

 Schweizer Wanderwege  
Suisse Rando  
Sentieri Svizzeri  
Sendas Svizras



Schweiz**Mobil** 



Wanderland Schweiz



Schweiz,  
ganz natürlich



# VIA ALPINA

atVERLAG

GUIDO GISLER

**WANDERLAND  
SCHWEIZ**  
VIA ALPINA



**at**VERLAG

# Wanderland Schweiz

## Liebe Wandernde

Die Schweizer Wanderwege und ihre kantonalen Wanderweg-Organisationen heissen Sie im «Wanderland Schweiz» herzlich willkommen. Sie präsentieren Ihnen eine Auswahl der schönsten nationalen, regionalen und lokalen Wanderrouten. Egal ob Mehrtageswanderung oder kurze Tages-tour; die Auswahl ist riesig und deckt die ganze Vielfalt der Wandermöglichkeiten in der Schweiz ab.

Seit 1934 setzt sich der Dachverband Schweizer Wanderwege gemeinsam mit den kantonalen Wanderweg-Organisationen für ein attraktives, sicheres, einheitlich signalisiertes Wanderwegnetz in der Schweiz und im Fürstentum Liechtenstein ein. Mittlerweile erstreckt sich dieses Netz über 65 000 Kilometer. Im Rahmen des Netzwerks von SchweizMobil haben die Schweizer Wanderwege daraus, zusammen mit kantonalen und kommunalen Behörden und Partnern aus dem Tourismus, die schönsten Wanderrouten ausgewählt. Diese Routen sind optimal an den öffentlichen Verkehr angebunden, verlaufen durch Dörfer, vorbei an Herbergen und bieten Ihnen somit Unterkünfte-, Verpflegungs- und Einkaufsmöglichkeiten. Zudem führen die Routen mit unterschiedlichen Schwierigkeitsgraden zu kulturellen Sehenswürdigkeiten und Naturdenkmälern sowie durch alle Landschaftstypen der Schweiz.

Für die Wanderrouten von «Wanderland Schweiz» werden die gelben Wegweiser, die Sie zur Orientierung im Gelände finden, mit einem grünen Routenfeld und Nummer ergänzt.

Weil es nicht nur Ruhe und Erholung vom hektischen Alltag bietet, sondern gleichzeitig zur Gesundheit beiträgt, gehört das Wandern heutzutage zur beliebtesten Freizeitaktivität der Schweizer Bevölkerung. Dazu tragen auch Angebote wie «Wanderland Schweiz», die Serviceplattform [wandern.ch](http://wandern.ch) der Schweizer Wanderwege sowie mobile Apps und Kartenmaterial bei, die das Planen einer Wanderung erleichtern.

Die Schweizer Wanderwege setzen sich als kompetenter und zuverlässiger Partner für alle Belange des Wanderns und der Wanderwege ein und ermöglichen Ihnen so einmalige, unvergessliche Wanderausflüge. Wir wünschen Ihnen viel Vergnügen!

Ihre Schweizer Wanderwege

Herausgeber:  
Schweizer Wanderwege  
Monbijoustrasse 61  
3007 Bern  
[www.wandern.ch](http://www.wandern.ch)

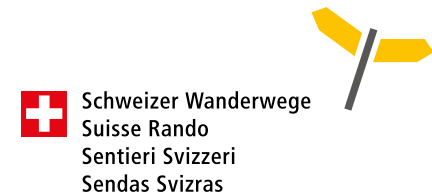
2. Auflage, 2019

© 2008  
AT Verlag, Baden und München  
Umschlagbild: Sabine Brodhag, Fotos Inhalt: Guido Gisler  
Kartenausschnitte: Kartographie und Grafik Schlaich, Geislingen

ISBN 978-3-03902-009-6

[www.at-verlag.ch](http://www.at-verlag.ch)

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



# Eine Entdeckungsreise auf 5000 Kilometer Wanderwegen in den Alpen

**Die nationale Route 1 Via Alpina ist Teil des Fernwanderwegnetzes Via Alpina, das Monaco an der Côte d'Azur mit Triest an der Adria verbindet. Die über 5000 Kilometer Wanderwege – aufgeteilt in 5 Routen und 341 Tagesetappen – erschliessen nicht nur eine atemberaubende alpine Bergwelt, sie verbinden auch unterschiedliche Lebens-, Kultur- und Naturräume und machen Wanderungen im grössten europäischen Naturraum zu einer ganz besonderen Entdeckungsreise.**

Auf bestehenden Wanderwegen durchquert die Via Alpina ein einzigartiges alpines Gebiet, den grössten europäischen Naturraum, der sich über acht Alpenstaaten – Frankreich, Italien, Monaco, Schweiz, Liechtenstein, Deutschland, Österreich und Slowenien – erstreckt. Die Via Alpina steht aber auch für vielfältige Kultur- und Landschaftsräume mit einer riesigen Anzahl verschiedener Tier- und Pflanzenarten, für Geschichte, Zusammengehörigkeit und Frieden, für Tradition und kulinarische Genüsse.

