kanton Graubünden bildet eine eigene Kategorie, da er eine eigene gesetzliche Grundlage hat. Er erfüllt die strengsten Normen, die es international für Schutzgebiete gibt. Die neuen Nationalpärke bestehen aus einer geschützten Kernzone und einer Umgebungszone, die Raum bietet für die Bevölkerung und die Förderung einer nachhaltigen Wirtschaft. Mit dem Projekt Locarnese gibt es zurzeit einen Kandidaten für einen Nationalpark der neuen Generation. Regionale Naturpärke zeichnen sich durch eine intakte Natur und schöne Landschaften aus. Ihre Ziele sind die Erhaltung und Aufwertung von Natur- und Kulturlandschaft sowie die Stärkung einer nachhaltigen regionalen

- SCHWEIZERISCHER NATIONALPARK
- NATIONALPARK
- REGIONALER NATURPARK
- NATURERLEBNISPARK



- |  |                                |
|--|--------------------------------|
| 1 Schweizerischer Nationalpark               | 11 Naturpark Diemtigtal        |
| 2 Nationalparkprojekt des Locarnese*         | 12 UNESCO Biosphäre Entlebuch  |
| 3 Naturpark Jura vaudois                     | 13 Naturpark Pfyn-Finges       |
| 4 Naturpark Doubs                            | 14 Landschaftspark Binntal     |
| 5 Naturpark Chasseral                        | 15 Naturpark Beverin           |
| 6 Naturpark Thal                             | 16 Parc Ela                    |
| 7 Jurapark Aargau                            | 17 Biosfera Val Müstair        |
| 8 Naturpark Schaffhausen*                    | 18 Wildnispark Zürich Sihlwald |
| 9 Regionaler Naturpark Gruyère Pays-d'Enhaut | 19 Naturerlebnispark Jorat*    |
| 10 Naturpark Gantrisch                       | * Kandidat                     |

© Netzwerk Schweizer Pärke, 06/2017, Daten: swisstopo, BAFU.

Wirtschaft. Ein Naturerlebnispark liegt immer in der Nähe von städtischen Agglomerationen, in der Kernzone befinden sich intakte Lebensräume mit einer reichen Tier- und Pflanzenwelt, in denen sich die Natur frei entwickeln kann. Die Umgebungszone ermöglicht den Besucherinnen und Besuchern aussergewöhnliche Naturerlebnisse. Mit der in diesem Heft vorgeschlagenen Wanderung im Wildnispark Zürich Sihlwald lässt sich beispielsweise mitten in Zürich ein Urwald entdecken.

Das Logo der Schweizer Pärke steht sowohl für den Park wie für Parkprodukte und garantiert die Wiedererkennung.

[www.parks.swiss](http://www.parks.swiss)



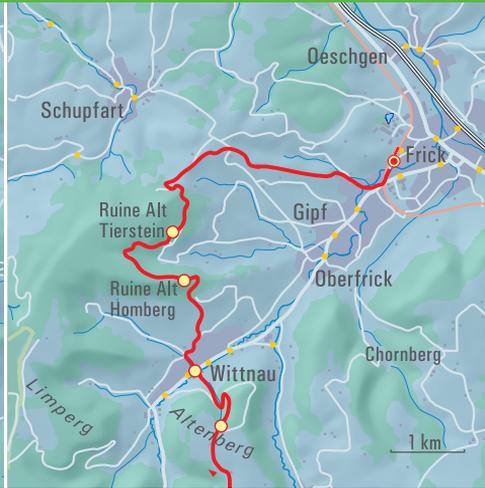
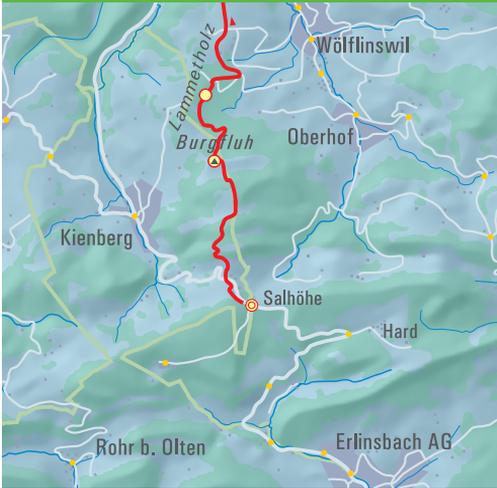


# Hühneraugen? Lebewohl®!

- Millionenfach bewährtes Pflaster
- Spezifische Wirkstoffkombination
- Mildert Druckschmerzen

Dies ist ein Arzneimittel. Bitte lesen Sie die Packungsbeilage.  
[www.swissmedinfo.ch](http://www.swissmedinfo.ch) Erhältlich in Apotheken und Drogerien. Melisana AG, 8004 Zürich, [www.melisana.ch](http://www.melisana.ch)

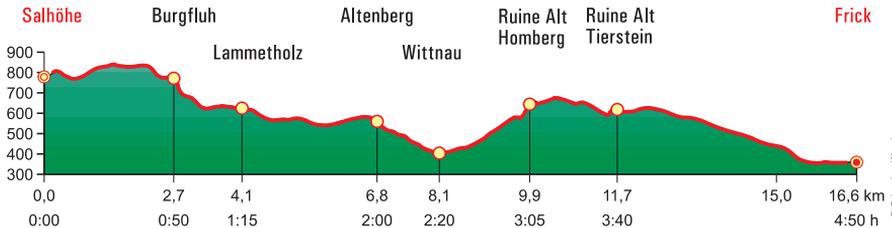
# 1 Vom Jurasüdfuss ins Fricktal



## Salhöhe > Frick

## Wanderung

	Salhöhe	0 h 00 min					
	Burgfluh	0 h 50 min	0:50				hoch
	Lammetholz	1 h 15 min	0:25				4 h 50 min
	Altenberg	2 h 00 min	0:45				16,6 km
	Wittnau	2 h 20 min	0:20				565 m
	Ruine Alt Homberg	3 h 05 min	0:45				980 m
	Ruine Alt Tierstein	3 h 40 min	0:35				März - November
	Frick	4 h 50 min	1:10				214T Liestal 224T Olten





## Kirschen, Reben und alte Burgen

«Diese Menge Holz wächst im Aargauer Wald in nur 20 Sekunden nach», steht auf dem Schild an einer Sitzbank aus Massivholz, rund 2,5 Meter lang und einen halben Meter hoch, mitten in Wittnau. Da muss der Wald gross sein. Rund die Hälfte der heutigen Wanderung führt tatsächlich durch den Wald.

Nach dem Start auf der Salhöhe mit Aussicht auf die Wasserflue, den Ketten- und den Tafeljura waten wir durch Bärlauch, der Waldmeister blüht. Schilder am Wegrand machen uns auf ungewöhnlichere Pflanzenarten wie Schwarzerle, Liguster und Waldföhre aufmerksam. Als wir aus dem Wald treten, säumen Apfel- und Kirschbäume den Weg, im Frühling ein einziges Blütenmeer.

Nach rund zwei Stunden erreichen wir Wittnau. Den Umweg von fünf Minuten nehmen wir gerne auf uns, um im Landgasthof Krone einzukehren. Dabei entdecken wir die alte Mühle gleich am Bruggbach gegenüber der alten Schlosserei. Von hier kommt das Mehl fürs Jurapark-Brot. Die hausgemachte Glace schlagen wir aus, denn jetzt folgt der knackigste Aufstieg. Inmitten von Reben steigen wir den Sonnenhang hoch. Die Blumenwiesen

laden zum Mittagsschlaf, doch wir steigen neugierig hoch bis zur Ruine Alt Homberg. Die Lage ist exponiert, der Burggraben eindrücklich, doch die Mauern sind eher versteckt. Eine halbe Stunde später folgt die Ruine Alt Tierstein: Hier sieht man die Grundrisse der Zimmer klar und deutlich, kann über die Mauern klettern und in den alten Ziehbrunnen schauen. Nach einem weiteren Stück auf dem Fricktaler Chriesiwäg erreichen wir Frick – und holen uns eine Fricktaler Chriesiglace und ein Jurapark-Brot aus der Bäckerei Kunz.

