



BERGSTEIGER  
DÖRFER

Neue

# Bergsteigerdörfer

Naturnähe. Berggenuss. Entschleunigung.



## IMPRESSUM

**Herausgeber:** Österreichischer Alpenverein, Olympiastraße 37, 6020 Innsbruck

**Grafik:** Norbert Freudenthaler [Foto | Grafik | Design]

**Redaktion:** Marion Hetzenauer, ÖAV

**Lektorat:** Alexandra C. Eckel, PTP by ACE

**Druck:** Gutenberg-Werbering Gesellschaft m.b.H., Linz

**Titelbild:** Das Bergsteigerdorf Paularo am Fuße des Sernio. © Comune di Paularo



Produziert nach der Richtlinie des österreichischen Umweltzeichens, „Druckerzeugnisse“



Gutenberg-Werbering GmbH, UW-Nr. 844



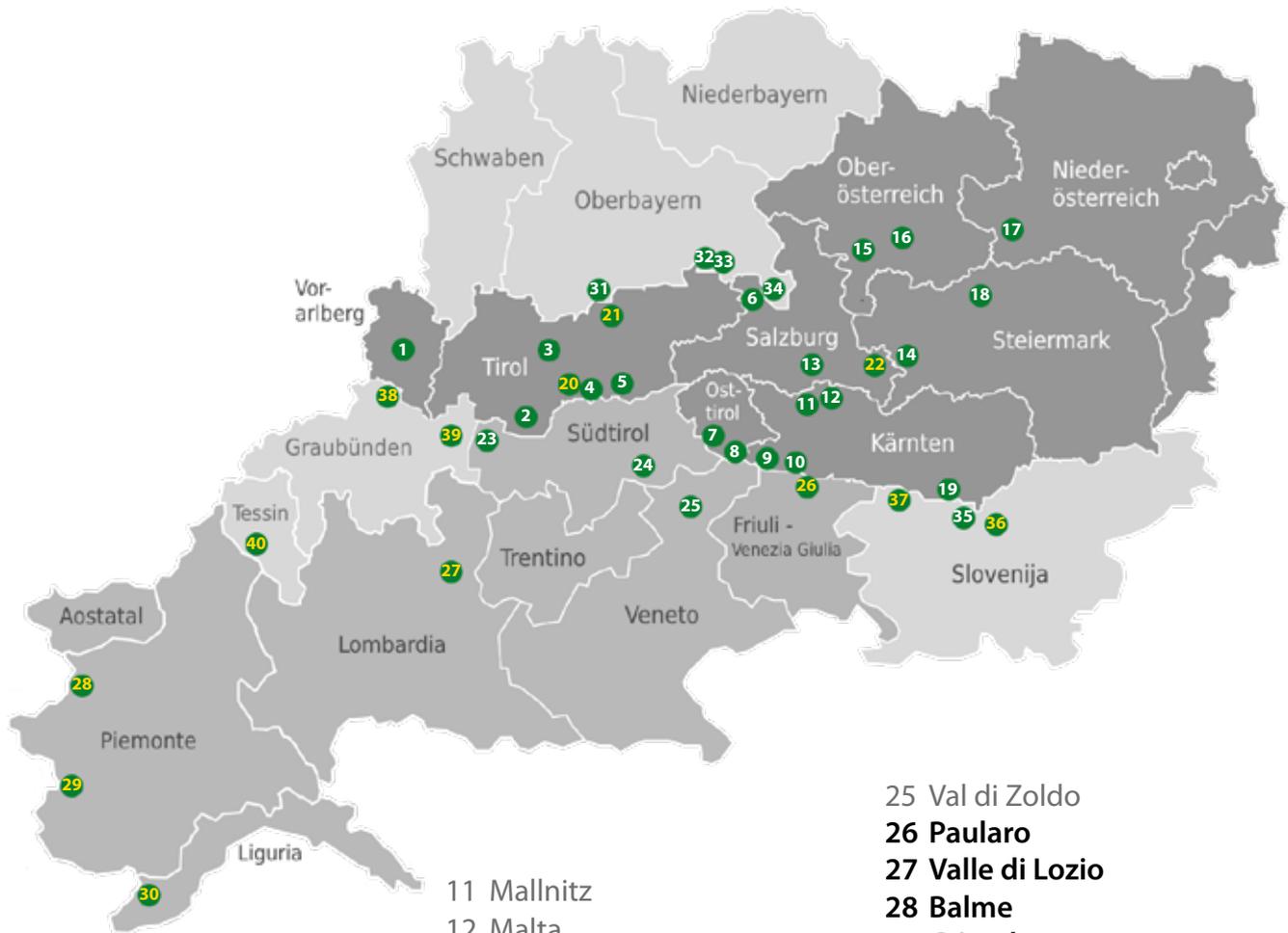
BERGSTEIGER  
DÖRFER

Neue  
**Bergsteigerdörfer**  
Naturnähe. Berggenuss. Entschleunigung.

Eine Initiative der Alpenvereine und ein  
Umsetzungsprojekt der Alpenkonvention



# Übersichtskarte



- 1 Großes Walsertal
- 2 Vent im Ötztal
- 3 Region Sellraintal
- 4 St. Jodok, Schmirn- & Valsertal
- 5 Ginzling im Zillertal
- 6 Weißbach bei Lofer
- 7 Villgratental
- 8 Tiroler Gailtal
- 9 Lesachtal
- 10 Mauthen

- 11 Mallnitz
- 12 Malta
- 13 Hüttschlag im Großarlal
- 14 Steirische Krakau
- 15 Steinbach am Attersee
- 16 Grünau im Almtal
- 17 Lunz am See
- 18 Johnsbach im Gesäuse
- 19 Zell-Sele
- 20 Gschnitztal**
- 21 Steinberg am Rofan**
- 22 Göriach**
- 23 Matsch
- 24 Lungiarü

- 25 Val di Zoldo
- 26 Paularo**
- 27 Valle di Lozio**
- 28 Balme**
- 29 Crissolo**
- 30 Triora**
- 31 Kreuth
- 32 Sachrang
- 33 Schleching
- 34 Ramsau bei Berchtesgaden
- 35 Jezersko
- 36 Luče**
- 37 Dovje-Mojstrana**
- 38 St. Antönien**
- 39 Lavin, Guarda & Ardez**
- 40 Valle Onsernone**

Weitere Informationen wie Tourentipps, Geschichte und Besonderheiten der Bergsteigerdörfer finden Sie unter:  
[www.bergsteigerdoerfer.org](http://www.bergsteigerdoerfer.org)



# Inhalt

Übersichtskarte	4
Inhaltsverzeichnis	5
Vorwort	6
Über die Bergsteigerdörfer/Alpenkonvention	8
<b>Luče</b> Slowenien	<b>10</b>
<b>Dovje-Mojstrana</b> Slowenien	<b>14</b>
<b>Göriach</b> Österreich	<b>18</b>
<b>Steinberg am Rofan</b> Österreich	<b>22</b>
<b>Gschnitztal</b> Österreich	<b>26</b>
<b>Lavin, Guarda &amp; Ardez</b> Schweiz	<b>30</b>
<b>St. Antönien</b> Schweiz	<b>34</b>
<b>Valle Onsernone</b> Schweiz	<b>38</b>
<b>Paularo</b> Italien	<b>42</b>
<b>Valle di Lozio</b> Italien	<b>46</b>
<b>Crissolo</b> Italien	<b>50</b>
<b>Balme</b> Italien	<b>54</b>
<b>Triora</b> Italien	<b>58</b>
Infoseite	62

# Vorwort



© Philipp Freund

links: Sonnenaufgangstour über den Landawirseen im Bergsteigerdorf Göriach.



© Mario Rabensteiner

**E**in Bergsteigerdorf – die Bilder im Kopf entstehen dazu automatisch: Ein hübscher Ortskern mit Kirche, ein gemütliches Gasthaus für die Einkehr nach der Tour, im Hintergrund eine Bergwelt, die Bergsteigerinnen und Bergsteiger schon beim Anblick Touren planen lässt. Doch so, wie die Alpenvereine sie für sich definiert haben, steckt noch sehr viel mehr dahinter. Denn die Bergsteigerdörfer, die sie auszeichnen, haben neben ansprechendem Ortsbild und Bergsportmöglichkeiten etliche weitere Komponenten, wie ihre intakte Natur- und Kulturlandschaft, eine ausreichende, wenn auch kleinstrukturierte, touristische Infrastruktur, wie Beherbergungs- und Gastbetriebe und die Erreichbarkeit mit öffentlichen Verkehrsmitteln. Skischaukeln sucht man hier vergeblich, ebenso große Hotelkomplexe oder stark befahrene Schnellstraßen. Bergsteigerdörfer sind beinahe Exoten unter den Alpendörfern, dennoch sind davon noch welche zu finden. Seit der letzten Ausgabe der Gesamtbroschüre im Jahr 2018 wurden Dörfer in Slowenien, Österreich, der Schweiz und in Italien als Bergsteigerdörfer ausgezeichnet. In dieser Ergänzung zur Gesamtbroschüre der Bergsteigerdörfer werden diese vorgestellt. Die Broschüre der Bergsteigerdörfer mit dem Titel „Kleine und feine Bergsteigerdörfer zum Genießen und Verweilen“ (2018) ist nach wie

vor verfügbar, da mit Unterstützung des damaligen österreichischen Bundesministeriums für Nachhaltigkeit und Tourismus und der Europäischen Union eine hohe Auflage realisiert werden konnte. Um wertvolle Ressourcen zu sparen, haben sich die Verantwortlichen entschieden, dieses umfangreiche Werk vorerst nicht komplett zu erneuern, sondern um eine kleinere Broschüre zu ergänzen.

Ihnen, liebe Leserinnen und Leser, wünschen wir viel Freude beim gedanklichen Ausflug in unsere Bergsteigerdörfer und beim Planen der nächsten Bergabenteuer!



