



DIE SCHÖNSTEN

Höhenwege der Schweiz

Ueli Hintermeister
Daniel Vonwiller

atVERLAG

DIE SCHÖNSTEN

*Höhenwege
der Schweiz*

Übergang zwischen Misox und
Calancatal: der Buffalorapass.

DIE SCHÖNSTEN

Höhenwege der Schweiz

Ueli Hintermeister
Daniel Vonwiller

atVERLAG

Inhaltsverzeichnis

Vorwort	8
Was ist ein Höhenweg?	10
Wandern – aber sicher	12

OSTSCHWEIZ

1 Alpstein	
Gratwegs über das Kalksteingebirge	21
2 Toggenburger Höhenweg	
Über Walensee und Thur	28

ZENTRALSCHWEIZ

3 Schwyzer Panoramaweg	
Über fünf Ecken	38
4 Rigi-Höhenweg	
Die drei Gipfel einer Königin	45
5 Schächentaler Höhenweg	
Urchige Landschaft über historischer Passstrasse	49
6 Braunwald	
Hoch über dem Glarnerland	53
7 Urschner Höhenweg	
Vielfältige Landschaft im Herzen der Schweiz	59

GRAUBÜNDEN

8 Senda Sursilvana	
Höhenweg «über dem Wald»	66
9 Via Engiadina	
Durch das Unterengadin der Donau entgegen	74
10 Senda Val Müstair	
Ein Weltkulturerbe als Ziel	80
11 Steinbockweg	
Bei den Königen der Alpen	85
12 Strada del Sole	
Sonniger Panoramaweg im Bergell	90
13 Sentiero Alpino Calanca	
Steiles Tal – kühner Weg	95

TESSIN

14 Strada Veramente Alta	
Hoch hinaus	105
15 Sentiero Panoramico	
Im Land der Bergseen	112
16 Val Bedretto–Lago Tremorgio	
Verweilen, wo andere vorbeieilen	118

17	Via Alta Verzasca Königstour der exponierten Grate und steilen Grashalden	125
18	Hoch über dem Maggiatal Auf den Spuren der «Transumanza»	133
19	Von Bosco/Gurin nach Campo Vallemaggia Bei den Wallisern im Tessin	138
20	Vom entlegenen Onsernonetal ins mondäne Ascona Gegensätze	143
21	Monte Tamaro–Monte Lema Bekannte Tour auf unbekanntem Wegen	148
22	Val Colla Das Hufeisen von Lugano	155

BERNER OBERLAND

23	Brienzer Rothorn Auf schmalen Grat hoch über dem Brienzersee	165
24	Niederhorn Der beste Blick auf Eiger, Mönch und Jungfrau	169
25	Faulhorn Spektakuläre Ausblicke mit 170 Jahren Geschichte	173
26	Mürrener Höhenweg Die Nordwände des Dreigestirns zum Greifen nah	178

WALLIS

27	Lötschentaler Höhenweg Hoch über der Lonza von Alp zu Alp	185
28	Lötschberg-Südrampe Ein Erlebnis nicht nur für Eisenbahnfans	189
29	Gommer Höhenweg Abwärts durch das oberste Wallis	194
30	Europaweg Und zum Schluss das Matterhorn	201
31	Topali-Höhenweg Zu Füßen der Viertausender	211
32	Val d'Anniviers Ins Tal der fünf Viertausender	216
33	Tour des Muerans Anschauliche Geologie hoch über der Rhone	220
34	Dents du Midi Um die sieben Zinnen des Tors zum Wallis	227
	Verzeichnis der Touren nach Schwierigkeitsgrad	232
	Autoren	235

Vorwort

Wandern ist im Grunde die einzige Fortbewegungsart, die der Natur des Menschen gerecht wird. Eine Distanz von zwanzig Kilometern am Tag erscheint in unserer auf Tempo fixierten Welt als lächerlich wenig, doch zu Fuss zurückgelegt, genügt diese Strecke vollauf als Tagespensum. Dafür sieht und erlebt man jeden Meter und wird mit der Landschaft vertraut. Es bleiben Zeit und Musse, alle Schönheiten und Details zu entdecken, die einem sonst verborgen blieben. Und selbst über eine solch geringe Distanz verändert sich die Landschaft ständig, sodass kein Tag dem anderen gleicht.

Den grössten Genuss bietet das Zu-Fuss-Gehen, wenn der Weg in der Höhe verläuft und von einem prächtigen Panorama begleitet wird. Die unverstellte Sicht in die Ferne hat eine befreiende, wohltuende Wirkung, die den eigenen Horizont erweitert und den Kopf freimacht für neue Gedanken. Die Höhenwanderung als Therapie für den Alltag sozusagen.

Viele Tourismusgebiete in den Bergen haben einen Höhenweg zu bieten, der als solcher ausgeschildert ist. Darüber hinaus gibt es aber noch eine Vielzahl weiterer Touren, die zwar nicht explizit so heissen, aber dennoch mit gutem Gewissen als Höhenwanderung bezeichnet werden dürfen, weil sie in höheren Gefilden Bergflanken traversieren, über Kämme und Gipfel verlaufen, Pässe queren und dabei viel Weitsicht und Tiefblick zu bieten haben.

Für unser Buch haben wir 34 Höhentouren rekognosziert und zusammengestellt. Die Auswahl reicht von der einfachen Tagestour auf der Rigi über das siebentägige Trekking von Brig nach Zermatt bis zur äusserst anspruchsvollen Via Alta Verzasca im Tessin. Bewusst haben wir das Schwergewicht auf zwei- oder mehrtägige Touren gelegt. Denn abschalten und ankommen, intensiv erleben und sich erholen kann man zweifellos besser, wenn man aus dem Alltag hinaustritt und zumindest eine Nacht in der besuchten Region einplant; nicht zuletzt lassen sich so Mühsal und Dauer der Hin- und Rückreise besser ertragen und auch entlegene Gebiete unseres Landes besuchen.

