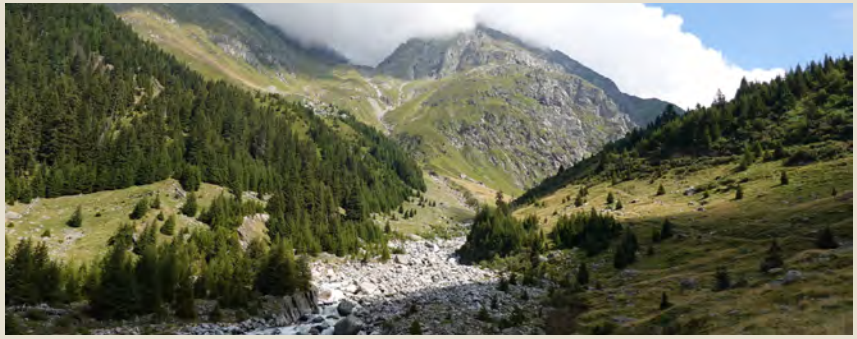
Bergwelten hautnah

Wandervorschläge

PATENSCHAFT
BERGGEMEINDEN

Zu Gast in der Val Medel, im Vallée du Trient, im Emmental und im Val Colla.



Ein Tal mit Tiefe

Curaglia – Crap Stagias – Stavels Veders – Curaglia

Länge 11,5 km
Charakter Aussichtsreiche Wanderung über den Bergrücken zwischen der Val Medel und dem Seitental Val Plattas. Gut markierte Bergwege und Alpstrassen. Schöne Feuerstelle auf Crap Stagias. Für geübte Wanderinnen und Wanderer lohnt sich eine Verlängerung bis zum Piz Ault.
Wanderzeit 4 Std. 30 Min.
Aufstieg 880 m
Abstieg 880 m
Ausgangspunkt Curaglia
Von Disentis/Mustér, staziun/posta mit dem Postauto nach Curaglia, posta
Endpunkt Curaglia
Mit dem Postauto nach Disentis/Mustér, staziun/posta
Karte Wanderkarte 1 : 50 000, Disentis/Mustér 256T

Route

Schon kurz nach der Postautohaltestelle in **Curaglia** entdecken wir auf einer weissen Hausmauer ein Wandgemälde in intensiven Pastellfarben. Es wurde schon vor 500 Jahren angebracht und erinnert an Placidus und Sigisbert, die beiden Gründerheiligen des Klosters Disentis. Ihre Geschichte ist im Tal präsent und begleitet auch uns dorfaufwärts. Holzstapel kündigen die «Resgia Medelina» an, die gemeindeeigene Sägerei. Hier wird ausschliesslich einheimisches Fichten- und Lärchenholz verarbeitet. In der nächsten Kurve biegen wir rechts in den Wald ein und passieren bald den Weiler **Gliarauns.** Auf dem gegenüberliegenden Hang leuchtet die weissgetünchte Kapelle von Biscuolm im Sonnenlicht, als würde sie die umliegenden Maiensässhütten

Wer die unverfälschte Val Plattas ganz durchwandert, gelangt zur Medelserhütte.

beschützen. Von jetzt an steigt der Pfad steil an. Temporäre Lawinenverbauungen aus Holz zeigen uns an: Wir sind im Windwurfgebiet von Vivian. Mit jedem Meter wird die Aussicht besser und auf der Krete von **Crap Stagias** ist sie fantastisch. Sie reicht von den Gipfeln der Surselva im Norden über den Lukmanierpass bis zur Medelsergruppe. Aber auch der Tiefblick auf die Dächer in der Val Medel ist imposant.

Acla – ein Mahnmal

Die abschüssige Bergflanke ist ebenfalls mit Lawinenverbauungen durchsetzt, dieses Mal aus Stahl. Sie sollen zusammen mit dem jungen Bergwald die darunterliegenden Häuser von Platta und Pardé schützen. Im benachbarten Acla ist die Erinnerung an die verheerenden Folgen von Lawinen noch wach. Drei Menschen fanden 1975 den Tod, und

Quellwolken über der Surselva

von den 21 Gebäuden blieben nur zwei Häuser und zwei Ställe verschont. Seither darf Acla in den Wintermonaten nicht mehr bewohnt werden. Die Kapelle allerdings wurde wieder errichtet. Ihre Keilform mahnt an die weisse Gefahr.

