

David Coulin

**Die
schönsten
Zweitagestouren
in den
Schweizer Alpen**



atVERLAG

Inhaltsverzeichnis

- 11 Vorwort
- 12 Tipps mit auf den Weg



Bündner Alpen und Fürstentum Liechtenstein

- 20 **Grenzdylle**
S-charl–Sesvennahütte–Lais da Rims–S-charl
- 24 **Nationalpark pur**
Varusch–Plan Praspöl
- 28 **Tor zum Veltlin**
Viano–San Romerio–Poschiavo
- 32 **Rund um den Piz Platta**
Juf–Skihaus Platta–Starlera–Savognin
- 36 **Echo vom Ela**
Alp Flix–Elahütte–Bergün
- 40 **Engadiner Lärchenzauber**
Val Funtauna–Grialetschhütte–Flüelapass
- 44 **Ruhe auf der Vereina**
Flüelapass–Vereinapass–Sagliains
- 48 **Hike & Bike im Prättigau**
Madrisa–Jägglich Horn–St. Antönien–
Rätschenflue–Madrisa
- 52 **Von und zu Liechtenstein**
Malbun–Pfälzerhütte–Naafkopf–Älpli (Malans)

Dieses Buch ist eine aktualisierte, überarbeitete und neu gestaltete Ausgabe des unter dem Titel «Die schönsten Zweitagestouren in den Schweizer Alpen» seit 2012 im AT Verlag in 4 Auflagen erschienenen Werks.

© 2019
AT Verlag, Aarau und München
Lektorat: Karin Steinbach Tarnutzer, St. Gallen
Fotos Inhalt: David Coulin
Kartenausschnitte: Atelier Guido Köhler & Co., Binningen

ISBN 978-3-03902-012-6

www.at-verlag.ch

Der AT Verlag, AZ Fachverlage AG, wird vom Bundesamt für Kultur mit einem Strukturbeitrag für die Jahre 2016–2020 unterstützt.

56 **Logenplätze am Mattjisch Horn**
Strassberg–Fideriser Heuberge–Hochwang–Calfeisen

60 **Arosa alpin**
Arosa–Ramozhütte–Furcletta–Culmet–Lenzerheide

64 **Auf der Via Capricorn**
Safien–Turrahus–Alperschällilücke–Cufercal–Sufers

68 **Für eine Gätterlitorte zur Lampertschalp**
Vals–Läntahütte–Soredapass–Luzzone

72 **Best of Greina**
Luzzone–Motterrasciohütte–Capanna Scaletta

76 **Zur Wiege des Rheins**
Ritóm–Cadlimo–Maighels–Tomasee–Oberalppass

80 **Wunderland Lukmanier**
Ritóm–Acquacalda–Dötra–Olivone

84 **Gratwegs ins Misox**
San Bernardino–Pian Grand–Rossa



Tessiner Alpen

90 **Zauberhafte Leventina**
Dalpe–Capanna Leit–Capanna Campo Tencia–Dalpe

94 **Von Säumern und Schmugglern**
Oberwald–Capanna Corno Gries–San Giacomo–Robiei

98 **Arena des Südens**
Vergeletto–Cimalmotto

102 **Auf der Via Alta della Verzasca**
Frasco–Capanna d’Efra–Lavertezzo

106 **Weg der alten Zähne**
Bogno–Capanna Pairolo–Brè



Ostschweizer und Glarner Alpen

112 **Vogelfrei im Alpstein**
Wasserauen–Marwees–Ebenalp

116 **Wild am Werdenberg**
Palfries–Alvier–Malbun–Gamperfin

120 **Bei den Geiern vom Calfeisental**
St. Martin–Sardona–Rundtour

124 **Staunen im Glarner Geopark**
Filzbach–Fischerhütte–Ennenda

128 **Wine & Dine am Grossen Kärpf**
Mettmenalp–Leglerhütte–Elm



Zentralschweizer Alpen

134 **Vom Ortstock zum Glärnisch**
Glattalphütte–Braunwald–Oberblegisee–Luchsingen