Natürlich dürfen die beliebten und bekannten Klassiker unter den Höhenwegen in diesem Buch nicht fehlen – fast immer kann man ihnen durch Varianten und Verlängerungen einen neuen Reiz abgewinnen. Daneben findet sich eine Vielzahl an selten begangenen Wanderungen und Varianten, teilweise eigentliche «Trouvaillen».

Manchmal, aber längst nicht immer, sind die Ausgangspunkte zu Höhentouren mit Seilbahnen erreichbar. In der Regel weisen wir dann aber darauf hin, dass der Aufstieg auch zu Fuss möglich ist. Und umgekehrt: Wo der Höhenweg erst auf einer Höhe beginnt, die zuerst erarbeitet werden muss und es eine einfachere Variante gibt, verschweigen wir diese ebenfalls nicht.

Nehmen Sie sich genügend Zeit für Ihre Höhenwanderung. Es locken nicht allein prächtige Fernblicke, auch die kleinen Schönheiten am Wegrand verdienen Aufmerksamkeit. Erleben Sie bekannte Touren neu, und geniessen Sie auf unbekanntem Wege das Kribbeln der Vorfreude auf immer wieder neue Aussichten, die hinter der nächsten Wegbiegung, der nächsten Kuppe oder dem nahen Grat locken. Machen Sie Ihre Höhenwanderung zu einer Entdeckungsreise. Wir wünschen Ihnen viel Spass dabei!

Während das Mattertal kurz nach der Topalihütte noch im morgendlichen Schatten liegt, steht das Monte-Rosa-Massiv am Talende bereits in der Sonne.



Was ist ein Höhenweg?

Bei einem Höhenweg ist nicht der Gipfel das Ziel, nicht die Überschreitung eines Gebirgspasses oder eines Gletschers noch die Überwindung der Vertikalen. Solche Höhepunkte physischer und psychischer Natur können bei einer Höhenwanderung zwar auch dazugehören, gelten aber für Bergtouren im Allgemeinen.

Gemeinsam ist allen Höhentouren jedoch, dass sie – der Name lässt es vermuten – in der Höhe verlaufen. Dabei kann «Höhe» ganz unterschiedlich verstanden werden: von einem Weg, der einfach über dem Talgrund verläuft, über Routen, die mindestens über der Waldgrenze verlaufen, bis hin zu den luftigen Touren in Gipfelnähe und entlang der Gebirgskämme. Als weiteres Merkmal kommt hinzu, dass die Höhenwege von ihrem Ausgangspunkt zu einem anderen Zielort führen oder zumindest eine Rundtour absolvieren, ohne dabei denselben Weg zweimal zu benutzen.

Viele touristisch genutzte Gebirgsregionen haben bestimmte Wanderungen als Höhenwege definiert und oft auch auf den Wegweisern als solche ausgeschildert. Höhenwege sind bekannt und beliebt und daher bei vielen Menschen mit gewissen Erwartungen verknüpft: Eine Höhenwanderung soll aussichtsreich sein; sie soll schon in möglichst grosser Höhe beginnen, also an einem mit Bahnen oder auf der Strasse erreichbaren Ausgangspunkt. Und nicht zuletzt werden moderate Auf- und Abstiege erwartet, also eine Wanderung, die das Prädikat «einfach» erfüllt.

Für das vorliegende Buch wurde der Begriff «Höhenweg» mit Absicht weiter gefasst. So darf eine Route ausnahmsweise auch einmal den Talboden berühren, um sonst durchaus in der Höhe verlaufende Wegstrecken sinnvoll miteinander zu verbinden, wie dies etwa bei der Senda Sursilvana der Fall ist. Andere wiederum verlaufen fast durchwegs über Gipfel und Bergrücken und bieten Panorama pur. Das herausragendste Beispiel hierfür ist zweifellos die Via Alta Verzasca, die auch schon als «weiss-blau-weiss markierter Wahnsinn» bezeichnet wurde – eine Folge von Gipfeln und Kämmen, dazwischen steile Grasschrofen und unwegsames Gelände, nicht selten weglos. Diese Tour stellt höchste Anforderungen und ist erfahrenen, trittsicheren und schwindelfreien Berggängerinnen und -gängern vorbehalten, doch durch ihren Verlauf und das grossartige Bergerlebnis hoch über dem Tal, weit weg von Zivilisation und mechanischen Hilfsmitteln, kann sie als Höhentour der Extraklasse bezeichnet werden und gehört daher auch in dieses Buch.

Der Grossteil der vorgeschlagenen Touren entspricht aber ohne Wenn und Aber den gängigen Vorstellungen einer Höhenwanderung, indem sie hoch über dem Talgrund verlaufen, da und dort auch Gipfelerlebnisse, Gratwanderungen und grandiose Tiefblicke bieten, ohne jedoch ausdrückliche alpinistische Erfahrung vorauszusetzen. Viele Höhenwanderungen sind tatsächlich mit Bergbahnen und Alpstrassen bequem erreichbar. Daneben gibt es aber auch weniger gut erschlossene, dafür umso ursprünglicher erhaltene Gebiete, in denen keine Seilbahn über die ersten Höhenmeter hinweg hilft. Manche Höhenwege verlaufen bequem und ohne grössere Steigungen. Das klassische Beispiel dafür ist der Lötschentaler Höhenweg, der weit hinten im Lötschental auf der mit dem Postauto erreichbaren Fafleralp beginnt (oder endet) und dann gemächlich zur Lauchernalp hinauf führt – ein Höhenweg der sanften Art. Bei anderen muss die Höhe zuerst erarbeitet werden, indem Aufstiege von 1000 Höhenmetern oder sogar mehr zu bewältigen sind, bevor die Strecke flacher wird und der Weg zu einem Höhenweg mutiert. Der Sentiero Panoramico von Airolo zur Cadlimohütte gehört zu dieser Gruppe.