Markus Welzl

Vizepräsident des Österreichischen Alpenvereins  
Vorsitzender der internationalen Steuerungsgruppe  
der Bergsteigerdörfer



© Simon Schöpfl

Das Bergsteigerdorf Gschnitztal in seiner winterlichen Pracht.

# Über die Bergsteigerdörfer

**B**ergsteigerdörfer sind kleine und ruhige Orte, die ein alpintouristisches Angebot bereitstellen, das den Vorstellungen der Alpenvereine entspricht. Die Orte besitzen eine lebendige Alpintradition, stellen ein sehr gutes Wege- und Schutzhüttennetz bereit und zeichnen sich durch hohe landschaftliche und ökologische Qualitäten aus. Große Schigebiete sucht man hier vergeblich.

Ein besonderes Merkmal ist die enge Verbindung mit den Alpenvereinen, deren umfassendes Netzwerk an Sektionen, Hütten und ehrenamtlichen Mitarbeiter:innen zusammen mit ihrer positiven Außenwirkung zum Erfolg der Bergsteigerdörfer beitragen.

Die Bergsteigerdörfer wenden sich an eine Gästesicht, die einen Aktiv-Urlaub in der Natur erleben wollen, Eigenverantwortung und Umweltbewusstsein mitbringen und nach Urlaubsorten suchen, in denen es noch „normal“ zugeht.

Je nach Charakter des Bergsteigerdorfes kann sich der Gast in einer weitestgehend unverbrauchten Landschaft aktiv erholen: Wandern, Bergsteigen, Klettern, Bouldern, Skitourengehen, Schneeschuhwandern, Langlaufen und Rodeln stehen auf dem Programm. Daneben gibt es viele weitere Möglichkeiten, sich draußen zu bewegen, von geführten geologischen oder ornithologischen Wanderungen bis hin zum Besuch von Bergwerksstollen, Museen, alten Werkstätten u.v.m.

## GESCHICHTE DES PROJEKTES

Das Projekt wurde von der Abteilung Raumplanung und Naturschutz des Österreichischen Alpenvereins konzipiert, um einen Beitrag zur Umsetzung der Alpenkonvention zu leisten.

Im Jahre 2005 wurden zunächst 15 Gemeinden in Österreich ausgewählt. Diese Orte wurden in einer Broschüre mit dem Titel „Kleine und feine Bergsteigerdörfer zum Genießen und Verweilen“ der Öffentlichkeit vorgestellt. Ab 2008 wurde eine Projektförderung durch das Bundesministerium für Land- und Forstwirtschaft und das EU-Programm für die Ländliche Entwicklung erreicht. So konnten ein Projektmanagement etabliert und konkrete Schritte in Richtung Angebotsentwicklung, Auswahl von Partnerbetrieben und Marketing unternommen werden. In den einzelnen Ortschaften wurde ab 2011 ein Qualitätssicherungsprozess etabliert.

Das Pilotprojekt „Bergsteigerdörfer ohne Grenzen“ war 2012 ein erster Schritt in Richtung internationale Zusammenarbeit. Ramsau bei Berchtesgaden wurde 2015 als das erste Bergsteigerdorf Deutschlands aufgenommen. 2017 folgte Matsch als erstes Bergsteigerdorf in Südtirol (Italien) und im Frühjahr 2018 schlossen sich Jezersko in Slowenien und Val di Zoldo in Italien der Initiative an. Mit St. Antönien und Lavin, Guarda und Ardez wurden 2021 die ersten Schweizer Dörfer ins Netzwerk Bergsteigerdörfer aufgenommen. Heute wird die Initiative Bergsteigerdörfer gemeinschaftlich von den Alpenvereinen in Österreich (ÖAV), Deutschland (DAV), Südtirol (AVS), Slowenien (PZS), Italien (CAI) und der Schweiz (SAC) getragen.

*Das Bergsteigerdorf Ardez im Unterengadin.*



# Alpenkonvention



Auf Skitour im Bergsteigerdorf Paularo.

## BERGSTEIGERDÖRFER – MOSAIKSTEINE GELEBTER ALPENKONVENTION

Die Alpenkonvention – ein völkerrechtlicher Vertrag der acht Alpenstaaten und der Europäischen Gemeinschaft; eine Vereinbarung mit höchsten Zielsetzungen für die nachhaltige Entwicklung im alpinen Raum, ein Meilenstein in der Geschichte des Umweltschutzes ... möchte man meinen. Ganz so ist es aber leider nicht. Seit den 1950er-Jahren, in denen die Idee zur Alpenkonvention erstmals in den Gründungsdokumenten der internationalen Alpenschutzkommission CIPRA aufscheint, bis zum Inkrafttreten 1995 und bis zum Beginn der Umsetzung 2002 war und ist es ein langer Weg. Aber gerade jetzt, wo die sozialen Probleme der Welt jeden Umweltschutzgedanken mehr denn je in den Hintergrund drängen, gewinnt die Alpenkonvention als Entwicklungsinstrument neue Bedeutung. Es gilt, die Protokolle der Alpenkonvention wo auch immer möglich anzuwenden, nicht nur im Rahmen von Genehmigungsverfahren, sondern insbesondere im Hinblick auf innovative Ideen für eine nachhaltige wirtschaftliche Entwicklung auf lokaler Ebene.

Die Alpenvereine waren maßgeblich am Zustandekommen der Alpenkonvention mit ihren Protokollen beteiligt. Sie versuchen, die Alpenkonvention für die breite Öffentlichkeit fassbar zu machen, sie von dem – zugegebenermaßen zum Teil sehr komplizierten Juristenlatein – loszulösen und in ganz konkreten Projekten mit der Bevölkerung umzusetzen.

Eines dieser Beispiele ist die Initiative „Bergsteigerdörfer“. Dabei legen die Alpenvereine bereits bei der Auswahl besonderes Augenmerk auf die Geschichte der Gemeinden, auf ihre Entscheidungen in der Vergangenheit und ganz besonders auf ihre zukünftigen

Entwicklungsziele. Denn nicht jedes Bergsteigerdorf aus den Anfangsjahren des Alpentourismus ist bis heute ein solches geblieben. Viele Gemeinden haben sich ganz dem Wintertourismus verschrieben, haben die Berghänge planiert, entwässert, Speicherseen gegraben, gesprengt, Seilbahnen errichtet, Hotelburgen gebaut – „alles für den Gast“. Für die ortsansässige Bevölkerung resultiert daraus die Abhängigkeit von einem sich immer schneller drehenden Erschließungs-Kapital-Kreisel, dessen Höhepunkt immer noch nicht erreicht scheint.

Mit den Bergsteigerdörfern nehmen sich die projekttragenden Alpenvereine mit den Sektionen, dem Ständigen Sekretariat der Alpenkonvention und mit Hilfe anderer Partner aus öffentlicher Verwaltung und Tourismus jener Gemeinden an, die sich bewusst für eine nachhaltige, eigenständige und selbstbewusste Entwicklung entschieden haben. Merkmale aller Bergsteigerdörfer sind ihre Kleinheit und Ruhe, ihre Lage im Alpenraum mit einer entsprechenden Reliefenergie, ihr harmonisches Ortsbild, ihre alpine Geschichte, ihre gelebten Traditionen und ihre Alpinkompetenz. Die Bergsteigerdörfer sprechen Gäste an, die einen Aktivurlaub in der Natur erleben wollen und die Eigenverantwortung und Umweltbewusstsein mitbringen. Mit dem Besuch in einem der Bergsteigerdörfer entsteht eine echte Symbiose: Während die Besucher:innen endlich den Alltag hinter sich lassen können, werden in den Gemeinden Arbeitsplätze erhalten, können kleine Gastronomiebetriebe ihr Auskommen finden, werden Nächtigungen auf Schutzhütten gebucht, findet das regionale kulinarische Angebot seine Abnehmer. Es entsteht eine Balance zwischen Schutz der Gebirgsregionen und einer nachhaltigen Wirtschaftsentwicklung und genau das entspricht einer gelebten Umsetzung der Alpenkonvention.



© Janez Kotar



Südlich der Karawanken und östlich der Julischen Alpen liegen die Steiner Alpen (Savinjske Alpe). Historisch gesehen sind sie bedeutsamer Boden, ein Dreiländereck, das von den ehemaligen Herzogtümern Kärnten, Krain und Steiermark gebildet wurde. Seit Ende des 12. Jahrhunderts ist das Gebiet besiedelt, den Impuls gab die Gründung des Benediktinerklosters Oberburg (Gornji Grad). Wer will, kann sich im Talschluss der Vellacher Kotschna am absolut südlichsten Punkt des österreichischen Staatsgebietes erfreuen und über den Sanntaler Sattel (Savinjsko sedlo, 1.999 m) ins Savinja-Tal hinübersteigen, das mit einem schroffen Durchbruchstal die Steiner Alpen vom östlich angrenzenden Bachergebirge trennt. An dieser Nahtstelle liegt das Örtchen Luče. Rund um die barocke Kirche versammeln sich die Häuser, darunter das Juvan-Haus, ein Baujuwel aus dem 18. Jahrhundert, das von den Besitzern liebevoll instand gesetzt wurde.

1893 wurde im Savinja-Tal ein Zweig der Slowenischen Bergsteigergesellschaft aktiv, bereits ein Jahr später erschien der erste gedruckte Reiseführer über das Gebiet. Die markante Pyramide der Ojstrica (2.350 m) bildet als höchster Punkt im Gemeindegebiet den östlichen Abschluss des Steiner Alpen-Hauptkammes. Mehr als 1.400 Höhenmeter überragt der Gipfel die nördlich angrenzenden Täler. Eine grimmige Nordwand ist auch dabei, durch sie führt der Kopinšek-Klettersteig. Vom Bergsteigerdorf Luče im Südosten ist dieser beeindruckende Berg wesentlich einfacher zu erreichen. Vom Ojstrica-Gipfel überblickt man den gesamten Zentralstock der Steiner Alpen, mit dem Dreigestirn seiner höchsten Gipfel: Kočna (2.540 m), Grintovec (2.558 m) und Skuta (2.532 m).

