



Die unberührte Greina-Hochebene. © Surselva Tourismus AG

01.08.2017 09:45 CEST

## Die fünf schönsten Wanderungen in Graubünden

**Im größten Kanton der Schweiz warten insgesamt 10.000 Kilometer markierte Pfade auf Wandervögel: von entspannten Kulinarik-Routen über familienfreundliche Themenwege bis hin zu anspruchsvollen Hochtouren. Bei einer so großen Auswahl fällt es schwer, sich für eine Wanderung zu entscheiden. Nun schafft Graubünden Abhilfe und präsentiert die schönsten Touren der Region – gewählt von Bündner Wanderbegeisterten.**

**Informationen zu diesen und weiteren Wanderungen in Graubünden gibt es auf [www.graubuenden.ch/top10wanderungen](http://www.graubuenden.ch/top10wanderungen).**

## **Für Ursprüngliche: Wanderung zur Quelle des Rheins**

In den Graubündner Bergen beginnt die 1232 Kilometer lange Reise des Rheins. Sie führt durch vier Länder und endet in der Nordsee. Zu seiner Quelle, dem Tomasee in 2345 Metern Höhe, geht der Aufstieg ausschließlich zu Fuß. Die kürzeste Route ab dem Oberalppass dauert nur gut zwei Stunden. Genügend Zeit sollten Wanderer trotzdem einplanen, denn im Hochsommer bietet das frische Wasser des Bergsees eine willkommene Abkühlung. Hungerige können sich in der Maighelshütte einfache Gerichte schmecken lassen und die Aussicht auf einen weiteren See, den Lai Urlaun, genießen. [www.maighelshuette.ch](http://www.maighelshuette.ch)

## **Für Naturfreunde: Hüttentour über die unberührte Greina-Hochebene**

Auf der dreitägigen Hüttentour von der Surselva auf den Lukmanierpass geht es gleich durch zwei Schweizer Kantone – Graubünden und das Tessin. Gestartet wird in Vrin in der Val Lumnezia, einem Bergdorf wie aus dem Bilderbuch. Auf dem Weg zur ersten Hütte legen Wanderer gerne einen Zwischenstopp im Café Greina ein. Dort serviert die Wildhüterin Pirmina Caminada in einer Jurte Käse und Trockenfleisch sowie selbstgebraute Getränke aus Bergkräutern. Kurz darauf wartet dann der Höhepunkt der Tour: die Durchquerung der Hochebene Greina, eine vom Menschen unberührte Landschaft, durch die sich kleine Flüsse ziehen. Tagesziel ist die Scalettahütte am Rand der Greina-Ebene. Am zweiten Tag geht es steil hinunter ins Bleniotal, bevor der Weg ebenso steil wieder aufsteigt. Dieser Abschnitt ist im Herbst, wenn die umliegenden Lärchenwälder gelb leuchten, besonders schön. Die dritte und letzte Tagesetappe führt von der Hütte Capanna Bovarina zurück auf den Lukmanierpass, von wo die Wanderer mit dem Postauto in die Surselva zurückkehren können. [www.cafegreina.ch](http://www.cafegreina.ch), [www.capannabovarina.ch](http://www.capannabovarina.ch)

## **Für Kulturfans: Auf den Spuren der Säumer**

Schwankende Stege, enge Brücken, abgrundtiefe Schluchten – für den Saumweg von Thusis über den Splügenpass in das italienische Chiavenna benötigten Reisende früher starke Nerven. Heute ist der über 60 Kilometer lange Weg breit und sicher, aber nicht weniger eindrucksvoll. Er zählt zu den beliebtesten Weitwanderrouen der Region. Auf der ersten der vier Etappen können Wanderer mit einem Besuch der Viamala-Schlucht besonders tief in die Geschichte der einst so wichtigen Alpentransitrouten eintauchen. Denn



diese hat ihren Namen – Viamala bedeutet „schlechter Weg“ – nicht umsonst erhalten. Tagesziel ist Andeer, wo sich die müden Muskeln im gleichnamigen Mineralbad entspannen und neue Kräfte für den nächsten Tag sammeln können.