Viele der offiziell als solche bezeichneten Höhenwege sind reine Tages Touren. Besonders attraktiv sind jedoch Panoramawanderungen von zwei oder mehr Tagen bis hin zur sagenhaften Wanderung von Rosswald, hoch über Brig, bis nach Zermatt, die stolze sieben Tage dauert. Hier wird der Höhenweg zur Fernwanderung und bleibt sich trotz der ansehnlichen Distanz doch immer treu. Nur ein einziges Mal berührt der Weg den Talboden, um von der einen Seite des Saasertals auf die andere zu wechseln.

Die erwähnten Beispiele beweisen es auf anschauliche Weise: Die Schweizer Alpen bieten eine unglaubliche Fülle von kurzen und langen, einfachen und anspruchsvollen Touren in der Höhe, die nur darauf warten, von Ihnen entdeckt und erlebt zu werden.



Unterwegs auf der Niederhorn-Tour, zwischen Burgfeldstand und Gemmenalphorn.



Auf dem Weg vom Sântis in Richtung Schäfler traversiert der Weg steile Hänge.

Hoher Kasten–Saxer Lücke–Bollenwees–
Zwinglipass–Rotsteinpass–Sântis–Ebenalp

Gratwegs über das Kalkstein- gebirge: Alpstein

1

Wanderungen durch das Appenzellerland sind Balsam für Seele und Geist. Durchatmen kann man hier, sich freuen an den grünen Matten, auf denen die Kühe weiden – es sind wohltuende Streifzüge durch eine ländliche Gegend, in der die Hügel mal etwas gemächlicher, mal etwas zügiger, nie aber schroff in die Höhe streben und immer auch bewaldet sind, was den optischen Reiz zusätzlich verstärkt. Die traditionellen Appenzeller Häuser mit ihren reich verzierten, mit vielen Fenstern versehenen Frontseiten und den tief herab gezogenen Dächern sehen aus wie aus der Backstube des Zuckerbäckers. Locker verstreut stehen überall Bauernhöfe, als wären sie tatsächlich dem Herrgott aus einer Tasche gekullert, als er gerade damit beschäftigt war, die Welt zu erschaffen. So jedenfalls wird es erzählt, und zum Glück war er auch zu beschäftigt, die Häuser wieder wegzuräumen, weshalb sie immer noch verstreut stehen und eine Zierde für diese Landschaft sind.

Das Appenzellerland hat seinen eigenen Charakter bis in unsere moderne Zeit bewahren können, noch immer werden hier alte Traditionen und Brauchtum mit Hingabe gepflegt. Dazu zählt nicht zuletzt die Alpfahrt, ein wichtiger Festtag im bäuerlichen Leben, wenn das Vieh auf die Alp getrieben wird. Begleitet vom tiefen, dumpfen Klang von drei Sennentumsschellen bricht schon frühmorgens, manchmal noch in der Dunkelheit, der lange Tross auf. Immer ist es ein Junge in Sennentracht, der einer Schar von weissen Ziegen vorangeht, während ein Mädchen dafür sorgt, dass die eigenwilligen Tiere gehorchen. Es folgt der Senn, ebenfalls in Festtagstracht und mit einem hölzernen Melkkübel auf der Schulter. Dann drei der schönsten Kühe, nicht minder prachtvoll herausgeputzt, mit schweren Glocken um den Hals, die den übrigen Mitgliedern des Alpaufzugs vorausgehen. Ziel des Umzugs ist die Alp, Weideland hoch über dem Dorf, wo der ganze Bauernhaushalt den Sommer verbringt.

Die zunächst sanften grünen Hügel des Appenzellerlands werden immer höher, je weiter man nach Süden kommt, bis sie schliesslich jäh in die Höhe aufschliessen und ins Alpsteingebirge übergehen. Dieses aus Kalk-



Links: Die Appenzeller Geiss ist eine weisse, meist hornlose Ziegenrasse.

Rechts: Der Höhenweg in Richtung Hoher Kasten bietet wundervolle Ausichten: Blick über den Rhodwald mit dem Säntisersee.

Nur eine dünne Humusschicht liegt über den Kalkplateaus, und wo diese blossgelegt sind, durchziehen tiefe Furchen den Fels. Im speziellen Mikroklima dieser Furchen gedeiht aber eine vielfältige Pflanzenwelt, wie überhaupt der kalkige Untergrund eine eigene, reichhaltige Blumen- und Kräuterflora zum Wachstum anregt, die den Menschen mit all den verschiedenen Formen und Farben ihrer Blüten erfreut.

Ein dichtes Wegnetz durchzieht das kleinräumige Gebirge des Alpsteins, und zusammen mit den vier Seilbahnen, die Wanderer und Ausflügler in die Höhe befördern, ist die Infrastruktur für das Wandern im Alpstein geradezu ideal – nicht zuletzt wegen der aussergewöhnlichen Dichte an Gaststätten und Unterkünften, die man selbst auf den Kämmen der Alpsteinberge überall antrifft. Selbstverständlich kann man Auf- und Abstieg auch aus eigener Kraft bewältigen, doch der Höhenweg vom Hohen Kasten über die Saxer Lücke zum Säntis und weiter zur Ebenalp hat den Vorteil, dass an beiden Enden der hufeisenförmigen Tour eine Luftseilbahn die strengsten Höhenmeter überwinden hilft. Durch die ständig abwechselnden Auf- und Abstiege ist die Tour dennoch kein Spaziergang, wobei die Verteilung der gesamten Strecke auf drei Tage die einzelnen Etappen einigermassen kurz werden lässt und so gut zu bewältigen ist.