Wer genug hat von exponierten Abhängen, nimmt nun den Abzweiger hinunter in die Val Plattas. Leuchtende Alpenrosen und die üppigen Blüten des Punktierten Enzians säumen den schönen Weg, der direkt auf den Medelsergletscher zuführt. Nach einer kurzen Gegensteigung öffnet sich plötzlich die Ebene von **Stavels Veders.** Hier geniessen wir den wilden, nahezu unberührten Talkessel nochmals ohne Ablenkung. Der Rückweg nach **Curaglia** folgt dem munteren Rein da Plattas, der bis nach Rotterdam noch ein paar Kilometer mehr zurückzulegen hat als wir.

Dem Dach der Alpen ganz nah

Finhaut – Tête de la Boffa – Staumauer von Emosson – Sé Jeur

Länge 9 km
Charakter Bergwanderung mit überwältigender Aussicht auf das Montblanc-Massiv und den Stausee von Emosson. Der Weg ist als «Sentier du Balcon du Mont-Blanc» gut markiert. Rückfahrt über die Bahnen «VerticAlp» möglich (falls wieder in Betrieb)
Wanderzeit 3 Std. 30 Min.
Aufstieg 950 m
Abstieg 150 m
Ausgangspunkt Finhaut
Vom Bahnhof Martigny mit dem Mont-Blanc Express nach Finhaut
Endpunkt Lac d'Emosson
Vom Lac d'Emosson mit dem Bus nach Finhaut, gare (fährt nur im Sommer). Mit dem Mont-Blanc Express zum Bahnhof Martigny
Karte Wanderkarte 1 : 50 000, Martigny 282T

Route

Eine gute halbe Stunde braucht der Mont-Blanc Express für die Panoramafahrt nach **Finhaut.** Dass das Dorf vor gut hundert Jahren zu den Topdestinationen der Alpen gehörte, ist kaum zu glauben. Heute geht es in den Strassen ruhig zu und her. Beim Schiessstand biegen wir ein auf den Bergweg, der durch einen stimmungsvollen Lärchenwald hinaufführt. Wie Walrücken tauchen vom Gletscher abgeschliffene Felsen aus dem Boden auf. Ein paar Steinmäuerchen erinnern daran, dass dieses Gebiet vor nicht allzu langer Zeit noch von den Bauern genutzt wurde. Ab und zu erhaschen wir einen Blick talauswärts auf Les Marécottes, die Dents de Morcles und das Rhonetal. Nach der **Tête de la Boffa** schwenkt unser Pfad nach Westen und kurz vor der Alp **Fenestral** verlassen

Der scheinbar Kleinste ist der Grösste: der Montblanc ganz rechts.

wir den Wald. Von jetzt an haben wir ihn vor uns, den Montblanc.

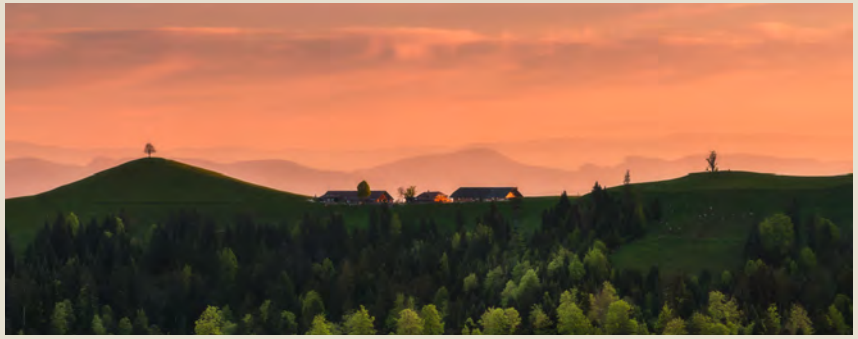
Erstbesteigung mit Misstönen

Der höchste Berg der Alpen macht mit seinen 4808 Metern Eindruck. Sein ursprünglicher Name «Mont Maudit», der verfluchte Berg, erzählt von den Ängsten, welche die eisige Gletscherkuppe bei den Einheimischen auslöste. 1744 waren es englische Alpinisten, die den Gipfel umtauften. Über Jahrzehnte tasteten sich verwegene Naturforscher und Abenteurer an den magischen Punkt heran. Am 8. August 1786 standen der Arzt Michel-Gabriel Paccard und der Jäger Jacques Balmat aus Chamonix auf dem Gipfel. Doch der Abstieg durch das Gletscherlabyrinth wurde zum Höllenritt. Paccard hatte keine Sonnenbrille dabei und musste von seinem Partner

Der Mont-Blanc Express mit Sicht ins Rhonetal

schliesslich schneeblind nach Chamonix geführt werden. Doch das ist nicht alles. Posthum wurde der Mediziner sogar noch Opfer einer unschönen Intrige. 200 Jahre lang wurde nämlich nur Balmat der Ruhm für die Erstbesteigung zugesprochen. Erst 1986 erhielt auch Paccard in Chamonix ein Monument.