138 **Auf den Spuren von General Suworow**
Ruogig–Lidernen–Chinzig Chulm

142 **Urner Sommerfrische**
Golzern–Windgällenhütte–Maderanertal

146 **Auf den Spuren der NEAT**
Bristen–Etzlihütte–Sedrun

150 **Der Einquellenweg**
Gotthard–Rotondo–Furkapass

- 154 **Risse am Lochberg**
Furkapass–Albert-Heim-Hütte–Göscheneralp
- 158 **Naturpark Urschweiz**
Arni–Leutschachhütte–Sasspass
- 162 **Rund um die Walenstöcke**
Bannalp–Rugghubelhütte–Brunni–Walenalp



Berner Oberland und Waadtländer Alpen

- 168 **Grindelwalder Bergandacht**
Schynige Platte–Faulhorn–Schwarzwaldalp
- 172 **Urgewalt im Lauterbrunnental**
Mürren–Lobhornhütte–Saxeten
- 176 **Verweilen am Hockenhorn**
Kandersteg–Lötschenpass–Fafleralp
- 180 **Bernerplatte**
Kandersteg–Sunnbüel–Engstligenalp–Lenk
- 184 **Halbrund um das Wildhorn**
Sanetsch–Cabane des Audannes–Rawil
- 188 **Der Muveran-Trek**
Derborence–Cabane Rambert–Pont de Nant
- 192 **Im Zeichen der Argentine**
Solalex–Anzeinde–La Vare



Walliser Alpen

- 198 **Auf dem Alpenpässeweg**
Simplonpass–Saflischpass–Heiligkreuz
- 202 **Das Matterhorn im Visier**
Zermatt–Trift–Höhbalm
- 206 **Belle Époque im Niemandsland**
Gruben–Hotel Weisshorn–Zinal
- 210 **L'Art du Tsan**
Nax–Crêt du Midi–Grimentz
- 214 **Im Tal der grossen Mauer**
Dixence–Cabane de Prafleuri–Thyon
- 218 **Fenster zum Montblanc**
Champex–Fenêtre d'Arpette–Forclaz
- 222 **Zwischen den Mittagszähnen**
Salanfe–Cabane Susanfe–Champéry
- 226 **Adler über dem Unterwallis**
Ovronnaz–Cabane du Demècre–Frenières-sur-Bex



Vorwort

Plötzlich wird das Wetter schön, und ein Blick in die Agenda zeigt: Zwei Tage würden drinliegen. Zwei Tage, um die Wanderschuhe zu schnüren und die Schweizer Hochalpen zu erkunden. Zwei Tage zum Ausspannen, zum Luftholen, zum staunenden Genuss. Aber wohin? Wo gibt es die ideale Kombination zwischen Panoramazauber – eventuell sogar garniert mit einem tollen Gipfelerlebnis –, Hüttenfeeling und Naturgenuss, und dies möglichst abseits der altbekannten Wege? Und welche Etappenkombinationen eignen sich am besten für eine Zweitagestour mit Anreise am ersten und Rückreise am zweiten Tag?

Auf all diese Fragen finden sich in diesem Buch 50 Antworten. Sie sind gleichmässig über die Schweizer Alpen verteilt und entführen in 50 verschiedene Bergwelten, die nur darauf warten, entdeckt zu werden. Und Sie werden staunen: über die Vielfalt an Aus- und Einblicken, über den Reichtum unterschiedlicher Landschaftsformen, auch über den so eigenen Charakter jedes einzelnen Mikrokosmos. Die Touren bieten einen maximalen Erlebnisgehalt und vermitteln den Charakter einer ganzen Region. Manchmal sind schon die Ausgangspunkte allein eine Reise wert – am besten mit Bahn und Postauto!

Nach bewährtem Rezept der AT-Bergbuchreihe wurde auch in diesem Band viel Wissenswertes rund um die Touren in leicht lesbare Texte gepackt. In einem ausführlichen Serviceteil werden die nötigen Informationen nachgeschoben, und eine übersichtliche Karte sowie exklusive Fotos runden die Beiträge ab. Genaue Hinweise zu Schwierigkeit und Routencharakter ermöglichen es Ihnen zudem, eine Tour auszusuchen, die Ihren Wünschen und Möglichkeiten entspricht. Sämtliche Routen sind ohne spezielle Ausrüstung begehbar.