Mit 1795 Metern ist der Hohe Kasten der höchste und äusserste Gipfel der Nordostschweiz. Hoch überragt er Appenzellerland und Rheintal und macht seinem Namen alle Ehre. Seit 1964 mit einer Seilbahn erschlossen,

stein aufgebaute Massiv überragt die Umgebung und dominiert das Landschaftsbild weit herum. Man kann den Alpstein als eine Art Fortsetzung der im Grenzgebiet zwischen Österreich und Deutschland verlaufenden, nördlichen Kalkalpen betrachten. Rein optisch steht das Massiv aber fast allein da. Dominiert vom massigen, 2500 Meter hohen Klotz des Säntis besteht der Alpstein im Wesentlichen aus drei parallel verlaufenden Bergzügen, zwischen denen tief eingeschnittene Täler liegen. Täler, die im Südwesten aufsteigen zum Lisengrat und Chreialpfirist, welche wiederum – unterbrochen von den Passübergängen Rotsteinpass, Zwinglipass und Mutschensattel – die drei Gebirgszüge miteinander verbinden, bevor der Alpstein abfällt und ins Obertoggenburg ausläuft.

Wo Kalk der Baustein der Berge ist, ist Wasser rar, denn schon längst hat es sich einen Weg durch das Gestein gefressen, um sich im Untergrund davonzustehlen. Dennoch gibt es hier, in Mulden eingebettet, auch drei grössere Seen, die vom Regenwasser und von kleinen Bächen gespeist werden und über keinen oberirdischen Abfluss verfügen.



darf natürlich auch das Drehrestaurant nicht fehlen, ein Alpengarten lädt zum Verweilen, und die gute Thermik um den einsamen Gipfel lockt die Freunde des Flugsports. Der Höhenweg über Stauberer zur Saxer Lücke verläuft auf dem Grat oder entlang der Gratflanke und ist wohl einer der beliebtesten Wanderwege des Alpsteingebiets. Fantastische Ausblicke über das Rheintal mit den angrenzenden Vorarlberger, Bündner und Glarner Alpen und über weite Teile des Mittellands bis hin zum Bodensee und darüber hinaus sind – gutes Wetter vorausgesetzt – dabei die stetigen Begleiter. Ein kurzer Abstieg führt von der Saxer Lücke zum Tagesziel, dem Gasthaus Bollenwees oder, wer eine Hütte vorzieht, zur Hundsteinhütte, die aber etwas oberhalb von Bollenwees liegt und einen nochmaligen, kurzen Aufstieg verlangt. Von hier überblickt man die ganze Länge des dunklen, in einem engen Graben gelegenen Fälensees, der an einen kleinen Fjord erinnert. Am nächsten Morgen kann man dem See entlang wandern und über die Fälenalp zum Zwinglipass aufsteigen, was den Weg dorthin abkürzt. Höhenwanderer kehren zur Saxer Lücke zurück, von wo sich der Weg über die Roslenalp zum Mutschensattel zieht. Die Türme der Chrüzberge ragen über der Roslenalp auf, ein Mekka für Kletterer, und selbst wenn es schon beim Gedanken an solche vertikalen Aufstiege graust, dürfte sich der Faszination nicht ganz entziehen können.

Weiter geht es dann zum Zwinglipass mit der gleichnamigen Hütte. Diese Bergunterkunft, die der Sektion Toggenburg des Schweizerischen Alpenclubs gehört, ist eine Besonderheit unter den SAC-Hütten: Kein Helikopter knattert je mit Bierdosen und Weinflaschen hierher, um die Hütte mit Vorräten zu versorgen. Einmal im Jahr, Ende Juni, führt die Sektion das «Hötteträgete» durch; bis zu hundert Vereinsmitglieder finden sich dann ein, um mit eigener Kraft den gesamten Vorrat an Getränken, Lebensmitteln, Gas und Brennholz, verpackt in Rucksäcke oder aufgeschnallt auf Holzröfen, von der Chreialp zur Hütte hochzutragen.

Am dritten Tag steht als erstes Zwischenziel der Säntis auf dem Programm, dann setzt sich die Höhentour fort zum Schäfler, wo ein weiteres Gasthaus die Wandernden erwartet. Der Rest bis zur Ebenalp ist dann einfach und gemütlich, und wer für den Tag genug Kilometer in den Knochen spürt, kann für den Abstieg ins Tal natürlich die Luftseilbahn benutzen. Vorher sollte man aber den Abstecher zum Äscher und zum Wildkirchli nicht verpassen. Hier gibt es Höhlen, in denen schon vor 50 000 Jahren Menschen der Altsteinzeit gehaust haben und ihre Spuren hinterliessen. Auch das einmalige, an den Felsen gebaute Berggasthaus Äscher ist berühmt und sehenswert – ein schöner Abschluss für diese Tour. (UH)



Zahlreiche Gaststätten wie das Gasthaus Stauberer laden unterwegs zur Einkehr.

Charakter

Teilweise anspruchsvolle, aber gut unterhaltene Bergwege, mit einigen etwas ausgesetzten Stellen, die heikelsten jedoch in der Regel mit Stahlseilen gesichert. Der Fels ist auf einigen Wegabschnitten teilweise abgeschliffen, weshalb die Wege bei nassem Wetter glitschig sind.