### INFO

Erreichbar ist Salhöhe mit dem Bus über Aarau, Olten oder Gelterkinden. Von Frick fährt der Zug nach Brugg.

Jurapark Aargau, Geschäftsstelle Linn (Bözberg), 062 877 15 04, [www.jurapark-aargau.ch](http://www.jurapark-aargau.ch)  
Waldgasthaus Chalet Saalhöhe, 062 844 10 14, [www.chalet-saalhoehe.ch](http://www.chalet-saalhoehe.ch)  
Landgasthof Krone, Wittnau, 062 871 12 22, [www.krone-wittnau.ch](http://www.krone-wittnau.ch)



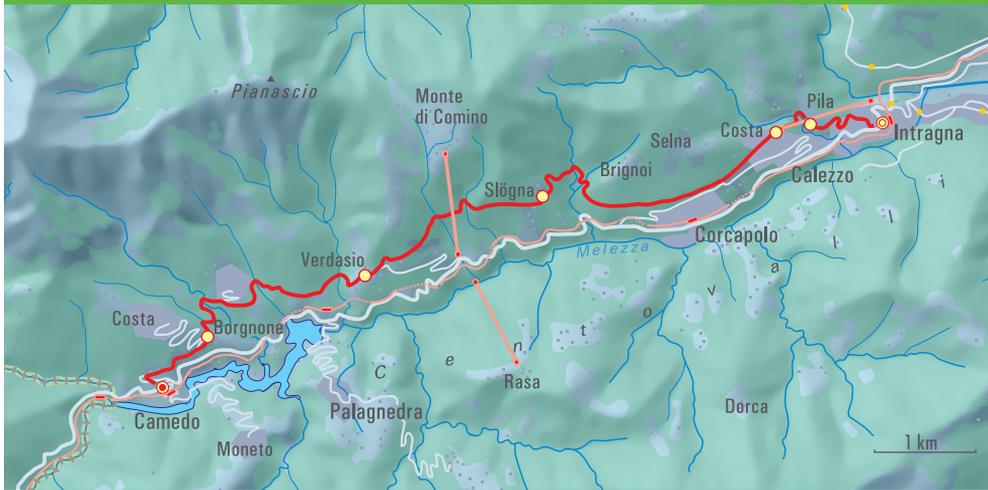
Der Fricktaler Chriesiwäg wird seinem Namen gerecht.



Pause mit Aussicht auf der Ruine Alt Tierstein.

© Schweizer Wanderwege

## 2 Hoch über der Melezza-Schlucht



### Intragna > Camedo

	Intragna	0 h 00 min	
	Pila	0 h 35 min	0:35
	Costa	0 h 55 min	0:20
	Slögna	2 h 00 min	1:05
	Verdasio	2 h 55 min	0:55
	Borgnone	4 h 05 min	1:10
	Camedo	4 h 30 min	0:25

### Bergwanderung

	mittel
	4 h 30 min
	11,9 km
	1045 m
	840 m
	April - Oktober
	276T Val Verzasca





## Der alte Marktweg des Centovalli

Im anstrengenden Aufstieg von Intragna nach Costa bereuen wir es einen kurzen Moment, auf die Seilbahn verzichtet zu haben. Gerade haben wir den ersten Bach des Tages überquert – insgesamt 13 Mal werden wir dies auf der heutigen Strecke tun. Ein Mühlenrad aus Holz steht am Ufer, unter der schmuck geschwungenen Steinbrücke schießt das Wasser aus einer Rinne über die abgeschliffenen Steine. Kurz öffnet sich die Aussicht bis auf den Lago Maggiore: Diesen Weg legten früher die Bauern aus dem Tal mit ihren Waren zurück, wenn sie nach Locarno zum Markt wanderten.

In Gedanken versunken gehen wir weiter. Der Weg ist mit Handläufen aus Baumstämmen gesichert, am Boden liegen Eicheln neben stacheligen Kastanienhülsen. Zwischen Buchen schimmern weisse Birkenstämme hervor, Farn säumt den Wegrand. Die Strecke verläuft mehrheitlich im wohlthuenden Schatten, Vögel zwitschern, wir passieren einzelne Rustici mit Trockensteinmauern.

Ein Höhepunkt der Wanderung ist Verdasio. Enge Gässchen führen uns direkt ins Dorfzentrum. Mit Blick auf das blaue Zifferblatt der Steinkirche auf gelbem Grund lassen wir uns auf der Terrasse

des Ristorante al Pentolino nieder: Donnerstags bis samstags wird man bewirtet, an den übrigen Tagen darf man hier picknicken und kann sich ein Bier aus der Kühltruhe holen.

Kurz vor Borgnone bekommen wir Einblick in ein altes Handwerk: Inmitten von Ruinen ist eine alte Mühle aus neuen Stämmen nachgebaut – die Mechanik funktioniert. Hier können Kinder am Bach spielen und alle anderen sich eine verdiente Pause gönnen, bevor sie den letzten Abstieg nach Camedo unter die Füsse nehmen.

### INFO

Erreichbar sind Intragna und Camedo mit der Centovallibahn von Locarno oder Domodossola/Brig.

Progetto Parco Nazionale del Locarnese, 091 751 83 05, [www.parconazionale.ch](http://www.parconazionale.ch)  
Funivia Intragna-Pila-Costa, 091 796 11 27  
Ristorante al Pentolino, Verdasio, 091 780 81 00, [www.alpentolino.ch](http://www.alpentolino.ch)  
Ristorante Vittoria, Camedo, 091 798 11 75



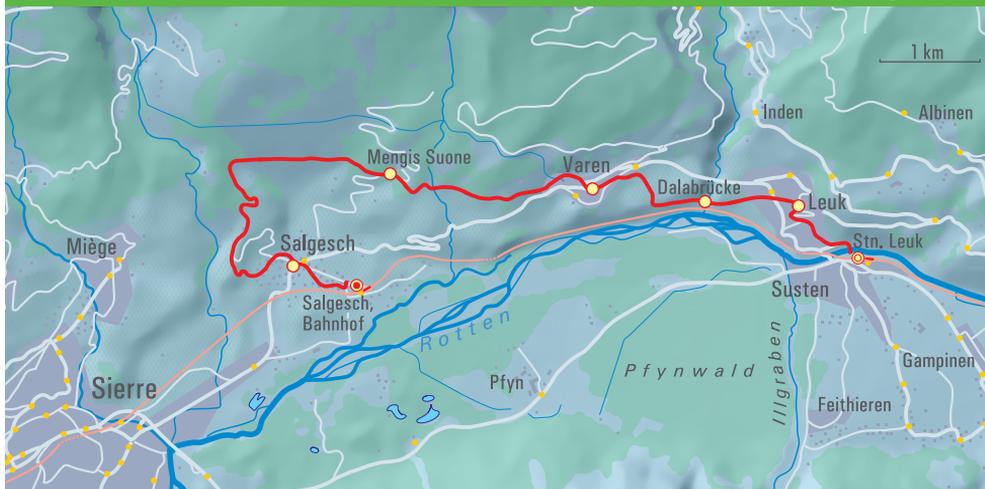
Alte Mühle am Ri di Mulitt direkt neben dem Wanderweg.



Steiniger Wanderstart in den engen Gässchen von Intragna.

© Schweizer Wanderwege

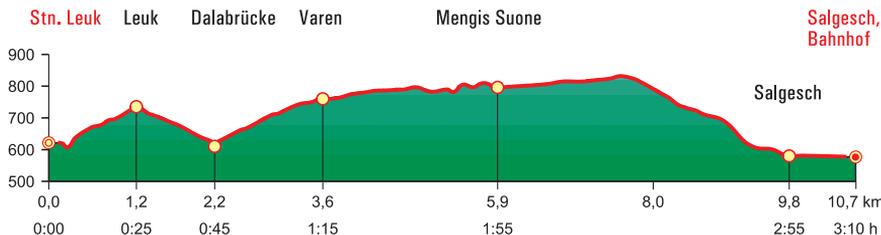
# 3 Am Sonnenhang von Leuk nach Salgesch



## Stn. Leuk > Salgesch, Bahnhof

## Wanderung

	Stn. Leuk	0 h 00 min			
	Leuk	0 h 25 min	0:25		<b>mittel</b>
	Dalabrücke	0 h 45 min	0:20		3 h 10 min
	Varen	1 h 15 min	0:30		10,7 km
	Mengis Suone	1 h 55 min	0:40		425 m
	Salgesch	2 h 55 min	1:00		470 m
	Salgesch, Bahnhof	3 h 10 min	0:15		März - November
					273T Montana





## Von Reben und uralten Schädeln

Von Weitem haben wir nur eine horizontale grüne Linie im Fels gesehen. Jetzt, von Nahem, erkennen wir eine Suone. Der künstliche Bewässerungsgraben führt quer durch den Hang, mal aus Baumstämmen gehauen, mal nur als Graben im Grund. Der Weg ist gesäumt von Zwergeichen, ihre pelzigen Blätter sind samtig.

