

Vorwort:

Schöne Touren im und um das Val Müstair

# Das östlichste Ende der Schweiz

**Val Müstair.** Ganz im Osten der Schweiz, im Kanton Graubünden liegt - von der Zentralschweiz nur über zwei hohe Alpenpässe erreichbar - das "Val Müstair", auf deutsch "Münstertal", auf italienisch "Val Monastero". Es erstreckt sich auf einer Länge von etwa 25 km zwischen dem Ofenpaß und dem Obervinschgau. Das Tal ist eines der Bündener Südtäler und das einzige, in dem die Bevölkerung nicht italienisch spricht, sondern vielmehr rätoromanisch, die vierte Landessprache der Schweiz. Es liegt auf einer Höhe zwischen 2149 m am Ofenpaß und etwa 920 m bei Glurns im Vinschgau, wo der Talbach, der Rom - auf deutsch Rambach - in die Etsch mündet. Die Berge rund um das Tal erreichen Höhen bis über 3000 m. Sechs Dörfer liegen im Tal, eines auf einer sonnigen Terasse etwa 300 m darüber. Das unterste Dorf, Taufers, liegt bereits in Südtirol - also in Italien. Dort spricht man anders als im übrigen Tal, eine Tiroler Mundart. Die italienischen Namen in diesem Teil rühren aus der Geschichte nach dem ersten Weltkrieg, als Südtirol zu Italien kam und alle Orte, Berge und Gewässer auch italienische Namen erhielten, die sich im allgemeinen Sprachgebrauch aber nicht durchgesetzt haben. So sind dort alle Wanderwege und beispielsweise auch die meisten Gasthäuser deutsch beschildert. Einzig die amtlichen Verkehrszeichen sind zweisprachig und zeigen auch die italienischen Bezeichnungen.

Schon aus diesen Angaben ist zu sehen, daß sich hier Wandermöglichkeiten der verschiedensten Arten bieten. Von der einfachen Talwanderung bis zur anspruchsvollen Hochgebirgswanderung. Ich möchte im folgenden einige meiner Favoriten in diesem Gebiet und der näheren Umgebung beschreiben. Ich habe mich dabei nicht nur auf das eigentliche Tal beschränkt, sondern auch einmal über die umliegenden Berge geschaut. Liegt doch vor allem auch der Schweizer Nationalpark mit schönen Touren und herrlichen Wildbeobachtungsmöglichkeiten ganz in der Nähe. Das Schöne für einen Mittelgebirgswanderer wie mich ist es, daß man herrliche Wanderungen ohne Kletterausrüstung machen kann, und sich trotzdem häufig in Höhen über 2000 m, teilweise sogar 2500 m bewegt. Selbst Berge mit über 3000 m sind erreichbar ! Dies bedeutet natürlich nicht, daß man sich mit Halbschuhen oder ähnlichem auf den Weg machen kann.

Viel Spaß und herrliches Wetter auf diesen Wanderungen wünscht

*Carsten Wasow*

<b><u>Inhaltsverzeichnis - Verzeichnis der Touren:</u></b>	Seite
Vorwort	3
Inhaltsverzeichnis	4
Hinweise und allgemeine Tips	5
Die Markierung der Wanderwege	6
Informationen	7
Kartenempfehlungen	8
Buchempfehlungen	9
Romanisch - Die vierte Landessprache der Schweiz	9
<b>Tourenbeschreibungen</b>	ab 10
<b>I. Münstertal (einschließlich Südtiroler Teil)</b>	
1. Senda Val Müstair - Über allem wacht der Ortler	10
2. Senda Clastras - Auf dem Stundenweg von Kloster zu Kloster	12
3. Wie die Perlen an der Schnur - Talwanderung durch alle Dörfer des Tales	16
4. Durch das Tiroler Münstertal nach Glurns - Waale sind keine Fische	20
5. Alp Terza - Winterliche Panoramawanderung hoch über dem Münstertal	22
6. Tamangur - der Name klingt wie im Märchen	22
7. Zurück ins Münstertal - den Ortler im Blickfeld	24
8. Rund um den Minschuns - Zweimal über den Paß	26
9. Die Valbella-Runde: klein aber fein	27
10. Auf die Westseite des Ofenpasses - Zu den Weiden von Buffalora	28
11. Hoch über dem Ofenpaß - Blick von Il Jalet	30
12. Das Val Mora - Wo das Wasser in drei Richtungen fließt	31
<b>II. Umbrail - Stilfserjoch - Cancano</b>	
13. Der Lai da Rims - Ein Juwel in den Bergen	33
14. Die Rötlspitze - Mal eben ein Dreitausender	35
15. Durch das Val Costainas zur Alp Prasüra	36
16. Der Trafoier Höhenweg - Wo einmal die Soldaten froren	38
17. Der Piz Chavalatsch - Der östlichste Grenzstein der Schweiz	40
18. Signalkuppe - Im Banne der Gletscher	41
19. Monte Scorzuz - Der Feldherrnhügel am Stilfserjoch	43
20. Höhenwanderung zum Lago di Cancano - Vom Berg zum Stausee	44
21. Punta di Rims - Oben am Berg stand einsam ein Soldat	45
22. Passo di Fraéle - Auf Schmugglerpfaden ins Val Mora	49
<b>III. Nationalpark - Zernez</b>	
23. Munt la Schera - Vom Ortler bis zur Berninagruppe	51
24. Margunet - Wo die Geier kreisen	52
25. Alp Grimmel - Wo das Murmeltier pfeift	54
26. Alp Ivrainna - Schöne Aussichten auf Ortler und Engadin	55
27. Val Trupchun - Wo der Hirsch röhrt	57
<b>IV. Unterengadin - Vinschgau oberhalb von Mals - Oberes Gericht</b>	
28. Sesvennahütte - Zum Eingang einer wilden Schlucht	58
29. Uinaschlucht - Durch eine wilde Schlucht	60
30. Stiller See und wilder Bach – Von Tarasp in die Clemgiaschlucht	62
31. Val Sinestra - Das Tal der Holländer	63
32. Dreiländerstein - Wo sich Vinschgau, Engadin und Tiroler Oberland treffen	66
33. Die Zollburg am wilden Fluß – Zur Burg Altfinstermünz	69
Vom Engadin in den Vinschgau - Mehrtageswanderung durch den Nationalpark und das Münstertal	70
Winterwanern im Münstertal	80
weitere lohnende Wanderziele	81
Notizen	82

## **Hinweise und allgemeine Tips:**

Streckenwanderungen sind im allgemeinen viel attraktiver, als den gleichen Weg zurück zu müssen. Rundwanderungen, wie es sie in den Mittelgebirgen häufig gibt, sind im Hochgebirge oft nicht möglich. Deshalb macht es Sinn, die im Val Müstair in der Hauptsaison stündlich verkehrenden Postautos in die Tourenplanung mit einzubeziehen. Dies habe ich bei vielen der beschriebenen Wanderungen zugrundegelegt. Für diese Postautos im Unterengadin und im Münstertal gibt es günstige die Postauto-Ferienkarte Engiadina Bassa - Val Müstair, mit der man entweder an drei frei wählbaren Tagen innerhalb von sieben Tagen oder an sieben von 14 Tagen freie Fahrt auf der Rhätischen Bahn zwischen Zernez und Scuol, sowie auf dem Postbusnetz im Unterengadin zwischen Zernez und Samnaun sowie dem Münstertal - einschließlich der Fahrten nach Mals im Vinschgau - hat. Das 3-Tages-Ticket beispielsweise lohnt sich bereits bei einer Fahrt von Müstair über Zernez und Scuol nach S-charl, denn die Einzelfahrpreise der Postautos sind ohne das bei Schweizern sehr verbreitete Halbtax-Abo sehr hoch.

Im Südtiroler Vinschgau verkehren neben der Vinschgauerbahn von Meran nach Mals, die am 5. Mai 2005 ihren Betrieb aufgenommen hat, die Omnibusse der SAD z.B. von Mals in Richtung Reschenpaß oder Stilfserjoch. Für die Bahn und die Südtiroler Busse empfiehlt sich eine Wertkarte, die es für 5, 10 und 25 Euro zu kaufen gibt und bei der die Fahrpreise vom Busfahrer ähnlich wie bei einer Telefonkarte abgebucht werden. Die Einzelfahrpreise dieser Busse sind sehr günstig (etwa 7 bis 10 Cent pro km).

Seit dem 5. Mai 2005 hat Postauto Graubünden die Verbindung von Mals bis Müstair bis auf einen Frühkurs und die Schulfahrten von der SAD übernommen. Die Postautos verkehren als "Engadin-Meran-Route-Express" täglich im Zweistundentakt. Auf diesen Postautos gelten die Angebote wie die Postauto-Ferienkarte und das Halbtax-Abo bis nach Mals dafür werden aber die Südtiroler Wertkarten in diesen Bussen nicht anerkannt ! Die endgültige Tarifgestaltung für den Südtiroler Abschnitt steht derzeit (September 2006) noch nicht fest. Daher sind Fahrten von Mals bis Taufers momentan gratis, Fahrten aus Südtirol in die Schweiz sind aber durchgehend ab Einstiegshaltestelle zu den Schweizer Tarifen zu bezahlen. Die Südtiroler Fahrausweise gelten im Postauto nicht.

## Die Markierung der Wanderwege:

### In der Schweiz:

Die Wanderwege in der Schweiz sind nach einem landeseinheitlichen System gekennzeichnet. Dabei wird nach Wanderwegen, Bergwegen und Alpinen Routen unterschieden. Im Kanton Graubünden und damit auch im Münstertal zeichnen die BAW - Bündner Wanderwege für die Markierungen verantwortlich.

Die **gewöhnlichen Wanderwege** können ohne größere Ansprüche an Kondition und Ausrüstung begangen werden. Sie sind mit einer gelben Raute und gelben Wegweisern gekennzeichnet. Die **Bergwanderwege** sind überwiegend schmal und können exponiert sein. Sie stellen höhere Ansprüche an den Wanderer. Festes Schuhwerk mit griffigen Sohlen, geeignete Kleidung und Bergtüchtigkeit, sowie besondere Vorsicht sind Grundvoraussetzung für ihre Benutzung. Sie sind mit rot - weiß - roten Markierungen gekennzeichnet. Die gelben Wegweiser haben rot-weiß-rote Spitzen. So sind die meisten Wege im Münstertal markiert.

Die **alpinen Routen** unterscheiden sich in ihrer Markierung von den Bergwegen durch einen blauen anstelle des roten Streifens bei den Markierungen. Die Wegweiser sind ganz blau. Sie erfordern Kletterausrüstung. Doch solche Routen gibt es im Münstertal keine.

### In Südtirol und dem Veltlin:

Hier sind die Wanderwege in der Regel rot-weiß mit Nummern markiert. Aus der Markierung läßt sich dabei nicht ersehen, welche Ausrüstung notwendig ist.

## **Informationen und nützliche Adressen:**

**Turissem Val Müstair**, Chasa Cumünala, CH-7532 Tschiers

Tel.: (0041) 81 858 58 58, Fax.: (0041) 81 858 62 62

Internet: [www.val-muestair.ch](http://www.val-muestair.ch)

E-Mail: [info@val-muestair.ch](mailto:info@val-muestair.ch)

**Graubünden-Ferien**, Alexanderstrasse 24, CH-7001 Chur

Tel.: (0041) 81 254 24 24, Fax.: (0041) 81 254 24 00

Internet: [www.graubuenden.ch](http://www.graubuenden.ch)

E-Mail: [contact@graubuenden.ch](mailto:contact@graubuenden.ch)

**BAW - Bündner Wanderwege**, Geschäftsstelle: Kornplatz 12, CH-7000 Chur

Tel.: (0041) 81 258 34 00, Fax.: (0041) 81 258 34 01

Internet: [www.buendnerwanderwege.ch](http://www.buendnerwanderwege.ch)

E-Mail: [info@buendnerwanderwege.ch](mailto:info@buendnerwanderwege.ch)

**PostAuto Schweiz AG**, Region Graubünden,

Geschäftsstelle Engadin / Scuol, 7550 Scuol

Tel.: (0041) 81 864 16 83, Fax: (0041) 81 864 91 48

Internet: [www.postauto.ch/graubuenden](http://www.postauto.ch/graubuenden)

E-Mail: [graubuenden@postauto.ch](mailto:graubuenden@postauto.ch)

**Südtiroler Autobusdienste** (SAD-Nahverkehr AG),

Informationsbüro: Italienallee 13/N, I- 39100 Bozen

Tel.: (0039) 0471 45 01 11, Fax: (0039) 0471 45 02 96

Nur innerhalb von Italien:

Infotelefon (Montag - Samstag von 7.30 - 20.00 Uhr: 840 000 471 (6,56 ct pro Anruf)

Internet: [www.sad.it](http://www.sad.it) E-Mail: [info@sad.it](mailto:info@sad.it)

**Automobilistica Perego s.p.a** I-23030 Tirano, Piazza Stazione, 3

Tel.: (0039) 0342 70 12 00, Fax: (0039) 0342 70 44 00

- Autostazione I-23032 Bormio: Tel.: (0039) 0342 90 50 90

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

E-Mail : [info@busperego.com](mailto:info@busperego.com)

Diese Seite ist in italienischer Sprache !

Neben etlichen Hotels und Gasthöfen mit Fremdenzimmern gibt es im Tal, genauer gesagt in Sta. Maria auch eine **Jugendherberge**:

Jugendherberge Sta. Maria im Münstertal, Chasa Plaz, 7536 Sta. Maria,

Tel.: (0041) 81 858 56 61, Fax (0041) 858 54 96,

Internet: [www.youthhostel.ch/sta.maria](http://www.youthhostel.ch/sta.maria)

E-Mail: [sta.maria@youthhostel.ch](mailto:sta.maria@youthhostel.ch)

## Kartenempfehlungen:

### In der Schweiz:

Hier eignen sich besonders die Landeskarten der *Schweizer Landestopographie* (Internet: [www.swisstopo.ch](http://www.swisstopo.ch)):

Maßstab 1 : 25.000 (ohne Wanderwegeindruck)

	1179 Samnaun	
	1199 Scuol	1199 bis Piz Lad
1218 Zernez	1219 S-charl	1219 bis Glorencia / Glurns
1238 Piz Quattervals	1239 Sta. Maria	1239 bis Müstair

Maßstab 1 : 50.000 (ohne Wanderwegeindruck)

249 Tarasp	249 bis Nauders
259 Ofenpass (Pass dal Fuorn)	259 bis Glorencia / Glurns
269 Berninapass	
5017 Kartenzusammensetzung Unterengadin	

(mit Wanderwegeindruck)

249 T Tarasp - (für die Wanderungen im Raum Scuol)
259 T Ofenpass (Pass dal Fuorn) - mit Wanderwegeindruck

Auf der Grundlage der Landeskarte 1 : 50.000 entstand auch die im Jahre 2005 neu erschienene Wanderkarte des Tourismusvereins Val Müstair mit Wandervorschlägen und einer Marschzeitgrafik. Sie ist bei den Tourismusbüros im Münstertal erhältlich.

Wanderkartenspezialist der privaten Kartenverlage in der Schweiz ist der *Verlag Kümmerly & Frey* (Internet: [www.swisstravelcenter.ch](http://www.swisstravelcenter.ch)):

Nr. 14 Unterengadin (1 : 60.000)
Nr. 313 Parc Naziunal Svizzer (1 : 45.000)

### In Italien:

Die Die Landeskarten der Schweiz reichen nach Osten teilweise recht weit nach Südtirol hinein. Zu nennen sind hier die Blätter 1199 bis, 1219 bis und 1239 bis (1 : 25.000), sowie insbesondere die Karten 1 : 50.000, Blätter 249 bis und 259 bis. Alle diese Karten haben keinen Wanderwegeindruck. Das Blatt 269 (1 : 50.000) umfaßt auch nach Süden (Bormio) viel italienisches Gebiet. Einzig im direkten Bereich des Stilfserjochs (Passo dello Stelvio) enden die Schweizer Karten praktisch direkt an der Grenze, der Paß selbst ist auf einer Überzeichnung im Kartenrahmen der Blätter 1239 bis (1 : 25.000) und 259 bis (1 : 50.000) enthalten.

Italienische topographische Karten sind schwer zu bekommen, oft relativ alt und trotzdem ziemlich teuer. Sie zeigen auch in Südtirol in der Regel nur die ungebräuchlichen italienischen Bezeichnungen ! Daher muß man meist auf die Karten privater Verlage zurückgreifen:

*Casa Editrice Tabacco* (1 : 25.000) (Internet: [www.tabaccoeditrice.com](http://www.tabaccoeditrice.com)):

Diese für Südtirol sehr empfehlenswerten Karten basieren auf der italienischen Topographischen Karte 1 : 25.000, wurden aber durch Informationen der Forstverwaltung aktualisiert, so daß das Wegenetz ziemlich aktuell ist. Sie enthalten außerdem das in Südtirol gebräuchliche deutschsprachige Namensgut.

Tabacco Blatt 08 Ortlergebiet (1 : 25.000) ( <i>wurde 2005 im Blattschnitt nach Westen verschoben und reicht jetzt bis Bormio !</i> )
Tabacco Blatt 043 Vinschgauer Oberland (1 : 25.000)
Tabacco Blatt 044 Vinschgau - Sesvenna (1 : 25.000)

*Kompass-Wanderkarten* (1 : 50.000) (Internet: [www.kompass.at](http://www.kompass.at)):

Kompass-Wanderkarte 52 Vinschgau (1: 50.000) ( <i>diese Karte ist auch als "Digitale Outdoorkarte" auf CD-ROM erhältlich !</i> )
Kompass-Wanderkarte 072 Nationalpark Stilfserjoch (1: 50.000)

## Buchempfehlungen:

Der *Verlag Terra Grischuna* hat in seinem Angebot Wanderführer und die Ferien- und Freizeitbücher über alle Regionen Graubündens. Für die Region Münstertal sind hier zu nennen:

**BAW-Wanderführer Unterengadin** (*Wandervorschläge auch für außerhalb des Münstertals*).

Bündner Wanderführer Band 4 der BAW Bündner Wanderwege. 118 Seiten, 42 Fotos, GR-Karte, Routenkärtchen. Taschenbuch.

ISBN 3-7298-1134-8 (derzeit vergriffen, Neuauflage geplant).

**Ferien- und Freizeitbuch Band 15 Val Müstair:**

(*Viele Geschichten und weiterführende Informationen über das Tal.*)

Paul E. Müller

Ferien- und Freizeitbuch Band 15

1989, 96 Seiten, 54 Abb., 18,5 x 12,5 cm, Taschenbuch.

ISBN 3-7298-1115-0

## Romanisch - die vierte Landessprache der Schweiz

Das Münstertal gehört zu den Tälern Graubündens, in denen die vierte Landessprache der Schweiz, das **Bündnerromanische**, gesprochen wird.

Das Bündnerromanische ist eine der drei rätoromanischen Sprachen, die anderen sind Dolomitenladinisch und Friaulisch, die beide in Italien gesprochen werden. Das Bündnerromanische (oft schlicht als Rätoromanisch, in der Schweiz meist nur als Romanisch bezeichnet) gliedert sich wieder in fünf Großdialekte, von West nach Ost: Surselvisch (Sursilvan), Sutselvisch (Sutsilvan), Surmiranisch, Oberengadinisch (Putér) und Unterengadinisch (Vallader). Sutselvisch und Surmiranisch werden als Mittelbündnerisch zusammengefasst, Putér und Vallader als Engadinisch oder Ladinisch. Jeder dieser Dialekte hat seine eigene Schriftsprache.

Seit 1982 wird versucht, die fünf geschriebenen Idiome von Romanischbünden in der Standardsprache Rumantsch Grischun zu vereinigen.

### Romanische Flurnamen

Im Münstertal wird Vallader gesprochen. Dies zeigt sich natürlich auch an den Orts- und Flurnamen. Die folgenden Namen werden Ihnen auf den Wanderungen immer wieder begegnen. Hier finden Sie Ihre Bedeutung.

aua – Wasser

aual – Bach

chaldera – Kessel

cuvel – Höhle

döss – Hügel

funtauna – Quelle

fuorcla – Bergjoch

god – Wald

lai – See

muglin – Mühle

munt – Berg

pas-ch – Weide

piz – Bergspitze

plaun – kleine Ebenen

pra – Wiese

punt – Brücke

sass – Stein

sella – Sattel

senda – Pfad

tshierv – Hirsch

via – Straße

## Tourenbeschreibungen:

### I. Münstertal (einschließlich Südtiroler Teil)

#### 1. Senda Val Müstair - Über allem wacht der Ortler.

Unter diesem Namen verbirgt sich eine herrliche Panoramawanderung auf der Sonnenseite des Tales. Dazu fährt man mit dem Postauto bis Süsom Givè auf dem Ofenpaß (Pass dal Fuorn) (2149 m). Dort beginnt der Senda Val Müstair. Er führt anfangs auf einem Fußweg durch den Wald. Nach einer Weile trifft er auf einen Fahrweg, der auf einer Grasebene, der Plaun da l'Aua (2190 m) verläuft. Nach etwa einer Stunde ist die Alp da Munt (2213 m) erreicht.

Der Wanderweg verläuft an sich mit schönem Blick ins Tal, der aber durch die Einzäunungen hinter denen sich massive Lawinengebäude befinden, etwas beeinträchtigt ist. Wo der breite Weg endet, halten wir uns links, wandern bald ein kurzes Stück direkt am Abhang entlang und kommen dann zur Ebene von Juata mit einem idyllischen Bergseelein Lai da Juata verläuft. Hier ist mit etwa 2260 m die höchste Stelle unserer Wanderung.

Wir umrunden den Minschuns - den Skiberg des Münstertales - einen grasbewachsenen Berg mit einer Funkantenne oben drauf - auf seiner Südseite. Bald beginnt der Abstieg zur 200 Meter tiefer gelegenen Alp Champatsch (2087 m). Es ist eine neue Alp, die alte stand auf der anderen Talseite und wurde vor etlichen Jahren Stein für Stein abgebaut und steht heute im Freilichtmuseum Ballenberg bei Brienz im Kanton Bern.

Nun beginnt ein Fahrweg, der uns langsam abwärts vorbei am Häuschen Lü-Daint nach Lü bringt. Schön ist der Blick über das Dorf. Ganz im Hintergrund thront über der Szenerie die weiße Bergspitze des Ortlers.

Lü ist das kleinste Dorf des Münstertales mit nur knapp 60 Einwohnern und ist stolz mit einer Höhe von 1920 m die höchstgelegene politische Gemeinde Europas zu sein. Wie ein Modelleisenbahndorf (es fehlt eigentlich nur der Bahnhof) liegt es auf einer Sonnenterrasse über dem Tal.

Am Ortsende verlassen wir die Straße nach links und steigen wieder etwas an und gelangen durch den Wald nach Urschai (2012 m). Unterhalb der Alp Sot vorbei gelangen wir nach Craistas (1877 m), einem Weiler, der zur Gemeinde Valchava gehört. Nun wandern wir auf dem Sträßchen, das die einzelnen Weiler hier auf der Höhe über dem Tal miteinander verbindet. In langen Schleifen führt der Weg hinab und vorbei am Hof Büglios.

Etwa in Höhe von Sta. Maria ändert das Val Müstair seine Richtung und schwenkt aus einer südöstlichen in eine nordöstliche um. Dementsprechend ändert sich nun auch die Aussicht. Nun kann man auch das untere Tal bis hinein in den Südtiroler Vinschgau überschauen.

Bald erreichen wir Pütschai (1521 m). Hier verläßt der Senda Val Müstair die Straße und führt vorbei am Hof Tschennet an den Rand eines Waldstreifens, durch den der Bergbach Vallatscha steil hinab fließt. Am Bach entlang steigen wir wiederum einige Meter hinab bis Pizzet (1414 m), dann schickt uns der Wanderweg am Hang unterhalb des Waldrandes entlang des "Aual sura" (oberer Wassergraben) auf einem leicht abfallenden Fußweg bis oberhalb von Müstair, dem letzten Ort auf Schweizer Boden.

Nun gehen wir hinab in den Ort, den wir am Westrand erreichen, und dann ins Zentrum der größten Gemeinde des Tales, die anders als die anderen Talorte überwiegend katholisch ist. Am östlichen Ortsausgang befindet sich das Kloster St. Johann (Son Jon), das aus karolingischer Zeit stammt. Die Postautohaltestellen in Müstair (1247 m) befinden sich beim Ghs. Liun, bei der Post und am Parkplatz beim Kloster.

Als logische Fortsetzung dieser Wanderung auf dem Senda Val Müstair bietet sich eine schöne und genauso aussichtsreiche Tour auf dem Stundenweg (Wanderung Nr. 2) vom Kloster St. Johann in Müstair bis zum Kloster Marienberg bei Burgeis an. Wer jedoch nicht mehr so hoch hinauf möchte kann aber auch die Wanderung (Nr. 4) durch das Tal bis in das kleine Städtchen Glurns wählen.

**Wanderzeit :** etwa 6 Stunden (20 km).

**Höhenunterschiede :** Anstieg etwa 200 m, Abstieg etwa 1000 m.

**Höchste Stelle :** beim Lai da Juata (2260 m).

**Einkehrmöglichkeiten unterwegs :** Lü.

**Parkmöglichkeiten :** entweder in Müstair beim Kloster oder auf der Paßhöhe am Ofenpaß.

## 2. Senda Clastras – Auf dem Stundenweg von Kloster zu Kloster.

Seit dem Sommer 2006 gibt es im Münstertal einen neuen Wanderweg: Grenzüberschreitend verbindet der Stundenweg die beiden Klöster St. Johann in Müstair und Marienberg bei Burgeis. Mehr noch als Wanderung Nr. 4, die unten im Talgrund bleibt ist der Stundenweg die Fortsetzung des Senda Val Müstair, denn er verläuft genauso sehr aussichtsreich und hoch über dem Münstertal. Wegen ihres stetigen Auf- und Ab ist die Route durchaus anspruchsvoll und recht anstrengend. Dafür wird der aufmerksame Wanderer interessante Kultur- und Naturdenkmäler entdecken und einmalige Aussichten auf den Südtiroler Teil des Tales genießen können. Eines sei im Vorhinein auch gesagt: Die auf den Wegweisern angegebene Wanderzeit zum Kloster Marienberg von 5 Stunden 10 Minuten ist für einen Normalwanderer praktisch nicht mehr zu schaffen. Das bei den Tourismusbüros erhältliche Faltblatt nennt hier realistische 6 bis 8 Stunden.