Die Wanderung

Anfahrt

Mit der Appenzellerbahn bis Weissbad, dann mit dem Bus bis Brülisau, Talstation der Luftseilbahn Brülisau–Hoher Kasten.

1. Tag

Von der Bergstation der Luftseilbahn hinab zum Kastensattel, dann unterhalb des Gipfelaufbaus hinüber zum Rohrsattel. Nun abschnittsweise auf dem Kamm oder auf dessen Nordseite über das Wännesätteli und an der Felszacke Heierli Nadel vorbei auf den Staubererfirn und zum Berggasthaus Stauberer auf einem Sattel unterhalb der eindrücklichen Staubererkanzel (mit Luftseilbahn von Frümseren im Rheintal direkt erreichbar). Um die Staubererkanzel zu umgehen, führt der Weg auf ihrer Nordseite schräg abwärts und auf ein etwas ausgesetztes Felsband (mit Seilen gesichert), weiter fast geradeaus zum Fuss des Hochhus, anschliessend ein kurzes Stück über den Grat, dann hinab zur Saxer Lücke. Kurzer Abstieg bis zum Gasthaus Bollenwees. 9 km, 550 m Aufstieg, 880 m Abstieg, 4¼ Std., T3.

2. Tag

Zurück auf die Saxer Lücke, von wo man leicht ausgesetzt die steile Flanke traversiert, um in die lang gestreckte Mulde der Roslenalp zu gelangen. Aufstieg zum Mutschensattel, dann zu P. 2098 querend, über den Rücken des Chreialpfirns und hinab zum Zwinglipass. Etwas unterhalb dieses Passübergangs an der Zwinglipasshütte vorbei und zu P. 2334 aufsteigen. Kurzer, jedoch etwas exponierter und steinschlaggefährdeter Abstieg zum Rotsteinpass. 7½ km, 1000 m Aufstieg, 350 m Abstieg, 4¼ Std., T3.

3. Tag

Bald nach Aufbruch ist der Einstieg zum Lisengrat erreicht; ein mit Stahlseilen gesicherter, eindrücklicher Felsenweg führt über diesen Verbindungsgrat zwischen Altmann und Säntis auf den Säntisgipfel. Durch einen Tunnel auf die Nordseite des Säntis steil über eine mit Drahtseilen gesicherte Felsplatte abwärts auf einen Sattel unterhalb des Girens spitz. Hier nach rechts abwärts auf den Blau Schnee, den kümmerlichen Rest eines Firnfeldes, dann ohne grossen Höhenverlust auf die Nordseite des vom Girens spitz herablaufenden Grats und über Öhrli grueb zum Lötzi alpsattel. Unter den eindrücklichen Altenalptürmen hindurch zu P. 1800, wo der von Messmer heraufkommende Weg einmündet. Weiter durch steiles, ausgesetztes Gelände auf den Schäfler (1912 m). Auf breitem, einfachen Weg nun hinab zur Chlus und dann zur Ebenalp. 10 km, 600 m Aufstieg, 1100 m Abstieg, 4¼ Std., T3.

Die erste Etappe der Tour endet am fjord-ähnlichen Fälensee.



Unterkunft und Verpflegung

Restaurant Hoher Kasten, 9058 Brülisau, Telefon 071 799 11 17, www.hoherkasten.ch.
 Berggasthaus Staubern, 9467 Frümisen, Telefon 081 757 24 24, www.staubern.ch.
 Berggasthaus Bollenwees, 9058 Brülisau, Telefon 071 799 11 70, www.bollenwees.ch.
 Hundsteinhütte, 9058 Brülisau, Telefon 071 799 15 81, www.hundsteinhuette.ch.
 Zwinglipasshütte, 9658 Wildhaus, Telefon 071 999 24 36, www.sac-toggenburg.ch/clubhuette.
 Berggasthaus Rotsteinpass, 9058 Weissbad, Telefon 071 799 11 41, www.rotsteinpass.ch.
 Berggasthaus Säntis, 9107 Urnäsch,

Telefon 071 799 11 60, www.altersaentis.ch.
 Berggasthaus Schäfler, 9057 Weissbad, Telefon 071 799 11 44, www.schaeffler.ch.
 Berggasthaus Ebenalp, 9057 Weissbad, Telefon 071 799 11 94, www.gasthaus-ebenalp.ch.
 Berggasthaus Aescher-Wildkirchli, 9057 Weissbad, Telefon 071 799 11 42, www.aescher.ch.

Varianten

1. Tag

– Von Brülisau über Ruhsitz zum Kastensattel. Dann mit oder ohne Abstecher zum Gipfel des Hohen Kastens auf den Höhenweg. 4 km, 760 m Aufstieg, 2¼ Std., T3.

– Von Brülisau zuerst Richtung Bernbrugg, dann durch den Graben des Horstbachs, später über Weiden und durch bewaldetes Gebiet nach Chluserenweidli. Nun auf dem Strässchen mit einer Abkürzung zum Rösspass (1309 m). Weiter über den 1356 Meter hohen Buckel der Forstegg hinab auf einen Sattel, über Wiesen zu den Alpegebäuden von Stofel hinauf, dann auf dem Strässchen in Richtung Kamor, nach einem Reservoir unterhalb des Gipfels auf einen Fussweg wechselnd und zum Kastensattel. 7 km, 870 m Aufstieg, 110 m Abstieg, 3 Std., T2.

2. Tag

Von Bollenwees dem Fälensee entlang zur Fälentalp, von dort Aufstieg zum Zwinglipass und weiter zur Zwinglipasshütte. Anschliessend auf der Route wie oben beschrieben zum Rotsteinpass. 7 km, 900 m Aufstieg, 250 m Abstieg, 4 Std., T3.