Ich danke dem Lektorat und der Verlagsleitung des AT Verlags herzlich für die Unterstützung und Begleitung dieses Buchprojektes. Das Verlagsteam war massgeblich daran beteiligt, dass Sie nun mit diesem Buch einen bunten Strauss vielfältiger Wandervorschläge in den Händen halten. Pflücken Sie eine Tour heraus, und Sie werden zwei Tage erleben, die Ihnen eine kleine Welt eröffnen. Dazu wünsche ich Ihnen viel Spass.

David Coulin



Hart am Abgrund: Die Kirche San Romerio.

Der Lago di Poschiavo füllt den ganzen Talboden aus.



Tor zum Veltlin

Viano–San Romerio–Poschiavo

Eigentlich dürfte die Schweiz nicht in Campocologno schon zu Ende sein. Sie müsste über das Puschlav hinausgehen und das Veltlin mit einschliessen – das Tal der Apfelplantagen und der unverkennbaren Weine, die so wohltuend im Hals kitzeln. Aber die Geschichte hat es anders gewollt. 1512 eroberten die drei Bünde die heute italienischen Talschaften Veltlin, Chiavenna und Bormio. Im Juni 1797, als Napoleon das Veltlin der neu gegründeten Cisalpinischen Republik zuschlug, mussten sie jedoch die drei Untertanengebiete wieder abtreten. Wie sich doch die Geschichte gewendet hat: Heute würde mancher Puschlaver, so er denn könnte, mit der Hellebarde ausrücken, um diesen rabenschwarzen Fleck in der Bündner Geschichte zu tilgen und das Veltlin zurückzuerobern.

Bitter ist auch, dass die Kirche von San Romerio, die schönstgelegene Kirche des Tals, noch immer der Gemeinde Tirano gehört. Sie ist rund tausendjährig und liegt am Rande einer mächtigen Felswand, die Hunderte Meter senkrecht abfällt zum Lago di Poschiavo. Da wollen wir hin.

Der Startpunkt ist die Postauto-Haltestelle von Viano oberhalb Brusio. Die erste Etappe bis San Romerio ist eher leichte Kost. Das hat Vorteile, denn so bleibt genügend Zeit für die Anreise ins untere Puschlav, und es macht nichts, wenn man in Viano erst am späteren Nachmittag losgeht. Wie ein locker ausgelegter Faden erscheint tief unten das Trasse der Rhätischen Bahn mit dem berühmten Viadukt bei Brusio, wo die Schleife, die andernorts in einem Kehrtunnel verschwinden würde, offen angelegt ist. Dann weitet sich der Blick über Tirano hinaus zu den Bergamasker Alpen und streift sogar im Osten das Adamello-Massiv. Talaufwärts ist die Berninagruppe aus ungewöhnlicher Perspektive zu sehen, nämlich von «hinten».

Von der Kirche San Romerio aus bietet sich dem Wanderer nicht nur eine herrliche Aussicht, gleich daneben befindet sich auch das Gasthaus Alpe San Romerio, das seit fast 200 Jahren im Besitz derselben Familie ist. Die Pächter haben in 1800 Meter Höhe einen Alpengarten angelegt, in dem sie biodynamischen Gartenbau betreiben. Man kann sich darauf freuen, hier Pizzocheri mit Mondphasenkräutern zu geniessen, den Abend bei einem Bocalino ausklingen zu lassen und dann das einfache Nachtlager zu beziehen.

Körperlich und seelisch gestärkt geht es am nächsten Morgen auf der Via Valtellina weiter, dem alten Saumpfad, der lange als einziger Weg die Verbindung zwischen Poschiavo und Brusio sicherstellte. Nicht mehr viele wissen, dass die Talebene einst so sumpfig und der Taleinschnitt beim Lago di Poschiavo so eng war, dass diese Gegend nicht zu passieren war. Mit



Ausgangspunkt Cologna.

dieser Gewissheit wird man doppelt bedächtig dem Weg ins Val da Terman folgen, nach Barghi absteigen und dann weiter bis zum Hauptort Poschiavo wandern.

Schön, dass auch diese Etappe nicht allzu lang ist. So ist noch genügend Zeit, vor der Heimreise noch das bekannte Spaniolenviertel zu besuchen. Prachtige Villen erinnern an die Puschlaver Zuckerbäcker, die es im 19. Jahrhundert im fernen Ausland zu beträchtlichem Wohlstand brachten, den sie zurück in der Heimat eindrücklich zur Schau stellten. Noch ein Ristretto auf dem Hauptplatz, der nach der verheerenden Flutkatastrophe von 1987 so schön wiederhergerichtet wurde wie das ganze Städtchen, dann heisst es: Addio Poschiavo!