## **Via Alpina – ein europäisches Projekt**

Initiiert durch den französischen Verein La Grande Traversée des Alpes, GTA, wurde das Projekt durch Institutionen, Vereinigungen und Tourismusverbände aus den acht Alpenstaaten, darunter den Schweizer Wanderwegen, umgesetzt. Die Via Alpina ist ein von der EU gefördertes Projekt zur Unterstützung strukturschwacher Regionen und zur Förderung der alpinen Identität. Die Streckenführung berücksichtigt deshalb zahlreiche politische, umweltrelevante und touristische Aspekte. Die Via Alpina unterstreicht mit ihren über sechzig Grenzübertrit-

ten die gemeinsame alpine Identität der acht Alpenstaaten. Darüber hinaus rückt sie die Bedeutung der Alpen nicht nur für den Tourismus, sondern auch als gefährdeter grösster europäischer Naturraum ins Bewusstsein. Finanziert wurde das Projekt durch den Europäischen Fonds für Regionale Entwicklung sowie Finanzhilfen des Bundes, der Gemeinschaftsinitiative zur Zusammenarbeit auf dem Gebiet der Raumplanung Interreg IIIB, der Kantone und der Schweizer Wanderwege.

## **Auf bekannten Wanderwegen quer durch die Alpen**

Die Wanderwege der Via Alpina bewegen sich meist zwischen 1000 und 3000 Metern über Meer und sind grundsätzlich von Anfang Juli bis Mitte September, tiefer gelegene Teilstrecken natürlich während eines viel längeren Zeitraums begehbar. Die Route weist überall einen mittleren Schwierigkeitsgrad auf, meidet Kletterpassagen und Gletscherüberquerungen. Sie besteht aus bereits bekannten und markierten Wanderwegen, die zusätzlich mit dem Logo der Via Alpina beschildert wurden. Am Ziel jeder Tages-



**Monaco, einer der Endpunkte der Via Alpina**

etappe finden Wanderinnen und Wanderer Übernachtungs- und Verpflegungsmöglichkeiten, und entlang der Strecke sind in regelmässigen Abständen Lebensmittelgeschäfte und andere Dienstleistungen erreichbar.

## **Die Via Alpina in der Schweiz**

Die rote Route der Via Alpina ist das eigentliche Rückgrat des Fernwanderwegs. Mit insgesamt 161 Etappen durchquert sie als einzige der fünf Routen alle acht Alpenstaaten. In der Schweiz beginnt sie an der Grenze zum Fürstentum Liechtenstein, durchquert das Unter- und Oberengadin, das nördliche Tessin, das Rhonetal und das Berner Oberland, um schliesslich im Unterwallis über den Grosse Sankt Bernhard die Schweiz zu verlassen.

Die grüne Route verläuft in 14 Etappen von Vaduz über zahlreiche Alpenpässe bis zum Trütlisbergpass in der Nähe von Lenk. Von Adelboden bis auf den Trütlisbergpass verlaufen die grüne und die rote Route parallel. Vom Trütlisbergpass gelangt man entweder auf der roten Route nach Lauenen, dem nächsten Etappenziel auf dem Weg Richtung Monaco, oder auf dem Zubringer der Via Alpina in vier Etappen nach Montreux.