### **Für Familien: Entlang der Bahnstrecke am Albulapass**

Die Albulalinie der Rhätischen Bahn trägt nicht umsonst den Titel UNESCO-Welterbe. Die Bahnstrecke ist so einmalig in die Landschaft gebaut, dass spätestens bei der Überquerung des Landwasserviadukts allen Passagieren der Mund offen stehen bleibt. Auf dem Bahnerlebnisweg Albula, der parallel zur Strecke verläuft, können kleine und große Bahnfans das Zusammenspiel von Landschaft und Technik auch zu Fuß entdecken – und von unten sind die hohen Brücken noch imposanter. Entlang des Wanderwegs gibt es Tafeln mit aktuellen und historischen Informationen, die der ganzen Familie spannende Einblicke in die Welt der Bahn bieten.

### **Für Rangers: Durch den Schweizerischen Nationalpark zu den Macun-Seen**

Die hochalpine Tageswanderung ab Zernez zur Seenplatte von Macun ist anspruchsvoll. Die Tour erfordert Trittsicherheit sowie Schwindelfreiheit, und es sind stolze 1400 Höhenmeter zu bezwingen. Die Anstrengungen lohnen sich: Der Aufstieg führt durch die naturbelassene Landschaft des einzigen Nationalparks der Schweiz. Einmal oben, werden Wanderer mit Ausblicken bis nach Italien belohnt. 23 tiefblaue Seen, die wie Saphire zwischen Wiesen und Geröll liegen, funkeln in der Ferne. Wer einige Höhenmeter einsparen will, nimmt ab Zernez bis nach „Plan Sech“ den Macun-Shuttle. Dadurch verkürzt sich die Wanderung um zwei Stunden. Am Ende der Tour empfiehlt sich eine Pause im Dorf Lavin, bevor die Wanderer mit der Rhätischen Bahn an den Ausgangspunkt zurückfahren. Zwischen schönen Engadiner Häusern liegt die Bäckerei-Konditorei Giacometti mit eigenem Café, die für ihre hervorragende Bündner Nusstorte bekannt ist. [www.giacometti-lavin.ch](http://www.giacometti-lavin.ch)

---

**Weitere Informationen zum Urlaub in der Schweiz gibt es im Internet unter [MySwitzerland.com](http://MySwitzerland.com), der E-Mail-Adresse [info@MySwitzerland.com](mailto:info@MySwitzerland.com) oder unter der kostenfreien Rufnummer von Schweiz Tourismus mit persönlicher Beratung 00800 100 200 30.**

## Informationen an die Medien

Weitere Bilder zur touristischen Schweiz stellen wir Ihnen auf [www.Swiss-Image.ch](http://www.Swiss-Image.ch) zur Verfügung.

## Kontaktpersonen



### **Tassja Dâmaso**

Pressekontakt

Leitung Medienarbeit Deutschland

[tassja.damaso@switzerland.com](mailto:tassja.damaso@switzerland.com)

+49 151 11 429 351



### **Vivienne Hosennen**

Pressekontakt

Distriktleitung Süddeutschland | Head of Trade

Medien in Bayern & Baden-Württemberg

[vivienne.hosennen@switzerland.com](mailto:vivienne.hosennen@switzerland.com)

+49 (0)711 2070 3031



### **Valerie von Oppeln**

Pressekontakt

Medien in Hamburg / Norddeutschland

[valerie.vonoppeln@switzerland.com](mailto:valerie.vonoppeln@switzerland.com)

+49 (0)30 166 375 072



### **Andrea Daniele**

Pressekontakt

Medien in Berlin / Ostdeutschland

[andrea.daniele@switzerland.com](mailto:andrea.daniele@switzerland.com)

+49 (0)30 166 375 074



**Krisztina Keilani-Schmidt**

Pressekontakt

Medien in Hessen, NRW, Rheinland-Pfalz und Saarland

[krisztina.keilani@switzerland.com](mailto:krisztina.keilani@switzerland.com)

+49 (0)69 509 551 005