Charakter

Abwechslungsreiche Panoramawanderung hoch über dem Lago di Poschiavo.

Schwierigkeit

T2

Höhendifferenz

1. Tag: 500 m Aufstieg
2. Tag: 50 m Aufstieg, 750 m Abstieg

Wanderzeit

1. Tag: 1½–2 Std.
2. Tag: 3–4 Std.

Route

1. Tag: Von Viano auf teils befestigten Strassen nordwärts via Zavena zum Maiensäss Pia. Von dort auf dem Alpweg nach San Romerio.
2. Tag: Auf der Via Valtellina durch bewaldetes Gelände in die Schlucht des Val da Terman.



Nördlich der Schlucht steil absteigend zur Alp Barghi. Von dort auf dem Alp-Wanderweg langsam absteigend nordwärts via Cologna nach Poschiavo.

Unterkunft und Verpflegung unterwegs
Alpe San Romerio, Übernachtung möglich, Tel. 081 846 54 50, www.sanromerio.ch

Variante

Von San Romerio via Spüligalb (1435 m) steil hinunter nach Miralago (965 m), RhB-Station (T2, 1¼ Std.).

Karten

Landeskarte 1: 25 000, 1278 La Rösa, 1298 Lago di Poschiavo
Landeskarte 1: 50 000, 269 Passo del Bernina, 279 Brusio

Ausgangspunkt

Viano (1285 m). Anreise mit der RhB bis Brusio, Postauto bis Viano (Tourismus Valposchiavo, Tel. 081 839 00 60, www.valposchiavo.ch)

Endpunkt

Poschiavo (1014 m). Rückreise mit der RhB (Tourismus Valposchiavo, Tel. 081 839 00 60, www.valposchiavo.ch)



Risse am Lochberg

Furkapass–Albert-Heim-Hütte–Göscheneralp

Die Szenerie ist gespenstisch. Nebelschwaden ziehen über den Älpergen-see, dazwischen zischen eiskalte Föhnstöße vom Lochbergpass her durch die Felsbrocken und kräuseln das Wasser des Göscheneralpsees weit unten. Wenn ein Sonnenstrahl durch die schwarzen Wolken bricht, glänzen vom nahen Planggenstock die Eisenleitern, die zur wohl ergiebigsten Kristallmine der Welt führen, dorthin, wo Franz von Arx zusammen mit Paul von Känel bereits die weltgrösste Quarzstufe geborgen hat und sich jetzt – millionenschwer zwar, aber immer noch voller Entdeckerlust – mit einem neuen, jungen Strahlerkollegen immer weiter in den Granit hineinsprengt. Von Arx ist nicht der Einzige, der hier den Fels sprengt. Mehr und mehr lösen sich auch ohne menschliches Zutun ganze Felsblöcke von den glatten Wänden, schleifen wie auf Riesenrutschbahnen hinunter und kommen dort zum Stehen, wo ganz in der Nähe der Bergweg hinauf zur Lochbergglücke verläuft. Deshalb musste dieser auf die Moräne verlegt werden. Der Grund: Frostsprengung, die entsteht, wenn Wasser in Felsritzen gerät und gefriert. Das hat es schon immer gegeben, aber schnelle Wetterwechsel mit extremen Temperaturentschlüssen beschleunigen diesen Prozess. Temperaturstürze von 25 Grad in 12 Stunden sind keine Seltenheit mehr. Gut



Auf dem Lochberg (links).

Schon in Sichtweite: die Sidelenhütte.



also, bei schönem Wetter an der Lochbergglücke unterwegs zu sein. Dann ist der Weg über die Granitplatten hinweg weniger rutschig, und es wäre auch schade, auf die Aussicht verzichten zu müssen. Gewandte Bergkrawler werden es sich dabei nicht nehmen lassen, von der Lochbergglücke den Lochberg zu besteigen. Wenn man die Wegspur findet, kommt man sogar ganz ohne Klettern aus.