Einen deutlich anderen Landschaftscharakter zeigen die Berge östlich und südlich der Savinja. Man könnte sie als Voralpen bezeichnen, deren freundliches Gesamtbild den Reiz der Ortschaft Luče unterstreicht. Hier gibt es zwar keine spektakulären Naturdenkmäler, natürliche Schönheiten und kulturelle Werte sind aber auf jedem Schritt zu finden. Zahlreiche Einzelgehöfte verteilen sich über die bewaldeten Hügel. Traditionelle Bauformen dominieren: Gemauerte, kleinfenstige Wohngebäude ducken sich unter steile, mit Bretterschindeln gedeckte Schopfwalmdächer.

## GEBIRGSGRUPPE UND WICHTIGE GIPFEL

### Kamnik-Savinja-Alpen (Steiner Alpen)

Ojstrica (2.350 m)  
 Velika Zelenica (2.114 m)  
 Veliki Vrh (2.110 m)  
 Raduha (2.062 m)  
 Lučki Dedec (2.023 m)  
 Deska (1.970 m)  
 Dleskovec (1.965 m)  
 Križevnik (1.909 m)  
 Lastovec (1.841 m)  
 Rogatec (1.557 m)  
 Lepenatka (1.425 m)

## ORTSCHAFTEN

### Luče, Krnica, Podvolovljek, Podveža, Raduha, Strmec, Konjski Vrh

Seehöhe des Hauptortes: 522 m  
 Höchster Punkt: 2.350 m (Ojstrica)  
 Ständige Bewohner im Gemeindegebiet:  
 1.521 Personen



Auf den Wanderungen in Luče begegnet man den vielfältigen Karstformationen.

# Luče



Der Steinobelisk Igla.

## ANREISE MIT ÖFFIS

**Mit der Bahn** nach Celje oder Ljubljana. Von dort geht es weiter mit dem Bus nach Luče.

**Buslinie Luče – Celje – Luče:** Der Bus fährt mehrmals täglich auf der Strecke Luče – Celje – Luče. Während der Schulzeit verkehrt der Bus häufiger als im Rest des Jahres – bitte Fahrplan beachten!  
[www.nomago.si](http://www.nomago.si)

**Buslinie Luče – Ljubljana – Luče:** Der Bus fährt viermal pro Woche während der Schulzeit auf der Strecke Luče–Ljubljana–Luče (via Mozirje).  
Fahrplanauskunft: [www.ap-ljubljana.si](http://www.ap-ljubljana.si)

## KARTEN

**PZS-Wanderkarte: Grintovci**  
Maßstab 1:25 000

**Sidarta: Kamnik-Savinja-Alpen**  
Maßstab 1:25 000

**PZS-Wanderkarte: Kamnik-Savinja-Alpen**  
Maßstab 1:50 000

**Gemeinde Luče: Gemeindekarte**  
Maßstab 1:28 000

## PARTNERBETRIEBE

### Dolina avantur d.o.o.

Luče 103, 3334 Luče  
T: +386 51 606 410  
T: +386 51 606 420  
[info@adventurevalley.si](mailto:info@adventurevalley.si)  
[www.adventurevalley.si](http://www.adventurevalley.si)

### Ferienhof Zgornji Zavrtnik

Raduha 49a, 3334 Luče  
T: +386 3 838 41 60  
T: +386 41 334 531  
[zgornjizavratnik@gmail.com](mailto:zgornjizavratnik@gmail.com)  
[www.zgornjizavratnik.com](http://www.zgornjizavratnik.com)

### Haus Raduha

Luče 67, 3334 Luče  
T: +386 3 838 40 00  
T: +386 31 64 57 58  
[info@raduha.com](mailto:info@raduha.com)  
[www.raduha.com](http://www.raduha.com)

### BBI Apartments

Luče 83, 3334 Luče  
T: +386 40 896 746  
[info@rweb.si](mailto:info@rweb.si)  
[www.bbi.si](http://www.bbi.si)

### Gasthaus Pr'Lampi

Luče 34, 3334 Luče  
T: +386 3 584 41 47  
T: +386 70 847 639  
[info@gostilna-lampa.si](mailto:info@gostilna-lampa.si)  
[www.facebook.com/gostilnalampa](http://www.facebook.com/gostilnalampa)

### Ferienhof Stoglej

Podveža 3, 3334 Luče  
T: +386 31 494 196  
T: +386 3 838 40 31  
[kmetija.stoglej@gmail.com](mailto:kmetija.stoglej@gmail.com)  
[www.stoglej.eu](http://www.stoglej.eu)

### Gehöft Metul

Krnica 34, 3334 Luče  
T: +386 40 745 745  
[apartma.metul@gmail.com](mailto:apartma.metul@gmail.com)  
<https://www.metul.si/>

### Guesthouse S

Luče 87, 3334 Luče  
T: +386 41 455 420  
[info@guesthouses.si](mailto:info@guesthouses.si)  
[www.guesthouses.si](http://www.guesthouses.si)

### Juvans Haus

Luče 40, 3334 Luče  
T: +386 41 240 314  
T: +386 31 611 708  
[juvanova.hisa@gmail.com](mailto:juvanova.hisa@gmail.com)  
[www.juvanova-hisa.si](http://www.juvanova-hisa.si)

### Ferienhaus Brložnica

Podvolovljek, 3334 Luče  
Kontakt s. Gasthaus Pr'Lampi

### Savinja Apartments

Krnica 36, 3334 Luče  
T: +386 3 838 42 42  
T: +386 41 965 832  
[apartmaji.savinja@gmail.com](mailto:apartmaji.savinja@gmail.com)  
[www.apartmaji-savinja.si](http://www.apartmaji-savinja.si)

## WEITERE ADRESSEN

### Bergrettungsdienst Celje

Internationaler Notruf 112  
[pdcelje@siol.net](mailto:pdcelje@siol.net)

### Bergrettungsdienst Kamnik

Internationaler Notruf 112  
[info@grs-kamnik.si](mailto:info@grs-kamnik.si)

**Bergsteigerverein Luče**  
 Strmec 34, 3334 Luče  
 T: +386 41 783 647  
 planinsko.luce@gmail.com

**Obersanner Bergsteigerclub Rinka**  
 Luče 95, 3334 Luče  
 T: +386 41 657 353  
 janez.locicnik@gmail.com

**Fremdverkehrsbüro Luče**  
 Luče 106, 3334 Luče  
 T: +386 3 839 35 55  
 tic@luce.si  
 www.visitluce.si

**BESONDERHEITEN**

**Igla (Nadel) und der intermittierende Brunnen**

Diese Nadel ist einer der berühmtesten, malerischsten und größten Steinobelisken Sloweniens und wurde zum Naturdenkmal erklärt. Er ist durch Erosion und Verwitterung im oberen Trias-Kalkstein entstanden. Igla, etwa 50 Meter hoch und nach der schmalen Lücke in seiner Flanke, die einem Nadelöhr gleicht, benannt, befindet sich am linken Ufer der Savinja und an der Straße von Luče ins Logartal. Dies war der einzige Weg nach Solčava und ins Logartal, bis 1894 eine Straße gebaut wurde. An seinem Fuß befindet sich ein intermittierender Brunnen, der je nach Wasserverfügbarkeit im Abstand von 10 bis 20 Minuten Wasser schüttet.

**Savinja**

Der Fluss Savinja steht von seiner Quelle bis Ljubno unter Naturschutz. In seinem Oberlauf bildet der Fluss samt Nebenflüssen eines der schönsten Flusseinzugsgebiete der slowenischen Alpenwelt. Die Savinja fließt durch die Gemeinde Luče und wird von zahlreichen landschaftlichen Attraktionen geprägt. Im Sommer bietet das saubere Wasser der Savinja die Möglichkeit zur Abkühlung und für sportliche Aktivitäten.

**Die Schönheiten der Kalksteinwelt**

Der südliche Teil von Luče zeigt sich als hügelige Silikatwelt mit Oberflächengewässern, fruchtbarem Boden, dunkelgrünen Wäldern und verstreuten Gehöften. Der nördliche

Teil ist aus Kalkstein, viel höher und für die landwirtschaftliche Nutzung schwieriger, sodass hier nur wenige Bauernhöfe angesiedelt sind. Dies ist aber auch eine Welt voller Naturschönheiten. Schaut man vom Dorf aus nach Norden, sieht man rechts den Berg Raduha und links die Hochebene Veža. Zwischen ihnen dringt der Fluss Savinja in eine Schlucht ein.

Zwei längere unterirdische Höhlen, die Erjavc- und die Trbiž-Höhle entstanden in der Savinja-Schlucht. Auch die am Südosthang des Raduha befindliche Schneehöhle (Snežna Jama) hat sich in geringerer Höhe gebildet und stieg dann mittels tektonischer Bewegung auf. Oben am gegenüberliegenden Hang findet man weitere Höhlensysteme. Das bekannteste ist Molička Peč, das mit einer Tiefe von 1.100 Metern eines der tiefsten in Slowenien ist. Im oberen Teil liegt ein mehrere hundert Meter langer Eisgürtel. Dieses Höhlensystem sammelt Wasser aus dem Gebiet von Veliki Vrh bis Križevnik.

**Lokale Kochkunst**

Als ein Teil des Kulturerbes von Luče gilt das Gericht „Obrnjek“. Dieses mit Milch, Sahne, Butter und etwas Salz gebackene Gericht aus trockenem geröstetem Buchweizen- und Weizenmehl war zusammen mit Getreidekaffee das Grundnahrungsmittel der Hirten und Waldarbeitern. Heute wird es in einem Bauernhof mit Sauermilch, im erstklassigen Gourmet-Restaurant als Vorspeise mit Grieben, Ei und Joghurtschaum serviert. Ansonsten gibt es Spezialitäten wie Mohot, Luče-Masunek und Obersantaler Magen. Die Vielfalt an Wäldern, Wiesen mit verschiedenen

Blumen und Obstgärten und die saubere Umwelt bieten auch ein ideales Umfeld für die Honigproduktion. Bäuerinnen peppen ihre Menüs mit hausgemachten Marmeladen, Säften und Kräutertees auf und servieren verschiedene Arten von Sterz in Eintöpfen, als Dessert aber die „Geschwister“ (Buchtel), Krapfen, Knödel, gekochten Strudel, Schlickkrapfen mit süßer Brotfüllung, Salziges (Griebenkuchen) und Potitze ...