Wir starten unsere Wanderung beim Parkplatz vor dem Kloster Son Jon (St. Johann) in Müstair und gehen zunächst noch ortseinwärts, doch halten wir uns gleich bei der nächsten Möglichkeit rechts, denn am Plaz Grond beginnt der Stundenweg. Wir wandern das Gäßchen "Döss" hinauf, biegen danach wiederum rechts gleich in die "Via Fradesch" ein. Hier erläutert uns Tafel 1 die Sprachen.

Gleich darauf wiederum rechts verlassen wir bei der "Chasa Döss At" den Ort und wandern langsam ansteigend in die Wiesen. Tafel 2 erzählt über das Kloster Son Jon. Bei der Verzweigung an einer Bank, wo links der Schweizer Wanderweg in Richtung "Ruinscha" abzweigt, halten wir uns rechts. Die nächste Abzweigung in Richtung Cunfin (Grenze) ignorieren wir und steigen noch etwas weiter bergauf. In einiger Entfernung sehen wir die Burgruine Rotund oberhalb von Taufers, zu der wir noch kommen werden. Bald nachdem wir eine markante Lärchengruppe passiert und einen Graben überquert haben, zeigt der Wegweiser des Stundenweges nach rechts zu einer Hecke, an der entlang uns ein neu angelegter Fußweg über die Grenze bringt, von der die dortige Tafel 3 berichtet. Nun sind wir in Italien und kommen entlang einer Hecke rasch zum Valgarolabach, den wir auf einer Holzbrücke überqueren. Nun wandern wir zwischen Hecken hindurch und müssen dort, wo die betonierten Fahrspuren beginnen bei einem Rastplatz nach links und gelangen vorbei an einem Spielplatz zu einem Teerweg, dem wir nach rechts zur alten Venezianersäge folgen, die mit Kurbelwellen und Pleuelstangen vom Wasser angetrieben wird, was uns die vierte Tafel erklärt.

Dort halten wir uns rechts, gehen aber nicht auf der Straße, sondern in den Fußweg, der den Hang hinaufführt. Kurz ansteigend, dann haben wir den ehemaligen Tschanel-Waal erreicht, mit dessen Hilfe früher die Wiesen bewässert wurden. Wir wandern durch den mit Heidevegetation bewachsenen steilen Sonnenhang. Aber leider ist das Vergnügen nur kurz, denn rasch sind wir in einem kleinen Waldstück. Wo uns Tafel 5 die Waalwege erläutert kreuzen wir einen Wirtschaftsweg und gehen durch Wiesen dem gegenüberliegenden Wald zu.

Dort kommen wir zu einem von Taufers heraufführenden Teerweg, den wir um wenige Schritte nach links versetzt kreuzen gehen wir bald am Zaun einer Pferdekoppel entlang um kurz darauf links zwischen der Pferdekoppel und einem Waldzaun wieder etwas ansteigen, ignorieren dabei den Abzweig des besseren Weges nach links und folgen nun dem Wegweiser nach rechts über den Überstieg weiter bergauf. Tief unter uns liegt Taufers. Stetig steigend wandern wir auf dem herrlichen Pfad durch den Steilhang, wo die Heidevegetation bereits stark von Wald- und Buschwerk zurückgedrängt wurde. Nach einem zweiten Überstieg erreichen wir den Aussichtspunkt Dreiangel (1415 m) mit einem schönen Blick zurück nach Müstair.

Nun geht es im Wald wieder abwärts und erreichen kurz vor dem Waldrand die Höfstraße, die uns rasch zum Baustadelhof bringt. Davor erzählt Tafel 6 über die beiden Burgruinen Reichenberg und die etwa 130 Meter über uns befindliche Ruine Rotund. Deshalb steigen wir nun beim Hof steil nach links hinauf, zuerst ignorieren wir die Abzweigung zur Ruine Reichenberg, dann schickt uns der Weg nach rechts über den Bach und nach wenigen steilen Metern lädt eine Bank zum Verschnaufen ein und wir schauen auf zwei tief unter uns liegende Kirchen, nämlich die große Kirche St. Blasius und links dahinter an der Staatsstraße die kleine romanische Kirche St. Johann, von der uns die siebte Tafel berichtet. Rechts oberhalb der beiden Kirchen liegt etwas versteckt das Kirchlein St. Martin. Noch weiter bergauf, dann erreichen wir den Schloßhof und die rechts daneben liegende Ruine Rotund (1509 m).

Zwischen Hof und Kreuz wandern wir nicht auf die Teerstraße, sondern auf die Lärche zu. Nun beginnt der genußreiche Teil der Wanderung, denn mit schönen Blicken - bald auch hinaus ins Etschtal - laufen wir

auf dem fast ebenen Weg dahin. Tafel 8 erklärt die Hecken, dann geht es zunächst an einem Weidezaun entlang. Der Weg fällt etwas ab und führt uns bald durch lichte Lärchenbestände zur Tafel 9 über das Münstertal. Vorbei an einer Bank geht es in den Wald und bergab. Wir kommen an einen vom Tal heraufkommenden Fahrweg. Nun beginnt der Gegenanstieg, der uns durch den Wald und teils auch durch Geröll mit Blick auf die zu Taufers gehörende Fraktion Rifair führt. Einige Minuten nach einer weiteren Bank durchqueren wir felsiges Gelände. Etwa 500 Meter unter uns befindet sich das Tal. Vorbei an einem Brunnen kommen wir zu einer Bank, wo uns die zehnte Tafel über den Lärchenschutzwald berichtet und schon wandern wir durch ein steiniges Waldstück und bald durch eine etwas ausgesetzte Passage und wenig später steigen wir im Zickzack durch felsiges Gelände zu einer Bank hinauf. Hier haben wir mit etwa 1550 m die höchste Stelle unseres Weges erreicht. Tafel 11 erläutert uns die Vogelwelten. Nun geht es im Wald wieder bergab. Nochmals passieren wir eine gesicherte Passage mit schönem Blick auf das im Etschtal liegende Glurns, das älteste Städtchen Tirols, das noch heute rund herum von einer Staumauer umringt ist. Am Hang sehen wir in einiger Entfernung die Lowareihütte. In einem Waldstück philosophiert die zwölfte Tafel über die Mitte des Tages. Durch von Schafen beweidetes Buschland nähern wir uns der hoch über Laatsch liegenden kleinen Hütte, die wir vorbei an einem Brunnen und dem Abzweig zur Calvenbrücke bald erreichen.

Kurz hinter der Lowareihütte (1423 m) erzählt Tafel 13 von der Schlacht an der Calven, die im Jahre 1499 blutig tobte. Wir wandern weiterhin hoch über dem Tal auf dem Sonnenhang, wo kurz nacheinander die Tafeln 14 über Schmetterlinge, 15 über die frühzeitliche Besiedlung des Tartscher Bichls und der Ganglegg, 16 über die alte Stadt Glurns und 17 über Gewinn und Verluste berichten. Wir genießen aber auch den herrlichen Blick auf Glurns, Mals und den südlich davon liegenden Tartscher Bichl mit seiner Kirche.

Wieder im Wald gelangen wandern wir steil bergab zu einer Forststraße, der wir nach rechts folgen. In einer Kehre schwenken wir wieder in die ursprüngliche Richtung ein und kurz darauf in der zweiten Kehre verlassen wir sie aber schon wieder, denn auf ihr kann man nach Laatsch hinabsteigen. Wir aber gehen geradeaus weiter und freuen uns über einen weichen Waldweg, der eben am Hang entlangzieht. Tafel 18 erzählt uns von der Via Claudia Augusta, jener alten Römerstraße, die von Donauwörth über den Reschenpaß und den Vinschgau nach Norditalien führte.

Kurz nach einer Schranke steigt der Weg etwas an, dann zeigt der Wegweiser des Stundenweges nach links.

*Hier kann man nach rechts über den Wanderweg Nr. 10A in einer halben Stunde nach Schleis gelangen, wohin dieser Weg steil hinab mit Blick auf Burgeis zu einer Höfestraße führt, der man nach rechts hinab vorbei am Kapellchen St. Martin und unten dann links über eine Brücke über den Melzbach, an dem es zuvor ein paar Minuten entlang ging in den kleinen Ort Schleis (1070 m) gelangt. Hier fährt in der Ortsmitte an Werktagen alle 2 Stunden der gelbe Citybus der SAD nach Mals.*

Der Stundenweg führt also von dieser Abzweigung nach links zunächst wieder recht steil am Rand einer Lichtung bergauf. Wo der Weg flacher wird, lädt hinter einem Weidezaun eine Sitzgruppe zu einer Verschnaufpause ein und langsamer steigend führt unser Weg zurück in den Wald. Auf der gegenüberliegenden Talseite sehen wir hoch am Hang die Fraktionen Prämajur und Röfen. Kurz darauf treffen wir auf eine Forststraße, die uns zunächst weiter steigend ins Schliniger Tal hineinführt. Und nach weiteren etwa 5 Minuten folgen wir an der nächsten Weggabel unserem Wegweiser nach rechts und gehen bergab. Am Waldrand erklärt uns Tafel 19 über Brot und Armut und das Schicksal der Schwabenkinder auf. Eine Bank mit schöner Aussicht auf den Polsterhof und über die Malser Heide ins Planeital lädt zur Rast.

Im weiteren Abstieg schauen wir ins Schliniger Tal hinein und sehen im Hintergrund den Piz Sesvenna. Bald darauf erreichen wir eine Kehre der von Schleis heraufführenden Höfestraße und gehen hier nach links kurz durch den Wald weiter. Anfangs langsam steigend wandern wir durch die Wiesen vorbei an unzähligen Heuhütten. Dann steigt unser Weg wieder recht kräftig an. Wir ignorieren einen Abzweig in die Wiese und nach einer ganzen Weile kommen wir aus dem Wald heraus und sehen, daß der Polsterhof inzwischen recht tief unter uns liegt. Wieder im Wald kommen wir bald darauf zu einer Wegkreuzung, wo unser Stundenweg nach rechts hinab. Unterhalb hören wir das Tosen des Melzbaches. Die Tafel 20 spricht über Wald und Ewigkeit und schon haben wir die ehemalige Klostersäge erreicht. Das Gebäude ist mittlerweile in Privatbesitz. Nun überqueren wir den rauschenden Bach und gehen drauf der anderen Talseite nach rechts weiter. Links führt der Wanderweg übrigens in einer dreiviertel Stunde nach Schlinig.

Das Verschlei-Forststräßchen ist ein schöner Waldweg, der uns nach einem kurzen Anstieg durch den Lärchenwald führt. Den Abzweig bei einer Bank ignorieren wir und wandern auf unserem Weg weiter. Nach einer Weile kommen wir aus dem Wald heraus und haben einen herrlichen Blick über den Polsterhof hinaus auf Mals und Schluderns mit der dahinterliegenden Churburg. Kurz darauf berichtet Tafel 21 über die Bunker aus dem 2. Weltkrieg, die man in der Umgebung von Mals im Tal häufig sehen kann. Mit immer neuen Ausblicken in den Vinschgau marschieren wir dahin und verlieren langsam an Höhe. Durch die Bäume hindurch sehen wir tief unter uns das Dorf Schleis liegen und bald darauf führt unser gut begehbarer Weg durch felsiges Gelände. Tafel 22 philosophiert über den Stundenweg. Inzwischen haben wir die Richtung gewechselt und schauen taleinwärts in das Planeital hinein, wo das Dörfchen wie ein Adlerhorst am Hang klebt. Wald und offenes Gelände wechseln sich ab und nach einer Schranke stehen wir unvermittelt vor der Kapelle St. Stephan aus der das Kloster Marienberg hervorging, wie uns die Tafel 23 über das Kloster hier erläutert. Unter einem großen Baum zweigt der erste Weg nach Burgeis ab, doch bleiben wir auf unserem Weg und gehen weiter über die Straße nach Schlinig und gehen dann auf einem Wiesenweg oberhalb davon weiter und stehen wenig später unvermittelt vor der wuchtigen weißen Abtei. Hier endet unser Stundenweg. Wir gehen nun weiter durch das Tor in den Hof des Klosters Marienberg.

Für den Abstieg nach Burgeis verlassen wir die Anlage auf der anderen Seite durch das Tor und gehen mit dem Wanderweg Nr. 2 über den Marienbergerbach und danach rechts hinab. Nach ein paar Minuten schickt uns ein Wegweiser vor einem Bildstock nach rechts in einen Pfad, der steil hinab durch den Wald führt. Auf einer Forststraße gehen wir nach rechts zur Straße und dort bei der Heiligkreuzkapelle aus dem 17. Jahrhundert links hinab. Rasch erreichen wir das Ortsschild von Burgeis und gehen geradewegs vorbei an der Schule und der Bank in die Ortsmitte zum Tourismusbüro und zur Sennerei, wo an Werktagen jede Stunde der gelbe Citybus der SAD nach Mals zum Bahnhof fährt.

**Wanderzeit** : einfacher Weg etwa 6 bis 8 Stunden (18 km). Nach Burgeis zusätzlich 20 Min. (1 km).

**Höhenunterschiede** : Auf- und Abstieg jeweils etwa 700 m.

**Höchste Stelle** : Südhang des Tellakopfes (1550 m).

**Einkehrmöglichkeiten unterwegs** : keine !.

**Parkmöglichkeiten** : in Müstair beim Kloster, Rückfahrt mit dem Linienbus.

**Wichtig** : Für den Grenzübergang sind gültige Ausweispapiere mitzuführen !

### 3. Wie die Perlen an der Schnur - Talwanderung durch alle Dörfer des Tales.

Die einzige Route im Münstertal, die mit der gelben Raute für gewöhnliche Wanderwege markiert ist, ist der Talwanderweg. Er eignet sich daher auch gut, um sich an das Tal und sein Klima zu gewöhnen. Der Talabschnitt beginnt in Tschierv und führt hinab bis Müstair. Der Weg kann aber auch etwas verlängert werden, in dem man bereits in Lü beginnt.

Das kleine Postauto bringt uns von Fuldera hinauf in die höchstgelegene politische Gemeinde Europas, wie sich der kleine Ort stolz bezeichnet. Etwa 60 Einwohner leben hier auf einer Höhe von 1920 m auf einer Sonnenterasse über dem Münstertal und im tiefergelegenen Weiler Lüsai. Von der Bushaltestelle gehen wir zunächst zurück bis zum Ortsausgang. Hier beginnt nach rechts der Wanderweg nach Tschierv. Zunächst schickt er uns zwar in Richtung Ofenpaß. Doch durch die Wiesen geht es ständig bergab. Bald sind wir im Wald. Nach einer Weile beschreibt unser Weg, der übrigens im Winter bei entsprechender Schneelage als Schlittenbahn benutzt wird eine Doppelschleife, schwenkt später in den Tobel der Aua da Laidir, die von der Alp Champatsch hinabfließt, ein und führt dann weiter bergab. Nach einem kurzen Gegenanstieg verlassen wir den Wald und erreichen wenig später die ersten Häuser von Tschierv (1660 m), genauer gesagt dem Ortsteil Chasuras.

Wir halten uns links und kommen dann rasch zum kleinen Kirchlein, dort wo die Ofenpaßstraße eine S-Kurve macht. Nun wandern wir für etwa 10 Minuten auf einem eigenen Gehweg entlang der Straße. Wo diese erneut den Rombach überquert, bleiben wir auf unserer Bachseite und nehmen den Schotterweg, der am rechten Talrand verläuft. Dieser Weg war übrigens bis Anfang der Siebziger Jahre die Ofenpaßstraße.

Sie bringt uns nach einer ganzen Weile zunächst nach Fuldera-Daint und nach Durchwandern eines kurzen Wäldchens nach Fuldera (1638 m).

## - Schöne Touren im und um das Val Müstair -

Gleich, noch bevor die Zufahrt von der Ofenpaßstraße ins Dorf einmündet, müssen wir nach rechts etwas bergauf und wir wandern am oberen Rand des Dorfes weiter. Später geht es geradewegs in den Wald.

Immer in Waldrandnähe steigt unser Weg bald an und schwenkt später nach rechts um. Noch etwas bergauf, dann überqueren wir auf einem Steg eine Wildbachverbauung über das Val da l'Arche Gronda. Danach schwenkt der Weg nach links um und führt kräftig bergab. Nach mehreren Richtungswechseln erreichen wir etliche Meter tiefer die Forststraße, die hinauf ins Val Vau und weiter ins Val Mora führt.

Wir gehen etwa 200 Meter nach links auf dieser Straße vorbei an einer Jagdhütte und einem neuen Wasserbehälter, dann schickt uns der gelbe Wegweiser anfangs auf einem Pfad, dann aber bald über einen geteerten Flurbereinigungsweg geradewegs hinab nach Valchava (1412 m).

Dieser Ort beherbergt übrigens das Talmuseum "Chasa Jaura". Zunächst links in den Ort, dann rechts auf der Dorfstraße wieder ortsauwärts erreichen wir bei der "Usteria Lai da Rims" die Ofenpaßstraße.

Auf einem Gehweg wandern wir nun entlang der Straße in einer Viertelstunde nach Sta. Maria (1375 m). Nachdem wir unterhalb der Kirche den Muraunzinabach überquert haben, gehen wir noch 100 Meter auf der hier sehr engen Dorfstraße, dann geht es bei der Jugendherberge links hinab zum Rombach und zur Mühle.

Wir passieren das ausgestellte Wasserrad des Gemeindegewerkes aus dem Jahr 1936, dann überqueren wir den Bach.

Wer die Fahrstraße von Valchava nach Sta. Maria vermeiden will, verläßt den Flurbereinigungsweg oberhalb von Valchava etwa 10 Minuten nach seinem Beginn nach links, kommt an der Kurve oberhalb des Ortes an die Ofenpaßstraße, geht dann geradewegs für 100 Meter auf der Straße bergab und beim Wegweiser "Museum" rechts in den Ort. Nochmals 200 m weiter - vor dem Brunnen auf der linken Straßenseite - wiederum nach links, nochmals über die Ofenpaßstraße und danach über den Rombach. Noch etwas auf dem Teerweg weiter, dann zeigt vor einer Brücke der "Grütli-Waldpfad" nach rechts hinab. Gleich darauf über den Bach führt der idyllische Pfad bald ans Ufer des Rombaches hinab. Anfangs direkt am Ufer, nach dem Steg und einer Rastbank ein Stück weit etwas exponiert am Hang entlang erreicht man so bald ebenfalls die Holzbrücke unterhalb von Sta. Maria, läßt aber dann dieses interessante Dorf aus.

Nach der Brücke gehen wir auf der in Fließrichtung linken Seite des Rombaches auf dem Teersträßchen kurz wieder etwas bergauf, dann verzweigt es sich. Wir entscheiden uns für den rechten - ebenen - Weg, der uns durch die Wiesen führt. Wir passieren einen Gedenkstein, der an die Flurbereinigungen erinnert und kommen nach einer ganzen Weile an den Ortsrand von Müstair (1247 m), dem untersten und zugleich größten Dorf des schweizerischen Teils des Münstertales. Beim Gasthaus Liun befindet sich eine Bushaltestelle, das berühmte Kloster St. Johann (Son Jon) befindet sich aber am anderen Ende des Dorfes.

Der Talwanderweg führt aber noch ein Stück weiter. Beim Brunnen vor dem Kloster geht es nach links. Wir steigen bergauf, folgen dabei dem markierten Wanderweg Richtung Sotrivass und Cunfin (Grenze). Während der Stundenweg und auch die Talwanderung nach Glurns hier noch etwas weiter hinauf führen, schickt uns nach etwa 10 Minuten ein gelber Wegweiser nach rechts eben weiter. An einer Hecke, die gleichzeitig die Grenze nach Italien bildet dreht er rechts ab und führt hinab bis zum Zollamt (1248 m). Dort ist er dann aber endgültig zu Ende. Die nächste Haltestelle für den Bus in die anderen Dörfer befindet sich übrigens neuerdings direkt an der Grenze gegenüber den beiden Tankstellen.

Hinter der Grenze - bereits in Südtirol liegt die unterste Talgemeinde, Taufers. Sie wird überragt von den Burgen Reichenstein und Rotund, zu der wir auf dem Stundenweg gelangen können.

Als Fortsetzung dieser Wanderung bietet sich ab dem Kloster St. Johann eine schöne Tour hinab durch den Südtiroler Teil des Münstertales bis in das kleine Städtchen Glurns an (Wanderung Nr. 4).

**Wanderzeit** : etwa 4 1/2 Stunden (16 km), zur Grenze und zurück etwa 3 km mehr.

**Höhenunterschiede** : Aufstieg: insgesamt etwa 100 m, Abstieg: etwa 750 m.

**Höchste Stelle** : Lü (1920 m).

**Einkehrmöglichkeiten unterwegs** : in allen Dörfern.

**Parkmöglichkeiten** : in Müstair beim Kloster.

### 4. Durch das Tiroler Münstertal nach Glurns - Waale sind hier keine Fische.

## - Schöne Touren im und um das Val Müstair -

Diese Wanderung ist praktisch die Fortsetzung der Talwanderung durch das Münstertal (Wanderung Nr. 3). Wir starten deshalb in Müstair (1247 m) am Parkplatz beim Kloster, gehen dann wenige Schritte ortseinwärts und hinter der Anlage nach rechts. Wir steigen bergauf, folgen dabei dem Stundenweg. Nach etwa 10 Minuten zweigt der Wanderweg Richtung Sotrivass und Cunfin (Grenze) nach rechts von unserem Weg ab. Wir aber wandern weiter bergauf. Bei einer großen Lärche kreuzt ein Graben unseren Weg und kurz danach zweigt ein weiterer Weg nach rechts ab. Diesem folgt der Stundenweg und wir haben nach gut 100 Metern unbemerkt die Grenze nach Italien überschritten.

Auf einem neu angelegten Fußweg kommt man durch die Wiesen entlang von Hecken in ein Wäldchen, wo der Südtiroler Wanderweg 1 A am Valgarolabach verläuft. Dieser Weg ist jedoch kein offizieller Übergang nach Italien, doch dürfte ein Wanderer mit gültigen Papieren und ohne anmeldepflichtigen Waren im Rucksack wohl nichts zu befürchten haben.

Wir folgen dem Stundenweg über einen Steg, überqueren dabei den Valgarolabach und wandern drüben weiter. Wo der betonierte Fahrstreifen beginnt, verabschiedet sich der Stundenweg nach links, während wir geradeaus weiter gehen und bald wir an den Fahrweg durch das Avignatal kommen. Rechtshaltend weiter gehen wir aber nicht bergab nach Taufers (1240 m), sondern bleiben auf der Höhe zunächst noch oberhalb des Ortes und gehen vorbei am Sportplatz und kommen doch in den Ort. Die Staatsstraße erreichen wir aber nicht, denn wir gehen in Richtung Kirche "St. Blasius", dann aber rechts auf der Straße "Umviass" unterhalb der Kirche weiter. Nun folgen wir dem Weg Nr. 8 und wandern hoch über der Talstraße.

Dieser Weg ist einer der vielen Waalwege in Südtirol. Links neben dem Weg kann man noch Reste eines Grabens erkennen, denn die Waale sind alte Gräben, die der Wasserversorgung dieser sehr niederschlagsarmen Gegend dienten. Unser Weg ist der Turnaunawaal. Mit schönen Blicken ins Tal führt er am Hang entlang. Nach einer Weile mündet er in einen Fahrweg ein, der vom roten ehemaligen Straßenwärterhäuschen an der Staatsstraße tief unter uns heraufkommt. Für etwa fünf Minuten steigen wir auf diesem Weg bergauf, dann zeigt die "8" nach rechts. Es geht wieder bergab, bald links über eine Brücke in den Wald. Nach einiger Zeit kommen wir dann doch an die Staatsstraße. Wir überqueren sie und wandern durch eine Viehweide zu einem tieferen Weg. Diesem folgen wir nach links und erreichen an der Calvenbrücke (971 m) erneut die Staatsstraße.

Hier fand 1499 eine blutige Schlacht zwischen den Bündnern und den Tirolern statt. Auf der Straße überqueren wir den Rambach und gehen drüben zunächst wieder in Richtung Schweiz. Ein Denkstein erinnert an die Schlacht. Nach 500 Metern schwenken wir nach links um und steigen wieder etwas an. Von rechts kommt auf einem Damm der Mitterwaal an. Er kreuzt unseren Weg. Bei einem Wegweiser müssen wir nach links und gehen nun am Waal entlang, den Graben, durch den seit diesem Jahr auch wieder Wasser läuft, zur Rechten. Nahezu eben verläuft er am Hang entlang, der immer steiler wird, doch wir wandern durch Geländer gut gesichert auf den neu gerichteten Weg in den steilen Felsen. Tief unter uns verläuft die Straße.

Hier mag man die Leistung der Erbauer dieser mittelalterlichen Bewässerungssysteme ermessen. Zweimal müssen wir den Kopf einziehen, um unter überhängenden Felsen hindurch zu kommen. Bald wird durch Baumrücken unser Ziel Glurns sichtbar. Eine vollständig erhaltene Stadtmauer mit 7 Festungstürmen und 3 Stadttoren umgibt die kleinste Stadt Südtirols.

Der Hang wird wieder flacher und unser Waalweg mündet in einen von der Staatsstraße heraufkommenden Weg ein. Wir gehen rechts, noch im Wald weiter aufwärts, doch kurz darauf zeigt ein Schild nach links hinaus in die Wiese. Hier bringt uns ein geteilter ebener Weg rasch zu dem Fahrweg, der von der rechts oberhalb etwa 10 Fuß-Minuten entfernten Kapelle St. Martin herunterkommt. Diesem Weg folgen wir nach links hinunter zur Kirche St. Pankratius mit dem Friedhof. Kurz links auf der Landstraße von Prad gehen wir vorbei an der Kirche zur Brücke, auf der wir die Etsch überqueren. Etwa 800 Meter flußaufwärts (also für uns links) mündet übrigens der Rambach in die Etsch, dort ist also endgültig das Münstertal zu Ende.

Wir haben Glurns (908 m) erreicht und gelangen durch das Tauferser Tor in den mittelalterlichen Stadtkern. Gleich nach dem Tor befindet sich links die Haltestelle für die Rückfahrt mit dem Postauto ins Münstertal. Bei dieser Wanderung sollten wir aber ruhig noch ein wenig Zeit für eine Besichtigung des alten Städtchens und seiner Gassen einplanen.