Die Route ist ein Teil des Chemin du Vignoble, der durchgehend markiert und dem so einfach zu folgen ist. Vom Bahnhof Leuk geht es hinauf nach Leuk-Stadt. Schon hier passieren wir offene Lastwagen mit gelben Harassen voller dunkler Trauben. Der Eintritt ins Dorf führt vorbei am Bischofsschloss, einem romanischen Turm aus dem 13. Jahrhundert. Wir machen halt bei der Bäckerei Mathieu. Nebst Roggenbrot und Hauswurst verkauft diese Energieriegel mit Traubenkernen – auch Öl, Mehl und Brot produziert man hier aus diesem Nebenprodukt der Weinherstellung.

Unterhalb der Kirche St. Stephan befindet sich das Beinhaus. Als sich die Augen hier ans Dunkel gewöhnt haben, realisieren wir, dass wir von Schädeln umgeben sind. Gestützt mit Oberschenkelknochen, sind sie zu Mauern geschichtet. Als

die Kirche restauriert wurde, standen die Archäologen plötzlich vor einer 20 Meter langen Wand aus rund 20 000 Schädeln.

Von Leuk nach Varen und weiter hoch zur Suone geht es dann endlich durch die Reben. Wo sie durch die Weinberge führt, verläuft die Wanderung meistens auf Strassen, teilweise auch auf asphaltierten. Der Abschnitt entlang der Suone auf dem schmalen Pfad entschädigt einen aber dafür.

Der Abstieg hinunter nach Salgesch führt dann nochmals durch den Rebberg. Über 40 Weinbetriebe prägen das heutige Dorfbild. Neben dem Weimuseum empfiehlt sich ein Besuch der Ausstellungen im Natur- und Landschaftszentrum.

### INFO

Erreichbar sind Leuk und Salgesch mit dem Zug über Visp und Sierre.

Naturpark Pfyn-Finges, Salgesch, 027 452 60 60, [www.pfyn-finges.ch](http://www.pfyn-finges.ch)

Bäckerei Mathieu, Leuk-Susten, 027 473 13 59, [www.baecerei-mathieu.ch](http://www.baecerei-mathieu.ch)



Glaskuppel von Mario Botta auf dem Bischofsschloss Leuk.



Genuss Sounenweg: Fast horizontal den Höhenlinien folgen.

© Schweizer Wanderwege

SCHWEIZER PÄRKE  
PARC  
PARKS

NETZWERK  
RESEAU  
RETE  
RAIT

# DIE SCHWEIZER PÄRKE

—  
**Lebendige Landschaften**

Naturpark Beverin © ST-BAFU



Erhältlich im  
**App Store**

JETZT BEI  
**Google play**

**Entdecken Sie auf einzigartigen  
Wanderungen viele kleine  
Weltwunder:  
jetzt die Schweizer Pärke App  
herunterladen!**

[www.parks.swiss](http://www.parks.swiss)

# « Wandern im einzigartigen UNESCO Biosphärenreservat Entlebuch »



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

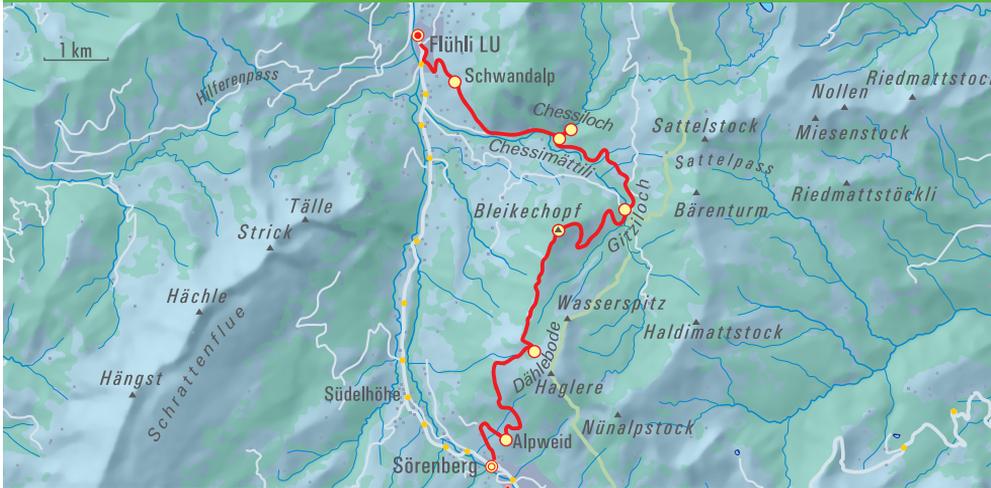
## 2 für 1

**Retoudfahrt mit einer Entlebucher Bergbahn!**

Gültig für die Bretzelbahn auf die Marbachegg der Sportbahnen Marbachegg, die Gondelbahn Rossweid und die Luftseilbahn Brienzer Rothorn der Bergbahnen Sörenberg.\*

\*Einlösbar bis Sommersaisonende 2017.

# 4 Vom Bleikechopf ins Chessiloch

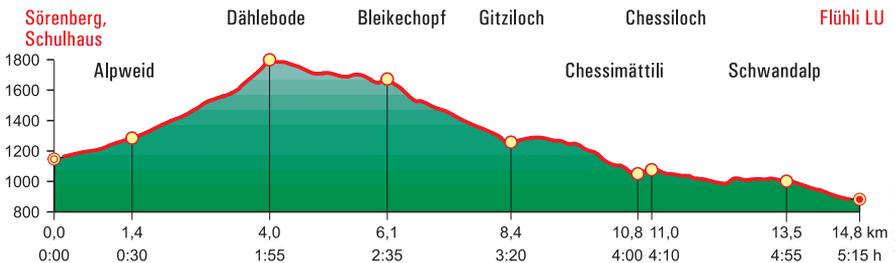


## Sörenberg > Flühli LU

## Bergwanderung

	Sörenberg	0 h 00 min	
	Alpweid	0 h 30 min	0:30
	Dählebode	1 h 55 min	1:25
	Bleikechopf	2 h 35 min	0:40
	Gitziloch	3 h 20 min	0:45
	Chessimättli	4 h 00 min	0:40
	Chessiloch	4 h 10 min	0:10
	Schwandalp	4 h 55 min	0:45
	Flühli LU	5 h 15 min	0:20

	hoch
	5 h 15 min
	14,8 km
	930 m
	1195 m
	Mai - Oktober
	244T Escholzmatt





## Moorgebiet, Wasserfall und luxuriöse Kneippanlage

Ein Geräusch aus dem nahen Gebüsch, ein Gurren, Rollen, Reiben – Kullern nennt man den Gesang der Birkhähne, wie wir der Infotafel entnehmen. Wir sehen sie leider nicht: Die blauschwarzen Vögel mit den roten «Rosen» über den Augen und den aufgestellten weissen Schwanzfedern vollführen als Balztanz eindruckliche Flattersprünge. Aber auch so ist das Moorgebiet zwischen dem Dählebode und dem Bleikechopf sehens-, hörens- und riechenswert. Die Föhren sind durchsetzt mit silbergrauen Skulpturen aus Totholz, erfüllt mit Vogelgesängen und wohlthuender Stille, es duftet nach feuchter Erde und Nadelholz.

Wir sind von Sörenberg – immer mit Aussicht auf das Briener Rothorn und die Schratzenflue – bis zum Grat aufgestiegen. Hier öffnet sich der Blick nach Osten, auf die gesamte Alpenkette rund um den Tittlis. Am Ende des Moorgebiets wartet der perfekte Picknickplatz: Wie auf einer Aussichtsplattform ist ein Holztisch mit Bänken platziert.