# Wanderland Schweiz



## Nationale Routen in Zahlen

### 1 Via Alpina

370 km  
20 Etappen  
23 600 Höhenmeter

### 2 Trans Swiss Trail

460 km  
30 Etappen  
17 600 Höhenmeter

### 3 Alpenpanorama-Weg

510 km  
30 Etappen  
17 800 Höhenmeter

### 4 ViaJacobi

725 km  
33 Etappen  
11 900 Höhenmeter

### 5 Jura-Höhenweg

310 km  
16 Etappen  
13 800 Höhenmeter

### 6 Alpenpässe-Weg

610 km  
34 Etappen  
37 600 Höhenmeter

### 7 ViaGottardo

320 km  
20 Etappen  
10 500 Höhenmeter

## Regionale Routen in Zahlen

Weitere Bände bieten eine Auswahl der schönsten regionalen Routen (in der Karte feine grüne Linien). Mehr dazu: [www.wanderland.ch](http://www.wanderland.ch)

### Highlights West

19 Routen in 67 Etappen

### Highlights Ost

18 Routen in 68 Etappen

Die Angabe der Höhenmeter bezieht sich jeweils auf die in den Bänden vorgeschlagene Gehrichtung.

Die im Buch angegebenen Wanderzeiten wurden mithilfe eines Geografischen Informationssystems (GIS) berechnet. Es handelt sich um Circa-Angaben.

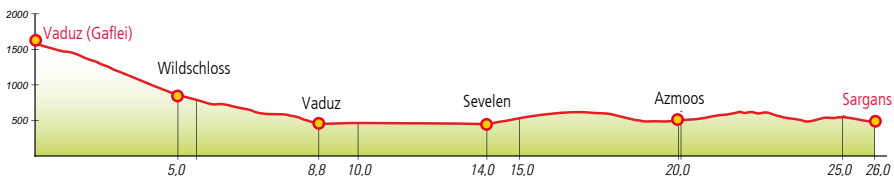
# Die Perlen des Rheintals

Eine der schönsten Wanderrouten des Alpenbogens beginnt im reizvollen Fürstentum Liechtenstein, auf der sonnenverwöhnten Alp Gaflei unter den felsigen Drei Schwestern, die sich über Vaduz erheben und eine aussergewöhnliche Gratwanderung bieten. Vom 15 Meter hohen Steinausichtsturm unterhalb von Gaflei offenbart sich das Rheintal und die Schweizer Alviergruppe. 400 Höhenmeter oberhalb von Vaduz stösst man in einer Waldlichtung auf das Wildschloss (Burgruine Schalun), das am Ende des 12. Jahrhunderts erbaut und

bis ins 14. Jahrhundert genutzt wurde. Die Feuerstelle auf der Westseite bietet die Möglichkeit, die Aussicht mit einem gebratenen Spiessli zu geniessen. Das berühmte Fürstenschloss thront majestätisch über dem Hauptort Vaduz, der kulturell, künstlerisch und kulinarisch viel zu bieten hat. Sonnige, kalkhaltige Hanglagen sorgen für gute Weintropfen im «Ländle». Auf einer gedeckten Holzbrücke bei Sevelen wird der Rhein zoll- und sorgenfrei überquert.



Das Rheintal bei Sargans



Die feuchten Schattenhänge erleichtern das Wandern in der Region Werdenberg und lassen viele Pilze spriessen. Bei genügend Zeitreserve lässt sich abseits der Route der lohnende Schluchtenweg durch das Geissberg Tobel erkunden. Der Wartauer Sagenweg führt in alte Gruselgeschichten ein und trägt zur Abwechslung bei.

Das Restaurant Bergwerk in einem alten Stolleneingang der Eisenerzmine am Gonzen



Schloss Vaduz



bei Sargans bietet in einem kleinen Museum Einblick in die strenge Zeit des Bergbaus in unserem Land. Im Rahmen einer Führung kann das Bergwerk besichtigt werden. In Sargans selbst gibt es das Schloss mit Museum und die interessante Altstadt zu besichtigen.

Vaduz (Gaflei)	0:00		7 h 30 min	
Wildschloss	1:25 1:25		26 km	
Vaduz	1:10 2:35		540 m	
Sevelen	1:10 3:45		1650 m	
Azmoos	1:45 5:30		schwer	
Sargans	2:00 7:30		238 T Montafon, 237 T Walenstadt	



# Wasserfälle und moderne Alpen

Die Alp Siez gilt als eine der modernsten Alpen in der Schweiz. Von den Melkständen der umliegenden Alpen wird die Milch in Pipelines hierhergeführt und mit neuesten Anlagen im Schaukäsereibetrieb verarbeitet. Die vielen verschiedenen Produkte der Alp werden in der ganzen Schweiz verkauft.