Canyoning am Wasserfall Cuc.

© Tomo Jesenčnik

**SCHUTZHÜTTEN**

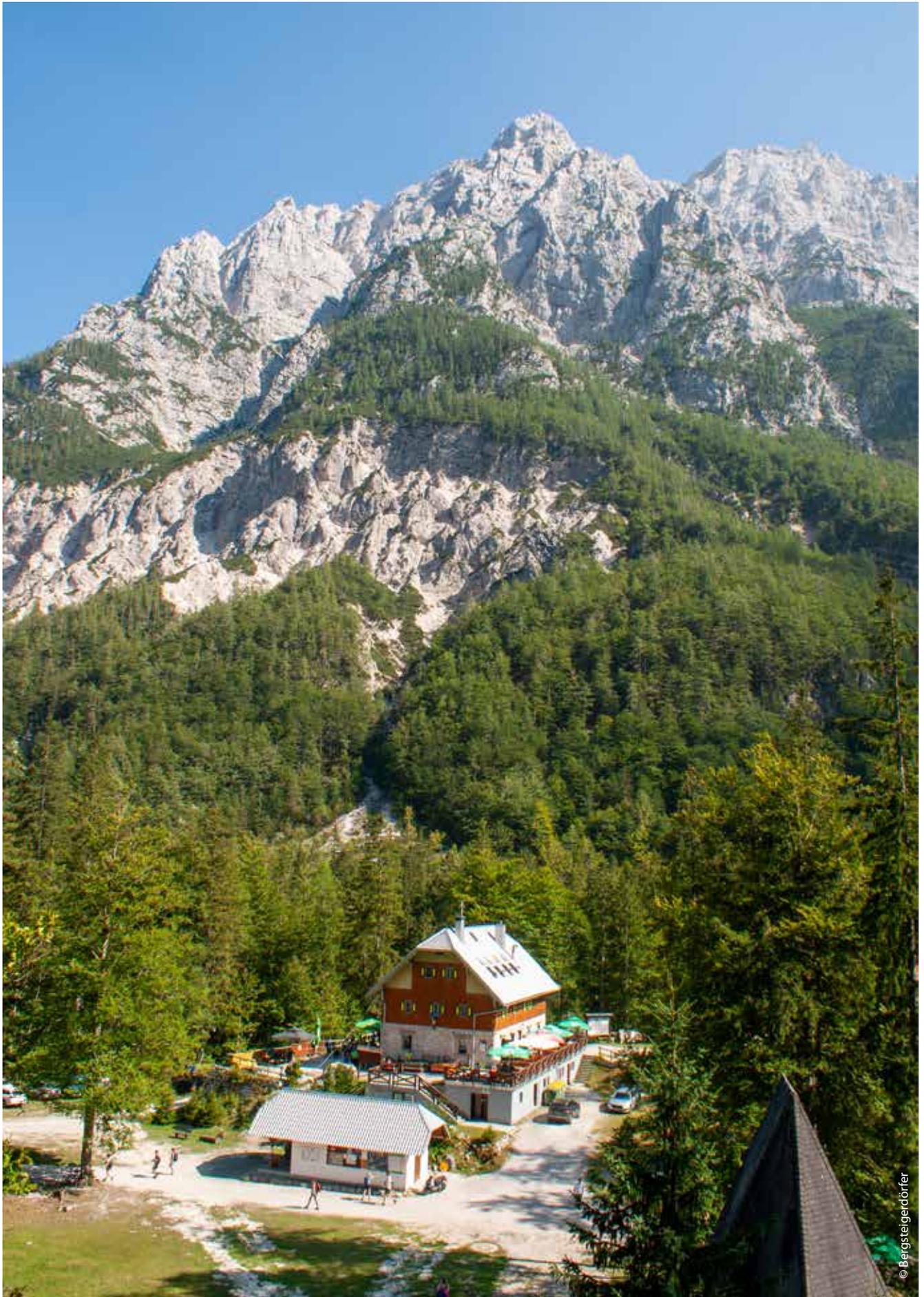
**Berghütte Koča na Loki pod Raduho (1.534 m)**

Bergsteigerverein Luče  
 T: +386 41 968 022  
 kocanaloki@gmail.com  
 www.facebook.com/kocanalokipodraduho



**Berghütte Kocbekov dom, Korošica (1.808 m)**

Gemeinde Luče  
 Luče 106, 3334 Luče  
 T: +386 3 839 35 50  
 obcina@luce.si



© Bergsteigerdörfer

# Dovje-Mojstrana



Im oberen Sava-Tal, zwischen der Stadt Jesenice und dem Zentrum der Gemeinde Kranjska Gora, liegt die Ortschaft Mojstrana, die Heimat für 1.100 Einwohner:innen ist. Ihr gegenüber, nur durch den Fluss Sava Dolinka und die Straße Jesenice-Kranjska Gora getrennt, liegt die Ortschaft Dovje am sonnigen Hang der Karawanken. Mit ihren 627 Einwohner:innen bildet sie zusammen mit Mojstrana und dem Weiler Zgornja Radovna mit 77 Einwohnern das Dorf Dovje-Mojstrana.

Es ist der Ausgangspunkt für Bergtouren in die Karawanken, z.B. zu Kepa und Dovška baba, und liegt am Eingang zu den Triglav-Tälern Vrata, Kot und Krma, durch die die Zugangswege zum Triglav (2.864 m) führen. Zugleich ist es der Eingang zum Nationalpark Triglav mit seinen vielen natürlichen Sehenswürdigkeiten, wie der Triglav-Nordwand und dem Peričnik-Wasserfall. Der gesamte Bogen des Vrata- und Kot-Tals und die Nordwand von Triglav sind ein integraler Bestandteil der lokalen Gemeinschaft von Dovje-Mojstrana, besonders in Zgornja Radovna, wo früher die Bewohner:innen an der Versorgung der Berghütten mit Pferden beteiligt waren.

Im Sommer ist der Triglav ein beliebtes Ziel von Bergsteiger:innen, ist er doch das Symbol Sloweniens, das sowohl im slowenischen Wappen als auch in der slowenischen Flagge enthalten ist. Aber auch die benachbarten Gipfel Škrlatica (2.740 m) und Stenar (2.501 m) bieten lohnende Touren. Am gegenüberliegenden Bergkamm der Karawanken ist das Panorama des Triglav-Massivs ein Blickfang, der die Wanderungen auf den Kepa-Gipfel (2.143 m), die Vrtaška Alm (1.462 m) und weiter nach Sleme (2.077 m) oder zur Alm Dovška Rožca begleitet. Im Winter ist das Tourenskifahren vom Berg Dovška Rožca und (wenn die Bedingungen es erlauben) von Kredarica ins Krma-Tal beliebt.

Dovje-Mojstrana war schon seit jeher mit den Bergen verbunden. Zur Zeit der DOeAV-Sektion wurde der erste Kurs für Bergführer in Mojstrana organisiert und auch sonst wurde hier die Geschichte des slowenischen Bergsteigens geschrieben. Viele Spitzenbergsteiger kamen aus dem Ort, wie die Teilnehmer der slowenischen Himalaya-Expeditionen zu Annapurna und Makalu oder die ersten slowenischen Bergsteiger im Yosemite. Außerdem ist das Gebiet Heimat von 18 slowenischen Teilnehmer:innen der Olympischen Spiele.

## GEBIRGSGRUPPE UND WICHTIGE GIPFEL

### Karawanken und Julische Alpen

Kepa (Mittagskogel, 2.143 m)  
 Dovška baba (1.891 m)  
 Triglav (2.864 m)  
 Škrlatica (2.740 m)  
 Stenar (2.501 m)  
 Kukova špica (2.427 m)  
 Rokavi (2.644 m)  
 Dovški križ (2.542 m)  
 Cmir (2.393 m)  
 Rjavina (2.532 m)  
 Debela peč (2.014 m)  
 Tosc (2.275 m)

## ORTSCHAFTEN

### Dovje, Mojstrana, Zgornja Radovna, Belca

Seehöhe der Hauptorte:  
 660 m (Mojstrana), 771 m (Dovje)  
 Höchster Punkt: 2.864 m (Triglav)  
 Ständige Bewohner im Gemeindegebiet:  
 1.804 Personen

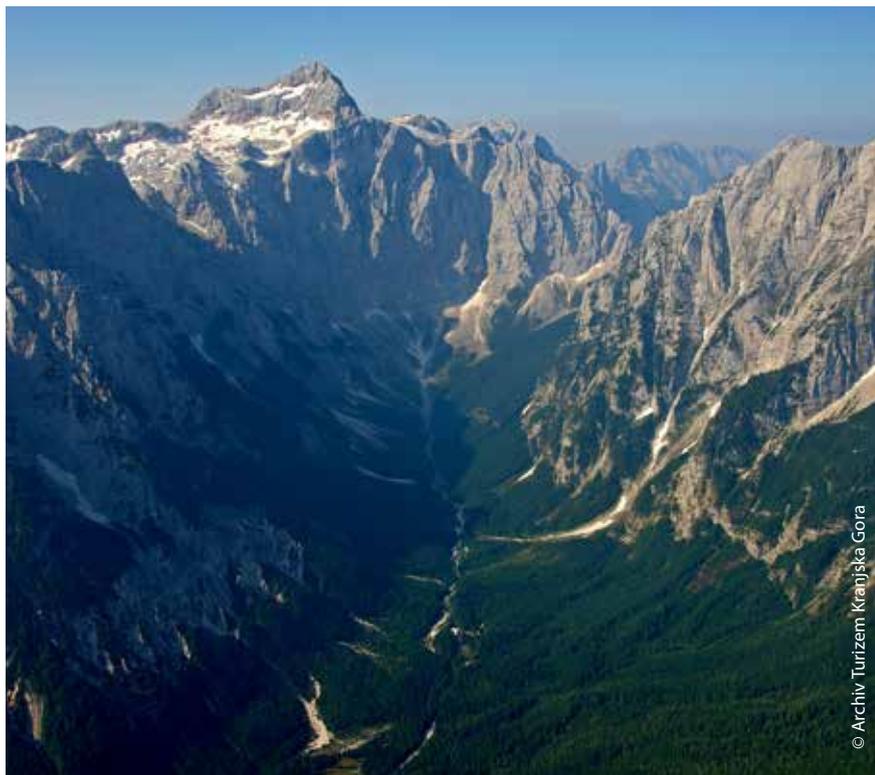


Der Aljaž-Turm am Gipfel des Triglavs.