**Wanderzeit** : etwa 4 Stunden (12 km).

**Höhenunterschiede** : Anstieg etwa 130 m, Abstieg etwa 470 m.

- Schöne Touren im und um das Val Müstair -

**Höchste Stelle :** Grenzübergang am Stundenweg (1335 m).

**Einkehrmöglichkeiten unterwegs:** Taufers.

**Parkmöglichkeiten :** in Müstair beim Kloster.

**Wichtig :** Für den Grenzübertritt sind gültige Ausweispapiere mitzuführen !

## 5. Alp Terza - Winterliche Panoramawanderung hoch über dem Münstertal.

Auch im Val Müstair hat man mittlerweile erkannt, daß Wandern auch im Winter schön ist. Neben der Talwanderung (Wanderung Nr. 3), die man praktisch zu jeder Jahreszeit machen kann, wird nun auch der Höhenweg mit schönen Ausblicken über das Tal und zur Ortlergruppe von Lü über Alp Sot und Craistas zum Hof Terza im Winter gespurt.

Von der Postautohaltestelle in der Ortsmitte des kleinen Ortes Lü (1920 m) wandern wir zunächst ein wenig bergab und verlassen wie bei der Wanderung Nr. 1 am Ortsende die Fahrstraße nach links und steigen wieder etwas an und gelangen durch den Wald nach Urschai (2012 m). Unterhalb der Alp Sot vorbei verlassen wir kurz vor Craistas (1877 m) den "Senda Val Müstair", der in einer Schleife zu diesem Weiler hinabführt. Wir nehmen nämlich den Weg nach links. Er steigt wieder stetig an. Wald und offenes Gelände wechseln sich ab. Bei einer Alphütte wandern wir langsam wieder bergab und nach dem Abzweig eines Weges hinauf zum Piz Terza geht es in Schleifen hinab zum Hof Terza (1843 m). Wer nicht auf demselben Weg zurückgehen möchte kann vom Hof Terza auch über Pütschai nach Sta. Maria absteigen.

**Wanderzeit** : einfacher Weg etwa 1 1/2 bis 2 Stunden (6 km).

**Höhenunterschiede** : Aufstieg etwa 70 m, Abstieg (nach Sta. Maria) etwa 640 m.

**Höchste Stelle** : bei der Alp Sot (2053 m).

**Einkehrmöglichkeiten unterwegs** : keine, nur am Schluß im Hof Terza.

**Parkmöglichkeiten** : in Lü.

## 6. Tamangur - der Name klingt wie im Märchen.

Ein interessantes Ziel einer schönen Paßwanderung ist es von Lü über den Pass Costainas nach S-charl zu gehen. Unser Auto hat heute frei, denn Anfangs- und Endpunkt unserer heutigen Wanderung liegen etwa 75 Auto-km voneinander entfernt. Diese Zahl mag zunächst erschrecken. Doch die Wanderstrecke ist nur 14 km lang und die Rückfahrt mit Bus und Bahn ist eine schöne Fahrt durch das Unterengadin und den Nationalpark.

Von Fuldera fährt ein kleines Postauto hinauf nach Lü (1920 m). Von dort wandern wir auf dem "Senda Val Müstair" (siehe Wanderung Nr. 1) vorbei am Häuschen Lü-Daint bis zur Weggabelung kurz vor der neuen Alp Champatsch (2093 m). Wir folgen nun dem Weg nach rechts hinauf. Bald linkshaltend queren wir noch den Bach "Aua da Laider", dann beginnt ein kurzer steiler Aufstieg zu einem einsamen Hüttchen auf dem Berg. Nun steigt unser Weg nur noch langsam, dann überqueren wir den Pass Costainas (2251 m).

Auf der anderen Seite kommt vom Piz Terza das Bächlein Clemgia hinzu, dem wir nun mehr oder weniger nah bis zum Ziel folgen werden. Unser Weg führt durch ein weites Tal über freie Weiden, durch Legföhren- und Wacholdergebüsch mit vereinzelt Arven zur Alp Astras (2135 m).

Hier können wir nun wählen: Entweder folgen wir dem Alpsträßchen auf der linken Seite der Clemgia unterhalb der Alp Praditschöl, oder aber wir überqueren bei Tamangur Dadaint den Bach und wandern durch den God Tamangur, den höchstgelegenen geschlossenen Arvenwald Europas zur Alp Tamangur Dadora. Beide Wege führen ohne größeren Zeitunterschied zur Brücke über die Clemgia (2018 m). Wir wandern nun weiter auf den Sträßchen über Plan d'Immez (1980 m). Nach einer Weile können wir übrigens auch den "Senda dal Muglin - valanc dals büschens", einen idyllischen Fußweg auf der anderen Seite der Clemgia nehmen. So oder so erreichen wir dann die frühere Bergbausiedlung S-charl (1810 m).

Von dort zurück ins Münstertal gelangt man mit dem Postauto nach Scuol, dort umsteigen in den Zug Richtung Samedan bis Zernez und wiederum mit dem Postauto über den Ofenpaß ins Val Müstair.

Wer bis zur Abfahrt des Postbusses noch etwas Zeit hat, dem sei hier das interessante Museum "Schmelzra" empfohlen. Es befindet sich etwa 10 Minuten von S-charl entfernt an der Straße Richtung Scuol. Dort befindet sich übrigens ebenfalls eine Bushaltestelle.

**Wanderzeit** : etwa 4 Stunden (14 km).

**Höhenunterschiede** : Aufstieg: etwa 320 m, Abstieg: etwa 440 m.

**Höchste Stelle** : Pass Costainas (2251 m).

**Einkehrmöglichkeiten unterwegs : keine !**

## **7. Zurück ins Münstertal - den Ortler im Blickfeld.**

Die zweite Wanderung vom Unterengadin ins Münstertal führt uns über italienisches Gebiet. Weil dort das Avignatal aber sehr lang ist und ständig bergaufführt machen wir die Wanderung einfach in umgekehrter Richtung und können dafür beim Abstieg schöne Blicke auf den Ortler genießen. Dazu gelangen wir wie bei Wanderung Nr. 6 - nur eben umgekehrt - mit Bus und Bahn nach S-charl. Weil die Tour recht lang ist sollten wir das erste Postauto nehmen.

Von S-charl (1810 m) starten wir Clemgia-aufwärts und folgen dem Fahrsträßchen bis Plan d'Immez (1980 m). Hier verlassen wir es nach links und steigen kurz durch einen Wald steil hinauf zur Alp Plazer (2091 m). Von der Alp geht es weiter hinauf durch immer steiniger werdendes Gelände zur Cruschetta (2296 m), das die Südtiroler Scarljöchln nennen. Hier steht ein Kreuz, das im Jahre 2002, nachdem es im Jahr zuvor von einer Lawine zerstört wurde, wieder erneuert wurde. Daneben markiert ein Grenzstein die Staatsgrenze zwischen der Schweiz und Italien. Der Platz mit seinem schönen Blick hinüber zur Ortlergruppe eignet sich als Rastplatz. Auf Schweizer Seite gibt es hier auch ein kleines Bergseelein.

Auf der italienischen Seite wandern wir - eine ganze Weile den Ortler vor Augen - wieder bergab. Unter den Steinen unseres Weges rauscht das Wasser. Nach 5 Minuten steht rechts des Weges die kleine Jöchlhütte des Alpenvereins Südtirol als Schutzhütte. Unser Wanderweg zieht unterhalb der Hütte vorbei bergab. In einer langen S-Kurve steigen wir ab zur Hütte Praviert (2128 m) bei einem Bergsee. Nun geht es ständig bergab durch das Val d'Avigna (Avignatal), das vom Valgarolabach durchflossen wird. Wir gelangen bald zur Mitteralm (2011 m) und weiter zur Mangitzer Alm (1837 m).

Ab hier wird das Alpfahrsträßchen merklich steiler und auch der Ortler, der die ganze Zeit die Szene überragt hat, taucht endgültig hinter den Bergen des Kammes um den Piz Chavalatsch ab. Wo die Stierberg-Forststraße abzweigt, wechselt das Sträßchen auf die andere Talseite. Wir aber folgen den rot-weißen Markierungen mit der Nr. "1" auf dieser Talseite über einen Fußweg geradewegs weiter abwärts. Nach einer Weile führt auch dieser Weg nach links auf die andere Talseite, doch die weiß-roten Markierungen zeigen rechtshaltend auf einen Weidezaun zu. Auf einem Felsen davor sehen wir deutlich unsere Markierung.

Hier hat man vergessen ein Tor für die Wanderer einzuplanen, also steigen wir über den Zaun, dahinter beginnt - leider - ebenfalls eine neue Forststraße. Nach einer Weile passieren wir einen hübsch gestalteten Rastplatz und kommen an den Beginn der Forststraße Cischeida, die ebenfalls nach links über den Bach führt. Ein Wegweiser schickt uns hier nach rechts. Also bleiben wir weiterhin auf der rechten Seite des Baches. Tief unten im Tal wird übrigens die Zollstelle von Müstair sichtbar.

Auf unserem Grasweg gelangen wir an eine weitere Forststraße. Sie scheint nach rechts in Richtung Schweiz zu führen, endet aber vor der Grenze - ist also für uns unbrauchbar. Also gehen wir noch weiter bergab und queren dann doch den in den letzten Jahren neu verbauten Valgarolabach. Nach rechts führt die Fahrstraße nach Taufers hinab, die rot-weiße Markierung zeigt abermals rechts und schickt uns zwischen dem Graben eines Waales und dem Valgarolabach wieder in den Wald. Nach wenigen Minuten erreichen wir einen weiteren Grillplatz. Hier zweigt der Wanderweg "1 A" ab, der nach rechts uns über einen Steg wieder zurück auf die rechte Talseite bringt. Oberhalb des Baches wandern wir teilweise am Waldrand entlang weiter. Dort, wo der Wanderweg "1 A" wieder hinabsteigt, um den Bach erneut zu überqueren, folgen wir nun vor der Brücke dem Stundenweg nach rechts und gehen entlang von Hecken auf einem neu angelegten Fußweg durch die Wiesen und gelangen unbemerkt über die Grenze zurück in die Schweiz. Für den Grenzübertritt gilt das gleiche, was auch bei der Wanderung Nr. 4 gilt, die an gleicher Stelle die Grenze überschreitet. Wir kommen an den Fahrweg, der vom Wasserbehälter Cularai hinabführt und folgen diesem hinab bis zum Kloster von Müstair (1247 m), das wir schon vor uns sehen.

**Wanderzeit :** etwa 5 Stunden (16 km).

**Höhenunterschiede :** Aufstieg: etwa 490 m, Abstieg: etwa 1050 m.

**Höchste Stelle :** Cruschetta / Scarljöchln (2296 m).

**Einkehrmöglichkeiten unterwegs :** keine !

**Wichtig :** Für den Grenzübertritt sind gültige Ausweispapiere mitzuführen !

## **8. Rund um den Minschuns - Zweimal über den Paß.**

Ebenfalls von Lü aus bietet sich eine schöne Rundwanderung an, die uns ins oberste Val S-charl bringt. Mit dem Postauto fahren wir bis Lü oder mit dem Auto vorbei an Lü-Daint bis zur Wendeschleife im Wald.

Wie bei der Wanderung Nr. 6 wandern wir hinauf zur Weggabelung bei der Alp Champatsch (2093 m), dort dann aber linkshaltend weiter auf dem Senda Val Müstair vorbei an den Gebäuden der neuen Alp (2087 m). Wir steigen durch einen Taleinschnitt, dann linkshaltend hinauf bis zum Lai da Juata (2260 m) auf der gleichnamigen Ebene. Von dort führt ein Alpsträßchen zur nahen Alp da Munt (2213 m). Vor der Alp führt ein Bergweg nach rechts. Zunächst am Hang des Skibergeres Minschuns entlang, dann etwas nach links abdrehend weiter. Bald mündet von links der Pfad vom Ofenpaß in unseren Weg ein und bringt uns vorbei an der Talstation des zweiten Skilifts zur Fuorcla Funtana da S-charl (2396 m) auf den Sattel zwischen dem Val Müstair und dem Val S-charl.

Hier wandern wir nun geradeaus, peilen dabei bald den in einiger Entfernung zu sehenden Felsblock auf der Ebene Plan Mattun an, der uns an einen Hinkelstein erinnert. Daran vorbei gelangen wir rechtshaltend über die Weiden hinab zur Alp Astras (2135 m) am oberen Ende des Val S-charl.

Von dort wandern wir wie bei Wanderung Nr. 6 - nur in umgekehrter Richtung langsam steigend hinauf zum Pass Costainas (2251 m). Wieder zurück im Münstertal passieren wir ein kleines Hüttchen und wandern mit schönem Blick einen steilen Weg hinab zur Weggabel bei der Alp Champatsch (2093 m). Auf dem vom Hinweg bekannten Sträßchen gelangen wir rasch wieder zum Auto oder nach Lü (1920 m).

**Wanderzeit** : etwa 5 Stunden (16 km).

**Höhenunterschiede** : Auf- und Abstieg: etwa 400 m.

**Höchste Stelle** : Fuorcla Funtana da S-charl (2396 m).

**Einkehrmöglichkeiten unterwegs** : keine !

**Parkmöglichkeiten** : an der Wendeschleife etwa 1 km hinter Lü.

## **9. Die Valbella-Runde: klein aber fein.**

Vom Ofenpaß gibt es zwei Wege, die ins Val S-charl hinüberführen. Sie verlaufen auf beiden Seiten des Munt da la Bescha und treffen auf der Fuorcla Funtana da S-charl wieder aufeinander. Sie lassen sich selbst zu einer kurzen aber schönen Rundwanderung zusammenstellen.

Dazu starten wir also am Ofenpaß (Pass dal Fuorn) (2149 m) und folgen wie bei der Wanderung Nr. 1 dem Senda Val Müstair. Dieser Weg führt anfangs auf einem Fußweg durch den Wald. Nach einer Weile trifft er auf einen Fahrweg, der auf einer Grasebene, der Plaun da l'Aua (2190 m) verläuft. Nach einer Weile zweigt nach links unser Weg zur Fuorcla Funtana da S-charl ab. Dieser Fußweg steigt kräftig an. Rechts lassen wir die Alp da Munt liegen und sehen auch den Skiberg Minschuns. Später mündet unser Pfad in den Weg von der Alp ein und bringt uns vorbei an der Talstation des zweiten Skilifts auf den Sattel zwischen dem Val Müstair und dem Val S-charl. Dieser Paß heißt Fuorcla Funtana da S-charl (2396 m).

Hier zweigt nach links unser Rückweg ab. Er steigt allerdings erst einmal noch über 100 Meter an. Eine Weile wandern wir neben der Skiliftrasse, dann gehen wir drunter durch und über eine Hochfläche. Wir haben höchsten Punkt (2535 m) erreicht und marschieren weiter. Zunächst haben wir den Bach zur Linken, queren ihn dann.

Da der Bach ein viel stärkeres Gefälle hat als unser Wanderweg sind wir bald hoch über dem Valbella an der Nordflanke des Munt da la Bescha, die viel Geröll aufweist. Bald schauen wir in Richtung Nationalpark auf den Munt Chavagl und den dahinterliegenden Munt la Schera.

Beim Durchschreiten zweier Rinnen ist der Weg etwas ausgesetzt. Dann schneiden wir bei Chaschlot eine Bergnase ab, indem wir über eine Weide gehen. Bald schauen wir über die Alp Buffalora weit in die Ebene von Jufplaun. Nochmals durchschreiten wir zwei etwas ausgesetzte Rinnen, dann steigt unser Pfädchen bald durch Legföhrenbestände hinab. Die Funkantenne des Ofenpasses wird sichtbar und ganz im Hintergrund auch die weiße Spitze des Ortlers.

Weiter ständig bergab gelangen wir dann rasch zurück zum Ofenpaß (Pass dal Fuorn) (2149 m).

**Wanderzeit** : etwa 3 1/2 Stunden (9 km).  
**Höhenunterschiede** : Auf- und Abstieg: etwa 400 m.  
**Höchste Stelle** : oberes Ende des Valbella (2535 m).  
**Einkehrmöglichkeiten unterwegs** : keine !  
**Parkmöglichkeiten** : auf dem Ofenpaß.

## 10. Auf die Westseite des Ofenpasses - Zu den Weiden von Buffalora.

Politisch zum Münstertal, genauer zur Gemeinde Tschierv, geographisch eigentlich eher zum Engadin gehört das Gelände westlich des Ofenpasses. Durch diese Gegend verläuft diese Rundwanderung.

Wiederum fahren mit unserem PKW oder mit dem Postauto hinauf bis Süsom Givè auf dem Ofenpaß (Pass dal Fuorn) (2149 m). Wir gehen in Richtung Engadin und entdecken dort, wo auch der Wanderweg ins Val Mora nach links abzweigt, gleich neben der Straße ein Pfädchen, das bergab führt. Diesem folgen wir unterhalb der Paßstraße durch ein Waldstück. Es geht stetig bergab. Nach einer ganzen Weile gelangen wir auf eine ebene Wiese. Durch diese zieht sich das breite Geröll des Bachbettes der Ova dal Fuorn.

Wir queren das Bachbett und kommen kurz danach an das Fahrsträßchen (1973 m), das vom Straßenwärterhaus an der Ofenpaßstraße zur Alp Buffalora hinaufführt.

Wir gehen nach links und gelangen langsam ansteigend durch Weiden zur Alp Buffalora (2038 m). Der Weg schwenkt hinter der Alphütte nach links um und führt nun kräftig ansteigend durch den Wald hinauf zur Alphütte Marangun (2194 m). Hier zweigt nach rechts der Wanderweg zum Munt la Schera (Wanderung Nr. 23) ab. Wir aber halten uns zunächst hinter der Hütte links und wandern nun fast eben weiter in Richtung Val Mora. Nach einer guten Viertelstunde führt ein neuer Steg über das Bächlein, das von Jufplaun herabkommt. In einiger Entfernung sehen wir das Zollhaus, dann zeigt ein Wegweiser linkshaltend in Richtung Pass dal Fuorn. Diesem folgen wir weiter über Viehweiden. Bald steigt er wieder stärker an. Bei Döss da las Plattas wandern wir zunächst ein Stück unterhalb des Pfades vom Val Mora her weiter, doch treffen beide dann doch zusammen (2273 m).

Die einzige Route im Münstertal, die mit der gelben Raute für gewöhnliche Wanderwege markiert ist, ist der Talwanderweg. Er eignet sich daher auch gut, um sich an das Tal und sein Klima zu gewöhnen. Der Talabschnitt beginnt in Tschierv und führt hinab bis Müstair. Der Weg kann aber auch etwas verlängert werden, in dem man bereits in Lü beginnt.

Nun führt unser Wanderweg am Hang entlang. Nach einer Weile durchschreiten wir das Val Murtaröl, dessen Wasser in die Ova dal Fuorn fließt und also zum Engadin hin entwässert.

Nochmals geht es bergauf, dann kommt von rechts der Wanderweg vom Piz Daint hinzu. Wir haben die kleine Ebene von Davo Plattas (2289 m) erreicht. Wer hier noch Lust und Kraft hat, kann links in etwa einer Viertelstunde zum Aussichtsgipfel Il Jalet (2392 m) hinaufsteigen (siehe auch Wanderung Nr. 11).

Ansonsten durchschreiten wir die Weideabgrenzung. Nun geht es kurz steil bergab, dann schwenkt der Wanderweg in die Südostflanke des Il Jalet ein. Zweimal durch Ketten gesichert, steigen wir ein paar Stufen hinauf und kommen dann rasch vorbei am Sendemast zu unserem Ausgangspunkt am Ofenpaß (Pass dal Fuorn) (2149 m) zurück.

**Wanderzeit** : etwa 3 Stunden (8 km).  
**Höhenunterschiede** : zuerst Abstieg von etwa 175 m, dann Aufstieg von insgesamt etwa 330 m, zuletzt nochmals Abstieg von etwa 140 m.  
**Tiefste Stelle** : beim Straßenwärterhaus Stradin Buffalora (1973 m).  
**Höchste Stelle** : Davo Plattas (2289 m).  
**Einkehrmöglichkeiten unterwegs** : Stradin Buffalora (5 Minuten abseits des Weges), sonst keine.  
**Parkmöglichkeiten** : auf der Ofenpaßhöhe.

## 11. Hoch über dem Ofenpaß - Blick von Il Jalet.

Recht unscheinbar erhebt sich westlich des Ofenpasses hinter dem Sendemast, wie ein Riegel zwischen dem Münstertal und dem Tal von Buffalora, der Berg Il Jalet. Eine kleine Rundwanderung bringt uns hinauf.

Wir fahren mit unserem PKW oder mit dem Postauto hinauf bis Süssom Givè auf dem Ofenpaß (Pass dal Fuorn) (2149 m). Wie bei der Wanderung Nr. 12 ins Val Mora wandern wir vorbei am Sendemast an der Südflanke des Berges entlang. Den Wegweiser, der gleich nach rechts in Richtung Il Jalet zeigt, ignorieren wir zunächst, denn diesen Weg kommen wir auf dem Rückweg nämlich hinunter. Also bleiben wir zunächst auf seiner Südseite. Der Wanderweg zieht - zweimal mit Ketten gesichert - hoch über der Richtung Münstertal hinabführenden Straße entlang hinauf zum Sattel zwischen dem Piz Daint und Il Jalet. Bald etwas steiler, durchschreiten wir nach etwa 20 Minuten einen Weidezaun. Nach einer kurzen Verschnaufpause gehen wir noch wenige Schritte weiter, dann zeigt ein zweiter Wegweiser nach rechts in Richtung Il Jalet. Hier bei Davo Plattas (2289 m) führt der Wanderweg ins Val Mora geradeaus weiter. Wir aber müssen rechts. Etwa 10 Minuten geht es im Zickzack durch Latschenbestände steil bergauf, dann haben wir die nächste Höhenstufe erreicht. Hier treffen wir auch auf den anderen Weg, der nördlich um den Berg herumgeführt hat. Der Wegweiser auf den Gipfel zeigt nach rechts. Noch etwa fünf Minuten, dann sind wir oben auf dem Gipfel des Il Jalet (2392 m).

Von hier können wir einerseits schön ins Münstertal mit den dahinterliegenden Bergen, wie dem Ortler bis hin zum Piz Chavalatsch, dem östlichsten Punkt der Schweiz, aber auch weit über das Tal der Ova dal Fuorn und in den Nationalpark hinein schauen.

Nachdem wir ausgiebig die schöne Aussicht bewundert haben, steigen wir wieder hinab zum nächsten Wegweiser. Weil wir von links heraufgestiegen sind, gehen wir nun nach rechts und umrunden den Berg nun auf seiner Nordseite. Einmal ist der Weg etwas ausgesetzt. Etwa 200 m unter uns verläuft die Paßstraße, die auf dieser Seite des Berges erheblich lauter zu hören ist, als im Aufstieg. Nach einigen Zick-Zack erreichen wir wieder den Wanderweg, den wir hinaufgestiegen sind und haben rasch wieder den Sendemast und die Paßhöhe des Ofenpasses (Pass dal Fuorn) (2149 m) erreicht.

**Wanderzeit** : etwa 1 1/4 bis 1 1/2 Stunden (3 km).

**Höhenunterschiede** : Auf- und Abstieg: jeweils etwa 240 m.

**Höchste Stelle** : Il Jalet (2392 m).

**Einkehrmöglichkeiten unterwegs** : keine, nur am Ziel auf der Ofenpaßhöhe.

**Parkmöglichkeiten** : auf der Ofenpaßhöhe.

## 12. Das Val Mora - Wo das Wasser in drei Richtungen fließt.

Eine herrliche Streckenwanderung führt uns vom Ofenpaß auf der Rückseite der das Münstertal nach Südwesten begrenzenden Bergkette zwischen dem Piz Daint und dem Piz Turettas. Dieses Tal heißt Val Mora. Es gehört zwar zur Schweiz, entwässert aber nach Italien, denn der Talbach, die Aua da Val Mora fließt durch eine Schlucht zunächst in Richtung Acqua del Gallo, und so in den Stausee von Livigno.

Mit dem Postauto fahren wir hinauf bis Süssom Givè auf dem Ofenpaß (Pass dal Fuorn) (2149 m) und wandern vorbei am Sendemast auf der Südostseite des Berges Il Jalet entlang. Wir steigen hinauf in den Sattel zwischen diesem und dem Piz Daint. Wenn wir oben angekommen den Zaun zu einer Weide durchschreiten haben wir den anstrengendsten Teil der Tour bereits hinter uns. Ab jetzt ist sie nur noch lang. Den bei Davo Plattas (2289 m) abzweigenden Weg nach links hinauf zum Piz Daint ignorieren wir und wandern auf einem Fußweg mit schönem Blick auf die Ofenpaßstraße bei Buffalora und den Munt Chavagl am Hang entlang. Wir durchschreiten das Val Murtaröl, dessen Bächlein in die Ova dal Fuorn fließt und zum Engadin hin entwässert.

Bei Döss da las Plattas (2273 m), dort wo sich der Weg gabelt, halten wir uns links. Rechts führt der Weg in Richtung Buffalora. Unser Weg bringt uns auf die Ebene Jufplaun (flaches Joch). Das Häuschen, das wir nach rechts bald sehen ist ein Zollhäuschen und am Ende dieser Hochfläche trifft unser Weg mit dem von Buffalora heraufkommenden Weg zusammen.

Von hier oben, übrigens der höchsten Stelle unserer Tour (2351 m) haben wir einen schönen Blick hinab über das gesamte Val Mora bis zum Ende bei Döss Radond. Wir steigen ab ins Tal. Nachdem wir einen Bach gequert haben, zweigt nach rechts der Weg nach San Giacomo di Fraéle ab. Kurz danach haben wir die Alp Mora (2084 m) erreicht.

Ab hier ist unser Wanderweg ein Alpsträßchen, das uns zuerst noch etwas fallend, dann ab dort wo der zweite Weg nach San Giacomo di Fraéle einmündet (2062 m), wieder langsam steigend vorbei unterhalb der

Alp Sprella und dem Felsblock Pedra Grossa (2119 m) nach La Stretta (2184 m) und Döss Radond führt. Unterwegs fällt uns das breite geröllhaltige Bett des an sich schmalen Baches auf. Dabei kann man sich ausmalen, welche Kraft das Wasser bei der Schneeschmelze entwickelt.

Bei Döss Radond (2234 m) befindet sich die Wasserscheide, denn das Wasser der anderen Seite fließt über die Aua da Vau ins Münstertal ab.