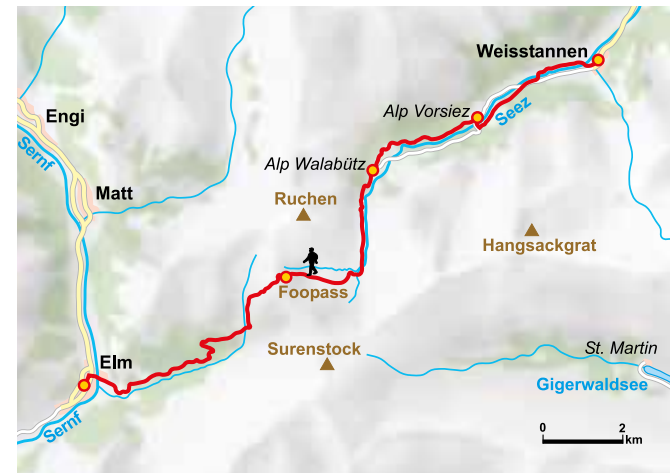
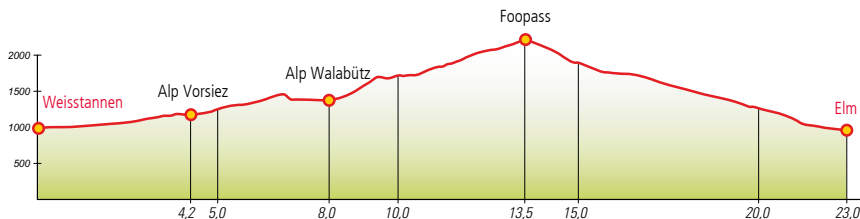
Auf der östlichen Talseite, am Falinenstock, kann man bei Käse, Brot und Milch den dritthöchsten Wasserfall der Schweiz bei seinem tiefen Sturz ins Tal beobachten. Der Wegabschnitt in einem steilen Bergsturzgebirge ist bei starkem Regen nicht zu empfehlen. Über der senkrechten und engsten



Alp Mittels Stafel



Foopass mit Blick ins Glarnerland



Felsstufe im Tal schweift der Blick zurück über das hintere Weisstannental. In dieser Gegend entdeckt man immer mehr schwarzen Schiefer, der an die Nähe der Glarner Berge erinnert.

Auf der Alp Foo befindet sich der letzte Brunnen vor dem steilen Passübergang ins Glarnerland. Der erste Übergang der Via Alpina öffnet den weiten Horizont, an dem sich Hausstock, Selbsanft und Tödi aufreihen. Wir befinden uns mitten im Unesco-Welterbe Tektonikarena Sardona. Auf der Raminer Alp sind die Wirtschaftsgebäude wie an einer Perlenkette übereinander veretzt aufgereiht, und ein Blick in die einfa-

chen Alpgebäude zeigt die Käserei in einem modernen, geplättelten Raum.

Nach dem Abstieg über den Mittelstafel und die neue Holzbrücke verliert der Wanderweg rasch an Höhe und taucht in die typischen, tief eingefurchten Täler am Fuss des Glarner Vorabs. Elm beherbergt neben dem Suworowhaus noch etliche stattliche historische Gebäude in seinem Dorfkern. Die Stiftung Pro Elm erwarb nach Einstellung der Produktion die ehemalige Schiefertafelfabrik. Alle Maschienen und Werkzeuge sind noch erhalten. Im Rahmen einer Führung kann man diese Zeugen des ehemals florierenden Schiefergewerbes besichtigen.

Ort	Abfahrtszeit	Wegzeit	Wegmarken	Entfernung	Höhe	Wegcharakter
Weisstannen	0:00		[Icons]	8 h		
Alp Vorsiez	1:20	1:20	[Icons]	23 km		
Alp Walabütz	1:25	2:45	[Icons]	1400 m		
Foopass	3:05	5:50	[Icon]	1450 m		
Elm	3:05	8:55	[Icons]	schwer		

247 T Sardona [Icon]



Weltweit bekannt wurde das Berner Oberland mit seinen Anziehungspunkten Eiger, Mönch und Jungfrau und deren eindrücklich vergletscherten Nordflanken. Sie verhalfen dem Oberland zur besten touristischen Erschliessung der Schweiz unter anderem mit dem pionierhaften Ausbau des Jungfraujochs zur höchsten Bahnstation Europas. Trotzdem konnten sich die weltoffenen Zentren Grindelwald und Gstaad ihren heimeligen Charakter mit den vielen mit Holzschnitzereien geschmückten Holzchalets erhalten.