Südlich des Orts Mojstrana führen die Triglav-Täler zum höchsten Berg Sloweniens.

# Dovje-Mojstrana



Die beeindruckende Welt des Triglav-Massivs.

## ANREISE MIT ÖFFIS

Mit der Bahn nach Ljubljana oder nach Jesenice (ca. 10 km entfernt). Stündliche Busverbindungen nach Dovje-Mojstrana.  
Fahrplanauskunft: [www.arriva.si](http://www.arriva.si)

Von und zum Bahnhof in Travis (Italien, ca. 30 km entfernt) kann an den Info-punkten ein Transfer vorbestellt werden.

Während der Sommersaison verkehren auch zusätzliche Touristenbusse nach Kranjska Gora und ins Vrata-Tal.  
Fahrplanauskunft: [www.kranjska-gora.si/grem-z-avtobusom](http://www.kranjska-gora.si/grem-z-avtobusom)

## KARTEN

PZS-Wanderkarte:  
Julijske Alpe/Julische Alpen  
Maßstab 1:50 000  
PZS-Wanderkarte:  
Karavanke – osrednji del  
Maßstab 1:50 000  
Sidarta: Triglav; Maßstab 1:25 000

## PARTNERBETRIEBE

### Kofler Sport (Sportagentur)

Kurirska pot 20, 4281 Mojstrana  
T: +386 41 608 297  
[info@kofler-sport.si](mailto:info@kofler-sport.si)  
[www.kofler-sport.si](http://www.kofler-sport.si)

### Aparthotel Pr' Jakapč

Triglavska cesta 23, 4281 Mojstrana  
T: +386 31 644 926  
[zajsek.mojstrana@gmail.com](mailto:zajsek.mojstrana@gmail.com)  
[aparthotel-pr-jakapc.si](http://aparthotel-pr-jakapc.si)

### Zimmer und Ferienwohnungen Kotnik

Kurirska pot 6, 4281 Mojstrana  
T: +386 51 271 531  
[kotnik.meta@gmail.com](mailto:kotnik.meta@gmail.com)

### Ferienwohnung Stenar

Kurirska pot 12, 4281 Mojstrana  
T: +386 31 331 049  
[apartma.stenar@gmail.com](mailto:apartma.stenar@gmail.com)

### Ferienwohnungen Pr' Brku

Ulica Jakoba Aljaža 1, 4281 Mojstrana  
T: +386 40 308 749  
[jozica.visnar@gmail.com](mailto:jozica.visnar@gmail.com)  
[www.apartmaji.prbrku.si](http://www.apartmaji.prbrku.si)

### Ferienwohnungen Dora

Veliki Breg 9, 4281 Mojstrana  
T: +386 41 455 541  
[info@eka-turizem.si](mailto:info@eka-turizem.si)  
[www.eka-turizem.si](http://www.eka-turizem.si)

### Ferienwohnungen Pr' Krofu

Triglavska cesta 18, 4281 Mojstrana  
T: +386 68 616 118  
[prkrofu@gmail.com](mailto:prkrofu@gmail.com)

### Ferienwohnungen 18Home

Triglavska cesta 18, 4281 Mojstrana  
T: +386 51 318 649  
[hello@18home.si](mailto:hello@18home.si)  
[www.18home.si](http://www.18home.si)

### Ferienwohnungen Zalar

Dovje 10H, 4281 Mojstrana  
T: +386 589 1819  
[info@apartma-zalar.com](mailto:info@apartma-zalar.com)

### Ferienwohnungen Petra Mojstrana

Veliki breg 17, 4281 Mojstrana  
T: +386 51 370 845  
[apartment.petra.mojstrana@gmail.com](mailto:apartment.petra.mojstrana@gmail.com)

### Touristische Unterkünfte

#### Gorski biser

Triglavska cesta 33, 4281 Mojstrana  
T: +386 41 880 893  
[alenska457@gmail.com](mailto:alenska457@gmail.com)

### Gasthaus und Ferienwohnungen Psnak

Zgornja Radovna 18, 4281 Mojstrana  
T: +386 41 570 822  
[psnak@telemach.net](mailto:psnak@telemach.net)  
[www.triglav-radovna.eu](http://www.triglav-radovna.eu)

### Hostel Lukn'a

Triglavska cesta 15, 4281 Mojstrana  
T: +386 31 736 781  
T: +386 40 597 215  
[info@hostel-lukna.com](mailto:info@hostel-lukna.com)  
[www.hostel-lukna.com](http://www.hostel-lukna.com)

## Camping Kamne

Dovje 9, 4281 Mojstrana  
T: +386 4 589 11 05  
T: +386 41 822 595  
info@campingkamne.com  
www.campingkamne.com

## Mountain view glamping

Dovje 12, 4281 Mojstrana  
T: +386 41 764 536  
T: +386 41 854 994  
info@mountainview.si oder  
daisy.tourism@gmail.com  
www.mountainview.si

## Restaurant Veranda

Dovje 127c, 4281 Mojstrana  
T: +386 4 589 52 50  
info@guesthouse-veranda.com  
guesthouse-veranda-gostilna.business.site

## Imbissstube Hram pri Aljažu

Dovje 21, 4281 Mojstrana  
T: +386 4 589 15 18  
T: +386 31 403 472  
hramprialjazu@gmail.com

## Slowenisches Bergsteiger-Museum

Triglavska cesta 49, 4281 Mojstrana  
T: +386 8 380 67 30  
info@planinskimuzej.si od.  
info@mojstrana.com

## WEITERE ADRESSEN

**Touristisches Informationszentrum**  
im Slowenisches Bergsteiger-Museum  
(s.o.)

### Slowenischer Alpenverein Sektion Dovje-Mojstrana

Savska cesta 1, 4281 Mojstrana  
T: +386 45 895 100  
T: + 386 31 384 011  
pd.dovje-mojstrana@siol.net

### Allgemeine Ambulanz Kranjska Gora

Koroška ulica 2, 4280 Kranjska Gora  
T: +386 4 588 46 00

### Slowenischer Bergrettungsdienst

Internationaler Notruf 112

## BESONDERHEITEN

### Triglav-Nationalpark

Der Triglav-Nationalpark ging zu Beginn des 20. Jahrhunderts zunächst als Idee, dann als Institution für den Naturschutz in die Geschichte der östlichen Julischen Alpen ein. Er gehört zu den ältesten Parks der Alpen und ist einer der größten Naturschätze Sloweniens.

#### Eckdaten:

- 1906: erster Vorschlag für eine Art des Schutzes
- 1924: der „Alpine Naturschutzpark“ im Tal der Triglav-Seen (Sieben Seen) mit 1.600 ha entsteht
- 1981: Erklärung des Tales der Triglav-Seen zum „Triglav-Nationalpark“ (2.000 ha) und das Gesetz zum Triglav-Nationalpark (83.807 ha)

Der höchste Punkt ist der Gipfel des Triglavs (2.864 m), nach dem der Park benannt wurde, und der niedrigste liegt in Tolminska korita (180 m). Landschaftsmerkmale sind eiszeitliche Alpentäler, Bergplateaus und Hochgebirge oberhalb der Waldgrenze. Die Besonderheiten des Parks sind kristallklares Wasser, tiefe Schluchten, Überreste urzeitlicher Wälder und eine äußerst reiche Artenvielfalt. In diesem Bereich sind Landwirtschaft und Naturschutz Verbündete, die den Lebensraum von Pflanzen und Tieren sowie die natürlichen Ressourcen bewahren. Bewirtschaftete Äcker, Wiesen, Heuwiesen und Weiden, Talsiedlungen und Weideberge, typische Häuser und viele kleine Heuböden und Ställe bilden eine Kulturlandschaft. Der Zweck des Parks besteht darin, Naturwerte zu schützen, die Kulturlandschaft zu pflegen, das kulturelle Erbe zu bewahren, Möglichkeiten für das Leben der im Park ansässigen Bevölkerung sicherzustellen, eine naturnahe Entwicklung zu fördern und den Besucher:innen das Erleben der Natur näher zu bringen.

### Slowenisches Bergsteigermuseum

Seit 2010 ist in Mojstrana das Slowenische Bergsteigermuseum beheimatet. Das markante Gebäude auf der linken Straßenseite in Richtung Vrata ähnelt einer Berghütte. Vergangenheit und Gegenwart gehen hier Hand in Hand. Eine umfangreiche Objektsammlung mit vielen historischen Erzählungen, Foto- und Archivmaterial sowie eine Fachbibliothek bieten Besucher:innen

Einblick in die Vielzahl und Bedeutung der Bergaktivitäten im slowenischen Raum. Die Dauerausstellung ist als museale Erzählung angelegt, die an einen Aufstieg auf einen Berg erinnert. Ständige und wechselnde Ausstellungen, Veranstaltungen und Events dienen Geselligkeit, Bildung, Kultur und Bildung im Berg- und Tourismusgeist. Das Museum ist Informationsstelle für den Nationalpark, die Alpenkonvention und Anlaufstelle für alpine Auskünfte.