3. Tag

Abstieg von der Ebenalp zum Äscher und dann weiter zum Wildkirchli. Von der oben erwähnten

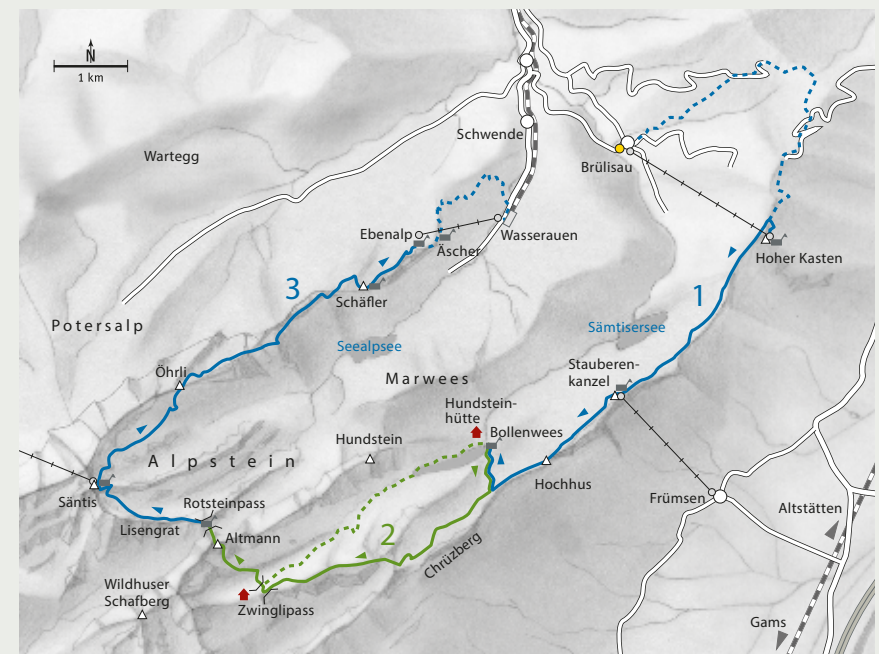
Chlus kann man auch auf der Südseite des Zisler hindurch und unter Umgehung der Ebenalp zum Äscher gelangen. Hier beginnt der gute Abstiegs- weg über Bommen hinab nach Wasserauen, wo sich auch die Talstation der Luftseilbahn zur Ebenalp befindet. Ab Ebenalp bis Wasserauen 3½ km, 800 m Abstieg, 1¼ Std., T3.

Informationen

Appenzellerland Tourismus AR, Bahnhofstrasse 2, 9410 Heiden, Telefon 071 898 33 00, www.appenzell.ch.
 Appenzellerland Tourismus AI, Hauptgasse 4, 9050 Appenzell, Telefon 071 788 96 41, www.appenzell.ch.
 Säntis Schwebbahn, 9107 Schwägälp, Telefon 071 365 65 65, www.saentisbahn.ch.
 Luftseilbahn Wasserauen–Ebenalp, 9057 Wasserauen, Telefon 071 799 12 12, www.ebenalp.ch.

Landeskarte 1:25 000, 1115 Säntis.

Landeskarte 1:50 000, 227 Appenzell.





Capanna Corno Gries–Alpe di Cristallina–
Alpe di Pesciüm–Lago Tremorgio

16

Verweilen, wo andere vorbeieilen: Val Bedretto–Lago Tremorgio

Seit Jahrhunderten ist die Leventina ein Transitkorridor, durch den Personen und Güter die Alpen queren. Für die meisten Reisenden beginnt oder endet der Weg durch dieses lange Tessiner Tal bei einer der Röhren durch den Gotthard, sei es dem Strassenstollen oder dem altherwürdigen Bahntunnel, einem technischen Meisterwerk aus dem 19. Jahrhundert, das mit der Neat-Röhre in absehbarer Zeit viel von seiner Bedeutung verlieren dürfte. Die wenigsten nehmen bei der Fahrt durch die Leventina zur Kenntnis, dass dieses Tal gar nicht am Gotthard endet, sondern an dessen Fuss eine Biegung beschreibt und noch ein gutes Stück in Richtung Westen weiterführt. Ab dem Dorf Airolo, das genau im Talknie liegt, ändert die Leventina allerdings nicht nur die Richtung, sondern auch den Namen und

heisst von da an Val Bedretto. Der Namenswechsel ist sinnig und stimmig. Wer von der Leventina mit dem durch sie hindurchbrausenden Transitverkehr ins Bedrettotal fährt, wähnt sich bald in einer anderen Welt. Ruhig und verlassen wirkt dieser Talabschnitt. Im Sommer ist das Val Bedretto über die Nufenenpassstrasse – den höchsten, ganz in der Schweiz gelegenen Strassenpass und letzten für den Autoverkehr ausgebauten Alpenübergang – mit dem benachbarten Goms verbunden. Im Winter jedoch wird das Val Bedretto zur Sackgasse; eine tiefe Stille liegt dann über dem Tal mit seinen gerade noch siebzig ständigen Bewohnerinnen und Bewohnern. Da die Region zu den schneereichsten der Schweiz gehört, kommt es vor, dass Lawinniedergänge die Strasse blockieren oder gefährden und die zur einzigen Talgemeinde Bedretto gehörenden Fraktionen Bedretto, Villa, Ossasco, Ronco und All'Acqua (der im Taleingang gelegene Weiler Fontana gehört politisch zu Airolo) von der Umwelt abgeschnitten sind. Dies ist mit ein Grund dafür, dass immer weniger Menschen das ganze Jahr über im Tal leben.