Ausgehend vom zentralen Thuner- und Brienzensee mit ihren historischen Schlössern verzweigen sich viele unterschiedliche Täler in Richtung Süden bis zu den höchsten Bergen. Der Wechsel von den sanften Hügellandschaften des Simmentals zu den steil abfallenden Flanken im Lauterbrunnental bietet auf engstem Raum eine unvergleichliche topografische Abwechslung für den Wanderer. Man teilt sich die Naturschönheiten entweder mit Tausenden Touristen – auf der Kleinen Scheidegg – oder nur mit den Gamsen – am Grossen Lohner. In

Gstaad trifft sich die ganze Welt auf der Parfümmeile, während man sich die Bahnen in Adelboden eher mit Schweizer Familien teilt.

Einige der höchsten Wasserfälle der Schweiz stürzen sich hier im Oberland über steile Flanken, während in den Voralpenhügeln das Wasser den Boden moorig feucht hält. Viele felsige Passübergänge führen die Wandernden nahe an eine beeindruckende Gletscherwelt, und auf bekannten Hütten kommt man mit Alpinisten ins Gespräch. Erstaunlich ist, wie viele Alpen unweit der Touristenzentren die traditionellen Werte erhalten konnten.

Das Berner Oberland bietet so viele Ausflugs- und Wandermöglichkeiten, dass dazu ein Leben kaum ausreicht. Auch das kulinarische und kulturelle Angebot ist enorm vielfältig. Vom Beachvolleyball-Turnier bis zum Jodelfest reicht die Auswahl. Die gemütliche, trockene, aber aufgeschlossene Art der Berner Oberländer ermöglicht viele bereichernde Begegnungen. Eine Wanderung im Oberland bietet Erlebnis, Abwechslung und Erholung pur.



# Prächtige Aussicht

In Rossinière mit seinen prächtigen Holzchalets mit kunstvoll bemalten und geschnitzten Fassaden startet die Wanderroute. Südlich des kleinen Dorfes geht es über die Saane, die den kleinen Stausee Lac du Vernex durchfließt. Der nächste Abschnitt führt über einen schmalen, teils steilen Waldweg in die Höhe. Hier sind Trittsicherheit und Konzentration unabdingbar. Einige besonders exponierte Stellen sind mit Drahtseilen gesichert.



Aufstieg zum Col de Chaude

Der darauffolgende leichte Anstieg nach Linderrey wird belohnt mit einem Blick auf den Lac de Hongrin und den Gebirgszug des Mont d'Or und Gros Van. Von hier aus ist in der Ferne auf einem Höhenzug etwas entmutigend das Tagesziel sichtbar: Rochers de Naye. Entmutigend, weil nach dem bereits geschafften Anstieg ein erneuter Abstieg ins Tal notwendig ist, um den Hongrin zu überqueren. Beim anschließenden Aufstieg erhascht man einen Blick auf die 125 Meter hohe Staumauer des Lac de Hongrin. Nach dem Col de Chaude erreicht man über einen



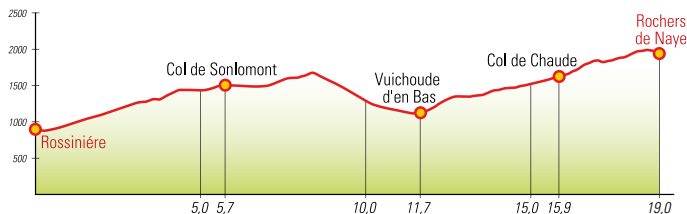
Der Südgrat des Rochers du Naye



Sonlomont

schönen Grat die Rochers (Felsen) de Naye, den Hausberg von Montreux. Das Felsmassiv besteht aus Kalkstein und erreicht eine Höhe von 2042 Metern. Es eröffnet sich der weite Rundblick von diesem letzten Aussichtspunkt aus, vor dem Abstieg nach Montreux am folgenden Tag: der Blick über

den Genfersee, das Mont-Blanc-Massiv, die Jungfraueregion und bis zu den Freiburger Voralpen. Auf den Boden zu schauen, lohnt sich hier aber genauso: Für Botanikfreunde gibt es auf über 2000 Metern einen Alpengarten mit über 1000 verschiedenen Pflanzenarten.



Rossinière	0:00		7 h 35 min
Sonlomont	2:25 2:25		19 km
Vuichoude d'en Bas	1:55 4:20		1900 m
Col de Chaude	1:50 6:10		820 m
Montreux	1:25 7:35		schwer
			262 T Rochers de Naye