Mit dem Montblanc ist das Panorama aber noch nicht zu Ende. Auch die Aiguille Verte setzt sich mächtig in Szene, und weiter östlich reiht sich Gipfel an Gipfel. Besonders eindrücklich ist der Abbruch des Glacier du Trient. Die verschwundenen Eismassen sind noch gut zu erahnen. Bei der **Staumauer von Emosson** nehmen wir die letzten Höhenmeter auf die Kuppe des **Sé Jeur** in Angriff. Die Aussicht auf den Lac d'Emosson und ein letzter Gruss an den Montblanc setzen den grandiosen Schlusspunkt.



Im Reich der Emmentaler Bauernhöfe

Gohl – Vorder Stöckern – Mittler Langenegg – Langnau i. E.

Länge 7 km
Charakter Gemütliche Wanderung vom Gohlgrabe nach Langnau i. E., in Tuchfühlung mit elf stattlichen Bauerngütern und mit herrlicher Sicht zu den Gipfeln des Berner Oberlandes. Teil des ausgeschilderten Weges «Haus und Hof» der Gemeinde Langnau i. E.
Wanderzeit 2 Std.
Aufstieg 200 m
Abstieg 300 m
Ausgangspunkt Gohl/Mettlen
Vom Bahnhof Langnau i. E. mit dem Bus nach Gohl, Mettlen; Achtung: nur wenige Kurse
Endpunkt Bahnhof Langnau i. E.
Karte Wanderkarte 1 : 50 000, Escholzmatt 244T

Route

In Bärau biegt der Bus ab in den Gohlgrabe, eines der rund fünfzig Seitentäler der Ilfis. Den Dorfkern Gohl sucht man vergeblich, denn es handelt sich um eine Ansammlung weit verstreuter Häusergruppen. An der Haltestelle **Mettlen** folgen wir dem Wegweiser «Haus und Hof». Beim ersten Gehöft **Baumgarten** finden wir eines der Schlüsselelemente der Berner Bauernhausarchitektur, die Ründi. Es handelt sich um einen halbkreisförmigen Giebelbogen aus Holz, der aus dem Bedürfnis des Besitzers heraus entstanden ist, seinen Wohlstand zu zeigen. Hinter dem Bauernhaus führt der Weg über die Weide hinauf nach **Hinter Stöckern.** Von hier erkennen wir bereits die markante Silhouette der Schrattenfluh und des Hohgant und dahinter die ikonischen Berge von Grindelwald.

Die Ausrichtung der Hofgruppe ist perfekt auf die Hügellinie abgestimmt.

Beim Hof **Vorder Stöckern** lohnt ein Blick auf die Lauben. Ursprünglich als Trockenraum genutzt, sind auch sie beliebte Gestaltungsformen, um das Haus auszuzeichnen. Die Gadenlauben auf der Seite und die Bühnislaube am Giebel – dahinter versteckt sich die Heubühne – sind mit gesägten Schmuckmotiven verziert. Besonders dekorativ sind die geschnitzten Stützen, die sogenannten «Büge», und der verspielte Dachrand. Beim benachbarten Speicher, der eine Reihe alter Bogenfenster aufweist, biegen wir links ab und nehmen den Weg übers Feld in Richtung **Hinter Stoss.** Vor uns breitet sich eine weite Hügellandschaft aus. Höfe schmiegen sich an Abhänge und schauen hinter Knubeln und Eggen hervor, bis zum Horizont. Auf der Langenegg treffen wir auf eine einzigartige Hofgruppe in wunderbarer Lage.