Aber auch ohne Zwischengipfel genießt man die Tiefblicke in die zwei so verschiedenen Täler der Göscheneralp und der Urseren. Hier schmal und karg, da weit und fruchtbar, und dazwischen das Massiv rund um den Galenstock mit seinen berühmten Kletterfelsen und -wänden. Nur der Gletscher zieht sich immer weiter zurück. Besonders gut sichtbar ist das von der Albert-Heim-Hütte aus, die auf dieser Tour als Zwischenstation dient. Wie auf einem Adlerhorst hockt sie auf einem granitene Rundhöcker und gibt den Blick ins Gotthardgebiet frei.

Wenn am zweiten Wandertag ein Pass im Zentrum steht, so ist es am ersten Tag ganz der Blick ins Furkagebiet. Nach einem interessanten Aufstieg zur Sidelenhütte zieht sich der Nepali Highway (er trägt diesen Namen, weil es ein nepalesischer Hüttengehilfe der Albert-Heim-Hütte war, der diesen Weg eröffnete) unter der Südflanke des Chli Bielenhorns hindurch. Was für ein Panorama: Dauernd im Blickfeld die Spitzen und Zacken des Gotthardgebiets, und weit unten dampft von Zeit zu Zeit ein Furka-Nostalgiezug bergwärts. Nur wenig wird das Gefühl der Leichtigkeit und Freiheit durch das Rucksackgewicht beeinträchtigt. In ihm steckt nur das Nötigste, vor allem ein funktionaler Schutz gegen Wind und Wetter.

Wenn gegen eindringendes Wasser alles nichts nützt, gewährt zum Glück die kleine und feine Sidelenhütte Zuflucht. Natürlich ist es schön, wenn man auf der grossen Steinterrasse vor dem kleinen Dreieckshaus die

letzten Sonnenstrahlen geniessen oder in der Hütte eine Zusatzübernachtung einschieben kann. Heimelig ist es aber auch, wenn der Regen auf das Blechdach prasselt und man drinnen die herzliche Bewirtung geniessst. Auch hier lässt sich der Gletscherrückgang sehr deutlich erkennen, aber man staunt auch über die Blumen und Gräser, die es schon fast bis vor die Hüttentüre auf immerhin rund 2700 Metern hinaufgeschafft haben. Und auf dem Furkapass 300 Höhenmeter weiter unten spriesst das Wollgras schon fast wie im Tal.

Charakter

Sehr abwechslungsreiche Bergwanderung nahe der Gletschergrenze.

Schwierigkeit

Im Wesentlichen T2, über die Lochbergglücke T3–T4, Abstecher auf den Lochberg T5. Die Route verläuft auf relativ grosser Höhe (bis 2815 m), deshalb sollte man abwarten, bis der letzte Schnee weg ist. Das wird in der Regel erst im Juli der Fall sein. Gutes Schuhwerk nötig.

Höhendifferenz

- 1. Tag: 700 m Aufstieg, 425 m Abstieg
- 2. Tag: 650 m Aufstieg, 1500 m Abstieg

Wanderzeit

- 1. Tag: 4–5 Std.
- 2. Tag: 4–5 Std.

Route

1. Tag: Vom Hotel Furkablick zuerst durch Weideland, dann in Moränenschutt zur Sidelenhütte aufsteigen. Von dort auf teilweise ausgesetztem Weg leicht absteigend unter dem Chli Bielenhorn hindurch zu einem Bergseeli beim Chriännest (P. 2496). Durch das Gletschervorland des Tiefengletschers zur Albert-Heim-Hütte.

2. Tag: Von der Albert-Heim-Hütte nordwärts hinunter zum P. 2381 oberhalb Saasegg, dann Aufstieg durch Schrofen und Gletscherschliiflandchaft zur Lochbergglücke. Über Moränenschutt und leichte Felsstufen hinunter zum Älpergensee und über Älpergen steil über grasüberwachsene Rundhöcker hinunter zum Göschenalpsee. Abstecher: Von der Lochbergglücke her kann man den Lochberg-Ostgrat besteigen. Bei richtiger