Jetzt gehts runter in geheimnisvolle Chrachen: Nachdem wir den Rotbach beim Gitziloch überquert haben, gehen wir seinen Zuflüssen im Chessiloch weiter auf die Spur. Von immer höheren

Stufen schiesst das Wasser ins enge Tal hinunter. Zuhinterst das «Chessi»: Ein rund 60 Meter hohes Halbrund hat sich das Wasser aus dem Gestein gegessen. Sanft besprüht uns der Wasserfall, als wir ihn von der Hängebrücke aus bewundern.

Zum Abschluss wartet ein anderes Wassererlebnis: die Kneippanlage Schwandalpwehier mit einem glasklaren, türkisfarbenen Teich. Ein Genuss, die Füsse aus den Wanderschuhen zu befreien und über den Rundweg aus Tannzapfen, Steinen und gar Glasscherben zu gehen. Da lohnen sich die fünf Franken für den Eintritt allemal.

### INFO

Erreichbar sind Sörenberg und Flühli LU mit dem Postauto ab Schüpfheim.

UNESCO Biosphäre Entlebuch, 041 485 88 50,

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

Kneipperlebnis Flühli Sörenberg, 041 488 11 85,

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

Restaurant Café Fürstei, Flühli, 041 488 01 50,

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

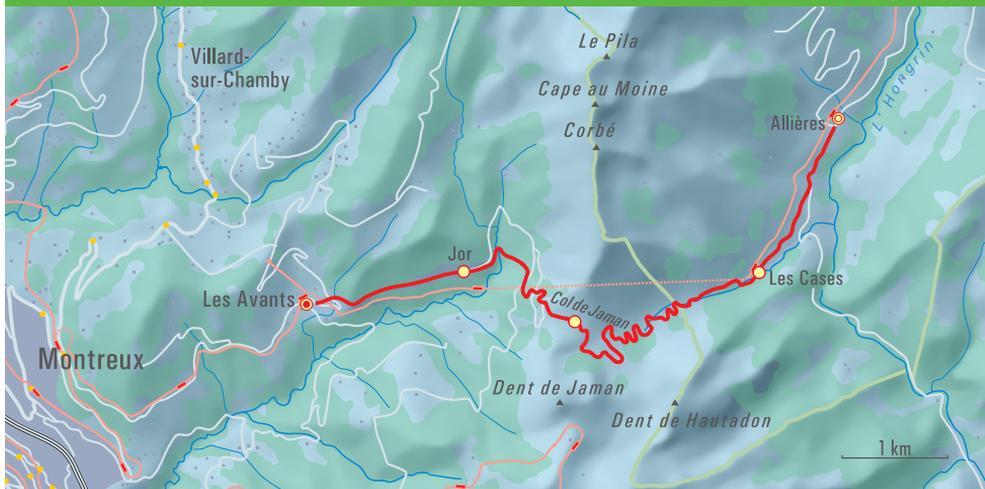


Dählebode: Höchster Punkt der Wanderung.



Belohnung für die Füsse: Erfrischung in der Kneippanlage.

# 5 Passwanderung über den Col de Jaman

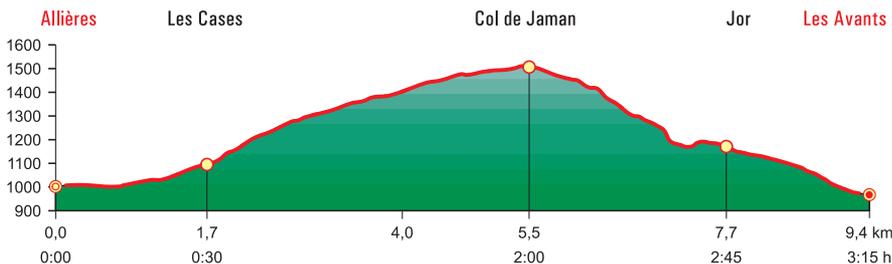


## Allières > Les Avants

	Allières	0 h 00 min	
	Les Cases	0 h 30 min	0:30
	Col de Jaman	2 h 00 min	1:30
	Jor	2 h 45 min	0:45
	Les Avants	3 h 15 min	0:30

## Wanderung

	mittel
	3 h 15 min
	9,4 km
	565 m
	600 m
	Mai - Oktober
	262T Rochers de Naye
	für Familien geeignet





## Jaman unter den Füßen und im Teller

Etwas oberhalb des Passübergangs stehen feine schwarze Netze. Zwei lange Reihen, etwa 30 Meter lang und 8 Meter hoch. Auf den Steinen sitzen Leute mit grossen Fernrohren auf Stativen: Sie beobachten Vögel. Der Col de Jaman ist unter Ornithologen bekannt: Hier werden seit Anfang der 1990er-Jahre jedes Jahr rund 10 000 Vögel und Fledermäuse mit den Netzen eingefangen und beringt. Dadurch kann der Wandel im Verhalten der Zugvögel wissenschaftlich untersucht werden.

Der Golden Pass Express hält in Allières nur auf Verlangen. Als wir aussteigen, ist die Luft noch frisch, das Tal liegt im Schatten. Unterwegs fallen die kunstvollen Schindeldächer ins Auge: beim Hotel de la Croix de Fer, bei seinen Nebenhäusern sowie auf den Alpen weiter oben. Kurz nach Les Cases überqueren wir die Kantonsgrenze zwischen Freiburg und Waadt.

Im Zickzack windet sich der Weg hoch. Nach fast zwei Stunden kommen wir zu einem kleinen Hochmoor, der Bach schlängelt sich malerisch durch die Fläche. Und schon ist der Pass erreicht. Hier eröffnet sich eine prächtige Aussicht auf den Genfersee, das Lavaux und das Tal des Baye de Montreux. Wir

halten inne und atmen durch. Milchkannen stehen hinter dem Haus, nebenan ein Hühner- und Schweinestall: Die Alp auf dem Col de Jaman ist in vollem Betrieb. Im Restaurant Le Manoiré steht er denn auch auf der Karte, der Jaman, der Käse vom gleichnamigen Pass. Wir bestellen Polenta, die damit überbacken ist. Rundherum essen Leute Fondue. Der Abstiegs führt zuerst ziemlich steil durch den feuchten Wald und danach auf einem Asphaltsträsschen gemütlich ins Dorf Les Avants.

### INFO

Erreichbar sind Allières und Les Avants mit der Montreux-Berner-Oberland-Bahn ab Zweisimmen oder Montreux.

Regionaler Naturpark Gruyère Pays-d'Enhaut, 0848 110 888, [www.gruyerepaysdenhaut.ch](http://www.gruyerepaysdenhaut.ch)  
Hotel de la Croix de Fer, Allières, 026 928 16 06, [www.lacroixdeferalieres.ch](http://www.lacroixdeferalieres.ch)  
Le Manoiré, Col de Jaman, 021 964 63 30  
Le Relais, Les Avants, 021 981 19 80  
[www.cafe-restaurantlerelais.com](http://www.cafe-restaurantlerelais.com)



Den Käse da geniessen, wo er herkommt: Alp auf dem Col de Jaman.



Ornithologen-Mekka: Vogelnetze auf der Passhöhe.

© Schweizer Wanderwege

# WANDERN.CH abonnieren und von vielen Vorteilen profitieren!

Neu  
auch auf  
dem  
iPad!



Erleben und geniessen Sie die Natur auf den 65000 Kilometer Wanderwegen in der Schweiz mit dem Magazin WANDERN.CH und der iPad-App – sechs Mal im Jahr!