Reich verzierte Stöckli und Speicher auf der Mittler Langenegg

Nebengebäude als Hauptdarsteller

Ein aussergewöhnliches Stöckli und ein prächtiger «Spycher» stehen auf der **Mittler Langenegg.** Das Stöckli wurde um 1780 als schmales Haus begonnen und mit der Zeit erweitert. Büge, Pfeiler und Konsolen sind alle reich beschnitzt, sogar eine Ründi hat es bekommen. Diese kleinen Wohnhäuser wurden für die Eltern gebaut, wenn sie sich bei der Hofübernahme durch den Sohn zurückzogen. Heute kann es passieren, dass es im Stöckli sogar Platz für zwei Generationen braucht, weil die Enkel schon nachfolgen.

Vorbei am mächtigen Bauernhaus der **Unter Langenegg** und seinem üppig geschmückten Speicher ruhen wir uns unter einer alleinstehenden Linde aus. Nun ist es nicht mehr weit zur Krete, von wo wir unser Tagesziel **Langnau i. E.** überblicken.

Italien zu Füssen: Es ist Zeit für eine Pause hoch über dem Val Cavargna.

Grenzgang mit Seeblick

Bogno – Passo di San Lucio – Monte Cucco – Bogno

Länge 10,7 km
Charakter Abwechslungsreiche Wanderung durch prächtige Laubwälder auf einen aussichtsreichen Graskamm an der Grenze zu Italien. Besonders zu empfehlen im Frühling und Herbst. Gut markierte Bergwege oder Forststrassen ohne besondere Schwierigkeiten
Wanderzeit 4 Std.
Aufstieg 750 m
Abstieg 750 m
Ausgangspunkt Bogno
Von Tesserete, Stazione mit dem Postauto nach Bogno, Cappella di Bogno
Endpunkt Bogno
Mit dem Postauto nach Tesserete, Stazione
Karte Wanderkarte 1 : 25 000, Porlezza 1334

Route

In **Bogno,** im hintersten Dorf des Val Colla, nur zwölf Kilometer Luftlinie von Lugano entfernt, fühlen wir uns in einer anderen Welt. Von der Haltestelle oberhalb des Dorfkerns gleitet der Blick zurück über das dicht bewaldete Tal. Nur die Dächer von Colla, das sich an den rechten Hang klammert, unterbrechen das watteartige Muster der Baumkronen. Wir folgen der Strasse abwärts, bis uns links ein Wegweiser auf die Abzweigung zur Capanna San Lucio aufmerksam macht. Nach den letzten Häusern verschwindet der Weg im Wald und steigt im Zickzack steil an. Eineinhalb Stunden später lassen wir das üppige Blätterdach hinter uns und betreten die **Alpe di Cottino.** Die letzten Meter zum **Passo di San Lucio** führen mitten durch Ginsterbüsche, die im Frühsommer hellgelb leuchten. Die Rundsicht ist grossartig und reicht vom italienischen Val Cavargna über die Bergamasker Alpen bis zum Monte Tamaro mit den Walliser Bergspitzen am Horizont.

Eine Grenze, die nicht nur trennt

Auf dem Passübergang laufen viele historische Fäden des Val Colla zusammen. Der Ort trägt den Namen des Volksheiligen Lucio, der im Tessin und in der Lombardei seit dem 13. Jahrhundert stark verehrt wurde. Dem Patron der Sennen ist die lang gezogene Kirche geweiht, die unmittelbar ennet der Grenze steht. Weitherum bekannt ist das Fest, das jedes Jahr am 12. Juli zu Ehren des Lucio begangen wird. Zu Gottesdienst und Polenta strömt die Bevölkerung von beiden Seiten des Passes zusammen.

Erhaben thront die Kirche San Lucio auf der Passhöhe.

Starke Verbindungen über die Grenze entstanden auch durch das Schmugglergewerbe, das bis in die sechziger Jahre des letzten Jahrhunderts blühte. Es erinnert daran, dass viele Familien in beiden Tälern in bitterer Armut lebten und sich für etwas Zusatzverdienst in die gefahrvolle Nacht begaben.

Vom Grenzzaun, der bis in die siebziger Jahre des letzten Jahrhunderts stand, ist heute nichts mehr zu sehen. Wir biegen auf den Wanderweg ein, der entlang der Grenzsteine Richtung Cima di Fojorina führt. Am Fuss des **Monte Cucco** halten wir uns rechts und überschreiten den Grasrücken. Vom höchsten Punkt hat man sowohl den Lago di Como als auch den Lago Maggiore im Blick. Etwa 500 Meter nach dem Gipfel verlassen wir den Grenzkamm und nehmen den grasigen Weg hinunter nach Certara. Vorbei an der Alp **La Corte** gelangen wir zurück nach **Bogno.**