### Peričnik-Wasserfall

Im Vrata-Tal, auf dem Weg zum Aljažev dom, etwa 4 km von Mojstrana entfernt, befindet sich der wunderschöne Peričnik-Wasserfall mit einer Fallhöhe von fast 50 Metern. Er ist einer der berühmtesten slowenischen Wasserfälle. Etwa 10 Minuten zu Fuß von der Hütte Koča pri Peričniku (750 m) entfernt befindet sich der mächtige, untere Wasserfall, der über eine Konglomeratwand stürzt. Wir können auch zum nur 16 m hohen, oberen Wasserfall hinaufsteigen. Selbst im Winter ist der Wasserfall äußerst malerisch, da er zu unzähligen Eisstaktiten und Kerzen gefriert. Der besondere Reiz des Wasserfalls besteht darin, dass man unter ihm hindurchgehen kann; aber vorsicht, der Weg ist rutschig und ungesichert!

## SCHUTZHÜTTEN

### Aljaž Haus in Vrata

Triglavska cesta 89, 4281 Mojstrana  
T: +386 51 665 738  
T: +386 31 384 011  
pd.dovje-mojstrana@sio.net  
www.pddovje-mojstrana.si

### Šlajmer Haus in Vrata

Triglavska cesta 88, 4281 Mojstrana  
T: +386 51 665 738  
T: +386 31 384 011  
pd.dovje-mojstrana@sio.net  
www.pddovje-mojstrana.si

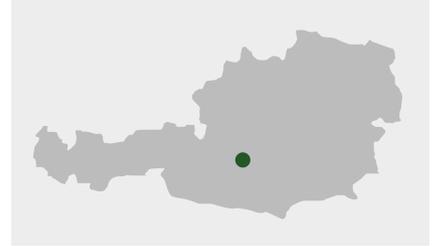
### Gustl Haus in Vrata

Triglavska cesta 90, 4281 Mojstrana  
T: +386 51 665 738  
T: +386 31 384 011  
pd.dovje-mojstrana@sio.net  
www.pddovje-mojstrana.si



© Gemeinde Gornach

# Göriach



Das Göriachtal auf 1.180 m Seehöhe im Salzburger Lungau ist nach Süden ausgerichtet und im Norden durch die Niedere Tauern abgeschlossen. Talauwärts wird es durch Berggipfel und Almlandschaften der Niedere Tauern eingerahmt. Rund zehn Kilometer südlich liegt die Bezirkshauptstadt Tamsweg.

Bergziele sind neben den Gipfeln wie Hochgolling (2.863 m), dem höchsten Berg im Lungau, Samspitz (2.381 m), Scharnock (2.498 m) und Lesshöhe (2.490 m) auch die Landawirseehütte der Sektion Lungau des Österreichischen Alpenvereins, die in einem Kessel unterhalb der beiden namensgebenden Bergseen liegt. Ein kulturelles Kleinod ist am Ausgangsort zu diesen Wanderungen zu finden: das Hüttendorf, ein malerisches Almensemble im Talschluss. Neben vielseitigen Wanderwegen gibt es auch Mountainbikestrecken, von gemütlich zur Hansalhütte im Talschluss bis sportlich mit der Mehrtagestour „Lungau extrem“. Im Winter sind der Gumma (2.316 m) und die Gensgitsch (2.279 m) variantenreiche Skitourenberge. Als Region mit den meisten Sonnenstunden im Winter bietet sich der Lungau besonders zum Langlaufen und Winterwandern an.

Die Landschaft im Tal ist von Grünlandwirtschaft und Forstwirtschaft geprägt. Auf die hier erzeugten, hochwertigen Lebensmittel ist man besonders stolz – mehrfach prämiertes Käse, Milchprodukte, Edelbrände, Marmelade, Honig und erstklassige Schafwollprodukte sind ab Hof erhältlich. Der Bienenlehrpfad in Hintergöriach thematisiert die Honiggewinnung und die Bedeutung der Bienen für Mensch und Natur.

Das hintere Göriachtal zählt zum Landschaftsschutzgebiet Niedere Tauern. Seit 2012 besteht auch der Biosphärenpark Lungau, dem die Gemeinde Göriach angehört.

## GEBIRGSGRUPPE UND WICHTIGE GIPFEL

### Niedere Tauern

Hochgolling (2.863 m)  
 Kreuzhöhe (2.566 m)  
 Scharnock (2.498 m)  
 Lesshöhe (2.490 m)  
 Pietrach (2.396 m)  
 Samspitz (2.381 m)  
 Gumma (2.316 m)  
 Gensgitsch (2.279 m)  
 Trockenbrotscharte (2.237 m)

## ORTSCHAFTEN

### Vordergöriach, Wassering, Hintergöriach, Fern

Seehöhe des Hauptorts: 1.180 m  
 Höchster Punkt: 2.863 m (Hochgolling)  
 Ständige Bewohner im Gemeindegebiet: 352 Personen



Die Landawirseehütte liegt unterhalb der beiden namensgebenden Seen.



Wandern in den Niedere Tauern.

# Göriach



© Bergsteigerdörfer

Blick ins hintere Göriachtal.

## ANREISE MIT ÖFFIS

**Von Osten und Süden:** Von Wien, Graz, Klagenfurt mit den ÖBB-Zügen bis Unzmarkt, von dort mit der Murtalbahn weiter bis Tamsweg und weiter mit der Buslinie 720 nach Göriach.

**Von Norden:** Mit der Bahn bis Bahnhof Radstadt und von dort mit dem Regionalbus bis Mauterndorf (Großbeck Talstation), weiter auf der Linie 700 bis Mariapfarr (Gemeindeamt). Hier umsteigen auf Linie 720 nach Göriach. **Alternative:** Regionalbus von Salzburg bis Mariapfarr/Tamsweg, weiter wie oben.

## KARTEN

### Alpenvereinskarten Digital

Maßstäbe 1:25 000 und 1:50 000 (sämtliche Alpenvereinskarten der Alpenregion auf USB-Stick) – UTM- und geographische Koordinaten – Distanzmesser, Zeichenfunktion – GPS-Routenplanung (Waypoints, Tracks)

### Alpenvereinskarten Nr. 45/2

Niedere Tauern II, Maßstab 1:50 000

### Freytag & Berndt Wanderkarte Nr. 202

Radstädter Tauern – Katschberg – Lungau  
Maßstab 1:50 000

## PARTNERBETRIEBE

### Hiasnhof (Hofladen)

Fern 31, 5574 Göriach  
T: +43 6483 219  
hiasnhof@sbg.at

### Appartements Goaßa

Wassering 21, 5574 Göriach  
T: +43 676 3348 653  
daniela.zehner@gmail.com  
www.apartment-goassa.at

### Bachbauernhütte

Vordergöriach 9, 5574 Göriach  
T: +43 664 5800 892  
draxl.bachbauer@aon.at

### Haashof

Vordergöriach 3  
5574 Göriach  
T: +43 664 5234 509  
haashof@sbg.at  
www.goeriach.at/haashof

### Haus Bogensperger

Hintergöriach 37, 5574 Göriach  
T: +43 6483 282  
T: +43 664 9464 006  
fam.bogensperger@aon.at  
www.bogensperger.lima-city.de

### Haus Esl

Hintergöriach 97, 5574 Göriach  
T: +43 6483 247  
T: +43 664 4563337  
info@hausesl.at  
www.hausesl.at

### Haus Willi Bauer – Haus Ferienglück

Hintergöriach 75, 5574 Göriach  
T: +43 6483 210  
willibauer@aon.at  
www.bauerwilli.at

### Landhotel Bauer-Knaus

Hintergöriach 28, 5574 Göriach  
T: +43 6483 225  
info@sepp-bauer.at  
www.sepp-bauer.at

### Schlickenhof

Wassering 54, 5574 Göriach  
T: +43 650 2816 690  
info@schlickenhof.at  
www.schlickenhof.at

### Schöberlhütte

Vordergöriach 12, 5574 Göriach  
T: +43 664 7341 6349  
franz.holzer@aon.at

## WEITERE ADRESSEN

### Gemeindeamt Göriach

Wassering 67, 5574 Göriach  
T: +43 6483 212  
gemeinde@goeriach.at  
www.goeriach.at

### Tourismus Lungau – Salzburger Land, Infostelle Göriach

Wassering 67, 5574 Göriach  
T: +43 6474 2145 261  
goeriach@tourismuslungau.at  
www.goeriach.at

### Salzburger Lungau GmbH

Raikaplatz 242/1, 5582 St. Michael  
info@lungau.at  
www.lungau.at

### UNESCO-Biosphärenpark Lungau

Markt 89, 5570 Mauterndorf  
T: +43 6472 7740  
info@lungau.org  
www.biosphaerenpark.eu

### Österreichischer Alpenverein – Sektion Lungau

T: +43 664 131 20 50  
office@esl-elektro.at  
www.alpenverein.at/lungau

### Bergrettung Lungau

Alpiner Notruf: 140 od. 112  
www.bergrettung-lungau.at

## BESONDERHEITEN

### Hüttendorf

Im Talschluss von Göriach, ca. acht Kilometer nach dem Ortsteil Hintergöriach, findet man das Hüttendorf. Es liegt auf 1.419 m Seehöhe, besteht aus neun Almhütten samt Stallungen und ist im Sommer auch mit dem Tälerbus oder dem Auto erreichbar. Zu Fuß erreicht man es in ca. 1 ½ Stunden vom Ortsteil Wassering aus. Die Hütten gehören den Zgrieglalmbauern und wurden früher im Sommer von Sennerinnen bewirtschaftet. Heute kann man einzelne Hütten tage- bzw. wochenweise mieten, die Hansalhütte ist bewirtschaftet.

Das Hüttendorf ist Ausgangspunkt für viele schöne Wanderungen, z. B. Landawirseen, Samspitz, Trockenbrotscharte, Scharnock oder Hochgolling.