Nun beginnt auch der Abstieg. Vorbei an der Alp Praveder (2090 m), die dem Kloster Müstair gehört, steigen wir ab zur Alp Clastras (1943 m), die ebenfalls dem Kloster gehört. Kurz unterhalb kommt von rechts auch der Abstieg vom Lai da Rims hinab. Auf dem gleichen Weg wie bei Wanderung Nr. 13 geht es weiter. Die weiten Kurven der Forststraße kann man auf einem Fußweg abkürzen. Bei Tschuccai (1779 m) verzweigt sich der Weg. Wir halten uns rechts und wandern auf der anderen Seite das Val Vau auf der neuen Forststraße hinab, bis wir nach einiger Zeit bei der Brücke über die Aua da Vau an die Ofenpaßstraße kommen, die uns nach rechts rasch nach Sta. Maria (1375 m) bringt.

**Wanderzeit** : etwa 6 1/4 Stunden (21 km).

**Höhenunterschiede** : Aufstieg: etwa 350 m, Abstieg: etwa 1150 m.

**Höchste Stelle** : Jufplaun (2351 m).

**Einkehrmöglichkeiten unterwegs** : keine !

**Parkmöglichkeiten** : Sta. Maria oder auf dem Ofenpaß.

## II. Umbrail - Stilfserjoch - Cancano

### 13. Der Lai da Rims - Ein Juwel in den Bergen.

Dienstags, Donnerstags und Freitags fährt in den Sommermonaten ein Extra-Postauto von Sta. Maria hinauf zum Umbrailpass und zum Stilfserjoch. Wir fahren bis zum Umbrailpaß (2501 m), dem höchsten Alpenpaß der Schweiz. Kurz unterhalb des Berghauses Astras beginnt nach rechts der Aufstieg in nordwestlicher Richtung über die Weiden längs der Grenze an.

Unterwegs passieren wir einige Relikte der Schweizer Grenzbefestigung im ersten Weltkrieg, die der Lions Club Val Müstair in den letzten Jahren restauriert hat. Am Umbrailpaß gegenüber dem Schweizer Zollhaus erläutern Tafeln das Geschehen. Bald führt unser Weg über ein Geröllfeld an der Ostseite des Piz Umbrail aufwärts. Dann kommt ein kurzes Stück, wo die Schwindelfreiheit des Wanderers auf die Probe gestellt wird und wir ein bißchen klettern müssen. Wenn wir die Stange mit der Blechdose zuoberst erreicht haben ist diese Prüfung bestanden. Der Wanderweg dreht nach links ab und es ist nicht mehr sehr weit auf den Piz Umbrail (3033 m).

Wir genießen den schönen Ausblick und steigen dann hinab. In etwa fünf Viertelstunden haben wir - den Cuclèr da Valpaschun links liegen lassend - den Lai da Rims (2396 m) erreicht, der auf einer durch einen Felsriegel aufgestauten Fläche liegt. Er ist ein idealer Platz für eine Rast. Das klare Wasser ist faszinierend.

Eigentlich möchte man dieses idyllische Plätzchen nicht verlassen, denn auf uns wartet hinter dem Felsriegel die schreckliche Tiefe. Der Bach wirft sich schäumend über die Felsen zu Tal und auch wir verlassen den See in östlicher Richtung, schwenken dann aber im Val Madonna nach Nordwesten um und steigen im Zickzack steil hinab. Wir überqueren die Aua da Rims und gelangen durch offenen Wald über einen neuen Steg kurz unterhalb der Alp Clastras (1943 m) die Fahrstraße aus dem Val Mora.

Hier gehen wir nach rechts weiter. Die Fahrstraße macht etliche Kurven, die man aber auf einem Fußweg abschneiden kann. Bei Tschuccai (1779 m) verzweigt sich der Weg. Die Forststraße geradeaus trifft zwischen Fuldera und Valchava auf die Ofenpaßstraße. Wir halten uns rechts und wandern auf der anderen Seite das Val Vau hinab. Der früher steinige Fußweg ist einer neuen Forststraße gewichen, die sich aber genauso steil wie früher hinabschlängelt. Nahe der Brücke über die Aua da Vau kommen wir an die Ofenpaßstraße und gelangen nach rasch nach Sta. Maria (1375 m).

**Wanderzeit** : etwa 5 1/2 - 6 Stunden (13 km).

**Höhenunterschiede** : Aufstieg etwa 530 m, Abstieg etwa 1650 m.

**Höchste Stelle** : Piz Umbrail (3033 m).

Einkehrmöglichkeiten unterwegs : keine !

## 14. Die Rötlspitze - Mal eben ein Dreitausender.

Sicher ein interessantes Ausflugsziel ist das Stilfserjoch. Die mittlerweile 175 Jahre alte Paßstraße galt mit ihrer Scheitelhöhe von 2757 m lange Zeit als die höchste Paßstraße Europas, ist aber mittlerweile von der 42 m höher hinaufführenden Straße über den Restefond - La Bonette in den französischen Alpen entthront. Nichts desto trotz ist eine Fahrt von Prad im Etschtal über 48 teilweise enge Kehren ein Erlebnis. Das Stilfserjoch (2757 m) selbst ist ein Rummelplatz mit Souvenirständen und Gasthäusern. Auf der südlichen Seite der Straße gibt es auf dem Gletscher ein Sommerskigebiet. Von hier aus kann man aber auch wandern.

Entweder direkt gegenüber dem Museo Carlo Donegani im Gebäude der Volksbank Sondrio (Banca Popolare di Sondrio), das an den Erbauer der Straße erinnern soll, oder wenige Meter in Richtung Bormio beginnt der Weg, der hinauf zu einem 85 m über den Joch gelegenen burgähnlichen Gebäude führt. Dies ist das Rifugio Garibaldi. Wenige Meter rechts des Gebäudes befindet sich der Grenzstein Nr. 1 (2843 m). Hier trafen bis zum ersten Weltkrieg drei Staaten und drei Sprachgebiete aufeinander. Dementsprechend hat der Berg auch drei Namen. Die romanisch sprechenden Schweizer nennen ihn "Piz da las trais linguas", was übersetzt auch nur der Name ist, den die deutsch sprechenden Tiroler dem Berg gaben, nämlich "Dreisprachenspitze". Die Italiener nennen ihn "Cima Garibaldi". Bis 1917 stand hier das Hotel Dreisprachenspitze auf Schweizer Boden. Der Grenzstein Nr. 1 markiert heute noch die Grenze zur Schweiz.

*Seit dem Ende des ersten Weltkrieges, als Österreich Südtirol an Italien verlor, befindet sich der neue Dreiländerstein westlich des Reschenpasses.*

Von hier oben sehen wir auch unser Ziel, den - wegen der Farbe seines Gesteins - Rötlspitze genannten Gipfel. Wir gehen also auf ihn zu. Etwa 150 Meter hinter dem Wegweiser befindet sich links des Weges - etwas hinter Felsen versteckt auf Schweizerboden - ein Denkmal aus weißem Marmor, das an eine ungarische Einheit erinnern soll, die im ersten Weltkrieg hier oben kämpfte.

Bei einem weiteren Wegweiser können wir uns nun entscheiden. Links herum über Schweizer Gebiet oder rechts herum auf der italienischen Seite. Beide Wege können wir nehmen. Ich entscheide mich für den italienischen. Er führt uns zu den Resten des Lempruch-Lagers der Österreichischen Armee aus dem ersten Weltkrieg. Nach zwei durch Ketten gesicherten Stellen steigen wir links auf einen Grat herauf, denn der Weg geradeaus führt hinab zum Goldsee und in Richtung Trafoi (siehe Wanderung Nr. 16).

Oben trifft er wieder auf den anderen Weg. Wir steigen nun weiter kurz steil hinauf, bis wir den Einstieg in den Hangweg erreichen. Dieser zieht stetig steigend an der Südostflanke der Rötlspitze auf italienischem Gebiet hinauf. Ein oben auf einem Sattel stehender Wegweiser ist unser nächstes Ziel. Vom Sella da Piz Cotschen (2925 m), der wiederum die Grenze zur Schweiz ist, schauen wir nach Norden in das Val Costainas, durch das ein Wanderweg hinab in Richtung Sta. Maria führt. Hier gehen wir nach links und steigen die letzten 100 m zur Rötlspitze hinauf. Sie hat genaugenommen zwei nahezu gleich hohe Gipfel. Der mit 3026 m eigentlich höchste Punkt der Rötlspitze - auf Romanisch "Piz Cotschen" - befindet sich hinter einer schmalen Felsenschlucht, die uns einen etwas erschreckenden Tiefblick gibt. Auf mich wirkt er wie das "Tor zur Hölle". Doch wem dieser Überstieg nicht sympathisch ist, dem darf gesagt sein, auch die andere Seite ist natürlich über 3000 Meter hoch. Ein schöner Rundblick belohnt uns für den Anstieg.

Wir müssen auf dem gleichen Weg zurück zum Stilfserjoch.

Die Rötlspitze läßt sich aber auch gut in eine Wanderung vom Stilfserjoch nach Sta. Maria durch das Val Costainas integrieren (siehe Wanderung Nr. 15).

Wenn die Überschrift vielleicht eine leichte Wanderung suggeriert, soll an dieser Stelle aber gesagt sein, daß insbesondere die Passage an der Südostflanke der Rötlspitze eine gewisse Trittsicherheit und Schwindelfreiheit erfordert, denn der Hang fällt mehrere hundert Meter ab. Der Weg auf das Plateau der Dreisprachenspitze bis hin zum Lempruch-Lager ist aber leicht.

**Wanderzeit** : etwa 2 Stunden (4 km).

**Höhenunterschiede** : Auf- und Abstieg etwa 270 m.

**Höchste Stelle** : Rötlspitze (3026 m).

**Einkehrmöglichkeiten unterwegs** : Rifugio Garibaldi auf der Dreisprachenspitze.

**Parkmöglichkeiten** : am Stilfserjoch.

**Wichtig :** Für den Grenzübertritt sind gültige Ausweispapiere mitzuführen !

## 15. Durch das Val Costainas zur Alp Prasüra.

Dienstags, Donnerstags und Freitags fährt in den Sommermonaten ein Extra-Postauto von Sta. Maria hinauf zum Umbrailpass und zum Stilfserjoch. Es bringt uns bis zu seiner Endstation auf dem Stilfserjoch (2757 m). Wie bei Wanderung Nr. 14 wandern wir über die Dreisprachenspitze (2843 m) hinauf zum Sella da Piz Cotschen (2925 m).

Eventuell können wir vor dem Abstieg ins Münstertal wie bei Wanderung Nr. 14 die Rötlspitze (3026 m) besteigen und hierher zurückkehren.

Vom Sattel geht es steil über Geröll und Fels hinab und wir passieren dabei den rechts am Hang gelegenen Lai da Costainas. Sein Wasser stürzt hinab in das Tal. Relativ rasch steigen wir 650 Meter in den Talkessel ab, dann überqueren wir den Bach Aua da Prasüra und wandern nun beinahe eben auf der anderen Talseite über liebliche Weiden bis zur Alp Prasüra (2213 m), wo im Sommer die Milch von Sta. Maria verarbeitet wird.

Auf der Alpfahrstraße gelangen wir in einem weiten Bogen vorbei an der Alp Marangun da la Prasüra (1995 m) hinab zur Umbrailstraße (1865 m), die wir ein Stück unterhalb der Punt Teal erreichen. Wir gehen etwa 400 Meter auf der Straße in Richtung Tal, dann führt ein Wanderweg über den Bach "Muraunzina" auf die andere Talseite und über den bewaldeten Hang des Val Teatscha steil hinab bis Döss da las Levräs (1485 m) nahe dem Campingplatz. Von hier steigen wir die letzten Meter hinab nach Sta. Maria (1375 m), das wir beim Hotel Stelvio oder über die Umbrailstraße erreichen.

**Wanderzeit :** etwa 4 - 4 1/2 Stunden (13 km) über die Rötlspitze 1 Stunde mehr.

**Höhenunterschiede :** Aufstieg etwa 200 m, Abstieg etwa 1580 m, bei Wanderung über die Rötlspitze 270m, bzw. 1650 m.

**Höchste Stelle :** Sella da Piz Cotschen (2925 m), bzw. Rötlspitze (3026 m).

**Einkehrmöglichkeiten unterwegs :** Rifugio Garibaldi auf der Dreisprachenspitze.

**Wichtig :** Für den Grenzübertritt sind gültige Ausweispapiere mitzuführen !

## 16. Der Trafoier Höhenweg - Wo einmal die Soldaten froren.

Bei dieser Wanderung bleiben wir im Prinzip immer in Italien. Nur wenige Meter bei der Dreisprachenspitze liegen in der Schweiz. Wegen der Fahrt mit dem Linienbus auf das Stilfserjoch kann diese Wanderung nur während der italienischen Sommerferien durchgeführt werden, weil sonst der Bus der SAD nicht fährt. Unsere Wanderung auf dem Trafoier Höhenweg führt über den Wormisionssteig, einen alten Handelsweg aus dem Vinschgau hinüber nach Bormio, das früher auch unter dem deutschen Namen "Worms" bekannt war.

Wir parken unser Auto in Trafoi - am Besten in der Nähe der Talstation des Sessellifts etwa 200 m unterhalb des Hotels Bellavista (in der Kurve). Mit dem Bus fahren wir hinauf auf das Stilfserjoch. Schon die Auffahrt ist ein Erlebnis, zu sehen wie der Bus sich durch die 46 engen Kehren (zwei befinden sich unterhalb von Trafoi) - ohne einmal zurücksetzen zu müssen - auf den Berg hinaufarbeitet. Auf dieser Strecke dürfen nur spezielle Busse, die nicht länger als 10,50 m sind fahren. Unterwegs haben wir vielleicht das Glück ein paar Murmeltiere zu sehen.

Auch für diese Wanderung gilt das bei Nr. 14 gesagte: Wir sind hier mitten im Hochgebirge. Ein beachtlicher Teil der Route verläuft auf schmalen Steigen, die teilweise ausgesetzt sind. Daher sind neben gutem Schuhwerk auch Trittsicherheit und eine gute Portion Schwindelfreiheit erforderlich. Insbesondere Altschneereste erfordern besondere Aufmerksamkeit.

Von der Paßhöhe des Stilfserjochs (2757 m) wandern wir wie bei Wanderung Nr. 14 beschrieben hinauf auf die Dreisprachenspitze (2843 m) und zum Lempruch-Lager. Von hier wandern wir auf dem mit der Nr. 20 gekennzeichneten Südtiroler Wanderweg weiter. Nach den zwei durch Ketten gesicherten Stellen steigen wir aber nicht links hinauf wie bei Wanderung Nr. 14, sondern nehmen den Weg geradeaus weiter. Er zieht langsam fallend an der Südflanke der Korpitze entlang zu einem Sattel. Hier halten wir uns links und

umrunden den in einer tiefen Mulde liegenden Goldsee auf seiner Nordseite. Rasch gelangen wir zum nächsten Sattel.

Hier befand sich im ersten Weltkrieg die Goldseestellung (2740 m) der Österreicher. Ruinen alter Militärgebäude sind hier noch zu sehen. Etwa 100 Meter entfernt kann man durch eine noch erhaltene Schießscharte den Blickwinkel eines Soldaten auf das Stilfserjoch nachvollziehen. Verschiedene Tafeln erläutern hier die geschichtlichen Zusammenhänge.

Die Stellung wurde bereits 1912 errichtet, aber zu Beginn des Krieges erst einmal aufgegeben, weil die Österreicher zunächst ihre Verteidigungslinie im Tal im Bereich Gomagoi hatten. Erst nach der Eroberung des Monte Scorluzzo wurde auch diese Stellung wieder bezogen.

Erstmals können wir von hier bis ins Etschtal, also den Vinschgau hinabschauen. Nun geht es linkshaltend weiter auf dem Weg Nr. 20. Dieser führt zunächst in nördlicher Richtung weiterhin am Hang entlang und verliert zunächst noch recht langsam an Höhe. Stellenweise ist der Weg recht ausgesetzt. Tief unten im Tal können wir einige Häuser von Trafoi sehen.

Wir kommen in ein Gebiet, wo in früherer Zeit der Hang abgerutscht ist. Das Gelände ist dementsprechend von Felsbrocken durchsetzt. Eine weitere Tafel erläutert uns die Begebenheiten. Lawinerverbauungen sollen das Tal schützen. Nun haben wir einen herrlichen Blick ins Etschtal, ins Matscher Tal oberhalb von Mals und Schlanders und in die Ötztaler Alpen.

Tief im Tal sehen wir nun Gomagoi und die Abzweigung nach Sulden. Erstmals sehen wir auch das Ziel der Wanderung, die Furkelhütte.

Wir ignorieren bald den Abzweig zur Oberen Tartscher Alm. Unser Weg führt weiter durch felsiges Gelände. Nun geht es stärker bergab. Der Weg führt im Zickzack hinab. In einem flacheren Stück durchqueren wir das Furkeltal. 450 m oberhalb befindet sich der Paß Fuorcla Costainas zwischen dem Piz Costainas und dem Groß-Tarscherkopf und damit die Grenze zur Schweiz.

Wir gehen weiter bergab und kommen bald in Zirbenwald. Der Weg wird bequemer und bringt uns bald zur Talstation eines Skiliftes. Nun sind es nur noch wenige Schritte bis zur Furkelhütte (2153 m). Von hier fährt der Sessellift hinab nach Trafoi. Wer die etwa 20-minütige Abfahrt mit dem Lift nicht mag, der kann auch zu Fuß nach Trafoi gelangen. Der Weg Nr. 17 führt in etwa 1 1/4 Stunden die 600 m Höhenunterschied ins Tal hinab.

**Wanderzeit** : etwa 3 1/2 Stunden (10 km).

**Höhenunterschiede** : Aufstieg etwa 85 m, Abstieg etwa 690 m.

**Höchste Stelle** : Dreisprachenspitze 2843 m.

**Einkehrmöglichkeiten unterwegs** : Rifugio Garibaldi auf der Dreisprachenspitze, Furkelhütte.

**Parkmöglichkeiten** : in Trafoi und am Stilfserjoch.

**Wichtig** : Für den Grenzübertritt sind gültige Ausweispapiere mitzuführen !

## 17. Der Piz Chavalatsch - Der östlichste Grenzstein der Schweiz.

Ein herrlicher Aussichtsberg - insbesondere in Richtung Vinschgau - ist der Piz Chavalatsch. Mit 2763 m Höhe ist auch er kein kleiner. Seine Besteigung fordert dementsprechend auch einige Ausdauer. Um zu vermeiden, daß man hin und zurück den gleichen Weg benutzen muß schlage ich vor, die Wanderung in Trafoi zu beginnen. Während der italienischen Sommerferien, das ist in der Regel zwischen Ende Juni und Mitte September verkehrt die Buslinie der SAD von Mals hinauf zum Stilfserjoch und damit nach Trafoi.

Also fährt man am besten mit dem Frühkurs der SAD, im Sommer 2006 um 7.10 Uhr, von der Post in Müstair hinab nach Glurns oder Mals, wo in den Bus nach Trafoi umgestiegen wird. Mit dem Sessellift fahren wir hinauf zur Furkelhütte (2153 m). Von hier folgen wir dem Weg Nr. 4 in östlicher Richtung zunächst etwas abwärts in Richtung Prader Alm. Wir haben einen schönen Blick zum Ortler und ins Trafoier Tal. Unser Weg wechselt bald die Richtung und dreht nach Norden ab. Bald - wenig oberhalb der Prader Alm - verzweigt er sich (2082 m). Wir halten uns links und steigen anfangs langsam auf. Nach und nach wird der Blick ins Etschtal immer besser. Bald endet der breite Weg (2190 m) und wir folgen einem schönen nach einem kurzen Anstieg nahezu ebenen Pfad durch einen Hang. Bei Trada (2269 m) an der Ostflanke des Piz Sielva, einem Rastplatz, verzweigt sich der Weg erneut. Wiederum halten wir uns links und folgen der Markierung "4 A" über den offensichtlich wenig benutzten Weg. Er schwenkt bald scharf um.

Hier sehen wir das erste Mal den Piz Chavalatsch mit dem Grenzerhäuschen. Er scheint eigentlich ganz nah, doch dauert es noch fast zwei Stunden (ohne Pause) bis wir oben sind. Zunächst einmal steigen wir etwa 60 Meter ab, dann steigt unser Weg wieder, anfangs weniger, nachdem wir aber einen Bach gequert haben, wieder kräftiger an. Die letzten Meter vor dem Sattel La Scharta (2593 m) sind dabei nochmals sehr heftig. Kurz vor dem Erreichen des Grates, auf dem die Grenze zwischen der Schweiz und Italien verläuft, dreht der Weg nach Norden ab. Das Grenzerhäuschen scheint fast zum Greifen nah, doch es dauert immer noch knapp eine halbe Stunde, bis wir die letzten 170 Meter hinaufgestiegen sind und endlich den Gipfel erreicht haben. Bald trifft unser Weg mit dem von der Schweizer Seite zusammen und Schritt für Schritt nähern wir uns auf dem Grat dem Grenzerhäuschen oben auf dem Berg.

2 1/2 bis 3 Stunden dauert der Aufstieg von der Furkelhütte hier hinauf. Der Gipfel, auf dem sich ein 1999 erstelltes Gipfelkreuz befindet, liegt etwa 100 Meter hinter dem Grenzerhäuschen. Der Grenzstein 29 hier oben auf dem Piz Chavalatsch (2763 m) ist der östlichste Punkt der Schweiz. Der imposante Rundblick weit ins Etschtal mit Gipfeln, die sich bereits hinter Meran befinden, zu den Öztaler Alpen und zum Reschensee, aber auch weit hinein in die Schweizer Berge mit dem Piz Bernina im Westen läßt uns lange verweilen, direkt gegenüber sehen wir das Avignatal, durch das man von Müstair oder Taufers über das Scarljöchl, auf romanisch Cruschetta, nach S-charl einer bereits zu Scuol im Unterengadin gehörenden Siedlung gelangen kann.

Nun machen wir uns an den Abstieg, gehen dabei zunächst das erste Stück auf dem vom Aufstieg bekannten Weg zurück folgen dann aber vor dem Grenzstein Nr. 30 rechtshaltend der Schweizer Markierung. Achtung: Die Markierung dreht bereits kurz vor der tiefsten Stelle dieses Grates, dem Sattel La Scharta (2593 m) nach rechts ab. Überhaupt müssen wir hier im Abstieg sehr aufpassen, denn die Zeichen sind leicht zu übersehen und ein Weg ist nicht immer zu erkennen. Stetig steigen wir ab und schwenken später links in einen Weg, der vom schweizerischen Grenzerhäuschen an der Westflanke des Piz Chavalatsch herkommt, ein.

In Höhe des grasbewachsenen Felsens auf der Era da Jals (2349 m) verzweigt sich der Weg. Wir nehmen den rechten Weg, der in einem weiten Bogen den Hang nach Plauin Radond (2220 m) absteigt und erreichen später eine Jagdhütte (2060 m). Unten sehen wir schon die Forststraße, doch bis zu ihr sind noch etwa 200 Höhenmeter abzusteigen. Dort angekommen, sind wir bereits 900 Meter seit dem Gipfel abgestiegen. Wir gehen auf der Straße wenige Meter nach links. Nach Überschreiten des Bächleins im Val Plazzöl (1867 m) können wir uns entscheiden. Entweder nehmen wir den Fußweg nach rechts hinab, der direkt zu den Höfen von Guad führt. Wenn wir aber unsere vom Abstieg vielleicht strapazierten Knie schonen wollen, bleiben wir auf der Forststraße, die zwar doppelt so lang ist, dafür aber um einiges flacher. Nach gut 10 Minuten auf der Forststraße kommen wir zu einer Hütte mit Brunnen. Dahinter kommt der Weg von der Alp Sielva hinzu. Nach rechts umschwenkend kreuzt bald der Fußweg die Forststraße, und etwa 10 Minuten nach der nächsten Kehre schickt uns oberhalb der Höfe von Guad (1506 m) ein Fußweg nach rechts hinab nach Müstair.

Gehen wir auf der Forststraße weiter, so kommen wir beim Krankenhaus in Sielva kurz vor Sta. Maria auf die Talstraße.

Weil unser Auto aber in Müstair steht, nehmen wir diesen Fußweg, kreuzen die Fahrstraße zum Ferienhof Conrad und steigen auf einem rechts steilen Fußweg durch den Wald hinab ins Tal. Das letzte Stück führt uns dabei im Zickzack fast ein wenig abenteuerlich durch eine Felswand hinab zu den Wiesen am Rombach und zum Grillplatz Plazzöl (1251 m) bei Müstair.

**Wanderzeit** : etwa 5 1/2 - 6 1/2 Stunden (16 km).

**Höhenunterschiede** : Aufstieg etwa 700 m, Abstieg etwa 1550 m.

**Höchste Stelle** : Piz Chavalatsch (2763 m).

**Einkehrmöglichkeiten unterwegs** : keine !

**Parkmöglichkeiten** : Müstair, beim Grillplatz Plazzöl, zu erreichen beim Ghs. Liun rechts ab zum Rombach. Der Parkplatz befindet sich jenseits der Brücke rechts. Zur Bushaltestelle bei der Post muß man morgens einen Fußweg von etwa einer Viertelstunde einkalkulieren.

**Wichtig** : Für den Grenzübergang sind gültige Ausweispapiere mitzuführen !

## 18. Signalkuppe - Im Banne der Gletscher.

Während die Wanderung vom Stilfserjoch über den Wormisionssteig zur Furkelhütte (Wanderung Nr. 16) nördlich der Stilfserjochstraße auf der Sonnenseite des Trafoier Tales verläuft sind wir bei der kleinen Tour zur Franzeshöhe ein wenig auf der Schattenseite. Entsprechend präsentiert sich hier die Landschaft, haben wir anfangs doch fast nur Geröll.

Wir starten an der Paßhöhe des Stilfserjochs (2757 m) und gehen vorbei am Hotel Stilfserjoch und halten uns dahinter links und gelangen schon nach wenigen Minuten zur Tibethütte.