Dabei gab es durchaus Pläne, das Val Bedretto verkehrstechnisch besser zu erschliessen. Ein Initiativkomitee wollte 1955 eine Bahn von Oberhasli über Oberwald ins Tessin bauen, mit Tunnels durch den Grimsel und den Nufenen. Wenige Jahre später wurde diese Idee durch das Projekt eines Eisenbahn-Basistunnels durch den Furkapass abgelöst, das zu Beginn das Bedrettotal in Form einer Y-Verbindung mit einer Abzweigung in Richtung Süden mit einschloss. Was nur wenige wissen: Dieser Seitenstollen wurde tatsächlich gebaut; in der Nähe von Ronco gibt es ein vergittertes Loch im Berg, das als Bedrottofenster bekannt ist. Der Stollen diente aber nicht als Vorbereitung für eine neue Verkehrsverbindung; vielmehr versprach man sich dadurch einen schnelleren Bau des Furkatunnels, ein Irrtum, wie sich herausstellen sollte. Was mit dem Loch im Berg passieren soll, weiss nie-



Links: Die Variante durch das Valle dei Cani führt durch eine bezaubernde Landschaft.

Rechts: Ein ruhiges Seitental der Leventina: das Val Bedretto.

mand, doch sorgt der Stollen dafür, dass einige Leute weiterhin von einer neuen Bahnverbindung durch das Val Bedretto träumen.

Doch hier soll es nicht um Bahn- und Strassenverbindungen gehen, sondern um Fusswege in der Höhe, und dazu hat das Val Bedretto viel zu bieten. Zum Beispiel eine Strada alta, einen Höhenweg, der die Alpen auf der Südseite des Tals miteinander verbindet. Mit dem Postauto von Airolo in Richtung Nufenenpass gelangt man zur Haltestelle Cruina, wo der Hüttenweg zu der 2008 umgebauten, etwas futuristisch anmutenden Cornogries-Hütte, dem ersten Zwischenziel der Tour, beginnt. Von dort an verläuft der Höhenweg abwärts, wobei die zahlreichen kleineren und mittleren Gegenanstiege nicht verschwiegen sein sollen. Auf Fusswegen und ungeteerten Alpstrassen wandert man talauswärts. «Alpi senza confine», Alpen ohne Grenzen, sind die Informationstafeln beschriftet, die man auf fast jeder Alp unterwegs findet; sie erläutern interessierten Wanderern die Eigenschaften und Besonderheiten jeder der besuchten Alpen. Stetige Begleiter auf der langen, aber einfachen Tour sind dabei nicht nur die zahlreichen Rinder, Kühe und Kälber, sondern auch die imposanten Gipfel des Gotthardgebiets, die sich im Norden über dem Tal erheben.

Die Via Alta Bedretto endet auf der Alpe di Pesciüm, die durch eine für den Sommertourismus stark überdimensionierte Seilbahn mit Airolo verbunden ist. Die Bahn fährt zwar nur einmal pro Stunde, hilft dafür aber mühelos hinab ins Tal. Das Restaurant bei der Bergstation bietet Unterkunft nur für Gruppen an. Wer den zweiten Teil der Höhenwanderung gleich anhängen will, ist daher gezwungen, in Airolo zu übernachten.

Die Fortsetzung der Höhenwanderung ab der Alpe di Pesciüm nennt sich Via Alta Tremorgio. Diese weniger bekannte Route führt durch lichte Bergwälder mit wunderbarer Aussicht auf die obere Leventina, zuerst zur Alpe di Ravina und weiter über die Alpe di Prato zum Lago Tremorgio, einem tiefblauen, fast kreisrunden Bergsee, der hoch über dem Talgrund der Leventina versteckt in einem grossen Krater liegt. Der See dient als natürlicher Stausee, dessen Wasser für die Gewinnung von Elektrizität verwendet wird; die auffallende Streifenbildung am Ufer zeugt von den Schwankungen des Pegels. Seine Lage macht den See aber dennoch zu einem attraktiven und dank der Seilbahn von Rodi leicht erreichbaren Ausflugsziel.

Ausdauernden Wanderern und Berggängerinnen bietet sich eine etwas anstrengende, aber sehr lohnende Variante: Wer höher hinaus will, verlässt auf der Alpe di Prato beim Punkt 1798 die Via Alta Tremorgio und steigt auf zum wundervoll gelegenen Rifugio Garzonera, einer unbewarte-



Das unbewartete, aber sehr gemütliche Rifugio Garzonera des SAT Ritom.

ten Hütte der Società Alpinista Ticinesi, SAT Ritom. Beim grossen Alpwirtschaftsgebäude in der Nähe des Rifugio beginnt eine weiss-blau-weiss markierte Route durch die Nordflanken des Poncione Sambuco und des Pizzo Massari, beides eindruckliche Gipfel, welche die Region dominieren. Die Route weist keine ausgesetzten oder besonders schwierigen Passagen auf, verläuft aber durch ausgedehnte Felder von Gesteinsblöcken und ist daher recht anstrengend. Erst steigt man bequem auf einem alten Militärweg den Nordgrat des Poncione Sambuco hinauf, verlässt diesen dann und quert weglos durch eine faszinierende Landschaft aus flach geschliffenem Fels und Mulden feuchter Wiesen mit kleinen Seen und Wasserläufen, wo im Spätsommer die weissen Pinsel der Wollgrasblüten winken. Am Pizzo Massari breitet sich dann die karge Welt der Geröll- und Blockfelder aus, in die wie ein blauer Diamant der kleine Lago di Cara eingebettet ist. Der Schlusssaufstieg durch das Valle dei Cani leitet schliesslich zu einem namenlosen Passübergang und entlässt den Wanderer in eine wieder von Gras dominierte Alplandschaft. Tiefblicke hinab zum Lago Tremorgio prägen den weiteren Wegverlauf, der schliesslich auf guten Pfaden hinab zur

Alpe Campolungo führt; von dort ist der Lago Tremorgio nur noch eine halbe Stunde entfernt.