### Bienenlehrpfad

Der Bienenlehrpfad befindet sich beim Gasthof Lacknerhof in Hintergöriach. Die Biene steht für den Erhalt des Lebensraums und gilt somit als wichtiger Bestandteil bei einer nachhaltigen, ökologischen Entwicklung. Die Besucher:innen erfahren am Lehrpfad Wissenswertes zu den Bienen, ihrem Leben und ihrer Haltung. Ein Höhepunkt des Bienenlehrpfades ist die Ambrosiuskapelle, die dem Schutzpatron der Imker geweiht ist.

Sie wurde im Jahre 2004 nach altem Vorbild gebaut. Das Fundament dieser Kapelle steht auf zwölf Steinen, symbolisch für die zwölf Apostel. Der Ort gilt als besonderer Kraftplatz. Der Lehrpfad ist von Anfang Mai bis Mitte Oktober geöffnet und kostenlos zugänglich.

### UNESCO Biosphärenpark Lungau

Der UNESCO-Biosphärenpark Salzburger Lungau & Kärntner Nockberge ist mit einer Fläche von über 1.500 km<sup>2</sup> der größte Biosphärenpark Österreichs. Das Wort Biosphäre bedeutet frei übersetzt Lebensraum und ist eine der höchsten Auszeichnungen, welche die Vereinten Nationen für besonders wertvolle Lebensräume vergeben. Als „Modellregion für nachhaltige Entwicklung“ setzt sich der Biosphärenpark dafür ein, den Lungau in seiner Schönheit und Einzigartigkeit zu erhalten, aber auch dafür, ihn als ganzheitlichen Lebens-, Natur- und Wirtschaftsraum gemeinsam mit den hier lebenden Menschen weiterzuentwickeln. Neben der Landwirtschaft spielt gerade die touristische Entwicklung der Regionen eine wichtige Rolle für das wirtschaftliche Leben. Dabei gilt es, als Biosphärenpark sowohl die Chancen als auch die damit verbundenen Herausforderungen zu erkennen und eine gemeinsame, durch intelligente Maßnahmen achtsame Entwicklung in diesem Bereich langfristig sicherzustellen.

## SCHUTZHÜTTEN & ALMEN

### Landawirseehütte (1.985 m)

Sektion Lungau des Österreichischen Alpenvereins  
T: +43 676 77 85 375  
landawirseehuette@gmx.at  
www.landawirseehütte.com

### Hansalhütte

T: +43 660 63 02 303  
T: +43 664 15 15 429  
info@hansalgut.com  
www.hansalgut.com



Das Göriacher Hüttendorf.



© Achensee-Tourismus

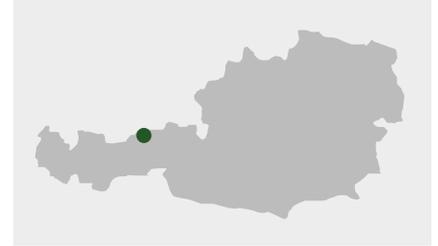
# Steinberg am Rofan

Wenn man das erste Mal in Steinberg ist, kann man es schlicht nicht glauben: Wie kann ein solches Juwel so gut versteckt über dem Achensee thronen, ohne von Menschenmassen überflutet zu werden? Doch die Bewohner:innen dieses Tiroler Bergdorfes wissen selbst, was sie haben – und wie sie ihr „schönstes Ende der Welt“ auch für zukünftige Generationen lebenswert erhalten wollen.

Die weitläufige Streusiedlung liegt im Tiroler Unterland nördlich des Inns in der Region Achensee. Das Dorf breitet sich in einem weiten, sonnigen Talkessel am Ende des ca. 20 km langen Seitentals aus, das nördlich vom Achensee nach Osten abzweigt. Drei mächtige Berggruppen umrahmen diesen Talkessel: im Süden das Rofan, auch der „Rosengarten Nordtirols“ genannt, mit dem höchsten Gipfel Hochiss (2.299 m). Im Westen erheben sich die Unnütze (2.078 m). Im Norden steht als eigenständiger Gebirgsstock der Guffert (2.194 m), hinter dem auf der bayerischen Seite das Bergsteigerdorf Kreuth liegt.

Bereits seit Anbeginn des Alpinismus waren hier Alpinpioniere unterwegs und machten im „Rosengarten Nordtirols“ ihre Erstbegehungen. Aber nicht nur Alpinist:innen kommen rund um Steinberg auf ihre Kosten, der Guffert ist für seine Alpinen Klettereien bekannt und wurde schon früh von Bergsteigern/Kletterern erkundet und auch zum Wandern gibt es ausgiebige Möglichkeiten. Im Winter warten im Bergsteigerdorf zahlreiche Loipen, Skitourenmöglichkeiten und Winterwanderungen mit und ohne Schneeschuhen.

Unweit von Steinberg liegt das Bergsteigerdorf Kreuth auf der bayrischen Seite der Grenze. Zwischen den beiden Orten gibt es enge historische und grenzübergreifende Verbindungen, welche durch die Gemeinschaft der Bergsteigerdörfer gestärkt wird. Die Sektion Kaufering des Deutschen Alpenvereins zählt beide Bergsteigerdörfer zu ihrem Arbeitsgebiet. Auch ein markierter Weg von Kreuth über die Blauberge nach Steinberg besteht seit Langem.



## GEBIRGSGRUPPE UND WICHTIGE GIPFEL

### Brandenberger Alpen, Rofangebirge

Guffert (2.194 m)  
 Vorderunnütz (2.078 m)  
 Hochunnütz (2.075 m)  
 Hinterunnütz (2.007 m)  
 Kotalmjoch (2.122 m)  
 Spieljoch (2.236 m)  
 Sagzahn (2.228 m)  
 Stuhljöchl (2.157 m)  
 Stuhlböcklkopf (2.169 m)  
 Hochiss (2.299 m)  
 Seekarlspitze (2.261 m)  
 Roßkopf (2.257 m)  
 Rofanspitze (2.259 m)

## ORTSCHAFTEN

### Vordersteinberg

### Außersteinberg

### Hintersteinberg

Seehöhe des Hauptortes: 1.015 m  
 Höchster Punkt: 2.299 m (Hochiss)  
 Ständige Bewohner im Gemeindegebiet:  
 ca. 300 Personen

*Blick auf Steinberg und die dahinterliegende Bergwelt des Rofans.*

# Steinberg am Rofan

## ANREISE MIT ÖFFIS

**Von Süden:** Mit der Bahn nach Jenbach. Von dort mit dem Regiobus 4080 nach Achenkirch. Mit dem Regiobus 7801 von Achenkirch nach Steinberg.

**Von Norden:** Mit der Bahn nach München. Von dort mit der Oberlandbahn nach Tegernsee. Ab hier mit dem Bus Linie 390 über Kreuth nach Achenkirch, dort umsteigen in den Bus 7801 nach Steinberg. **Fahrplanauskunft:** [www.vvt.at](http://www.vvt.at) und [www.rvo-bus.de](http://www.rvo-bus.de)

## KARTEN

### Alpenvereinskarten Digital

Maßstäbe 1:25 000 und 1:50 000 (sämtliche Alpenvereinskarten der Alpenregion auf USB-Stick); UTM- und geographische Koordinaten, Distanzmesser, Zeichenfunktion, GPS-Routenplanung (Waypoints, Tracks)

### Alpenvereinskarten

Nr. 6 Rofan  
BY13a Mangfallgebirge, Kreuth und Umgebung  
BY14 Bayerische Alpen/Mangfallgebirge Süd, Guffert, Unnütz, Juifen  
5/3 Karwendelgebirge Ost  
Maßstab 1:25 000

### Österreich-Karte (ÖK)

BEV Blatt 88 Achenkirch  
BEV Blatt 119 Schwaz  
Maßstab 1:50 000

### Kompass Wanderkarte

Nr. 027 Achensee; Maßstab 1:35 000



Die Kirche in Steinberg.

## PARTNERBETRIEBE

### Mesnerhof-C Tirol

6215 Steinberg am Rofan Hnr. 4  
T: +43 699 1008 8047  
[servus@mesnerhof-c.at](mailto:servus@mesnerhof-c.at)  
[www.mesnerhof-c.at](http://www.mesnerhof-c.at)

### Haus Abendstein

6215 Steinberg am Rofan Hnr. 156  
T: +43 05248 234  
[abendstein@aon.at](mailto:abendstein@aon.at)

### Ferienwohnung „Basecamp“

Kontakt siehe Alpincenter Rofan

### Appartements Steinberg

6215 Steinberg am Rofan Hnr. 111  
T: +43 664 8876 3699  
[info@elektrotom.at](mailto:info@elektrotom.at)

### Apartment Silberwald

6215 Steinberg am Rofan Hnr. 181  
T: +43 681 2072 3306  
[apartmentsilberwald@gmail.com](mailto:apartmentsilberwald@gmail.com)

### Alpincenter-Rofan (Bergschule)

6215 Steinberg am Rofan Hnr. 225  
T: +43 676 7317800  
[info@alpincenter-rofan.at](mailto:info@alpincenter-rofan.at)  
[www.alpincenter-rofan.at](http://www.alpincenter-rofan.at)

## WEITERE ADRESSEN

### Tourismusverband Achensee Informationsbüro Achenkirch & Steinberg am Rofan

Untere Dorfstraße 387  
6215 Achenkirch  
T: +43 59 5300-50  
[achenkirch@achensee.com](mailto:achenkirch@achensee.com)  
[www.achensee.com](http://www.achensee.com)

### Gemeindeamt Steinberg

6215 Steinberg am Rofan Hnr. 26  
T: +43 5248 216  
[www.steinberg.tirol.gv.at](http://www.steinberg.tirol.gv.at)

### Deutscher Alpenverein Sektion Kaufering

Franz-Senn-Weg 1  
D-86916 Kaufering  
T: +49 8191 966444  
[info@dav-kaufering.de](mailto:info@dav-kaufering.de)  
[www.dav-kaufering.de](http://www.dav-kaufering.de)

### Bergrettung Ortsstelle Achenkirch

Alpiner Notruf: 140 od. 112



Das Hofensemble Mesnerhof-C als Ort für Tradition und Innovation.