Hinter der Hütte beginnt rechts der Wanderweg durch das Geröll. Wir achten am besten genau auf die "rot-weiß-roten" Markierungen mit der Nr. 22. Es geht noch ein paar Meter bergauf und wir gelangen zu einem Weg, der von rechts herkommt. Wir folgen der Markierung, jetzt praktisch unter der Hochspannungsleitung und ziemlich eben, und genießen die Tiefblicke auf die Kehren der Paßstraße. Bald beginnt der Weg zu etwas fallen und wir wandern auf eine auffällige Hütte unter einem Mast zu. Dies ist die Signalkuppe (2771 m). Vor dem Mast wendet sich unser Weg scharf nach rechts ab. Nun beginnt endgültig der Abstieg ins Tal. Rechts des Weges zieht uns die Zunge des Madatschferners in ihren Bann. Nach unzähligen Kehren - das Gelände ändert sich inzwischen, denn das Geröll weicht zusehends dem Grasland - kommt eine Wegverzweigung, wo ein Weg links bergaufführt.

Geht man dort hinauf und vorbei an den Lawinenverbauungen bis zum Holzkreuz, so kann man zu unserem Ziel, dem Hotel Franzeshöhe hinabschauen.

Ansonsten gehen wir den Weg weiter bergab. Gegenüber fällt uns die Randmoräne des früher viel weiter hinunter reichenden Madatschferners auf. Außerdem sehen wir bald die unteren Kehren der Stilfserjochstraße. Nach wenigen Minuten gelangen wir über einen Fußweg zu unserem Ziel, dem Hotel Franzeshöhe (2189 m).

Mit dem Bus der SAD, der jedoch nur während der italienischen Sommerferien verkehrt, gelangen wir wieder hinauf zum Joch.

**Wanderzeit** : etwa 1 1/2 bis 2 Stunden (5 km).

**Höhenunterschiede** : Aufsteig etwa 70 m, Abstieg etwa 640 m.

**Höchste Stelle** : zwischen Tibethütte und Signalkuppe (2824 m).

**Einkehrmöglichkeiten unterwegs** : keine, nur am Schluß im Hotel Franzeshöhe.

**Parkmöglichkeiten** : am Stilfserjoch.

## 19. Monte Scorluzzo – Der Feldherrnhügel am Stilfserjoch.

Südwestlich des Stilfserjochs liegt der höchste der drei Dreitausender, die ein normaler Wanderer ohne größere Probleme und Kletterausrüstung erreichen kann, der Monte Scorluzzo. Im Ersten Weltkrieg war er von besonderer strategischer Bedeutung, bietet er doch einen hervorragenden Überblick über das Stilfserjoch, das ja damals die Staatsgrenze zwischen Österreich-Ungarn und Italien bildete. War er zu Beginn des Krieges von den Italienern besetzt, so nahmen ihn die Österreicher in einer Kommandoaktion in ihren Besitz und konnten ihn bis zum Ende des Krieges halten. Die Italiener zogen sich auf weiter westlich gelegene Posten zurück.

Um diesen Aussichtspunkt zu erreichen gehen wir auf der Paßhöhe des Stilfserjochs (2757 m) zunächst zur Talstation der Seilbahn auf den Trincerone (3024 m) und den Monte Livrio (3174 m). Wenige Meter westlich davon beginnt die anfangs sehr steile Fahrstraße, die nur für Allradfahrzeuge und PS-starke normale PKW geeignet ist, aber ohnehin mittlerweile für den gesamten Verkehr gesperrt ist. Wir folgen dabei dem Weg Nr. 13, sowie der rot-grün-weißen Markierung des Militärhistorischen Wanderweges Stelvio - Umbrail.

Nach zwei Kehren passieren wir das Rifugio Compagnioni und steigen weiter auf dem Fahrsträßchen bis zum Sattel "Passo Platigliole" (2908 m) hinauf, wo die Fahrstraße nach links umschwenkt und zur Mittelstation Trincerone der Seilbahn führt, während wir nun auf einem Pfädchen nach rechts auf der Rückseite des kleinen Scorluzzo hinaufsteigen. Nach wenigen Metern Anstieg macht der militärhistorische Weg einen Schlenker nach rechts über die Stellungen hier auf dem kleinen Scorluzzo, während Wanderweg Nr. 13 weiter direkt den Hang hinaufsteigt. Wenig später vereinigen sich beide Wege wieder und führen stetig steigend hinauf in einer guten halben Stunde auf den Gipfel des Monte Scorluzzo (3095 m), auf dem wir noch deutlich die Stellung der Österreicher aus dem ersten Weltkrieg ausmachen können.

Herrlich ist der Rundblick von hier oben. Dominiert wird die Szene natürlich von der Ortlergruppe, aber im Westen können wir gut die Berninagruppe ausmachen, sehen in nördlicher Richtung die Engadiner Alpen und im Nordosten die Ötztaler Alpen mit der Weißkugel.

Auf dem gleichen Weg geht es wieder zurück zum Stilfserjoch.

Wollen wir uns den steilen Aufstieg auf der Fahrstraße zum Passo Platigliole ersparen, können wir auch mit der Seilbahn bis zur Mittelstation Trincerone fahren und von dort aus auf dem Fahrweg hinunter auf den Sattel gelangen und zum Monte Scorluzzo aufsteigen.

Der Militärgeschichtliche Pfad führt übrigens weiter vom Monte Scorluzzo über den Rücken des Filone del Mot, auf dem sich italienische Stellungen und Unterkünfte befanden. Von dort führt der offizielle Wanderweg Nr. 13 hinab zur Paßstraße, die kurz oberhalb der Ila Cantoniera erreicht wird, während der militärgeschichtliche Wanderweg nördlich über die Ebene Piano di Scorluzzo mit den Laghi di Scorluzzo führt und viel weiter oben wieder auf die Stilfserjochstraße trifft.

In den Monaten Juli und August fahren auf der Stilfserjochstraße an drei Tagen in der Woche die Omnibusse der Firma Perego, mit denen man von der Ila Cantoniera wieder zum Stilfserjoch gelangen kann.

**Wanderzeit** : etwa 2 bis 2 1/2 Stunden.

**Höhenunterschiede** : Auf- und Abstieg jeweils etwa 340 m.

**Höchste Stelle** : Monte Scorluzzo (3095 m).

**Einkehrmöglichkeiten unterwegs** : Rifugio Compagnoni.

**Parkmöglichkeiten** : auf dem Stilfserjoch.

## 20. Höhenwanderung zum Lago di Cancano - Vom Berg zum Stausee.

Bei dieser Wanderung bleiben wir immer in Italien. Sie erfordert einiges an Planung: Fahrten mit öffentlichen Verkehrsmitteln sind hier nämlich leider nicht mehr möglich, weil die Firma Perego, die sowohl die Linien von Bormio zum Stilfserjoch als auch die von Bormio nach Cancano betreibt, den Fahrplan im Jahre 2008 so verändert hat, daß an den Tagen, an denen die Linie zum Stilfserjoch verkehrt, die Busse nicht zum Lago di Cancano fahren und umgekehrt. Also braucht man für diese Wanderung einen Chauffeur oder aber zwei Autos, von denen eines am Ziel abgestellt wird und das andere zum Ausgangspunkt der Tour fährt, wo man beim Berghaus Astras am Umbrailpaß auf der Schweizer Seite parken kann.

Vom Schweizer Zollhaus wandern wir für 100 m auf der Umbrailstraße hinüber nach Italien auf die 4a Cantoniera, das 4. Straßenwärterhaus am "Giogo di Santa Maria" zu, wie die Italiener den Umbrailpaß (2501 m) nennen bis gleich nach der Grenze ein Wanderweg nach rechts abzweigt. Wir bleiben nun auf der italienischen Seite und gehen oberhalb der Stilfserjochstraße in westlicher Richtung am Südhang des Piz Umbrail entlang. Unterhalb unseres Wanderweges sehen wir die Siedlung S. Rainieri um die kleine Kirche.

Unser Pfad bringt uns zum fast verfallenen Stall Baitello di Cogno (2589 m). Weiter steigen wir langsam an und erreichen nach einer Weile den höchsten Punkt der Wanderstrecke, den Paßübergang Bocchetta di Forcola (2768 m).

Im ersten Weltkrieg standen hier italienische Truppen und bewachten das Vorfeld des Stilfserjochs, auf dessen Ostseite die Österreicher lagen. Von den Resten der Befestigungen können wir durch die "Schießscharten" auf unseren Wanderweg und auf das vor uns liegende Stilfserjoch schauen.

Auf der Westseite wandern wir zum "Ricovero", der Kaserne aus dem ersten Weltkrieg und gehen weiter auf der ehemaligen Militärstraße weiter hinab durch das wilde Tal des Bächleins Forcola und erreichen nach gut fünf Viertelstunden die Alm Baita di Forcola (2311 m). An der Ostflanke des Piz Schumbraila führt der Weg durch das Valle di Forcola weiter hinab und bietet schöne Ausblicke auf die Berge südlich von Bormio. Von links mündet eine weitere alte Militärstraße ein. Schon haben wir Le Fornelle (2021 m) erreicht. Hier beginnt der Fahrweg der Mailänder Elektrizitätswerke, die den Oberlauf der Adda intensiv zur Stromerzeugung nutzen. Das Bächlein Fornelle strebt - tief eingeschnitten - der Adda zu. Sie fließt hinab nach Bormio im oberen Veltlin, das wir bald - ebenso wie die Stilfserjochstraße - sehen können. Nach einer Weile zweigt ein Weg dorthin ab. Unser Weg steigt wieder etwas an und wir erreichen Grasso di Solena (1960 m) und wenig später auch das kleine Kirchlein, den Endpunkt der Wanderung. In den Monaten Juli und August fährt von hier dreimal die Woche um 17.00 Uhr ein Linienbus nach Bormio hinab. Vor uns liegt der Lago di

Cancano, der ebenso wie der dahinterliegende Lago di San Giacomo di Fraéle den Mailänder Elektrizitätswerken zur Stromerzeugung dient.

**Wanderzeit** : etwa 5 Stunden (16 km).

**Höhenunterschiede** : Aufstieg: etwa 270 m, Abstieg: etwa 800 m.

**Höchste Stelle** : Bochetta di Forcola (2768 m).

**Einkehrmöglichkeiten unterwegs** : keine !

**Parkmöglichkeiten** : Parkplatz beim Umbrailpaß.

**Wichtig** : Für den Grenzübertritt sind gültige Ausweispapiere mitzuführen !

## 21. Punta di Rims - Oben am Berg stand einsam ein Soldat.

Haben wir bei der Wanderung Nr. 16 über den Trafoier Höhenweg die Stellungen der Österreichischen Soldaten aus dem ersten Weltkrieg kennengelernt, so besuchen wir mit dieser Tour deren damalige Gegner, die Italiener. Dazu erwandern wir die Route "Umbrail" des im September 2000 eröffneten Wegnetzes des militärhistorischen Wanderweges Stelvio - Umbrail, der mit grün-weiß-roten Strichen markiert ist.

Wir fahren mit unserem PKW oder dem im Sommer dreimal wöchentlich verkehrenden Extrapostauto auf den Umbrailpaß (2501 m) an das ehemalige Schweizer Zollhaus.

Eine wichtige Bemerkung zu dieser Tour möchte ich im Voraus machen: Bis zur Punta di Rims (Grenzstein 12) ist diese Tour für einen guten Bergwanderer sicher kein Problem. Der Weiterweg zum Piz Umbrail erfordert aber einiges an Trittsicherheit und Schwindelfreiheit. Die Maßstäbe der Schweizer Wanderwege angelegt, müßte dieser Weg sicher mit blauen Wegzeichen markiert sein.

Etwas erschwerend kommt hinzu, daß die Markierung des militärhistorischen Wanderweges so ausgelegt ist, daß der Weg umgekehrt gegangen wird, dabei wird der Aufstieg zum Piz Umbrail (500 Höhenmeter) gleich zu Beginn bewältigt (siehe hierzu auch Wanderung Nr. 13), während bei der von mir beschriebenen Richtung der Anstieg hingegen im mehreren Etappen langsamer überwunden wird, was für einen Mittelgebirgswanderer (wie ich einer bin) sicher angenehmer ist. In dieser Richtung ist die Markierung aber nicht immer eindeutig und es besteht die Gefahr, daß man sich im Geröll der Spi da Rims versteigt.

Vom Zollhaus wandern wir auf der Straße etwa 100 Meter über die Grenze in Richtung Italien, dann beginnt nach rechts der Weg, der auf der Südseite des Piz Umbrail entlang hoch über der Stilsferjochstraße in Richtung Westen führt. Wie bei der Wanderung Nr. 20 wandern wir zunächst langsam, nach etwa einer guten Stunde stärker ansteigend vorbei am halbverfallenen Stall Baitello del Cogno (2589 m) hinauf zur Bochetta di Forcola (2768 m), wo wir einen quer zu unserem Wanderweg verlaufenden Querriegel erstiegen haben.

Dies haben sich im ersten Weltkrieg die Italiener zu Nutzen gemacht, wie wir an den heute noch vorhandenen Resten von Stellungen und Schützengräben erkennen können. Sie bewachten das Vorfeld des Stilsferjochs, auf dessen Ostseite die Österreicher lagen. Von den Resten der Befestigungen können wir durch die "Schießscharten" auf unseren bisherigen Wanderweg und auf das vor uns liegende Stilsferjoch schauen.

Kurz unterhalb sehen wir heute noch das "Ricovero", das ehemalige Unterkunftsgebäude der italienischen Truppen. Dort hinab führt Wanderung Nr. 20. Wir hingegen wandern rechts diesen Querriegel hinauf entlang der Befestigungslinien. Wenig später treffen wir auf den alten Militärweg, der vom "Ricovero" heraufkommt. Wir steigen noch ein Stück hinauf, kommen dann in einen Sattel, wo ein Weg rechts um den Bergrücken herumführt. Wir aber bleiben auf der linken (westlichen) Seite und steigen in einer langen Kehre mit einer recht angenehmen Steigung den ehemaligen italienischen Versorgungsweg zur Punta di Rims (2946 m). Dieser Weg war so angelegt, daß er sogar von Pferdekarren befahren werden konnte. Das Geröll dieser Gegend hat ihn in den vergangenen mehr als achtzig Jahren allerdings wieder ziemlich zugeschüttet.

Oben haben wir den Kamm "Spi da Rims" und die Grenze zwischen Italien und der Schweiz erreicht. Eine herrliche Aussicht sowohl in Richtung Italien als auch in Richtung Schweiz entlohnt uns für diesen Aufstieg. Sechshundert Meter unterhalb sehen wir beispielsweise den wunderschönen Lai da Rims (siehe Wanderung Nr. 13).

Hier können wir erkennen, daß die Soldaten Italiens und der Schweiz hier praktisch Wand an Wand lagen. Auf Schweizer Seite gab es einen Offiziersposten, in dessen Schutz auf der anderen Seite italienische Verteidigungslinien waren, denn die Italiener machten sich hier ebenso wie auf der Dreisprachenspitze die

Österreicher die Nähe der neutralen Schweiz zu Nutzen, die die jeweiligen Gegner nicht beschossen haben. (Nähere Informationen hierzu gibt der im Jahre 2002 erschienene Wanderführer von David Accola "Der militärhistorische Wanderweg Stelvio - Umbrail", der für 29,50 Sfr bei den Tourismusbüros im Münstertal erhältlich ist).

Wer sich das nun folgende sehr schwierige Gelände nicht zutraut, der sollte hier oben aufhören und auf dem gleichen Weg wieder zum Umbrailpaß zurückkehren. Wie eingangs erwähnt beginnt nämlich nun ein Wegstück, das eigentlich nicht mehr als Wanderweg bezeichnet werden kann, sondern vielmehr alpine Erfahrung erfordert. Zunächst steigen wir hinab zum tiefsten Punkt des Grates, dann führt der militärhistorische Wanderweg teilweise weglos durch Geröllhalden. Insbesondere hier fällt uns auf, daß die Markierung für die Gegenrichtung angelegt ist, denn für uns ist sie kaum zu erkennen. Man sollte vielmehr aufpassen, daß man im Geröllhang nicht zu weit nach unten kommt, denn wir umgehen mehrere Felstürme des Grates auf der linken (Schweizer) Seite. Nach einiger Zeit steigen wir hinauf und sehen in einiger Entfernung den Wegweiser des BAW-Wanderweges auf dem Piz Umbrail. Nun ist der Weg wieder besser erkennbar und auch recht gut zu begehen. Von links kommt der BAW-Weg vom Lai da Rims herauf und rasch haben wir die Spitze des Piz Umbrail (3033 m) erreicht. Weil der militärhistorische Wanderweg hier nun wieder über schwieriges Gelände hinunter führt, folgen wir jetzt dem offiziellen weiß-rot-weiß gekennzeichneten BAW-Wanderweg, der zunächst nach Norden hinabsteigt. Eine markante Stange mit der Blechdose kennzeichnet den Richtungswechsel und wir steigen anfangs recht steil durch das Geröllfeld an der Nordostflanke des Piz Umbrail weiter bergab. Dieses Stück fordert nochmals ein bißchen unsere Schwindelfreiheit. Am Ende des Gerölls beginnt wieder grasbewachsenes Alpgelände. Erleichtert wandern wir weiter bergab und passieren dabei die Grundmauern einiger Gebäude, die während der Grenzbesetzung im ersten Weltkrieg von den Schweizer Soldaten errichtet wurden. Nach einer ganzen Weile taucht vor uns wieder das Ziel - das Zollhaus am Umbrailpaß (2501 m) - auf. Noch wenige Minuten, dann liefert uns der Wanderweg auf der Paßstraße ab. Vorbei am Bergrestaurant Astras sind es noch wenige Schritte bis zu unserem Auto und wir haben eine schwere aber trotzdem herrliche Wanderung hinter uns gebracht. Doch auch demjenigen, der an der Punta di Rims umgekehrt ist, kann man sagen, daß auch dieser Teil der Tour durch die schönen Ausblicke durchaus sehr lohnend ist.

**Wanderzeit** : etwa 5 Stunden (9 km).

**Höhenunterschiede** : Auf- und Abstieg bis zur Punta di Rims etwa 440 m, bis zum Piz Umbrail Auf- und Abstieg insgesamt etwa 580 m.

**Höchste Stelle** : Punta di Rims (Grenzstein 12) (2946 m), bzw. Piz Umbrail (3033 m).

**Einkehrmöglichkeiten unterwegs** : keine.

**Parkmöglichkeiten** : Parkplatz beim Umbrailpaß.

**Wichtig** : Für den Grenzübertritt sind gültige Ausweispapiere mitzuführen !

## 22. Passo di Fraéle - Auf Schmugglerpfaden ins Val Mora.

Bei Wanderung Nr. 12 habe ich erwähnt, daß das Wasser aus dem Val Mora nach Italien fließt. Mit dieser Wanderung können wir das überprüfen.

Leider ist eine Anreise mit öffentlichen Verkehrsmitteln völlig unmöglich. Also nehmen wir das Auto und fahren über den Umbrailpaß in Richtung Bormio, biegen aber vorher ab in Richtung Livigno. Nach 3 km, im Weiler Torripiano biegen wir nochmals rechts ab und fahren über 21 Kehren hinauf zu den Torri di Fraéle. Weil diese Straße für die Lastwagen der Mailänder Elektrizitätswerke tauglich sein sollte, ist sie nirgends sehr steil. Vorbei an den Türmen führt sie - nun als Schotterstraße - in ein wildes Hochtal. Die junge Adda, die im Val Alpisella entspringt, wurde hier in zwei Stauseen zur Stromgewinnung aufgestaut.

Während Wanderung Nr. 20 in Grasso Solena an der Mauer des unteren Sees, des Lago di Cancano endet, beginnt Wanderung Nr. 22 am oberen Ende des zweiten Sees, des Lago di San Giacomo di Fraéle. Wir fahren daher auf der Südseite des ersten Sees bis zur Staumauer, über die wir auf die Nordseite kommen und fahren auf dieser weiter bis zum Kirchlein San Giacomo di Fraéle. Hier am Passo di Fraéle gibt es einen Parkplatz, an dem wir die Tour beginnen wollen.

Der Passo di Fraéle (1952 m) ist der niedrigste Alpenübergang westlich des Reschenpasses. Es ist daher schon verwunderlich, daß er von keinem Verkehrsweg benutzt wird. Das Wasser, das auf seiner

Nordwestseite abfließt, fließt in den Stausee von Livigno. Dorthin führt zwar ein Wanderweg, doch es ist nicht einmal möglich zur Staumauer Punt dal Gall durchzuwandern. Deshalb ist dieses Gelände recht unberührt, man fühlt sich fast nach Kanada versetzt.

Vom Parkplatz wandern wir in nordwestlicher Richtung, wir folgen den Wegweisern "Val Mora - Confine Svizzero". Markierungen gibt es nämlich auf italienischer Seite keine. Der Weg führt ganz langsam abwärts. Das Gelände ist mit viel Geröll durchsetzt. Bei einer Wegverzweigung halten wir uns rechts und wandern auf den Grenzberg Cima di Pra Grasso zu. Im Wald erneut rechtshaltend führt uns der Weg bald zur Grenze am Passo Val Mora (Cruschetta) (1934 m), wo Bänke neben dem Grenzstein zur Rast einladen.

Der Weg wird auf Schweizer Seite zum schmalen Pfad. Tief unten fließt der Bach "Aua da Val Mora" dem Stausee zu. Nach und nach kommen wir ihm näher, bis wir nach Durchwandern einer etwas ausgesetzten Rinne direkt an sein Ufer kommen. Mal nahe dran, bald aber wieder etwas höher führt unser Wanderweg weiter durch das wilde Gelände. Vor uns ist der Piz Daint zu sehen. Bald führt ein Holzsteg über den Bach (1980 m). Das Tal wird weiter. Es ist erstaunlich, welch breites Bett sich der Bach geschaffen hat. Nach einiger Zeit ändert das Tal langsam seine Richtung und bald taucht die Alp Mora vor uns auf. Über die Wiese Palüetta (2009 m) streben wir der Alm zu. Am Ende der Wiese verzweigt sich der Weg, links geht es in Richtung Ofenpaß / Buffalora, geradeaus führt der Weg weiter im Talgrund zur Alp Sprella und weiter nach Sta. Maria.

Wer einen Chauffeur gehabt hat, der ihn an den Passo di Fraéle gebracht hat und mit dem Auto wieder zurückfährt, der kann auch weiterwandern entweder nach links über Jufplaun zum Straßenwärterhaus Buffalora an der Ofenpaßstraße oder zum Ofenpaß. Oder aber geradeaus das ganze Tal aufwärts und wie Wanderung Nr. 12 über Döss Radond ins Münstertal.

Wir wandern zunächst auch noch geradeaus weiter. Wiesen und Wald wechseln sich ab. Kurz vor der Alp Sprella erreichen wir den Fahrweg (2062 m). Weil wir aber zum Auto zurückmüssen, gehen wir hier links und kommen bald zur Alp Mora (2084 m).

Nun folgen wir dem Fußweg in Richtung Jufplaun noch ein Stück weit aufwärts, bis wir nach etwa 10 Minuten den nächsten Wegweiser erreichen. Dort wandern wir dann scharf nach links und gelangen wieder hinab und kommen wieder auf die Wiese Palüetta (2009 m). Auf dem vom Hinweg bekannten Weg gehen wir zurück zu unserem Ausgangspunkt.

**Wanderzeit** : etwa 4 1/2 - 5 Stunden (16 km).

**Höhenunterschiede** : Aufstieg: etwa 200 m, Abstieg: etwa 50 m, auf dem Rückweg umgekehrt.

**Höchste Stelle** : Wegabzweigung bei der Alp Mora (2120 m).

**Einkehrmöglichkeiten unterwegs** : keine !

**Wichtig** : Für den Grenzübergang sind gültige Ausweispapiere mitzuführen !

### III. Nationalpark - Zernez

#### 23. Munt la Schera - Vom Ortler bis zur Berninagruppe.

Aus den Alpenstraßenberichten im Radio ist den meisten bestimmt der Munt-la-Schera-Tunnel bekannt. Der dazugehörige Berg ist ein herrlicher Aussichtspunkt - insbesondere über den Stausee von Livigno, aber auch auf viele hohe Berge zwischen dem Ortler und der Berninagruppe.

Die Wanderung kann man entweder am Ofenpaß oder beim Straßenwärterhaus Buffalora starten. Beide sind mit dem Postauto erreichbar, ebenso der Endpunkt Il Fuorn. Reist man mit dem Auto an, stellt man es am besten auf dem Parkplatz P 5 in der Nähe von Il Fuorn ab, wo die Wanderung endet. Von dort sind es fünf Minuten auf einem Pfad neben der Paßstraße bis zum Hotel, wo der Postbus hält. Es ist aber auch eine schöne Alternative für Autofahrer, den Wagen am Parkplatz P 4 bei der Punt la Drossa am Tunneleingang nach Livigno abzustellen. Auch dort hält das Postauto.

Mit ihm fährt man entweder bis Buffalora oder bis Süssom Givè auf dem Ofenpaß.

Starten wir am Ofenpaß (Pass dal Fuorn) (2149 m), nehmen wir zunächst den gleichen Weg wie bei der Wanderung Nr. 12 ins Val Mora, gehen dann aber bei der Weggabelung Döss da las Plattas (2273 m) rechts in Richtung Buffalora. Wir steigen etwas hinab und gelangen auf den Weg der von der Ofenpaßstraße beim

Straßenwärterhaus Buffalora zum Jufplaun hinaufführt. Diesen Weg nehmen wir nach rechts und kommen bald zu der Alphütte bei Marangun.

Die andere Variante, die an der Bushaltestelle Buffalora startet führt auf einem Fußweg über den Alpboden zur Alp Buffalora. Dort steigt er kurz und kräftig an und führt durch den Wald ebenfalls hinauf zur Alphütte Marangun (2194 m).

Von dort nehmen wir den nach Westen führenden Weg, der uns stetig steigend vorbei am Eingang in den Stollen eines alten Bergwerks an die Nationalparkgrenze (2378 m) am Sattel zwischen Munt Chavagl und Munt Buffalora bringt. Eine Tafel erläutert uns das Verhalten im Nationalpark.

Wir haben unbemerkt die Seite gewechselt und wandern jetzt auf der Südseite des Munt Chavagl entlang und schauen ins Tal von Livigno. Ganz im Hintergrund sehen wir die weißen Gipfel der Berninagruppe.

Nach etwa 20 Minuten zweigt der Weg hinauf auf den Gipfel vom ebenen Wanderweg ab. Dieser ebene Weg führt geradewegs zur Alp la Schera. Doch wir gehen den recht steilen Aufstieg hinauf, sehen dabei sogar bis zum Ortler, und gelangen zur Hochfläche und zum Gipfel des Munt la Schera (2587 m). Wir genießen die herrliche Aussicht in den Nationalpark aber auch auf Livigno. Im Hintergrund sehen wir sogar die gesamten Berge zwischen dem Ortler, der sich hinter dem Piz Daint etwas versteckt hat, und der Berninagruppe.