Ihre Vorteile:

- attraktive Wanderreportagen und neuste Wandertrends
- kompakte Wandervorschläge zum Sammeln und für unterwegs
- exklusiver Online-Zugang zu allen Wandervorschlägen
- exklusive Leserangebote
- 20% Rabatt im Online-Wander-Shop [www.shop.wandern.ch](http://www.shop.wandern.ch)
- 10% Rabatt auf Einkäufen bei Transa – der Outdoor-Spezialistin für hochwertige Ausrüstung beim Wandern

WANDERN.CH Abonnemente  
Industriestrasse 37, CH-3178 Böisingen  
Telefon +41 (0)31 740 97 85, Fax -76  
[abo@wandern.ch](mailto:abo@wandern.ch), [www.magazin-wandern.ch](http://www.magazin-wandern.ch)



Schweizer Wanderwege  
Suisse Rando  
Sentieri Svizzeri  
Sendas Svizras



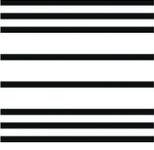
## Ihre Bestellkarte

- Bitte senden Sie mir eine **kostenlose Probenummer** des Magazins WANDERN.CH
- Bitte liefern Sie WANDERN.CH als **Geschenk im Jahresabonnement** (6 Printausgaben) für Fr. 59.– (inkl. MwSt.), Ausland Euro 59.–
- Bitte liefern Sie mir WANDERN.CH im **Printabonnement** (6 Ausgaben) für Fr. 59.– (inkl. MwSt.), Ausland Euro 59.–
- Bitte liefern Sie mir WANDERN.CH als **Kombiabonnement** (6 Ausgaben Print und iPad) für Fr. 69.–, Ausland Euro 69.–

## Meine Adresse / Rechnungsadresse

Name/Vorname	_____
Strasse/Nr.	_____
PLZ/Ort	_____
Tel.	E-Mail
Datum	Unterschrift
<b>Geschenkabonnement geht an</b>	
Name/Vorname	_____
Strasse/Nr.	_____
PLZ/Ort	_____

Eine Geschenkkarte in Ihrem Namen geht an den Beschenkten.

  
  
**B**

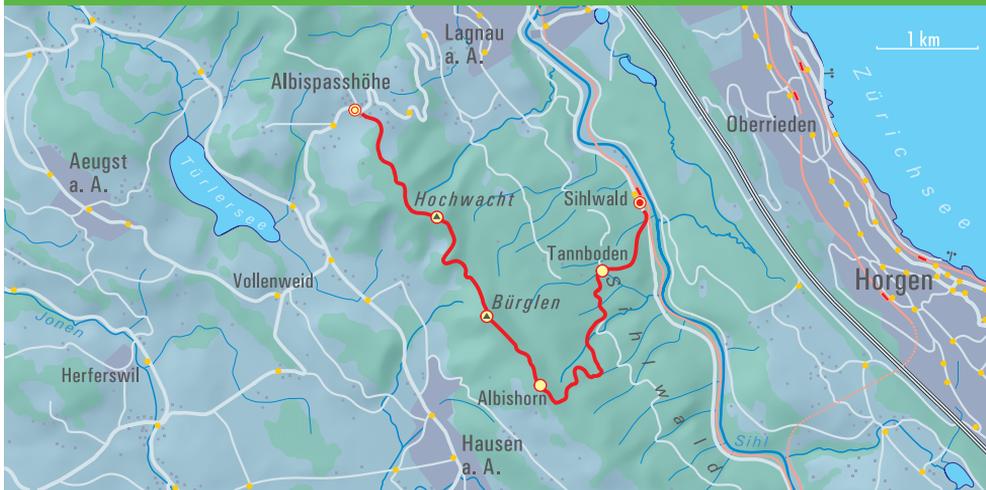
Nicht frankieren  
Ne pas affranchir  
Non affrancare

Geschäftsantwortsendung Invio commerciale risposta  
Envoi commercial-réponse



WANDERN.CH  
Abonnemente  
Industriestrasse 37  
CH-3178 Bösingen

# 6 Vom Albispass ins Sihltal

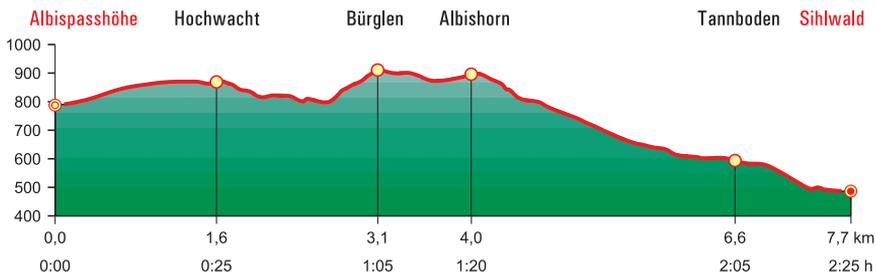


## Albispasshöhe > Sihlwald

	Albispasshöhe	0 h 00 min			
	Hochwacht	0 h 25 min	0:25		
	Bürglen	1 h 05 min	0:40		
	Albishorn	1 h 20 min	0:15		
	Tannboden	2 h 05 min	0:45		
	Sihlwald	2 h 25 min	0:20		

## Wanderung

	tief
	2 h 25 min
	7,7 km
	295 m
	595 m
	März - November
	225T Zürich
	für Familien geeignet





## Kretenweg durch den Zürcher Urwald

«Geschafft! 152 Stufen und eine tolle Sicht auf das Nebelmeer!» Der Eintrag im Gipfelbuch auf dem Aussichtsturm Albis-Hochwacht ist nur eine von vielen lobenden Stimmen. Die Plattform des Turms ragt aus den Baumwipfeln, über Wendeltreppen aus Holz erreichen wir den perfekten 360°-Rundumblick: Zürich, Zürichsee, Tödi, Rigi, Zugersee, Pilatus, Uetliberg und wieder Zürich.

Die Wanderung beginnt auf der Albispasshöhe. Schon bald passieren wir ein Schild des Wildnisparks Zürich, dahinter beginnt der «Urwald»: Mit Moos bewachsene Äste formen sich zu Wasserfällen, Wurzelstöcke ragen senkrecht aus der Erde. Spannend am Kretenweg: Der Wald ist auf der Südwestseite normal bewirtschaftet, auf der Nordostseite unberührt. Nachdem der Sihlwald Jahrhunderte lang intensiv genutzt wurde und als «Heizung» der Stadt Zürich diente, wurde die Waldpflege im Jahr 2000 komplett eingestellt.

Nach einer halben Stunde erreichen wir den Aussichtsturm, nach weiteren 50 Minuten das Restaurant Albishorn. Nach den hausgemachten Eierspätzli aus der Region und einem Eichhörnli-Kafi – einem Cappuccino mit Haselnussaroma,

2 cl Gravensteiner und Zimtpulver – machen wir uns an den Abstieg.

Auf weichem Waldboden gehts sanft abwärts. Tote Bäume, überwachsen mit Efeu, feuchtes Unterholz, überall Moos. Wir nähern uns einem kleinen Bach – sechs Frösche springen in Deckung. Wir beobachten fasziniert, wie die reglosen Tiere neben Blättern nahezu unsichtbar sind. Nach rund 40 Minuten erreichen wir die Sihl, den Bahnhof Sihlwald und etwas weiter vorne das Besucherzentrum. Hier gibts einen riesigen Spielplatz – und noch mehr Tiere: Otter, Fische und Insekten.

### INFO

Erreichbar ist «Langnau a.A., Albispasshöhe» mit dem Postauto über Thalwil oder Baar.

Wildnispark Zürich Sihlwald, Besucherzentrum,  
044 722 55 22, [www.wildnispark.ch](http://www.wildnispark.ch)  
Restaurant Albishorn, 044 764 01 67  
[www.restaurant-albishorn.ch](http://www.restaurant-albishorn.ch)  
Restaurant Sihlwald, 044 713 31 83  
[www.restaurant-langenberg.ch](http://www.restaurant-langenberg.ch)



Aussicht vor den 152 Stufen auf die Albis-Hochwacht.



Spielerischer Abstieg durch den «Urwald».