Wer im Sommer auf der Alpe Campolungo schneebedeckte Hänge zu sehen glaubt, darf seinen Augen ruhig trauen, täuscht sich aber dennoch. Was wie Schnee aussieht, ist weisser Dolomit, der hier zutage tritt. Weisser Dolomit füllt auch die sogenannte Piora-Mulde aus, die den Erbauern der Neuen Eisenbahn Alpentransversale Neat Bauchweh und Kopfzerbrechen bereitete, da der Dolomit sehr weich ist und damit im Tunnelbau grosse Probleme schafft. Doch nur noch wenige Jahre dauert es, bis Hochgeschwindigkeitszüge von Erstfeld nach Biasca brausen und die Alpenquerung auf ein unvorstellbar kurzes Zeitmass reduzieren werden. Trotzdem bleibt uns die Wahl, die Berge weiterhin auf beschauliche Art zu durchstreifen, auf Fusswegen wie der Via Alta Bedretto oder der Via Alta Tremorgio, und dabei zwar keine Zeit, aber dafür viel innere Ruhe zu gewinnen. (UH)

Charakter

Einfache Wanderung auf guten Wegen oder meist ungeteerten Erschliessungsstrassen. Die Variante durch das Valle dei Cani verlangt etwas mehr Kondition; die Passagen durch die grossen Geröll- und Blockfelder zu Füßen von Poncione Sambuco und Pizzo Massari sind anstrengend, jedoch nirgends ausgesetzt. Die Markierung dieses Abschnitts ist gut. Dennoch ist gute Sicht erforderlich.

Die Wanderung

Anfahrt

Mit dem Postauto ab Airolo bis zur Haltestelle Cruina am Nufenenpass (verkehrt nur von Ende Juni bis Anfang Oktober). Oder mit dem (ganzjährig verkehrenden) Postauto bis All'Acqua und von dort in Richtung Passo San Giacomo aufsteigen; bei All'Uomo trifft man auf den Höhenweg.

1. Tag

Ab Haltestelle Cruina auf dem Hüttenweg zur Capanna Corno Gries (2338 m). Von dort auf dem Höhenweg, leicht abfallend nach San Giacomo (2254 m), dann abwärts über All'Uomo und weiter zur Alpe di Valleggia (1751 m). Nun steigt der Weg wieder an und leitet zur Alpe di Cristallina

(1800 m) und wieder etwas abfallend nach Piano di Pesca. Mit kurzen Abstiegen und Gegenanstiegen schliesslich über die Alpe di Ruino zur Alpe di Pesciüm. 22 km, 880 m Aufstieg, 1110 m Abstieg, 7½ Std., T2.

2. Tag

Von der Seilbahnstation ein kurzes Stück abwärts in ein kleines Tal, an einer Skiliftstation vorbei, dann auf schmalen Weg durch eine steile, von Erlen durchsetzte Bergflanke. Weiter durch ein liebliches Tal mit kleinem See und durch Wald zur Alpe di Ravina. Weiter auf einfachem Weg durch bewaldetes Gebiet mit schönen Ausblicken. Unterhalb der Alpe di Prato auf ein Fahrsträsschen, und bald danach ist die Abzweigung zum Rifugio Garzonerera erreicht (siehe Varianten). Der Höhenweg fällt weiter ab nach Cassin, wo der lange Anstieg zum Rand des Gebirgskessels mit dem Lago Tremorgio beginnt. Nun in Kehren abwärts zum See und zur Capanna Tremorgio bei der Seilbahnstation. 14 km, 720 m Aufstieg, 630 m Abstieg, 5¼ Std., T2.

Unterkunft und Verpflegung

Diverse Hotels in Airolo. Siehe Leventina Turismo unten.



Das flache Becken der Alpe Campolungo oberhalb des Lago Tremorgio.

Rifugio Garzonerera des SAT Ritom, unbewartete Berghütte mit 20 Schlafplätzen für Selbstversorger. Reservation obligatorisch, Telefon 091 868 11 77, www.capanneti.ch. Capanna Tremorgio, 6772 Rodi-Fiesso, Telefon 091 867 12 52, www.capannatremorgio.ch.

Varianten

1. Tag

Aufstieg ab All'Acqua in Richtung Passo San Giacomo. Bei All'Uomo auf den Höhenweg. Ganze Strecke 20 km, 1080 m Aufstieg, 910 m Abstieg, 7 Std., T2.

2. Tag

Bei der erwähnten Abzweigung unterhalb der Alpe di Prato hinauf zum Rifugio Garzonerera, dann auf weiss-blau-weiss markierter Route zum Lago

di Cara und durch das Valle dei Cani hinab zur Alpe Campolungo. Nun auf gutem Wanderweg durch die steile Flanke der Cima di Filo zum Lago Tremorgio. Ganze Strecke 15½ km, 1030 m Aufstieg, 800 m Abstieg, 6½ Std., T3. Abstieg vom Lago Tremorgio auf schönem Bergweg durch Fichtenwald hinab nach Rodi. 4½ km, 890 m Abstieg, 1¼ Std., T2.

Informationen

Leventina Turismo, 6780 Airolo, Telefon 091 869 15 33, www.bellinzonese-altoticino.ch.

Landeskarte 1:25 000, 1251 Val Bedretto, 1252 Ambri Piotta. Landeskarte 1:50 000, 265 Nufenenpass, 266 Valle Leventina.