Nun steigen wir ab. Am Hang wächst das Edelweiß. Wir gelangen zurück auf den Hangweg und gehen nach rechts weiter hinab zur Alp la Schera (2091 m). Mit etwas Glück zeigen sich hier ein paar Murmeltiere. Hier können wir wählen, denn beide Abstiege sind gleich lang:

Wenn wir auf das Postauto angewiesen sind, dann empfehle ich nach Il Fuorn zu gehen, denn dort kann man die Wartezeit auf den Bus im Restaurant verbringen. Dieser Weg führt weiter durch Lärchen- und Arvenwald, den God la Drossa und den God dal Fuorn, sowie über einige Lawinenzüge hinab bis wir den Parkplatz P 5 (1780 m) an der Ofenpaßstraße erreichen.

Der andere Weg führt links an der Hütte vorbei und gleich stärker bergab in den Wald. Hier fallen uns viele umgestürzte Föhren auf. Die einzigen Eingriffe des Menschen bestanden darin, den Wanderweg freizuhalten. Das Holz liegt noch am Weg und soll dort verwittern. Der Weg wechselt zweimal die Richtung, dann führt er über die Charbunera zum Sattel (1828 m) zwischen dem Munt la Schera und dem kleineren bewaldeten Piz la Schera. Hier halten wir uns rechts und steigen in gut 20 Minuten, dabei queren wir zwei etwas abgerutschte Wegpassagen und kommen dann zum Zollhaus Punt la Drossa (P 4) am Eingang zum Munt-la-Schera-Tunnel nach Livigno. Der Parkplatz befindet sich hinter dem Zollhaus.

**Wanderzeit** : etwa 4 Stunden (12 km) von Buffalora, vom Ofenpaß etwa 1 Stunde mehr.

**Höhenunterschiede** : Aufstieg: etwa 600 m und Abstieg: etwa 800 m, vom Ofenpaß 460 m bzw. 900 m.

**Höchste Stelle** : Munt la Schera (2587 m).

**Einkehrmöglichkeiten unterwegs** : keine !

**Parkmöglichkeiten** : auf dem Ofenpaß, beim Straßenwärterhaus Buffalora, beim P 5 kurz unterhalb von Il Fuorn oder aber beim Zollhaus an der Punt la Drossa (P 4).

## 24. Margunet - Wo die Geier kreisen.

Eigentlich keine lange Wanderung, aber trotzdem durchaus anspruchsvoll ist - wegen des Höhenunterschiedes - die Wanderung zum Aussichtspunkt Margunet im Schweizer Nationalpark.

Wir fahren mit dem Postauto oder mit unserem PKW bis zum Parkplatz P 8 (1886 m) an der Ofenpaßstraße, der sich etwa 2 km nach dem Straßenwärterhaus Buffalora befindet. Dort folgen wir auf der nördlichen Seite der Straße dem Wanderweg in Richtung Stabelchod. Durch den Wald - zunächst noch sehr langsam steigend - erreichen wir eine Lichtung mit der Hütte Stabelchod (1958 m). Hier treffen wir auf den Wanderweg, der vom Parkplatz P 9 herkommt. Wir halten uns bei der Hütte, einer ehemaligen Alphütte - links und kommen bald wieder in den Wald. Das Tal, es heißt Val da Stabelchod, wird enger und der Weg beginnt stärker zu steigen. Zweimal überqueren wir auf Holzstegen den Bach. Bis hinauf zum Aussichtspunkt Margunet ist der Weg nun ziemlich steil. Tafeln eines Naturlehrpfades erklären uns die Tier- und Pflanzenwelt. Vor uns entdecken wir in einiger Entfernung in der Wand eine Felsnische. Sie dient seit 1991 als Horst für die Wiederansiedlung der Bartgeier. Der Wanderweg dreht nach links aus dem Tal heraus und steigt immer noch kräftig an. Ein Rastplatz mit einer Bank an einer Felswand lädt zu einer Pause ein. Noch

ein Stück, dann schwenkt der Wanderweg nach links um (2186 m) und führt weiterhin steil im Zickzack auf die Höhe von Margunet (2328 m).

Hier oben ist mit gelben Stangen eine große Fläche als Rastplatz ausgewiesen, denn von hier oben läßt sich an den gegenüberliegenden Hängen gut das Wild wie z.B. Gemsen beobachten.

Nach der Rast wandern wir weiter zunächst kurz in nördlicher Richtung und sehen dabei den Wanderweg, der von der Furocla Val dal Botsch im Zick-Zack hinunterführt. Über diesen Sattel führen die Routen aus dem Val Plavna, das von Tarasp bei Scuol heraufzieht, sowie aus dem Val Mingèr, einem Seitental des Val S-charl hierher.

Unser Weg dreht nach links um und führt anfangs auf einem Grat ebenso steil, wie es zuvor bergauf gegangen ist nun im Zick-Zack hinab ins Val dal Botsch (2176 m), wo beide Wanderwege dann zusammentreffen. Gleich überschreiten wir den Bach und gehen neben ihm zunächst durch Geröllfelder weiter bergab. Mehr und mehr kommen wir in den Wald. Unterwegs fallen uns zur rechten die umgestürzten Bäume eines früheren Lawinenabgangs auf. Nach einer Weile entfernen wir uns vom Bach, der uns bisher begleitet hat. Nun sind es noch etwa 10 Minuten, bis wir wieder an die Ofenpaßstraße kommen (1878 m).

Wir überqueren die Straße und treffen dahinter auf den Talwanderweg. Haben wir unser Auto auf dem Parkplatz P 8 abgestellt, dann müssen wir nach links gehen, wo wir nach 10 Minuten an den Ausgangspunkt zurückkommen. Zwar ist dort auch eine Bushaltestelle, doch ist es schöner - insbesondere wenn wir bis zur Busabfahrt noch genügend Zeit haben, nach rechts weiter zu gehen. Es sind nämlich auch nur 20 Minuten bis Il Fuorn. Dieser Wanderweg steigt gleich hinab zum Bach Ova dal Fuorn, den wir auf einem Holzsteg überqueren. Wir wandern ein Stück neben dem Bach entlang, queren dann einen Zufluß und steigen anschließend wieder etwas hinauf. Der Weg führt ein Stück durch den Wald, dann wiederum zum Bach und auch bald zum Parkplatz P 6 beim Hotel Il Fuorn (1794 m), das auf der anderen Seite der Straße und des Bachs liegt und wo wir die Wartezeit auf den Bus mit einer Einkehr verkürzen können.

**Wanderzeit** : etwa 3 Stunden (6 km).

**Höhenunterschiede** : Auf- und Abstieg etwa 440 m, bis Il Fuorn zusätzliche 80 m Abstieg.

**Höchste Stelle** : Margunet (2328 m).

**Einkehrmöglichkeiten unterwegs** : keine.

**Parkmöglichkeiten** : Parkplatz P 8 an der Ofenpaßstraße.

## 25. Alp Grimmels - Wo das Murmeltier pfeift.

Der Übergang vom Parkplatz P 1 unterhalb von Ova Spin zum Hotel Il Fuorn ist zwar eine recht kurze, aber wegen ihrer Ausblicke trotzdem recht reizvolle Wanderung. Mit unserem PKW oder aber dem Postauto fahren wir zunächst bis zum Parkplatz P 1 (1839 m), der vom Münstertal her gesehen am Ende des Nationalparks liegt. Dort zeigt die Markierung nach rechts in den Wald hinein. Der Weg steigt anfangs recht steil durch ein enges, zeitweise von einem Bach durchflossenes Tal an, später dreht er ab steigt noch eine Weile an und dann gelangen wir aus dem Wald heraus, auf die Lichtung Champlönch, auf der wir nun praktisch eben weiterwandern. Wo es wieder in den Wald geht, verzweigt sich der Weg. Wir halten uns zunächst rechts, denn wir wollen zunächst zur Alp Grimmels. Dieser Weg steigt wiederum etwas an - wir schauen geradewegs in das Tal von Livigno, können aber weder den Stausee, noch den Ort sehen.

Nach wenigen Minuten haben wir die Alp Grimmels (2055 m) erreicht. Die vielen Löcher rund um den markierten Rastplatz zeigen uns an, daß hier Murmeltiere wohnen. Und wenn wir Glück haben, können wir den putzigen Nagern bei ihrem Treiben zusehen.

Doch außerdem haben wir einen schönen Blick über das Hotel Il Fuorn und die Ofenpaßstraße, wobei uns die lange Gerade im Wald dahinter auffällt, die schon aus diesem Grund den Namen "Lingia Lungia" trägt. Im Hintergrund sehen wir den Funkmast auf dem Ofenpaß und noch weiter dahinter die weißen Bergspitzen der Ortlergruppe, wobei sich der Ortler selbst hinter dem näheren Piz Daint versteckt.

Nach der Rast gehen wir die wenigen Meter zurück zum Wanderweg, folgen diesem dann nach rechts. In mehreren Schleifen führt er hinab in das Val Ftur (1892 m). Auf einem Steg überqueren wir den Bach, gehen wieder ein kleines Stück bergauf. Durch den Wald God sur il Fuorn, dabei haben wir auch schöne Blicke auf das untere Tal der Ova dal Fuorn in Richtung Punt la Drossa und auf den gegenüberliegenden Hang des Munt la Schera mit seinen Geröllrinnen (Wanderung Nr. 23). Noch ein Stück im Wald, dann sehen wir links

des Weges eine Ruine. Eine Erläuterungstafel klärt uns auf, daß es sich dabei um einen ehemaligen Kalkbrennofen handelt. Noch im letzten Jahrhundert brannte man hier das Kalkgestein zu Baukalk. So läßt sich auch der Name unseres Zieles erklären: "Il Fuorn" heißt nichts anderes als "der Ofen".

Wir queren ein Geröllfeld und schon nach wenigen Minuten liefert uns der Wanderweg direkt beim Hotel Il Fuorn (1794 m) ab. Von hier können wir mit dem Postauto entweder zurück zu unserem Auto auf dem Parkplatz P 1 oder aber auch wieder ins Münstertal fahren. Auf der anderen Straßenseite befindet sich übrigens der Parkplatz P 6.

**Wanderzeit** : etwa 2 1/4 Stunden (6 km).

**Höhenunterschiede** : Aufstieg etwa 240 m, Abstieg etwa 280 m.

**Höchste Stelle** : Alp Grimmels (2055 m).

**Einkehrmöglichkeiten unterwegs** : keine.

**Parkmöglichkeiten** : Parkplatz P 1 oder P 6 an der Ofenpaßstraße.

## 26. Alp Ivrainia - Schöne Aussichten auf Ortler und Engadin.

Am westlichen Ende des Nationalparks befindet sich an der Ofenpaßstraße das Straßenwärterhaus Ova Spin (1886 m). Es ist Ausgangspunkt einer Wanderung mit schönen Ausblicken. Der Wanderweg zur Alp Ivrainia beginnt hinter dem Haus auf der (in Fahrtrichtung Zernez) rechten Seite der Straße. Sofort geht es steil den Berg hinauf. Zwischendurch zeigt die Markierung auch in einen links des Weges gelegenen Pfad, der sich im Zickzack (etwas weniger steil) den Berg hinaufzieht. Zwei kürzere flachere Abschnitte lassen uns etwas verschnaufen, aber der Aufstieg zur Alp Ivrainia ist einer der steilsten, die ich in meinen Touren beschrieben habe. Nach einer guten dreiviertel Stunde verlassen wir den Wald und kommen (endlich eben !) auf eine Hochfläche. Wir gehen auf eine Hütte - die Villa Ivrainia (2147 m) - zu, halten uns davor aber links und queren bei einem Brunnen ein Bächlein. Links oberhalb befindet sich eine weitere Alphütte (2162 m). Diesen kleinen Anstieg sollten wir keineswegs versäumen, denn von der zweiten Hütte hat man einen herrlichen Weitblick auf den Weg zur Alp Grimmels (Wanderung Nr. 25), dahinter sehen wir von rechts die Berge bei Livigno und ein kleines Stück vom Stausee, daneben den Munt la Schera (Wanderung Nr. 23), wiederum links daneben den Piz Daint, neben dem sich links die weiße Spitze des Ortlers zeigt - um nur die wichtigsten Dinge zu nennen.

Nach einer verdienten Rast gehen wir zurück zum Wanderweg und nach links weiter abwärts. Es ist ein Alpweg, der uns bald in den Wald bringt. Er dreht bald nach links ab und nach einem schönen Blick auf das tief unten gelegene Zernez verlassen wir den Weg und folgen den weiß-rot-weißen Zeichen rechts hinab. Unten geht die Markierung in zwei Richtungen weiter (ein Wegweiser fehlte im September 2005). Hier halten wir uns rechts, denn nach links gelangt man wieder zurück nach Ova Spin. Es geht noch ein Stück steil bergab, dann queren wir einen Bach im Vallun d'Ivrainia und nun zieht sich unser Wanderweg am steilen Hang entlang. Er bietet uns immer wieder Blicke auf die tief unter uns liegende Ofenpaßstraße, aber auch ins Inntal hinab.

Nach einer Weile entdecken wir eine Alp. Noch ein Stück am Hang, dann queren wir abermals einen Bach - die Ova da Laschadura. Nun steigen wir wieder ein paar Meter hinauf und haben die Alp Laschadura (2000 m) erreicht.

Ab jetzt folgen wir dem Alp-Fahrsträßchen. Nach ein paar Minuten können wir uns bei einem Wegweiser entscheiden. Nach links geht es durch den Wald in etwa 20 Minuten recht steil hinab zur Postautohaltestelle Laschadura. Wir können aber auch auf dem Alpsträßchen weiter bergab wandern. Wald und freie Fläche wechseln sich ab und nach einer Weile schwenkt es in das Val da Barcli ein. Nach ein paar Minuten dreht es abermals nach links ab und bevor es wieder in den Wald hinein geht nehmen wir den Wanderpfad, der nach rechts abzweigt. Er zieht sich zunächst am Hang entlang, quert dann das Bächlein im Val da Barcli und verliert dann rasch an Höhe und bringt uns zur Ofenpaßstraße, auf der wir kurz weiter bergab gehen. Doch schon nach wenigen Metern führt der markierte Wanderweg nach links weiter bergab auf den Spöl zu, der unten im Tal fließt. Dann nimmt uns ein Waldfahrweg auf, der vorbei am alten Zollturm wieder zur Ofenpaßstraße führt, auf der wir nun zum Parkplatz "Prà da Punt" (1483 m) kommen. Die nächste Haltestelle des Postautos befindet sich beim Nationalparkhaus, zu dem wir noch ein paar Minuten auf der Ofenpaßstraße ortseinwärts nach Zernez (1471 m) hinein laufen müssen.

**Wanderzeit** : etwa 4 bis 4 1/2 Stunden (9 km), Variante zur Haltestelle Laschadura: etwa 3 1/2 Stunden.

**Höhenunterschiede** : Aufstieg etwa 300 m (sehr steil !!), Abstieg etwa 700 m.

**Höchste Stelle** : bei der Alp Ivrainia (2162 m).

**Einkehrmöglichkeiten unterwegs** : keine, nur am Schluß in Zernez.

**Parkmöglichkeiten** : Ova Spin, Parkplatz Prà da Punt am Ortsausgang von Zernez Richtung Müstertal.

## 27. Val Trupchun - Wo der Hirsch röhrt.

Wer sich dafür interessiert, Wild zu beobachten, für den ist das Val Trupchun ein absolutes Muß. Das Tal befindet sich am Westrand des Nationalparks. Die Anreise erfolgt vom Müstertal über den Ofenpaß und Zernez, dort innaufwärts nach S-chanf. Wer mit dem Auto anreist, folgt dem Wegweiser "Parc Naziunel" und fährt bis zum Parkplatz Prasüra (1700 m). Dort stellt man das Auto ab.

Auf der Wandertafel des Nationalparks schauen wir uns die Routen an. Es gibt im Prinzip zwei Wege ins Tal, den Weg unten, der anfangs eine Fahrstraße ist oder aber die "Via süra dal Val Trupchun" auf der - in Fließrichtung - linken Talseite. Also nehmen wir auf dem Hinweg den Talweg und gehen in den Wald. Nach wenigen Minuten überqueren wir den Bach und gehen drüben weiter vorbei an ein paar Häusern zur Punt da Val da Scrigns (1736 m). Nach etwa 5 Minuten kommen wir unterhalb der Parkhütte Chamanna dal Parc Varusch (1771 m) vorbei. Bis hierher können die Autos einzelner Berechtigter noch fahren, dann geht es nur noch zu Fuß weiter, denn nach wenigen Minuten überschreiten wir die Grenze des Nationalparks. Auch hier erläutert uns eine Tafel das Verhalten im Park.

Stetig steigend bringt uns der Fußweg weiter talaufwärts. Wir überqueren den Bach und gelangen zur Alp Purcher (1858 m). Noch ein paar Minuten auf dieser Seite, dann überqueren wir nahe der Mündung der Ova da Müschauns unseren Talbach Ova da Trupchun. Von hier führt übrigens eine blau markierte alpine Route über die Fuorcla Val Sassa ins Val Cluozza und nach Zernez.

Doch wir bleiben im Val Trupchun und folgen unserem Bach weiter bergauf. Unser Wanderweg gewinnt mit einem Zickzack im Arvenwald "Dschembrina" rasch an Höhe. Nach dem Ende des Waldes und kurz vor dem Val Mela mündet der Fußweg von der anderen Talseite ein und es sind noch etwa 10 Minuten bis zum Ziel, der Alp Trupchun (2040 m). Hinter der Alp öffnet sich ein Kessel, der vom Piz Chaschauna, Piz Trupchun und dem Piz Saliente gebildet wird. Dahinter liegt übrigens Livigno.

Am Hang nördlich der Alp kann man weidende Gemen, Hirsche und Steinböcke beobachten oder dem Treiben der zahlreichen Murmeltiere zuschauen. Besonders eindrucksvoll ist die Wanderung, wenn im Herbst die Zeit der Hirschbrunft ist und überall röhrende Hirsche zu hören sind.

Nach einer ausgiebigen Rast müssen wir uns auf den Rückweg machen. Nach etwa 10 Minuten nehmen wir nun den Fußweg nach links, überqueren bald den Bach und wandern auf einem schönen Fußweg mit Blicken auf die andere Talseite und später das wildromantische Val Müschauns durch die ausgedehnten Legföhrenbestände, sowie den Lichten Lärchen und Arvenwald. Hoch am Hang geht es zunächst durch den God Malögetta und danach den God Purcher. Wir verlassen den Nationalpark wieder und steigen durch Fichtenbestände nach einer Weile hinab ins Val da Scrigns. Weiter folgen wir den Markierungen - kurz nochmal etwas aufwärts - durch den God Aurozzas, einen mit Lärchen durchsetzten Fichtenwald und gelangen wieder zum Parkplatz.

**Wanderzeit** : etwa 4 1/2 Stunden (14 km).

**Höhenunterschiede** : Aufstieg: etwa 350 m, Abstieg: etwa 350 m.

**Höchste Stelle** : Alp Trupchun (2040 m).

**Einkehrmöglichkeiten unterwegs** : Parkhütte Chamanna dal Parc Varusch.

## IV. Unterengadin - Vinschgau oberhalb von Mals - Oberes Gericht

### 28. Sesvennahütte - Zum Eingang einer wilden Schlucht.

Hoch über dem oberen Vinschgau bei Mals liegt das Wandergebiet Watles. Zu erreichen ist es von Mals auf der Reschenpaßstraße in Richtung Reschen. In Höhe von Burgeis biegt man links ab in Richtung Schlinig / Prämajur und fährt auf einer kurvenreichen Straße durch den Ort und vorbei am Kloster Marienberg. Kurz vor Schlinig geht es rechts nach Prämajur und zur Talstation der Sesselbahn, die uns auf den Berg hinauf bringt. Von hier oben hat man einen herrlichen Überblick über den oberen Vinschgau hin zur Ortlergruppe und zur Sesvennagruppe.

Von der Bergstation des Sessellifts gehen wir vorbei an der bewirtschafteten Plantapatsch-Hütte (2150 m) und entdecken dahinter den Wegweiser zur Sesvennahütte. Gleich hier müssen wir aufpassen, denn der Wegweiser steht so, daß man beide Wege nehmen könnte, aber der rechte, der Pfad ist auch der richtige. Er steigt auch gleich an, dreht bald nach rechts ab und führt am Rande einer Moräne hinauf und nach wenigen Metern durch einen Weidezaun nach links.

Unser Pfad zieht sich nun eben am Westhang des Watles entlang, führt anfangs noch durch Latschenbestände. Am Ende der hölzernen Lawinenverbauungen sehen wir kurz unser Ziel, die Sesvennahütte. Bald wandern wir oberhalb der Baumgrenze am Hang entlang und haben schöne Blicke auf die Berge rundherum und natürlich auch hinab ins Schliniger Tal mit unserem Rückweg. Unterwegs zweigt der Wanderweg direkt nach Schlinig ab und für uns beginnt ein kleiner Zwischenanstieg und bald kommen wir in ein kleines Seitental, das von einem Bach durchflossen wird, den wir bei einem Bildstock queren. Hier oben ist das Quellgebiet des Bächleins, deshalb heißen die feuchten Wiesen rechts unseres Weges auch "Möser".

Abermals steigt unser Weg an und bringt uns zu einer kleinen Steinhütte, einer Schäferhütte. Hier gehen wir nach links weiter, steigen noch etwas an und erreichen dann die höchste Stelle unserer Tour. Nun sehen wir auch wieder die Sesvennahütte und stellen fest, daß es noch ein Stück zu laufen ist bis dorthin. Unser Weg zieht sich am Hang entlang, nach einer Weile queren wir ein weiteres Bächlein, dann beginnt der Abstieg, der uns hinab zu einem kleinen Seelein und der zugemauerten ehemaligen Pforzheimer Hütte bringt. Wenige Schritte dahinter befindet sich die neue Hütte, die Sesvennahütte (2258 m) in der wir uns stärken können.

Die Sesvennahütte ist Ausgangspunkt von Wegen in verschiedene Richtungen. Neben dem Weg, auf dem wir gekommen sind und dem Weg nach Schlinig, den wir auf dem Rückweg nehmen werden führen von hier aus weitere Wege über die Fuorcla Sesvenna (Furkel - 2819 m) hinüber nach S-charl (siehe auch Wanderung Nr. 6 oder 7) oder aber über den Schlinigpaß und die Uinaschlucht nach Sur En im Unterengadin.

Wer vor dem Abstieg noch einen kleinen Abstecher machen möchte, dem empfehle ich auf dem Weg in Richtung Uinaschlucht noch zum Schlinigpaß (2309 m) und bis zur Schweizer Grenze zu gehen (einfache Strecke 1/2 Stunde, Anstieg etwa 50 m). Gleich bei der Schweizer Grenze zeigt eine Tafel, was denjenigen erwartet, der durch die Uinaschlucht weiterwandert, denn der teilweise ausgesetzte Weg wurde in die Schlucht gehauen. Wer nicht durch die Schlucht ins Engadin weiterwandern möchte, aber doch das Tal wenigstens sehen möchte findet nach einigen Metern rechts des Weges einen Hügel, von dem man ins Tal hineinschauen kann, denn zur eigentlichen Schlucht sind es noch eine halbe Stunde zu gehen und über 100 Meter abzustiegen, die man dann wieder hinaufsteigen muß. Die eigentliche Schlucht ist von oben nicht einzusehen, sie liegt hinter einer Kurve.

Wir wandern also auf dem gleichen Weg wieder zurück zur Sesvennahütte.

Für den Abstieg nach Schlinig gehen wir dann bei der alten Pforzheimer Hütte und dem Seelein geradeaus weiter auf dem breiteren Weg. Er beginnt gleich zu fallen. Eine Weile fließt neben uns ein Bächlein, doch bald verschwindet es zwischen zwei Felsen, während unser Wanderweg nach links abdreht und den Felsriegel auf seiner östlichen Seite umgeht. Wir haben einen schönen Blick hinab ins Schliniger Tal. Nun beginnt ein recht steiler Abstieg ins Tal und bald sehen wir den Wasserfall, über den unser Bächlein ins Tal stürzt. Wir steigen weiter bergab und passieren auf dem bald breiteren und nun mit Autos befahrbaren Weg die Talstation der Materialseilbahn für die Sesvennahütte und die Innere Alm (1923 m) und gelangen dann zur bewirtschafteten Schliniger Alm (Alp Plan) (1868 m).

Ein Stück unterhalb der Alm können wir wählen, denn der nach links führt der geteerte Almweg durch die Wiesen vorbei an den Kapellchen St. Sebastian und St. Anna direkt nach Schlinig, während zunächst geradeaus, dann aber über dem Bach ebenfalls nach links abschwenkend die geschotterte Zellaua-Forststraße am Waldrand entlang und dem Metzbach folgend ebenfalls abwärts führt. Nach etwa einer halben Stunde gehen wir links wieder über den Bach und gelangen so ebenfalls nach Schlinig (1738 m).

Hier wäre unsere Tour eigentlich zu Ende, denn wenn wir Glück haben fährt uns das Wandertaxi des Tourismusvereins Mals zurück zu unserem Auto an der Talstation des Sesselliftes. Ansonsten müssen wir die drei Kilometer auch noch laufen. Dann gehen wir hierzu auf der Autostraße Richtung Mals bis zur Abzweigung nach Prämajur und dort links wieder hinauf durch den Weiler zur Talstation. Es gibt auch einen Wanderweg, der hat aber den Nachteil, daß er 200 Meter ansteigt und anschließend wieder fällt, bis wir unser Auto erreicht haben.

**Wanderzeit** : etwa 3 1/2 bis 4 Stunden (11 km), mit Abstecher zum Schlinigpaß etwa 1 Stunde mehr.

**Höhenunterschiede** : Aufsteig 220 m, Abstieg etwa 620 m.

**Höchste Stelle** : bei der Schäferhütte (2359 m).

**Einkehrmöglichkeiten unterwegs** : Plantapatschhütte, Sesvennahütte, Schliniger Alm (Alp Plan), Schlinig.

**Parkmöglichkeiten** : bei der Talstation des Watles - Sesselliftes.

## 29. Uinaschlucht - Durch eine wilde Schlucht.

Eine lohnende Variante der Tour zur Sesvennahütte (Wanderung Nr. 28) ist es durch die Uinaschlucht ins Engadin weiter zu wandern. Allerdings erfordert dieses Vorhaben ein wenig logistische Planung, denn man braucht entweder jemanden, der einen am Ziel in Sur En abholt oder aber man muß die Fahrpläne der öffentlichen Verkehrsmittel studieren.