© Schweizer Wanderwege

# 7 Seebergsee - die Perle des Diemtigtals

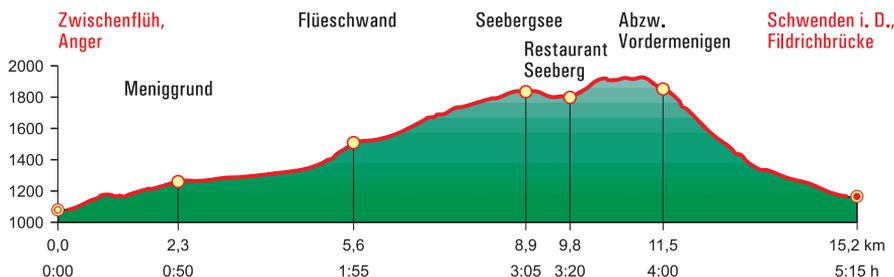


## Zwischenflüh, Anger > Schwenden i. D.

	Zwischenflüh, Anger	0 h 00 min		
	Meniggrund	0 h 50 min	0:50	
	Flüeschwand	1 h 55 min	1:05	
	Seebergsee	3 h 05 min	1:10	
	Restaurant Seeberg	3 h 20 min	0:15	
	Abzw. Vordermenigen	4 h 00 min	0:40	
	Schwenden i. D.	5 h 15 min	1:15	

## Bergwanderung

	hoch
	5 h 15 min
	15,2 km
	955 m
	870 m
	Mai - Oktober
	253T Gantrisch





## Von Apleben, Naturschutz und Fussbädern

Zwei Jäger unterhalten sich vor dem Restaurant Seeberg. Über 100 Steinböcke will der eine gesehen haben, hinten beim Alpetli. Der andere erzählt von genau 116 Gämsen, die er Richtung Wiriehore gezählt hat. Sie lehnen an der Hauswand und trinken ein «Chüjerkafi» mit gehörig Rahm.

Von Zwischenflüh sind wir – teilweise auf dem asphaltierten Alpsträssli – zum Meniggrund aufgestiegen. Auf dem Walderlebnispfad sieht man knorrige Holzkonstrukte, abgebrochene Äste, uralte Arven und, am Stamm eines Bergahorns, die seltene Lungenflechte: Seit dem Orkan Lothar 1999 wurde hier nichts verändert. Unvermittelt taucht hinter einer Hügelkuppe der Seebergsee auf: Seine Hinterseite ist von Felsen geschützt, wie wenn sie ihm Rückendeckung geben wollten, Wolken und Berge spiegeln sich in der Oberfläche, eine Mutter und ihre kleine Tochter baden die Füsse. Der See ist naturbelassen, er gehört zum Naturschutzgebiet Spillgerten.

Vor dem Abstieg empfiehlt sich eine Stärkung im Restaurant Seeberg. Die Alp ist den ganzen Sommer bewirtet, das Zvierplättli besteht aus Mutschli sowie Hobel- und Geisskäse vom eigenen Betrieb.

Hier wird auch der zertifizierte Alpkäse produziert, der in der Region Bern im Grosshandel erhältlich ist. Das Steak stammt von den Schweinen, die wir im Stall nebenan gerochen haben. Sie werden mit der Schotte vom Käsen gefüttert.

Nach dem kurzen Anstieg zum Stand geht es steil bergab über eine enge Serpentine: Die Markierung ist jetzt rot-weiss, und wir wissen, weshalb wir die hohen Wanderschuhe angezogen haben. Der Weg ist schmal, aber äusserst malerisch: Zur Rechten öffnet sich der Blick auf Schwenden, eine Alp, die von einer imposanten Fluh umrahmt ist. Meter für Meter sinken wir ins Diemtigtal zurück.

### INFO

Erreichbar sind «Zwischenflüh, Anger» sowie «Schwenden i.D., Fildrichbrücke» mit dem Postauto ab Oey-Diemtigen, das an der Bahnlinie Spiez–Zweisimmen liegt.

Naturpark Diemtigtal, 033 681 26 06

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

Restaurant Seeberg, 033 684 11 22



Ausruhen und Eindrücke aufsaugen am glasklaren Seebergsee.



Wie eine Filmkulisse: die Felswand des Niderhore.

© Schweizer Wanderwege

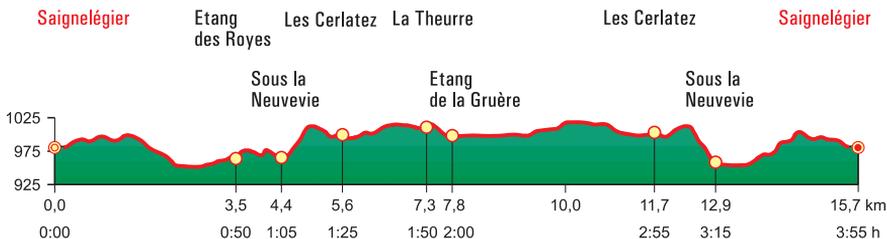
# 8 Rundwanderung in den Freibergen



## Saignelégier > Saignelégier

## Wanderung

	Saignelégier	0 h 00 min			
	Etang des Royes	0 h 50 min	0:50		<b>mittel</b>
	Sous la Neuvevie	1 h 05 min	0:15		<b>3 h 55 min</b>
	Les Cerlatez	1 h 25 min	0:20		<b>15,7 km</b>
	La Theurre	1 h 50 min	0:25		<b>255 m</b>
	Etang de la Gruère	2 h 00 min	0:10		<b>255 m</b>
	Les Cerlatez	2 h 55 min	0:55		<b>März - November</b>
	Sous la Neuvevie	3 h 15 min	0:20		<b>222T Clos du Doubs</b>
	Saignelégier	3 h 55 min	0:40		<b>für Familien geeignet</b>





## Von Fischen, Pferden und Wasserläufern

Die Einheimischen nennen ihn ehrfürchtig «Roi du Doubs». Der angebliche König ist ein Fisch. Er ist vom Aussterben bedroht und wird hier im Naturzentrum Les Cerlatez, das bei Voranmeldung für Besucher geöffnet wird, nachgezüchtet.

Die mit dem Namen «La Randoline» ausgeschilderte Wanderung beginnt am Bahnhof von Saignelégier. Wir merken rasch, dass sich in den Freibergen alles um Pferde dreht. Im Kreisel stehen Metallskulpturen in Pferdeform, Hufeisen auf braunen Verkehrstafeln weisen den Weg für einen Ausritt. Auch begegnen wir Pferdekuetschen und können hinter den Zäunen Fohlen beim Bocksprung zuschauen. Tipp: Auf [www.pferde-im-jura.ch](http://www.pferde-im-jura.ch) findet man eine interaktive Karte, auf der die Standorte der Pferde markiert sind.

Immer mehr tauchen wir in die typische Juralandschaft ein: mit Moos überwachsene Trockensteinmauern, weicher Boden mit weissem Jurakalk, Fichtenwald und sogenannte Wytweiden – die Weidefläche ist hier mit Tannen durchsetzt, Vieh- und Forstwirtschaft finden auf derselben Fläche statt. Wer mehr über die Wytweiden wissen will, bestellt sich auf der Website des Parks den infor-

mativen Führer. Gemütliche Feuerstellen, der flache Verlauf und die Möglichkeit, beliebig mit dem ÖV abzukürzen, machen die Strecke zur idealen Familienwanderung.

Nach rund zwei Stunden erreichen wir das Ziel, den Etang de la Gruère. Birken, Holzstege und Moorlandschaft gemahnen an Skandinavien. Wir setzen uns ans Ufer, beobachten die Enten und Blesshühner, die Fische im braunen Moorwasser und die Wasserläufer zwischen den Wasserpflanzen. Hier atmen wir durch, bevor wir den Rückweg nach Saignelégier unter die Füsse nehmen.

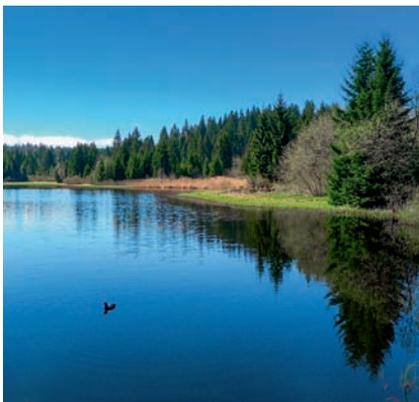
### INFO

Erreichbar ist Saignelégier mit dem Zug über Biel oder La Chaux-de-Fonds.

Regionaler Naturpark Doubs, 032 420 46 70, [www.parcdoubs.ch](http://www.parcdoubs.ch)  
Naturzentrum Les Cerlatez, 032 951 12 69  
[www.centre-cerlatez.ch](http://www.centre-cerlatez.ch)  
Auberge de la Couronne, La Theurre  
032 951 11 15, [www.couronne-latheurre.ch](http://www.couronne-latheurre.ch)



Die Freiberge sind für Pferdeliebhaber ein wahrer Genuss. Bild: Christof Sonderegger



Idylle pur: die Moorlandschaft am Etang de la Gruère.