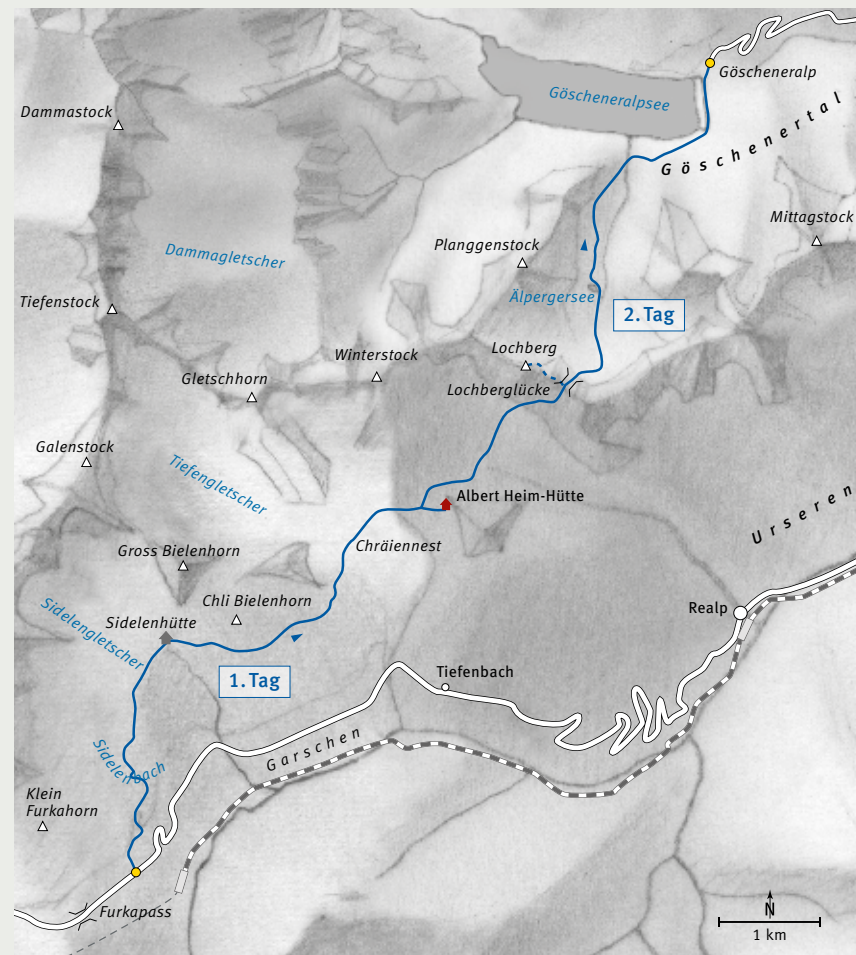
Routenwahl entlang der Steinmänner ist das ohne Klettern möglich, ansonsten wird man da und dort etwas kraxeln müssen (T5, zusätzlich 250 m Auf- und Abstieg, 2 Std. mehr).

Ausgangspunkt

Hotel Furkablick (2427 m), Anreise mit SBB bis Göschenen, mit MGB bis Andermatt, mit Postauto bis Furkapass, Hotel Furkablick (nur wenige Kurse)
Restaurant im Hotel Furkablick unweit der Passhöhe



Oben: Die Sidelenhütte liegt auf 2700 Metern über Meer.
Unten: Direkte Sicht ins Urserental.



Endpunkt

Göschenalp (1782 m), Rückreise mit Postauto bis Göschenen
Übernachtungsmöglichkeit im Berggasthaus Dammagletscher, Telefon 041 886 88 68, www.dammagletscher.ch

Unterkunft und Verpflegung unterwegs

Sidelenhütte (2708 m), 30 Schlafplätze (Reservation empfohlen!), bewartet von Ende Juni bis Anfang Oktober, Telefon 041 887 02 33, www.sidelen-huette.ch
Albert-Heim-Hütte SAC (2543 m), 80 Plätze, bewartet Anfang Juni bis Mitte Oktober, Telefon 041 887 17 45, www.albertheimhuette.ch

Karten

Landeskarte 1:25 000, 1231 Urseren
Landeskarte 1:50 000, 255 Sustenpass

Hinweis

Diese Etappe ist Teil einer 39-Etappen-Hüttentour rund um den Urner Alpenkranz. Sie lässt sich je nach Lust und vorhandenen Ferientagen nach Belieben unterteilen (Informationen unter www.top-of-uri.ch oder unter www.wandersite.ch).