Der Ort Schlinig bzw. die Talstation des Watles-Sesselliftes sind mit fahrplanmäßigen Bussen nicht zu erreichen. Hier möchte ich auf das Wandertaxi des Tourismusvereins Mals verweisen. Es fährt von der Sennerei in Burgeis im Anschluß an den ersten Kurs des SAD-Citybusses in Mals (Abfahrt vom Bahnhof im Sommer 2007 um 8.42 Uhr). Vom Endpunkt der Wanderung in Sur En verkehren Postautos der Schweizer Post nach Scuol. Mit diesem fährt man bis Crusch an der Engadiner Talstraße und steigt dort in das Postauto in Richtung Martina und Landeck um, mit dem man bis ins österreichische Nauders fährt. Von dort verkehren die Busse der SAD nach Mals. Eine andere Möglichkeit ist die Fahrt über Scuol und Zernez und weiter mit dem Postauto durch den Nationalpark ins Münstertal und nach Mals.

Diese Wanderung an einem Tag durchzuführen ist sehr schwierig, denn die Tour ist mit 19 km sehr lang. Daher ist es lohnend eine Übernachtung in der Sesvennahütte einzuplanen und am nächsten Tag über den Schlinigpaß und durch die Uinaschlucht nach Sur En zu wandern. Ob man die Wanderung dabei an der Plantapatsch-Hütte oder in Schlinig startet ist von der Entfernung her egal, denn von beiden ist es etwa gleich weit zur Sesvennahütte, doch ist der Weg von der Bergstation des Watles-Sesselliftes zur Sesvennahütte der bequemere und auch der schönere, bietet er doch die Aussichten auf das Schliniger Tal und die Sesvennagruppe und zurück zur Ortlergruppe und in den Obervinschgau.

Also wandern wir wie bei der Wanderung Nr. 28 zur Sesvennahütte (2258 m) und von dort in wenigen Minuten hinauf zum Schlinigpaß (2309 m) und zur Schweizer Grenze. Hinter der Grenze wandern wir uns vielleicht über die trichterförmig angeordnete Mauer. Hier wird im Sommer das Vieh hindurchgetrieben um es zu zählen und zu verzollen, denn auch die auf Schweizer Seite liegende Alp wird schon seit 400 Jahren von Malser Jungvieh beweidet, weil Vieh von der Schweiz nicht durch die Schlucht heraufgetrieben werden kann.

Hier beginnt also der lange Abstieg durch das Val d'Uina. Weil sie auch bei Mountain-Bikern sehr beliebt ist erläutert eine Tafel das Verhalten in der Schlucht. Bald verliert der Weg die ersten hundert Meter Höhe. Wir passieren eine kleine Hütte und wenig später auch die Alp Sursaas (2152 m), wo der Wanderweg von der Lischanahütte herunterkommt. Danach verengt sich das Tal und durch eine schmale Schlucht stürzt der Bach hinab. In die Felswand hineingehauen verläuft der Wanderweg. Wir haben die Uinaschlucht erreicht.

Der imposante Weg wurde schon bald nach dem Bau der Pforzheimer Hütte in Angriff genommen und stellt eine eigentlich recht bequeme Verbindung vom Unterengadin über den Schlinigpaß in den Vinschgau dar. Mit einer 50-prozentigen Beihilfe des Kantons Graubünden, Spenden und Geldern der Pforzheimer Alpenvereinssektion konnten die damals für den Bau des Weges erforderlichen 32.500 Schweizer Franken aufgebracht werden und so wurde von 1908 bis 1910 der mehr als 1 km lange und bis zu 100 Metern über dem Grund der Schlucht verlaufende Weg in einer Breite von 1,30 m mit zwei Tunnels meist als felsüberdachte Galerie in den Berg gehauen.

Nach Durchqueren der wilden Schlucht steigen wir durch Wald und Viehweiden ab zur Alp Uina-Dadaint (1783 m), wo man nochmals einkehren und sich für den Rest der Wanderung stärken kann. Nun liegt noch ein Höhenunterschied von 650 m auf einer Strecke von knapp 7 km vor uns.

Wir wandern auf einem Alpsträßchen durch den Wald und kurz nacheinander zweimal über den Bach. Einige Zeit später passieren wir an eine hölzerne Blockhütte und wechseln kurz darauf abermals die Bachseite und gehen nun unterhalb der Alp Uina-Dadora (1499 m) weiter. Wiederum wechseln wir nach einer Weile die Talseite und unser Sträßchen steigt nochmals kurz an. Der Bach fließt nochmals durch eine kleine Schlucht, die einige Meter unter uns liegt. Später geht es durch einen Tunnel und danach wechseln wir ein letztes Mal die Bachseite und wenig später haben wir endlich unser Ziel Sur En (1121 m) am Inn erreicht. Von hier fahren die Postautos mehrmals am Tag. Wem aber die Wartezeit in Sur En eventuell zu lang ist, kann man auch noch vorbei am Campingplatz und über die Holzbrücke nach Crusch an der Engadiner Talstraße hinaufsteigen (Anstieg 120 m), wo die Postautos in der Regel stündlich verkehren (zusätzlich eine gute halbe Stunde).

**Wanderzeit** : etwa 6 Stunden (19 km).

**Höhenunterschiede** : Aufstieg von Schlinig 570 m, von der Plantapatschhütte 220 m, Abstieg etwa 1200 m.

**Höchste Stelle** : bei der Schäferhütte (2359 m).

**Einkehrmöglichkeiten unterwegs** : Plantapatschhütte, Sesvennahütte, Uina-Dadaint, Sur En.

**Parkmöglichkeiten** : bei der Talstation des Watles-Sesselliftes oder am Bahnhof in Mals.

### **30. Stiller See und wilder Bach - Von Tarasp in die Clemgiaschlucht**

Mit dem Postauto fahren wir von Scuol hinauf nach Tarasp-Fontana (1402 m). Von der Bushaltestelle gehen wir durch das Dorf. Nachdem die Dorfstraße nach links umknickt nehmen wir bei der Verzweigung die linke Straße, die nun kräftig ansteigt. Nach dem letzten Haus schickt uns ein Wegweiser nach links in Richtung Lai Nair und Avrona. Unser Forststräßchen steigt kräftig an und bringt uns in den Wald. Nach einer Weile gehen wir unter einem Skilift hindurch. Wir haben fast die Höhe erreicht und genießen einen herrlichen Blick über das Unterengadin, zum Schloß Tarasp und auf die andere Talseite mit Ftan und Motta Naluns, den Hausberg von Scuol.

Es geht noch ein paar Meter hinauf, dann kommt eine Wegverzweigung, bei der wir uns für den linken Weg entscheiden. Er schlängelt sich durch lockere Baumbestände nun eben am Hang entlang. Nach ein paar Minuten entdecken wir linkerhand einen kleinen See, wir haben den wenige Meter unterhalb unseres Weges liegenden Lai Nair erreicht.

Unterwegs laden immer wieder Bänke zum Verschnaufen und zum Genießen der herrlichen Aussicht, insbesondere auch auf den kleinen Moorsee ein. Bald kommen wir wieder in den Wald und unser Weg dreht nach rechts ab. Nach einer Weile zeigt ein Wegweiser nach links in Richtung "Avrona", doch ignorieren wir diesen und bleiben auf unserem guten Weg, der bald nach links abdreht. Durch Bäume hindurch können wir in das Tal hineinschauen, in das sich die vom Pass da Costainas und S-charl herkommende Clemgia tief eingegraben hat.

Nun wandern wir praktisch wieder zurück und schon bald kommt von links wieder der markierte Wanderweg her. Stetig bergab kommen wir bald aus dem Wald heraus und sehen vor uns die Gebäude der Siedlung Avrona.

Bei der Wegkreuzung halten wir uns rechts und gelangen rasch zu zwei abseits liegenden Häusern. Eines davon ist das Restaurant Avrona (1449 m). Zwischen den beiden Häusern hindurch und dann rechts folgen wir dem Wanderweg Richtung Plan da Funtanas und kommen rasch wieder in den Wald. Es steigt kaum merklich an, dann kommen wir an einen Wegweiser. Zunächst gehen wir nach links die wenigen Schritte zur "Banc da Richard", wo wir von einem Felsen in die tief unter uns liegende Schlucht hineinschauen können. Zurück beim Wegweiser geht es nun an der Hangkante weiter. Wenig später gabelt sich der Weg. Wir halten uns links und gehen nun in Schleifen bergab in das Tal. Am Bach halten wir uns links, gehen über eine Brücke. Beim Wegweiser gehen wir nun nach links hinab in Richtung Scuol. Nun beginnt der eindrucksvolle Weg durch die Clemgiaschlucht (1370 m). Gut gesichert ist er in die Felsen gebaut. Mehrmals wechseln wir die Bachseite.

Ein kleines hölzernes Gebäude auf der anderen Talseite gehört zur Stromversorgung. Hier wird das Bachwasser gestaut und durch einen unterirdischen Stollen zum Elektrizitätswerk am Ausgang der Schlucht gepumpt. Im Bach ist nun deutlich weniger Wasser.

Den Abzweig nach Vulpera ignorieren wir und bleiben weiterhin in der Schlucht. Auf der anderen Seite sehen wir nach einer Weile das Elektrizitätswerk. Hier kommt das Wasser wieder zurück in den Bach. Nun rechts über die Brücke und weiter hinauf zum Umspannwerk. Hier rechtshaltend entweder auf der Teerstraße oder links daneben auf dem Wanderweg. Beim Bauhof kommen beide wieder zusammen. Wir haben das Sportzentrum Gurlaina (1197 m) erreicht. Linkshaltend erreichen wir über die 1905 erbaute Fußgängerbrücke über den Inn und kommen beim ehemaligen Hotel Hohenfels den Ort Scuol (1208 m). Hier ist übrigens gleich eine Haltestelle für den Ortsbus, ansonsten gehen wir geradewegs weiter und wieder bergauf ins Zentrum des Hauptortes des Unterengadins. Oben geht es links zur Post, rechts zum Bogn Engiadina. Dort hält jeweils das Postauto zum Bahnhof.

**Wanderzeit** : etwa 3 Stunden (9 km).

**Höhenunterschiede** : Aufstieg etwa 200 m, Abstieg etwa 400 m.

**Höchste Stelle** : Forststraße bei La Crusch (1762 m).

**Einkehrmöglichkeiten unterwegs** : Restaurant Avrona, Scuol.

**Parkmöglichkeiten** : Scuol, Gurlaina.

### 31. Val Sinestra - Das Tal der Holländer.

Fast ganz unten im Engadin liegt als vorletzte Gemeinde Ramosch. Hoch über dem kleinen Ort befindet sich die Fraktion Vnà (1602 m). Ein kleines Postauto fährt mehrmals am Tag die Kurven von der Engadiner Talstraße hier hinauf. Bei der Endstation an der Post beginnen wir unsere Wanderung und gehen in westlicher Richtung auf der Via Engiadina (Panorama Engiadina Bassa). Uns fallen bunte Schilder an den Häusern im Dorf auf: das "Romanische Dictionaire" mit romanischen Wörtern übersetzt in 4 Sprachen ist zu einem Blickfang für die Gäste geworden. Vorbei an einem Gasthaus verlassen wir das kleine Dorf und wandern langsam ansteigend durch die Wiesen hoch über dem Val Sinestra, in das sich der Bach "La Brancla" tief eingegraben hat.

Dabei genießen wir schöne Aussichten über das Inntal hinein in das Val d'Uina, durch das man bei der Wanderung Nr. 29 hinunterkommt. Nach wenigen Minuten zweigt der direkte Weg zum Kurhaus Val Sinestra ab, aber das ist dann doch zu kurz, man wäre nämlich in etwa 40 Minuten schon dort. Also wandern wir auf dem Alpweg noch eine gute halbe Stunde zumeist am Waldrand mit Blicken in das tiefe Tal weiter, bis ein weiterer Fahrweg nach links in Richtung "Zuort" abzweigt.

Wer noch etwas länger wandern möchte, hat die Möglichkeit auf dem Fahrweg am Waldrand zu bleiben und über Pra San Peder nach Griosch zu gelangen und von dort durch das Tal nach Zuort zu gelangen (etwa 1 Stunde mehr).

Wir folgen dem Weg nach links. Er bringt uns durch den Wald, wo wir nach einiger Zeit ein Bächlein überqueren. Kurz danach zweigt nach links der kürzeste Weg von Zuort zum Kurhaus Val Sinestra ab, doch hat dieser ein paar "kleinere Abenteuer" für den Wanderer parat, es gibt nämlich drei Hängebrücken auf dem Wanderweg, der nach den schweren Unwettern im August 2005 teilweise weggespült wurde und neu angelegt werden mußte. Wir aber wandern auf dem Fahrweg weiter. Auch dieser mußte nach dem Unwetter nach einem Hangrutsch auf einem Teilstück neu angelegt werden. Auf der anderen Talseite sehen wir ein Holzhaus und eine kleine Kapelle.

Das hübsche Holzhaus hat der bekannte holländische Dirigent Willem Mengelberg hier im Jahre 1911 als Ferienchalet für junge Musiker gebaut. Er starb hier im Jahre 1951 im Alter von 80 Jahren. Wenige Meter oberhalb befindet sich im Wald versteckt eine sehenswerte kleine Holzkapelle, die Mengelberg in den Jahren 1920 bis 24 aus Dankbarkeit erbauen ließ, weil sowohl seine Heimat Holland wie auch die Schweiz vom 1. Weltkrieg verschont wurden. Sie hat ein interessantes Glockenspiel mit 14 Glocken, die zu gewissen Zeiten durch den Wald erklingt. Unterhalb davon befindet sich der noch nicht sichtbare Hof Zuort.

Nun überqueren wir den zweiten Bach auf einer neuen Brücke. Kurz bevor wir wieder in den Wald hineintauchen, sollten wir uns umdrehen, denn auf dem gegenüberliegenden Hang hat uns die Natur eine Besonderheit präsentiert, die Cluchers. Das sind Erdpyramiden, wo ein festes Gestein auf dem Hang

liegendeblieben ist und die Erosion das Gelände außen herum weggespült hat und nur der Stein mit dem darunter befindlichen Boden stehenblieb und bildete diese Pyramiden. Nun sind es nur noch wenige Meter durch den Wald, dann sehen wir vor uns bereits den Hof Zuort (1711 m), wo eine Gaststätte zur Rast einlädt.

Nach der Rast und einem Blick in das Kirchlein folgen wir direkt beim Hof Zuort dem Holzwegweiser nach Val Sinestra. Dieser Weg bringt uns rasch in den Wald. Dort gelangen wir in einer Schleife zu einer Hängebrücke über die "Aua da Laver", die ebenfalls nach den Unwettern im August 2005 neu erbaut werden mußte. Aber sie ist die einzige auf diesem Weg, der danach wieder etwas ansteigt und sich dann am Hang entlangzieht. Dabei bietet er immer wieder schöne Ausblicke auf die Erdpyramiden. Nach einiger Zeit kommen wir bei La Crusch auf eine Forststraße, der wir nun abwärts folgen. Nach einer guten Viertelstunde zweigt ein Wanderweg nach Sinestra ab. Er führt im Zickzack hinab in den Talgrund, wo der Bach weg- und steglos überquert wird und es dann auf der anderen Bachseite nicht mehr Weit zum Kurhaus ist. Wer diesen Weg nicht möchte bleibt noch gut 10 Minuten auf dem Sträßchen und durchwandert dabei den Einschnitt des Val da Ruinas und geht wenige Minuten danach nach links im Zickzack hinab zum Kurhaus Val Sinestra (1522 m).

Das fast wie ein geheimnisvolles Märchenschloß wirkende Kurhaus wurde Ende des 19. Jahrhunderts erbaut. Man machte dort Trink- und Badekuren in Mineralwasser. Der Kurbetrieb wurde in den siebziger Jahren eingestellt. Seit einigen Jahren wird das große Haus von Holländern als preisgünstiges Familienhotel betrieben, in dem die Gäste freiwillig beim Tischdecken und Abwaschen mithelfen und auch ihre Zimmer selbst reinigen.

Wer mit dem Auto angereist ist muß wieder zurück nach Vnà wandern. Dies kann man mit einem Anstieg von etwa 160 Metern in einer Stunde auf der Via Engiadina.

Für die Benutzer der öffentlichen Verkehrsmittel fährt drei Mal am Tag das Postauto von Scuol über Sent hierher und bringt uns zurück zur Bahnstation in Scuol.

**Wanderzeit :** etwa 2 1/2 bis 3 Stunden (9 km).

**Höhenunterschiede :** Aufsteig etwa 200 m, Abstieg etwa 300 m.

**Höchste Stelle :** Forststraße bei La Crusch (1762 m).

**Einkehrmöglichkeiten unterwegs :** Hof Zuort, Kurhaus Val Sinestra.

**Parkmöglichkeiten :** In Vnà.

## **32. Dreiländerstein - Wo sich Vinschgau, Engadin und Tiroler Oberland treffen.**

Bei Wanderung Nr. 14 habe ich erwähnt, daß an der Dreisprachenspitze am Stilfserjoch bis zum ersten Weltkrieg drei Staaten aufeinandertrafen. Als die Österreicher den Krieg verloren und ihre Besitzungen südlich von Brenner und Reschenpaß an Italien abgeben mußten, verschob sich natürlich auch der Punkt, an dem sich Österreich, die Schweiz und Italien berühren.

Der neue Dreiländerpunkt liegt nun wenige Kilometer westlich vom Reschenpaß an der Nordflanke des Piz Lad, der wiederum zwischen dem Reschensee und dem Inntal liegt.

Ein Besuch dieses Dreiländersteins läßt sich gut beispielsweise mit einer Einkaufsfahrt ins Zollfreiparadies Samnaun verbinden. Von der Rescheneralm bietet sich eine kleine Rundwanderung zu diesem schönen Aussichtspunkt an. Dazu fahren wir vom Münstertal in Richtung Italien und folgen zunächst der Richtung Reschenpaß. Egal ob wir durch Glurns oder durch Latsch fahren treffen wir in Mals auf die Reschenpaßstraße. Auf dieser fahren wir in Richtung Österreich bis St. Valentin auf der Heide, unterhalb des Staudamms des Reschensees. Am Ortsende zweigt nach links ein Sträßchen ins Roiental ab. Auf diesem fahren wir hoch über dem Westufer des Stausees, bis wir an eine Einmündung kommen, hier geht es links ins Roiental. Nach etwa 3 km mündet eine ehemalige Militärstraße von rechts ein. Wir folgen ihr und dem Wegweiser zur Rescheneralm (2020 m). Dort wollen wir unser Fahrzeug abstellen.

Wir wandern nun weiter auf dieser Militärstraße. Nach kaum fünf Minuten kommen wir an eine Weggabelung. Es gibt zwei Wege zum Dreiländerstein. Beide wollen wir zu einer Rundwanderung verbinden.

Zunächst folgen wir dem Wegweiser in Richtung Piz Lad und Dreiländerstein nach links. Dieser Weg gewinnt rasch an Höhe. Nach wenigen Minuten verlassen wir den breiteren Weg und folgen der rot-weißen Markierung über einen Fußweg im Zickzack den Hang hinauf. Dieser Weg ist recht steil. Wir gewinnen

rasch an Höhe. Nach etwa 10 Minuten steigen wir einen Rücken hinauf und kommen an eine Wegkreuzung. Die Nummer 5 führt geradeaus hinauf zum Piz Lad, wir folgen dem Weg nach rechts, der sich nun eben am Hang entlangzieht. Wir wandern zunächst an der Ostflanke des Grenzberges entlang. Teilweise ist der Weg etwas ausgesetzt, so daß wir etwas Trittsicherheit benötigen. Immer wieder haben wir schöne Ausblicke. Anfangs vor allem beim Zurückschauen über den Reschensee mit dem versunkenen Kirchturm des alten Dorfes Graun. Wir wandern bald durch Latschenbestände. Zwischendurch sehen wir tief unter uns die Zollstation am Reschenpaß. Unbemerkt haben wir die Richtung gewechselt und wandern nun an der Nordflanke des Piz Lad entlang. Wir kommen an ein ehemaliges italienisches Militärgebäude (2199 m), das sich in einer Senke befindet. Wenig später kommen wir an eine Wegkreuzung mit einem weiteren Gebäude. Hier zeigt uns der Wegweiser, daß es nach links zum Dreiländerstein geht. Als schlagen wir diese Richtung ein, steigen zunächst noch etwas durch Latschenbestände an. Bei feuchtem Wetter kann dieser Abschnitt etwas schlüpfrig sein. Tief unter uns sehen wir Martina (im Inntal) und die Norbertshöhe oberhalb von Nauders.

Auf der anderen Seite des Inntales fällt uns ein Berg mit einem auffälligen Felsturm an seiner linken Flanke auf. Es handelt sich dabei um den 3294 m hohen Muttler. Dahinter befindet sich übrigens das Zollfreigebiet Samnaun. Unser Weg senkt sich wieder und bald sehen wir vor uns den Felsblock, in den die Buchstaben I (für Italien) und Ö (für Österreich) eingehauen sind. Wir haben den Dreiländerpunkt (2180 m) erreicht. (Das S für die Schweiz ist auf der Rückseite des Felsens eingehauen.) Hier treffen die Gemarkungen von Graun (I), Tschlin (CH) und Nauders (A) aufeinander.

Tief unten im Tal sehen wir die Ortschaft Strada und auf der gegenüberliegenden Talseite darüber den Ort Tschlin. Nach Norden schauen wir in die mehr als 1000 m tieferliegende enge Schlucht, durch die der Inn aus dem Schweizerischen Unterengadin ins Österreichische Tiroler Oberland fließt. Auch Teile der Ortschaft Nauders können wir von hier oben sehen. Für einen besseren Blick ins Unterengadin müßten wir weitergehen, doch führt hier kein Weg weiter in die Schweiz.

Weil wir ja eine Rundwanderung machen, verlassen wir den Dreiländerpunkt auf dem unteren Weg und wandern entlang der Grenze zwischen Italien und Österreich. Mehrere Grenzsteine säumen den Weg. Zunächst geht es bergab, dann aber steigen wir etwas an und kommen an den markanten Grenzpunkt Nr. 4 (2144 m), an dem eine abgespannte Stange einen wichtigen Vermessungspunkt markiert. Wenig dahinter bemerken wir einen Schützengraben und einen Schießstand. Sie dürften wohl aus dem zweiten Weltkrieg stammen. Etwa 200 m tiefer sehen wir den Grünsee, einen Moorsee, der sich auf Nauderser Gemarkung befindet, also in Österreich. Übrigens findet sich auf den Wegweisern der Wanderwege in der Schweiz für die Gemeinde Nauders auch der dort noch gebräuchliche romanische Name "Danuder".

Wir folgen weiter unserem Wanderweg, der die Richtung geändert hat und nun nach Südosten führt. Bei einem Wegweiser geht es links hinab in die österreichische Gemeinde. Wir folgen unserem Weg weiter und haben dabei wieder schöne Blicke über den Reschensee, bis hin zu den Bergen der Ortlergruppe.

Nochmals zeigt uns ein Grenzstein, daß wir wieder an der Staatsgrenze sind. Unser Weg ist nun wieder breiter. Er war sicher ein militärischer Zugangsweg zum Schießstand, den ich zuvor erwähnt habe. Es geht langsam aber stetig bergab. Der Weg macht zwei Doppelkurven. Hatten zuvor noch Latschen die Szenerie bestimmt, so sind wir bald im Lärchenwald. Nach einiger Zeit kommen wir abermals an ehemalige Militärgebäude und danach an eine Weggabelung. Wir haben hier mit etwa 1960 m die tiefste Stelle unserer Wanderung erreicht. Nach links führt hier die Forststraße "Ochsenwald" nach Reschen hinab. Wir halten uns rechts und steigen im Wald auf dem nun recht breiten durchaus für Autos befahrbaren ehemaligen Militärsträßchen stetig an, bis wir wieder an die Stelle kommen, wo wir zuvor unseren Aufstieg begonnen haben. Jetzt sind es nur noch wenige Meter, bis wir wieder bei unserem Auto an der Rescheneralm (2020 m) angekommen sind.

**Wanderzeit** : etwa 2 bis 2 1/2 Stunden (7 km).

**Höhenunterschiede** : Auf- und Abstieg jeweils etwa 220 m.

**Höchste Stelle** : ehem. Grenzerhäuschen (2200 m).

**Einkehrmöglichkeiten unterwegs** : keine.

**Parkmöglichkeiten** : bei der Rescheneralm.

**Wichtig** : Für den Grenzübertritt sind gültige Ausweispapiere mitzuführen !

### 33. Die Zollburg am wilden Fluß - Zur Burg Altfinstermünz.

Mit dem Postauto fahren wir von Scuol über Martina in Richtung Samnaun bis zur Haltestelle Vinadi (1086 m). Auf der Engadinerstraße gehen wir ein paar Minuten in Richtung Österreich, bis uns ein Wegweiser nach rechts hinab in den Wald schickt. Nach wenigen Metern links in einen Pfad, der uns nach wenigen Minuten an den wilden Inn bringt. Bevor wir den Talweg erreicht haben, sind wir bereits in Österreich. Ein Wegweiser zeigt rechts auf das 5 Minuten entfernte Alfinstermünz.

Auf einer Brücke überqueren wir den Inn und gelangen in das Gelände der ab den 15. Jahrhundert ausgebauten Burganlage, die seit 1652 auch die Grenze zwischen Tirol und Gaubünden markierte. Mit dem Ausbau der neuen Reschenstraße im Jahre 1854 verlor Altfinstermünz seine Bedeutung und wurde nur noch landwirtschaftlich genutzt. Der Innübergang wurde mit der römischen Via Claudia Augusta von der Donau zum Mittelmeer bereits früh benutzt. Heute will ein gemeinnütziger Verein die Anlage behutsam restaurieren und eine mittelalterliche Erlebnisburg schaffen.