© Schweizer Wanderwege



# WANDERERLEBNISSE FÜR BERGFÜHRER UND LASTESEL

Abwechslungsreiche Wanderideen für Familien  
– mit der Post: [post.ch/wandern](https://post.ch/wandern)

**DIE POST** 

Hauptpartnerin der



Schweizer Wanderwege  
Suisse Rando  
Sentieri Svizzeri  
Sendas Svizras



# Auf den Spuren heimischer Wildtiere



Biosfera  
Val Müstair

graubünden



Die Biosfera Val Müstair ist ein kleiner aber feiner Regionaler Naturpark im romanischsprachigen Bergtal Val Müstair am östlichsten Zipfel der Schweiz, in unmittelbarer Nachbarschaft zum Schweizerischen Nationalpark.

In der Biosfera finden Gäste unverwechselbare Gaumenfreuden, eine intakte Natur und vielfältige Angebote aus den Bereichen Natur und Kultur. Als Regionaler Naturpark strebt das Val Müstair eine nachhaltige Regionalentwicklung an. Die vorhandenen Natur- und Kulturwerte werden aufgewertet und gemeinsam mit der Bevölkerung

und verschiedenen Partnern erlebbar gemacht, wie etwa bei Angeboten im Bereich «Altes Handwerk», «Menschen und ihre Produkte» und Exkursionen in die Natur zu verschiedenen Themen, wie Wildtieren, Botanik oder Themenwegen.

Die intakte Natur und das spezielle Klima bieten Lebensraum für eine vielfältige Fauna und Flora der Alpen. Nicht nur Rothirsch, Gams und Bartgeier fühlen sich hier wohl, auch den Bären verschlägt es zeitweise in die einsamen Täler der Region. Der Rombach, einer der letzten Wildflüsse der Schweiz, blumenreiche Hangwiesen, lichte Lärchenwälder, die sich im Spätherbst leuchtend gelb färben oder die Arvenwälder nahe der Baumgrenze machen den Reiz dieser imposanten Landschaft aus.

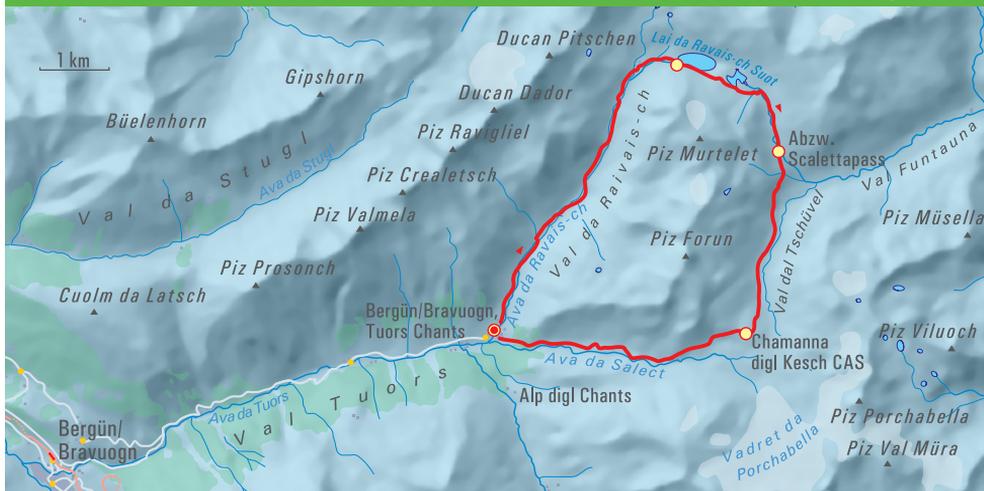
Ein echtes Wildnisgefühl erhalten Gäste auf unseren geführten Wildbeobachtungen. Die Teilnehmer werden von unseren Naturparkführern in die Welt der einheimischen Wildtiere eingeführt, erfahren spannendes über ihren Lebensraum und geniessen auf der Exkursion ein «Biosfera-Lunchsäckli» mit einheimischen Spezialitäten.

**Entdecken Sie alle aktuellen Angebote des Naturparks auf [www.biosfera.ch](http://www.biosfera.ch)**

Biosfera Val Müstair  
Centre da Biosfera  
7532 Tschiers  
081 850 09 09



# 9 Rundwanderung zur Kesch-Hütte

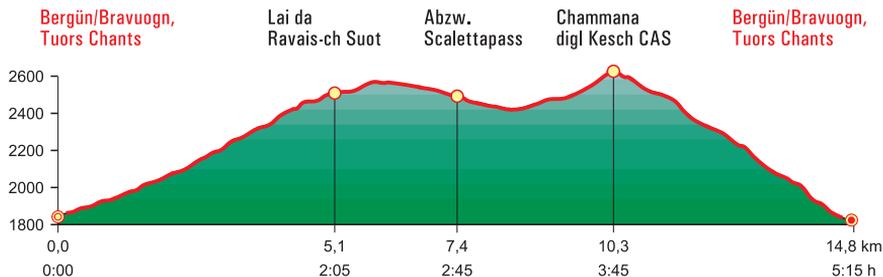


## Bergün, Tuors Chants > Bergün, Tuors Chants

## Bergwanderung

	Bergün, Tuors Chants	0 h 00 min		
	Lai da Ravais-ch Suot	2 h 05 min	2:05	
	Abzw. Scalettapass	2 h 45 min	0:40	
	Chamanna digl Kesch CAS	3 h 45 min	1:00	
	Bergün, Tuors Chants	5 h 15 min	1:30	

	hoch
	5 h 15 min
	14,8 km
	980 m
	980 m
	Juli - Oktober
	258T Bergün/Bravuogn





## Auf der Wasserscheide von Rhein und Inn

Noch ein Scheibchen Steinbocksalsiz? In der Kesch-Hütte isst sie sich besonders gut: «Der Wildhüter hat das Tier sauber geschossen. Er ist auch Metzger – die Wurst kommt direkt von hier!», erklärt Hüttenwart Reto. Im Angebot hat er auch Kräutertees aus dem Puschlav und hausgemachte Bündner Nusstorte. Und von der Terrasse geht der Blick auf den Piz Kesch und den Piz Ela, Namensgeber des Parc Ela.

Von Chants, zuhinterst im Val Tuors, sind wir gemütlich aufsteigend in die abgeschiedene Bergwelt eingetaucht. Znüni gibts auf dem Felsabsatz zwischen den beiden Seen Lai da Ravais-ch Suot und Sur. Das Wasser fliesst einmal nach Westen und einmal nach Osten ab: Wir stehen auf der Wasserscheide von Rhein und Inn. Würden wir je ein Papierschiffli absetzen, erreichte das eine die Nordsee und das andere über die Donau das Schwarze Meer.

«Bitte Männchen machen, damit ich dich fotografieren kann!» Nach dem Posieren huscht das Murmeltier davon – und springt, ohne zu zögern, über den Bach. Dort verschwindet es in seinem Palazzo: einem Erdhügel mit mindestens acht verschie-

denen Eingängen. Auch Hirsche, Steinböcke und Gämssen wohnen hier zuhauf, und in einem Tümpel beobachten wir einen Frosch.

Der Wanderweg schlängelt sich neben dem malerisch mäandrierenden Bach vorwärts, linkerhand öffnet sich der Blick auf das Val Funtauna, rechterhand kommt der Piz Kesch mit dem Gletscher Vadret da Porchabella in Sicht. Dieser magische Anblick hilft uns, auch den Anstieg zur Kesch-Hütte zu meistern, der es in sich hat. Nach der Stärkung folgt der Abstieg durch Heidelbeersträucher und immer saftigere Wiesen zurück nach Chants.

### INFO

Erreichbar ist «Bergün/Bravuogn, Tuors Chants» mit dem Bus alpin ab Bergün.

Parc Ela, 081 508 01 12, [www.parc-ela.ch](http://www.parc-ela.ch)

Berghaus Val Tuors, 081 404 11 93

Kesch-Hütte SAC, Berg: 081 407 11 34,

Tal: 081 407 16 97, [www.kesch.ch](http://www.kesch.ch)

Bus alpin, 081 834 45 34, Reservation mind.

1 Std. vor Abfahrt



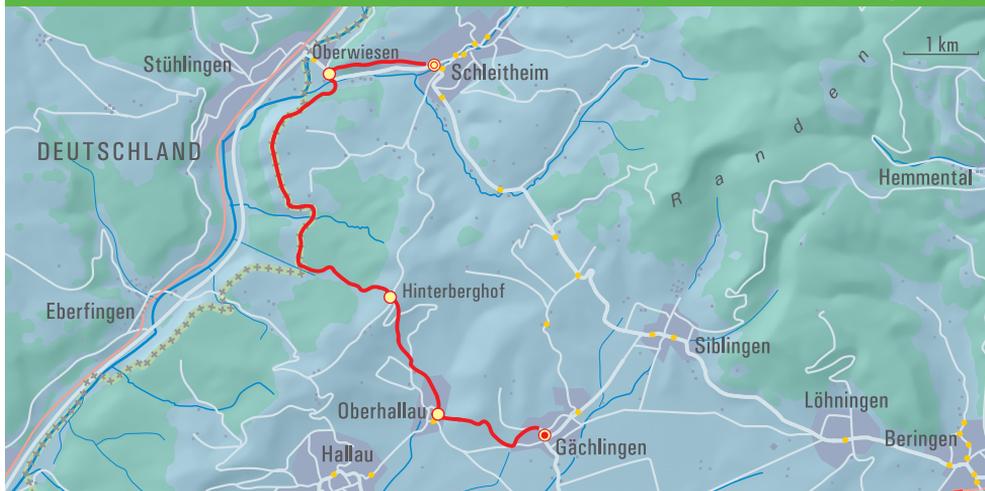
Neugierig grüsst das Murmeltier.



Temperaturcheck? Innehalten am Lai da Ravais-ch-Sur.

© Schweizer Wanderwege

# 10 Entlang der Grenze Schweiz–Deutschland

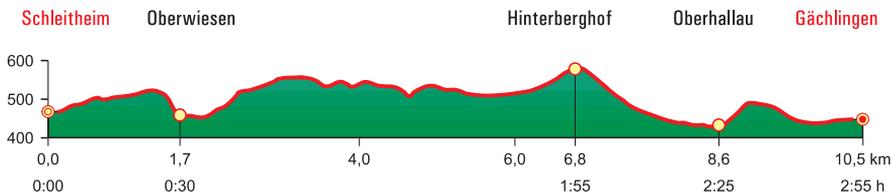


## Schleitheim > Gächlingen

	Schleitheim	0 h 00 min	
	Oberwiesen	0 h 30 min	0:30
	Hinterberghof	1 h 55 min	1:25
	Oberhallau	2 h 25 min	0:30
	Gächlingen	2 h 55 min	0:30

## Wanderung

	mittel
	2 h 55 min
	10,5 km
	345 m
	365 m
	Januar - Dezember
	405T Schaffh./Stein a. R.





## Die Schaffhauser Rebenwanderung

«Willkommen in Deutschland!», meldet unser Handy. Immer wieder passieren wir Grenzsteine: 432, 433, 434 – sie sind durchnummeriert. Zusätzlich tragen sie ein D für Deutschland, ein S für die Schweiz und eine Jahreszahl. Am häufigsten ist 1839: Damals wurde die Grenze festgelegt. Auf einigen ist aber auch 1966 eingraviert: In diesem Jahr gab es eine leichte Korrektur, damit man mit dem Auto nicht zweimal den Zoll passieren musste. Beim Start der Wanderung in Schleithem ist die Orientierung schwierig. Wir ziehen in die gleiche Richtung los, wie der Bus ins Dorf gefahren ist, vorbei an markanten roten Riegelfassaden. Kaum haben wir die letzten Einfamilienhäuser mit Gartenzwergen und Trockensteingärten passiert, sehen wir die ersten Reben. Traubensorte: Riesling-Sylvaner. Blumen sprössen zwischen den Reihen, Vogelgezwitscher begleitet uns. Nach einem kurzen Ab- und Aufstieg folgt die lange Grenzpassage. Sie führt an einem Waldrand entlang, zwischen Kohlfeldern und Buchen wächst wilder Schnittlauch. Bald stechen die rechteckigen Blöcke ins Auge: Ganze 1740 Steine säumen die Grenze – und jeder wiegt rund 300 Kilogramm. Auf einem thront aus

hellem Stein ein Reichsadler, der die weite Landschaft überblickt.

Wir sind froh über die schattigen Stellen: Wo Reben sind, scheint die Sonne stark. Immer wieder sehen wir Hochsitze – sie eignen sich perfekt für ein unbeobachtetes Zmittag mit Überblick. Steig aufsteigend erreichen wir den Pass auf dem Oberhallauerbärg. Neben der kleinen Gruppe aus Bauernhöfen öffnet sich der Blick auf beide Seiten. Oberhallau und unser Ziel, Gächlingen, liegen in sanfte Rebhügel gebettet zu unseren Füßen. In beiden Dörfern erzählen Schilder von ihren zahlreichen Weinbauern.

### INFO

Erreichbar ist Schleithem mit dem Bus ab Schaffhausen. Gächlingen liegt an derselben Buslinie.

Regionaler Naturpark Schaffhausen,  
052 533 27 07, [www.naturpark-schaffhausen.ch](http://www.naturpark-schaffhausen.ch)  
Restaurant Kreuz, Gächlingen, 052 681 36 35  
Gasthof Post, Schleithem, 052 680 11 17,  
[www.gasthof-post.ch](http://www.gasthof-post.ch)



An der Landesgrenze: Auge in Auge mit dem Reichsadler.



Gute Aussichten: Weintrauben und Winzerdörfer.

© SCHWEIZ TOURISMUS – BAFU

© Schweizer Wanderwege

# Muskel- und Gelenkschmerzen müssen nicht sein!

## Crème

### warm

Wirkt schmerzlindernd  
und heilungsfördernd bei  
rheumatischen Muskel-  
und Gelenkschmerzen.

Basiert auf einer Mischung natürlicher  
ätherischer Öle und enthält zusätzlich  
Arnika-Ölextrakt.

Dies ist ein zugelassenes Arzneimittel.  
Lesen Sie die Packungsbeilage.

Melisana AG  
8004 Zürich  
[www.dul-x.ch](http://www.dul-x.ch)

**DUL-X®**  
HÄLT DICH IN BEWEGUNG

# 20% Rabatt

beim Kauf einer  
DUL-X® Crème warm  
50, 125, 200 ml -  
nicht kumulierbar.

Gutschein gültig  
bis 31.12.2017.

Einlösbar in  
Apotheken  
und Drogerien.





Col de Jaman, Wandervorschlag Nr. 5

## SCHWEIZER WANDERWEGE EINE ERFOLGSGESCHICHTE

65 000 Kilometer gut gepflegte Wanderwege erschliessen die schönsten Naturlandschaften der Schweiz. Das weltweit einmalige Angebot gehört zu den Erfolgen des Verbands Schweizer Wanderwege und seiner 26 kantonalen Wanderweg-Organisationen. Seit 1934 setzen sie sich gemeinsam für ein attraktives, sicheres, einheitlich signalisiertes Wanderwegnetz in der Schweiz und im Fürstentum Liechtenstein ein. Sie fördern das Wandern als naturnahe, erlebnisreiche Freizeitaktivität und als wichtigen Beitrag zur Gesundheitsvorsorge. Überdies vertreten sie auf politischer Ebene die Interessen der Wanderer.

Diese Leistungen können dank der finanziellen Unterstützung und dem tatkräftigen ehrenamtlichen Engagement zahlreicher Privatpersonen sowie guten staatlichen Rahmenbedingungen erbracht werden.

In Zusammenarbeit mit:



Schweizer Wanderwege  
Suisse Rando  
Sentieri Svizzeri  
Sendas Svizras



### SCHWEIZER WANDERWEGE

Monbijoustrasse 61  
3007 Bern  
Tel +41 (0)31 370 10 20  
info@wandern.ch  
www.wandern.ch



### Spendenkonto

PC 40-14552-5  
IBAN CH48 0900 0000 4001 4552 5