Von hier kann man entweder hinauf zum ehemaligen Hotel Hochfinstermünz an der Reschenstraße gelangen oder aber geht zurück durch das Brückentor und auf dem linken Innufer weiter. Dort markieren links des Weges zunächst noch Grenzsteine die Staatsgrenze zur Schweiz. Nach einigen Minuten gelangen wir nach Schalkl (997 m) und überqueren den aus dem Samnaun kommenden Schergenbach. Dahinter befand sich einmal das Zollamt Schalklhof, an das noch ein Amtshauschild am Gebäude erinnert. Nun führt der Wanderweg "Via Claudia" hinauf in Richtung Bundesstraße, doch verläuft ein Fußpfad am Fuß der betonierten Böschung unterhalb der Straße. Später müssen wir doch ein paar Minuten neben der Straße dahinwandern, dann bringt uns ein Pfad wieder an den Inn, an dem wir bis zur Kajetansbrücke (991 m) bleiben. Wir gehen unter der Brücke hindurch, und danach links. Nach ein paar Metern führt ein Weg hinauf zur Straßenkreuzung, wo die Engadinerstraße und die Reschenstraße zusammentreffen und auch ein Abzweig auf der österreichischen Seite hinauf ins Zollfreigebiet Samnaun führt. Dort befindet sich beim Tourismusbüro auch die Bushaltestelle der Postbusse über Nauders nach Martina.

Geradeaus geht es unterhalb der Straße zum nahen Hotel, in dem man die Wartezeit auf den Bus ebenfalls verbringen kann.

Wer nur die Burganlage besichtigen möchte, kann dies gut mit einem Ausflug nach Samnaun verbinden. Der Abgang zur Burg befindet sich 300 Meter nach dem Gasthaus Vinadi, wo die Straße nach Samnaun (auf der Schweizer Seite) von der Engadiner Straße abzweigt. Dort kann man einzelne Autos abstellen und in einer Viertelstunde zur Burg am Inn hinabwandern.

**Wanderzeit :** etwa 1 1/2 Stunden (5 km).

**Höhenunterschiede :** Abstieg etwa 100 m, Aufstiege unbedeutend.

**Höchste Stelle :** Gasthaus Vinadi (1086 m).

**Einkehrmöglichkeiten unterwegs :** Gasthaus Vinadi, Hotel Kajetansbrücke.

**Parkmöglichkeiten :** Vinadi, Wanderwegeabzweig an der Engadinerstraße, Kajetansbrücke.

**Wichtig :** Für den Grenzübertritt sind gültige Ausweispapiere mitzuführen !

### Vom Engadin in den Vinschgau - Mehrtagswanderung durch den Nationalpark und das Münstertal.

Seit dem 5. Mai 2005 fährt das Postauto auf der Route Zernez - Mals in 95 Minuten durch den Nationalpark und das Münstertal. Diese Strecke läßt sich auch zu Fuß als viertägige Wanderung auf den hier beschriebenen Routen zurücklegen. Dabei können wir neben herrlichen Ausblicken auf Berge und Täler mit etwas Glück insbesondere im Nationalpark auch Tiere beobachten und Pflanzen bestaunen. Dazu starten wir am Bahnhof von Zernez, dem letzten Ort im Unterengadin.

**1. Tag: Zernez - Hotel Il Fuorn im Nationalpark:**

**etwa 5 1/2 bis 6 Stunden (16 km)**

Vom Bahnhof Zernez (1471 m) gehen wir vorbei an der Post linkshaltend und durch das nach einem Dorfbrand im italienischen Stil wiederaufgebaute Dorf. Bei der großen Kreuzung gehen wir nach rechts in

die Ofenpaßstraße vorbei an einem Sportplatz und den Nationalparkhaus, einem Informationszentrum über den Nationalpark. Noch 5 Minuten bleiben wir auf der Straße, gehen vorbei am Parkplatz "Prà da Punt" (1483 m) bis wir beim Gelände einer Baufirma einen Forstweg nach rechts nehmen können. Ab dem Parkplatz orientieren wir uns an den Wegweisern Richtung Alp Laschadura und wandern nun in umgekehrter Richtung auf der bei Wanderung Nr. 26 beschriebenen Strecke vorbei am alten Zollturm. Ein paar Minuten danach zeigt die Markierung links hinauf und wir steigen stetig an, bis wir die Ofenpaßstraße erreichen. Für wenige Minuten müssen wir auf ihr gehen, dann schickt uns die Markierung wieder nach links hinauf und stetig steigend durch den Wald, bis wir den Bach im Val da Barcli erreichen, den wir bald queren um dann am Hang entlang zu einer Alpfahrstraße kommen, der wir nach links zunächst ein Stück das Val da Barcli hinauffolgen wollen, die aber dann doch - nun auch deutlich flacher ansteigt und uns abwechselnd durch Wald und Freiflächen zur Alp Laschadura (2000 m) bringt.

Hier halten wir uns beim Wegweiser rechts in Richtung "Ivraina", steigen ein paar Meter hinab, queren die Ova da Laschadura und wandern nun nur ganz langsam steigend am steilen Hang entlang, bis wir im Val d'Ivraina einen Bach überqueren und auf der anderen Seite steil aufsteigen. Bald zeigen die Markierungen in zwei Richtungen. Wir entscheiden uns für die linke und steigen nochmals kurz steil bergan, bis wir einen Alpfahrweg erreichen, der uns nach links nun langsamer steigend weiter hinaufführt. Zunächst blicken wir ein letztes Mal nach Zernez hinab, das bereits tief unter uns liegt.

Der Alpweg bringt uns nach rechts umschwenkend bald auf eine Hochfläche, wir haben Ivraina erreicht. Mitten auf der Hochfläche führt ein Grasweg rechts zur Alphütte hinauf. Wir müssen zwar eigentlich geradeaus weiter, doch sollten wir diesen Abstecher nicht versäumen, denn wir werden mit einem herrlichen Ausblick entschädigt: Wir schauen auf den Weg zur Alp Grimmels (Wanderung Nr. 25) - den wir nachher hinaufsteigen werden und sehen dahinter von rechts die Berge bei Livigno und ein kleines Stück vom Stausee, daneben den Munt la Schera (Wanderung Nr. 23) - ihn werden wir morgen kennenlernen - wiederum links daneben den Piz Daint, neben dem sich links die weiße Spitze des Ortlers zeigt - um nur die wichtigsten Dinge zu nennen.

Nach einer verdienten Pause gehen wir wieder hinab zu unserem Weg und folgen ihm nun nach rechts vorbei an einem Brunnen zu einer Hütte - die Villa Ivraina (2147 m) zu. Hier gehen wir nun nach rechts weiter. Im Wald geht es nun sehr steil hinab bis zum Straßenwärterhaus Ova Spin (1886 m), das auch Touristenlager anbietet.

Um in den Nationalpark zu gelangen müssen wir leider für 10 Minuten auf der Straße gehen. Mit dem Bächlein Ova Spin überschreiten wir die Grenze in den Nationalpark. Gleich dahinter beim Parkplatz P1 (1838 m) halten wir uns links und folgen nun dem Wegweiser in Richtung Il Fuorn. Dies ist nun die unter Wanderung Nr. 25 beschriebene Strecke. Der Weg steigt anfangs recht steil durch ein enges, zeitweise von einem Bach durchflossenes Tal an, später dreht er ab steigt noch eine Weile an und dann gelangen wir aus dem Wald heraus, auf die Lichtung Champlönch, auf der wir nun praktisch eben weiterwandern. Wo es wieder in den Wald geht, verzweigt sich der Weg. Wir sollten uns zunächst rechtshalten und die Alp Grimmels besuchen. Dieser Weg steigt wiederum etwas an - wir schauen geradewegs in das Tal von Livigno, können aber weder den Stausee, noch den Ort sehen.

Nach wenigen Minuten haben wir die Alp Grimmels (2055 m) erreicht. Die vielen Löcher rund um den markierten Rastplatz zeigen uns an, daß hier Murmeltiere wohnen. Und wenn wir Glück haben, können wir den putzigen Nagern bei ihrem Treiben zusehen.

Außerdem haben wir noch einen schönen Blick über das Hotel Il Fuorn und die Ofenpaßstraße, wobei uns die lange Gerade im Wald dahinter auffällt, die schon aus diesem Grund den Namen "Lingia Lungia" trägt. Im Hintergrund sehen wir den Funkmast auf dem Ofenpaß und noch weiter dahinter die weißen Bergspitzen der Ortlergruppe, wobei sich der Ortler selbst hinter dem näheren Piz Daint versteckt.

Nach der Rast gehen wir die wenigen Meter zurück zum Wanderweg, folgen diesem dann nach rechts. In mehreren Schleifen führt er hinab in das Val Ftur (1892 m). Auf einem Steg überqueren wir den Bach, gehen wieder ein kleines Stück bergauf. Durch den Wald God sur il Fuorn, dabei haben wir auch schöne Blicke auf das untere Tal der Ova dal Fuorn in Richtung Punt la Drossa und auf den gegenüberliegenden Hang des Munt la Schera mit seinen Geröllrinnen. Noch ein Stück im Wald, dann sehen wir links des Weges eine Ruine. Eine Erläuterungstafel klärt uns auf, daß es sich dabei um einen ehemaligen Kalkbrennofen handelt. Noch im letzten Jahrhundert brannte man hier das Kalkgestein zu Baukalk. So läßt sich auch der Name unseres Zieles erklären: "Il Fuorn" heißt nichts anderes als "der Ofen".

Wir queren ein Geröllfeld und schon nach wenigen Minuten liefert uns der Wanderweg direkt beim Hotel Il Fuorn (1794 m) ab. Hier wollen wir die heutige Tagesetappe beenden und im Hotel übernachten.

## **2. Tag: Hotel Il Fuorn im Nationalpark - Ofenpaß: etwa 5 bis 5 1/2 Stunden (15 km)**

Der zweite Wandertag beschert uns auch den höchsten Punkt unserer Wanderung, den Munt la Schera. Wir gehen nun zunächst die Wanderung Nr. 23 in umgekehrter Richtung. Dazu gehen wir vom Hotel Il Fuorn zunächst für ein paar Minuten neben der Ofenpaßstraße in Richtung Zernez bis zum Parkplatz P5 (1790 m).

Hier gehen wir nun links und steigen durch Lärchen- und Arvenwald, den God dal Fuorn und den God la Drossa, sowie über einige Lawinenzüge hinauf bis wir die Alp la Schera (2091 m) erreichen. Mit etwas Glück zeigen sich hier ein paar Murmeltiere. Nun steigen wir weiter bergauf. Dabei sollten wir aufpassen, denn in Richtung Ortler zeigt sich nach rechts für einen ganz kurzen Moment der Lago di San Giacomo di Fraéle. Oben angekommen können wir wählen, entweder geradeaus direkt in Richtung Buffalora, oder aber links den steilen Hang, an dem Edelweiß wächst, hinauf zum Gipfel des Munt la Schera (2586 m). Wir genießen die herrliche Aussicht in den Nationalpark aber auch auf Livigno. Im Hintergrund sehen wir sogar die gesamten Berge zwischen dem Ortler, der sich hinter dem Piz Daint etwas versteckt hat, und der Berninagruppe.

Weiter geht es noch ein paar Minuten über die Hochfläche, dann führt der Wanderweg wieder hinab zum tiefergelegenen Wanderweg, dem wir nun nach links folgen. Am Sattel zwischen Munt Chavagl und Munt Buffalora (2378 m) verlassen wir den Nationalpark und haben dabei unbemerkt die Seite gewechselt und wandern jetzt auf der Nordseite des Munt Chavagl entlang und schauen in Richtung Ofenpaß.

Nun fällt der Weg stetig und bringt uns vorbei am Eingang in den Stollen eines alten Bergwerks hinab zur Alphütte Marangun (2194 m), wo wir uns rechts halten und nun wie bei Wanderung Nr. 10 fast eben weiterwandern in Richtung Val Mora. Nach einer guten Viertelstunde führt ein neuer Steg über das Bächlein, das von Jufplaun herabkommt. In einiger Entfernung sehen wir das Zollhaus, dann zeigt ein Wegweiser linkshaltend in Richtung Pass dal Fuorn. Diesem folgen wir weiter über Viehweiden. Bald steigt er wieder stärker an. Bei Döss da las Plattas wandern wir zunächst ein Stück unterhalb des Pfades vom Val Mora her weiter, doch treffen beide dann doch zusammen (2273 m).

Nun führt unser Wanderweg am Hang entlang. Nach einer Weile durchschreiten wir das Val Murtaröl, dessen Wasser in die Ova dal Fuorn fließt und also zum Engadin hin entwässert.

Nochmals geht es bergauf, dann kommt von rechts der Wanderweg vom Piz Daint hinzu. Wir haben die kleine Ebene von Davo Plattas (2289 m) erreicht. Wer hier noch Lust und Kraft hat, kann links in etwa einer Viertelstunde zum Aussichtsgipfel Il Jalet (2392 m) hinaufsteigen (siehe auch Wanderung Nr. 11).

Ansonsten durchschreiten wir die Weideabgrenzung. Nun geht es kurz steil bergab, dann schwenkt der Wanderweg in die Südostflanke des Il Jalet ein. Zweimal durch Ketten gesichert, steigen wir ein paar Stufen hinauf und kommen dann rasch vorbei am Sendemast zu unserem Tagesziel am Ofenpaß (Pass dal Fuorn) (2149 m), wo wir im Hotel "Süsom Givè" übernachten können.

## **3. Tag: Ofenpaß - Müstair auf dem Senda Val Müstair: etwa 6 Stunden (20 km)**

Der dritte Tag unserer Mehrtageswanderung beschert uns eine herrliche Panoramawanderung auf der Sonnenseite des Münstertales, denn direkt bei unserem Hotel Süsom Givè auf dem Ofenpaß (Pass dal Fuorn) (2149 m) beginnt der "Senda Val Müstair" (siehe auch Wanderung Nr. 1). Er führt anfangs auf einem Fußweg durch den Wald. Nach einer Weile trifft er auf einen Fahrweg, der auf einer Grasebene, der Plaun da l'Aua (2190 m) verläuft. Nach etwa einer Stunde ist die Alp da Munt (2213 m) erreicht.

Der Wanderweg verläuft an sich mit schönem Blick ins Tal, der aber durch die Einzäunungen hinter denen sich massive Lawinengebäude befinden, etwas beeinträchtigt ist. Wo der breite Weg endet, halten wir uns links, wandern bald ein kurzes Stück direkt am Abhang entlang und kommen dann zur Ebene von Juata mit einem idyllischen Bergseelein Lai da Juata verläuft. Hier ist mit etwa 2260 m die höchste Stelle unserer heutigen Wanderung.

Wir umrunden den Minschuns - den Skiberg des Münstertales - einen grasbewachsenen Berg mit einer Funkantenne oben drauf - auf seiner Südseite. Bald beginnt der Abstieg zur 200 Meter tiefer gelegenen Alp Champatsch (2087 m). Es ist eine neue Alp, die alte stand auf der anderen Talseite und wurde vor etlichen Jahren Stein für Stein abgebaut und steht heute im Freilichtmuseum Ballenberg bei Brienz im Kanton Bern.

Nun beginnt ein Fahrweg, der uns langsam abwärts vorbei am Häuschen Lü-Daint nach Lü bringt. Schön ist der Blick über das Dorf. Ganz im Hintergrund thront über der Szenerie die weiße Bergspitze des Ortlers.

Lü ist das kleinste Dorf des Münstertales mit nur knapp 60 Einwohnern und ist stolz mit einer Höhe von 1920 m die höchstgelegene politische Gemeinde Europas zu sein. Wie ein Modelleisenbahndorf (es fehlt eigentlich nur der Bahnhof) liegt es auf einer Sonnenterasse über dem Tal.

Am Ortsende verlassen wir die Straße nach links und steigen wieder etwas an und gelangen durch den Wald nach Urschai (2012 m). Unterhalb der Alp Sot vorbei gelangen wir nach Craistas (1877 m), einem Weiler, der zur Gemeinde Valchava gehört. Nun wandern wir auf dem Sträßchen, das die einzelnen Weiler hier auf der Höhe über dem Tal miteinander verbindet. In langen Schleifen führt der Weg hinab und vorbei am Hof Büglios.

Etwa in Höhe von Sta. Maria ändert das Val Müstair seine Richtung und schwenkt aus einer südöstlichen in eine nordöstliche um. Dementsprechend ändert sich nun auch die Aussicht. Nun kann man auch das untere Tal bis hinein in den Südtiroler Vinschgau überschauen.

Bald erreichen wir Pütschai (1521 m). Hier verläßt der Senda Val Müstair die Straße und führt vorbei am Hof Tschennet an den Rand eines Waldstreifens, durch den der Bergbach Vallatscha steil hinab fließt. Am Bach entlang steigen wir wiederum einige Meter hinab bis Pizzet (1414 m), dann schickt uns der Wanderweg am Hang unterhalb des Waldrandes entlang des "Aual sura" (oberer Wassergraben) auf einem leicht abfallenden Fußweg bis oberhalb von Müstair (1247 m), dem letzten Ort auf Schweizer Boden.

Nun gehen wir hinab in den Ort, den wir am Westrand erreichen, und dann ins Zentrum der größten Gemeinde des Tales, die anders als die anderen Talorte überwiegend katholisch ist. Am östlichen Ortsausgang befindet sich das Kloster St. Johann (Son Jon), das aus karolingischer Zeit stammt. Eines der vielen Hotels im Ort hat sicher ein Bett für unsere dritte Übernachtung frei.

#### **4. Tag: Müstair - Glurns (- Mals): etwa 4 Stunden (12 km)**

Der vierte Wandertag (siehe auch Wanderung Nr. 4) bringt uns in den Südtiroler Teil des Münstertales. Dazu setzen wir also unsere Wanderung in Müstair (1247 m) am Parkplatz beim Kloster fort, gehen dann wenige Schritte ortseinwärts und hinter der Anlage nach rechts. Wir steigen bergauf, folgen dabei anfangs dem Stundenweg. Nach etwa 10 Minuten zweigt der Wanderweg Richtung Sotrivias und Cunfin (Grenze) nach rechts von unserem Weg ab. Wir aber wandern weiter bergauf. Bei einer großen Lärche kreuzt ein Graben unseren Weg und kurz danach zweigt ein weiterer Weg nach rechts ab. Diesem folgt der Stundenweg und wir haben nach gut 100 Metern unbemerkt die Grenze nach Italien überschritten.

Auf einem neu angelegten Fußweg kommt man durch die Wiesen entlang von Hecken in ein Wäldchen, wo der Südtiroler Wanderweg 1 A am Valgarolabach verläuft. Dieser Weg ist jedoch kein offizieller Übergang nach Italien, doch dürfte ein Wanderer mit gültigen Papieren und ohne anmeldepflichtigen Waren im Rucksack wohl nichts zu befürchten haben.

Wir folgen dem Stundenweg über einen Steg, überqueren dabei den Valgarolabach und wandern drüben weiter. Wo der betonierte Fahrstreifen beginnt, verabschiedet sich der Stundenweg nach links, während wir geradeaus weiter gehen und bald wir an den Fahrweg durch das Avignatal kommen. Rechtshaltend weiter gehen wir aber nicht bergab nach Taufers (1240 m), sondern bleiben auf der Höhe zunächst noch oberhalb des Ortes und gehen vorbei am Sportplatz und kommen doch in den Ort. Die Staatsstraße erreichen wir aber nicht, denn wir gehen in Richtung Kirche "St. Blasius", dann aber rechts auf der Straße "Umvias" unterhalb der Kirche weiter. Nun folgen wir dem Weg Nr. 8 und wandern hoch über der Talstraße.

Dieser Weg ist einer der vielen Waalwege in Südtirol. Links neben dem Weg kann man noch Reste eines Grabens erkennen, denn die Waale sind alte Gräben, die der Wasserversorgung dieser sehr niederschlagsarmen Gegend dienten. Unser Weg ist der Turnaunawaal. Mit schönen Blicken ins Tal führt er am Hang entlang. Nach einer Weile mündet er in einen Fahrweg ein, der vom roten ehemaligen Straßenwärterhäuschen an der Staatsstraße tief unter uns heraufkommt. Für etwa fünf Minuten steigen wir auf diesem Weg bergauf, dann zeigt die "8" nach rechts. Es geht wieder bergab, bald links über eine Brücke in

den Wald. Nach einiger Zeit kommen wir dann doch an die Staatsstraße. Wir überqueren sie und wandern durch eine Viehweide zu einem tieferen Weg. Diesem folgen wir nach links und erreichen an der Calvenbrücke (971 m) erneut die Staatsstraße.

Hier fand 1499 eine blutige Schlacht zwischen den Bündnern und den Tirolern statt. Auf der Straße überqueren wir den Rambach und gehen drüben zunächst wieder in Richtung Schweiz. Ein Denkstein erinnert an die Schlacht. Nach 500 Metern schwenken wir nach links um und steigen wieder etwas an. Von rechts kommt auf einem Damm der Mitterwaal an. Er kreuzt unseren Weg. Bei einem Wegweiser müssen wir nach links und gehen nun am Waal entlang, den Graben, durch den seit diesem Jahr auch wieder Wasser läuft, zur Rechten. Nahezu eben verläuft er am Hang entlang, der immer steiler wird, doch wir wandern durch Geländer gut gesichert auf den neu gerichteten Weg in den steilen Felsen. Tief unter uns verläuft die Straße.

Hier mag man die Leistung der Erbauer dieser mittelalterlichen Bewässerungssysteme ermessen. Zweimal müssen wir den Kopf einziehen, um unter überhängenden Felsen hindurch zu kommen. Bald wird durch Baumrücken unser Ziel Glurns sichtbar. Eine vollständig erhaltene Stadtmauer mit 7 Festungstürmen und 3 Stadttoren umgibt die kleinste Stadt Südtirols.

Der Hang wird wieder flacher und unser Waalweg mündet in einen von der Staatsstraße heraufkommenden Weg ein. Wir gehen rechts, noch im Wald weiter aufwärts, doch kurz darauf zeigt ein Schild nach links hinaus in die Wiese. Hier bringt uns ein geteilter ebener Weg rasch zu dem Fahrweg, der von der rechts oberhalb etwa 10 Fuß-Minuten entfernten Kapelle St. Martin herunterkommt. Diesem Weg folgen wir nach links hinunter zur Kirche St. Pankratius mit dem Friedhof. Kurz links auf der Landstraße von Prad gehen wir vorbei an der Kirche zur Brücke, auf der wir die Etsch überqueren. Etwa 800 Meter flussaufwärts (also für uns links) mündet übrigens der Rambach in die Etsch, dort ist also endgültig das Münstertal zu Ende.

Wir haben Glurns (908 m) erreicht und gelangen durch das Tauferser Tor in den mittelalterlichen Stadtkern. Gleich nach dem Tor befindet sich links die Haltestelle für die Rückfahrt mit dem Postauto ins Münstertal und nach Zernez. Bei dieser Wanderung sollten wir ruhig die Zeit für eine Besichtigung des alten Städtchens und seiner Gassen einplanen.

**Wanderzeit** : ca 22 Stunden - verteilt auf vier Tage (62 km).

**Höhenunterschiede** : Aufstiege insgesamt etwa 2200 m, Abstiege etwa 2600 m.

**Höchste Stelle** : Munt la Schera (2587 m).

**Einkehrmöglichkeiten unterwegs** : Hotel Il Fuorn, Hotel Süsom Givè, Alp Champatsch, Lü, Müstair, Taufers, Glurns.

**Parkmöglichkeiten** : Parkplatz "Prà da Punt" am Ortsausgang von Zernez, Parkplatz am Kloster in Müstair.

**Wichtig** : Für den Grenzübertritt sind gültige Ausweispapiere mitzuführen !

## Winterwandern im Val Müstair:

Auch im Val Müstair hat man mittlerweile erkannt, daß Wandern auch im Winter schön ist. Neben der Talwanderung (Wanderung Nr. 3), die man praktisch zu jeder Jahreszeit machen kann, wurden in den letzten Jahren auch weitere schöne Wanderwege im Winter gespurt. Diese Wege sind deutlich mit dem pinkfarbenen Wegweiser, die die Schweizer Arbeitsgemeinschaft für Wanderwege für das Winterwandern vorsieht, bzw. mit Schneestangen in der gleichen Farbe gekennzeichnet.

### Es sind dies:

Vom Parkplatz am Beginn des Skigebietes Minschuns ein gemütlicher etwa halbstündiger Aufstieg zur Alp da Munt, wo ein Skirestaurant mit Sonnenterasse auch den Spaziergängern offensteht.

Von der Alp da Munt weiter über die Alp Champatsch nach Lü (siehe auch Wanderung Nr. 1 im Sommer).

Von Lü mit schönen Ausblicken über das Tal und zur Ortlergruppe von Lü über Alp Sot und Craistas zum Hof Terza (siehe auch Wanderung Nr. 5).

Empfehlenswert für die Wanderungen ist die Anfahrt mit dem Gratis-Skibus.

## weitere lohnende Wanderziele:

- Schöne Touren im und um das Val Müstair -

Neben den hier beschriebenen Wanderungen bieten das Münstertal und der angrenzende Schweizer Nationalpark noch weitere sicherlich lohnende Wanderziele. Diese erfordern aber meist sehr lange Aufstiege, für die meine persönliche Kondition nicht ausreicht. Ich möchte hier aber trotzdem einige nennen:

*Piz Terza* (Urtirolaspitz) (2909 m). Aufstieg entweder von Santa Maria (1375 m) über die Alp Terza (2199 m) oder von Lü (1920 m) über den Pass da Costainas (2251 m) und die Fuorcla Sassalba (2619 m).

*Piz Daint* (2968 m). Der nördlichste Berg, der das Val Mora vom Val Müstair trennt. Aufstieg entweder vom Ofenpaß (2149 m) oder von Tschier (1660 m).

*Lai da Rims* (2396 m). Aufstieg von Sta. Maria (1375 m) über Tschuccai (1943 m). Dieses Ziel kann aber auch vom Umbrailpaß (2501 m) über den Piz Umbrail (3033 m) erreicht werden (siehe Wanderung Nr. 13).

*Fuorcla Val dal Botsch* (2677 m). Übergang von der Ofenpaßstraße ins Val S-charl. Aufstieg von Il Fuorn (1794 m), bzw. Parkplatz P 7 (1878 m) durch das Val dal Botsch. Abstieg über Sur il Foss (2317 m) und das Val Mingèr zur Bushaltestelle Val Mingèr (1654 m) an der Straße von Scuol nach S-charl.

- Schöne Touren im und um das Val Müstair -

- Notizen -