Das neue Gipfelkreuz am Guffert.

## BESONDERHEITEN

### Eine vorchristliche Kultstätte im Rofangebirge

Am Nordabhang des Schneidjochs in der Nähe des Guffert befindet sich in einem selten begangenen Gebiet auf rund 1.500 m Seehöhe eine Höhle in Form einer Felsspalte, deren Wände mit eingemeißelten rätischen Schriftzeichen bedeckt sind. Diese Zeichen lassen sich über Umwege vom etruskischen Alphabet ableiten und wurden von den Rätern, also vorrömischen Alpenbewohnern, verwendet. Insgesamt handelt es sich um acht Inschriften, deren Lesung lange Zeit ein völliges Rätsel blieb. Jüngste sprachwissenschaftliche Analysen haben jedoch ergeben, dass hier unter anderem ein Mann namens Kastrie Ethunnu und später wohl auch dessen beide Söhne rituelle Weihehandlungen vorgenommen haben. Analysen in der Höhle deuten auf ein Quellheiligtum hin. Die 2000 bis 2500 Jahre alten Inschriften sind das bedeutendste Zeugnis rätischer Sprache in Nordtirol und wurden daher von der EU zum Europäischen Kulturerbe erkoren.

### RAMSAR Schutzgebiet Wildalmfilz und Bayerische Wildalm

Auf einer Fläche von 132 km<sup>2</sup>, in etwa 1.400 m Höhe befindet sich ein einmaliges Feucht- und Mooregebiet, das Tiroler Wildalmfilz und die Bayerische Wildalm. Der zusammenhängende Moorkomplex ist 2005 bzw. 2007 in

die Liste der Feuchtgebiete von internationaler Bedeutung aufgenommen und als grenzüberschreitendes RAMSAR-Gebiet ausgewiesen. Das Feuchtgebiet liegt in einer Karstwanne mit einem eigenen Mikroklima und einem besonderen Wasserhaushalt. Es besteht aus Hang-, Durchströmungs- und Versumpfungsmooren mit den jeweiligen typischen Pflanzengesellschaften. Das abfließende Wasser verschwindet in einem Schluckloch und fließt unterirdisch weiter. Das einsame, abgeschiedene Gebiet kann sowohl von Brandenburg als auch von den Bergsteigerdörfern Steinberg und Kreuth aus erwandert werden.

### Gelebtes Brauchtum

Eine kleine Dorfgemeinschaft ist der ideale Nährboden für ein lebendiges Brauchtum. Treffpunkt bzw. Veranstaltungsort ist dabei oft das neu gestaltete Dorfhäus im Zentrum des Orts. Im jahreszeitlichen Rhythmus gibt es eine Fülle an Festen und Veranstaltungen musikalischer, sportlicher und traditioneller kirchlicher Art. Von Dreikönigs-Umgang, Faschingstreiben, Skirennen, Palmbuschentragen, Flurprozessionen über Musikfeste der Bundesmusikkapelle, dem musikalischen Almhoangascht bis hin zum Adventmarkt und dem „Aufkocht weascht“ der Steinberger Frauen und zu verschiedensten Veranstaltungen im Dorfhäus reicht der bunte Reigen der Steinberger „Gmoa“.



Klettern am Südgrat des Gufferts.

## SCHUTZHÜTTEN

### Guffertthütte (1.475m)

DAV-Sektion Kaufering  
T: +43 676 6292404  
T: +43 664 1017462  
info@guffertthuetten.at  
www.guffertthuetten.at



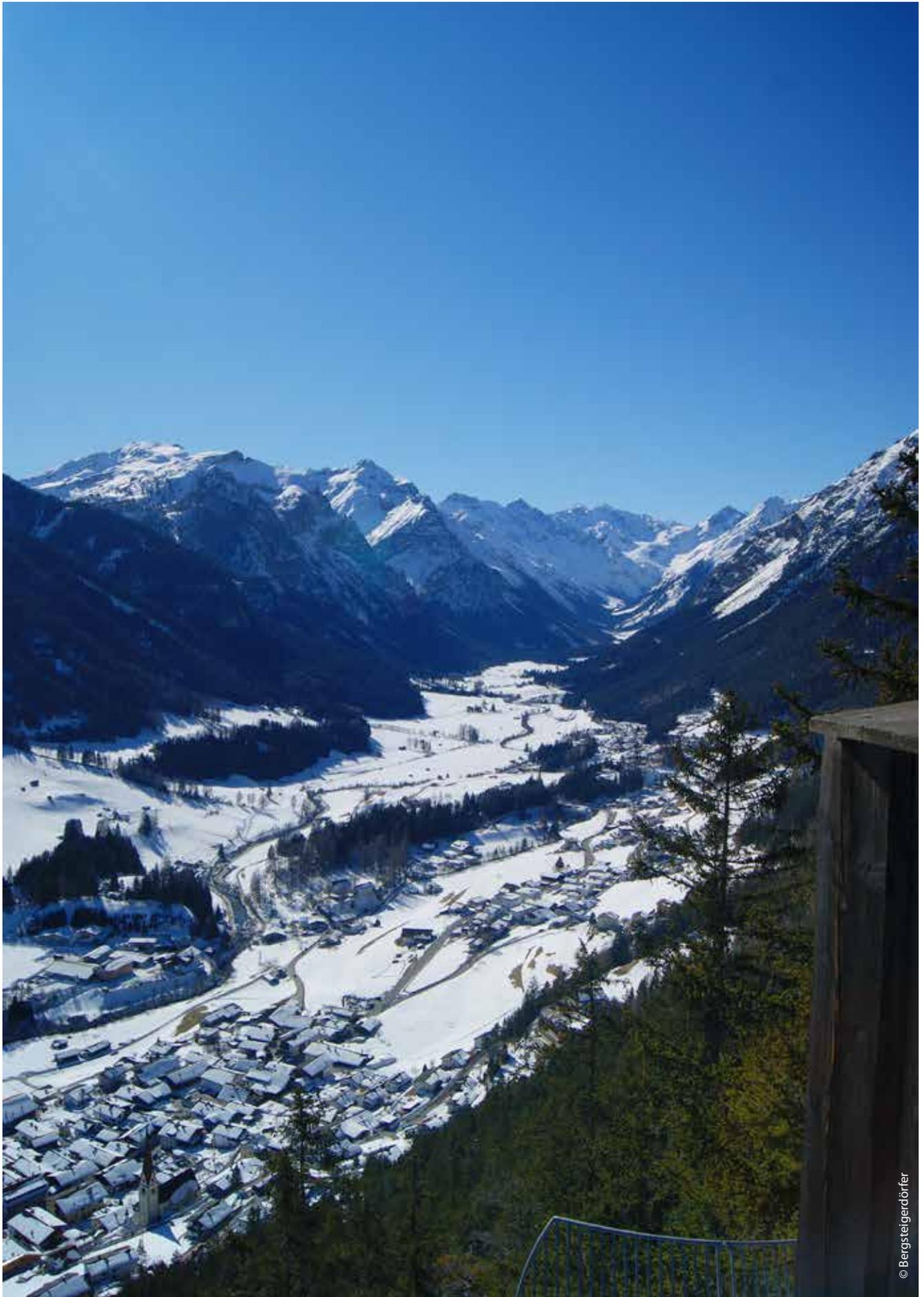
### Erfurter Hütte (1.834m)

DAV-Sektion Ettligen  
T: +43 5243 5517  
T: +43 664 5146833  
info@erfurterhuetten.at  
www.erfurterhuetten.at



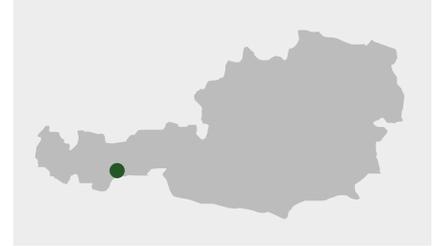
### Bayreuther Hütte (1.576m)

DAV-Sektion Bayreuth  
T: +43 664 3425103  
info@bayreuther-huetten.de  
www.bayreuther-huetten.de



© Bergsteigerdörfer

# Gschnitztal



Neben den touristisch hoch erschlossenen Regionen in Tirol gibt es auch ursprüngliche Täler, wie das Gschnitztal, die den Titel „Bergsteigerdorf“ verdient haben. Die Nähe zur Landeshauptstadt Innsbruck und auch zur Brennerautobahn spürt man kaum, sobald man in diesem Seitental des Wipptals ist. Für die autofreie Anreise ist diese Lage sogar gut, die nahe Bahntrasse über den Brenner und stündliche Busverbindungen ab Steinach machen es möglich.

Die Dörfer Trins und Gschnitz liegen in den Stubaier Alpen und sind am Talschluss umgeben von Dreitausendern, wie dem mächtigen Habicht (3.277 m), den Feuersteinen (3.267 m) und den Tribulaunen (3.097 m). Als Stützpunkt für Bergtouren dient eine Vielzahl an bewirtschafteten Berghütten. Kaum ein anderes Tal in Tirol hat so viele Berghütten; diese kann man bei eintägigen Bergtouren besuchen oder als Mehrtagestouren in unterschiedlichen Varianten verbinden. Kletterbegeisterte finden hier Klettersteige, unter anderem zum Wallfahrtskirchlein St. Magdalena, oder verschiedene anspruchsvollere Kletterrouten rund um die Tribulaunhütte vor. Im Winter lockt das Bergsteigerdorf Gschnitztal Bergbegeisterte mit bestens präparierten Loipen, Winterwanderwegen, Schneeschuhtouren und Skitouren mit unterschiedlichen Ansprüchen ins Tal.

Die Natur ist der große Schatz des Gschnitztals: Im Frühsommer lockt der Blumenberg Blaser mit seinem Blumenreichtum Besucher:innen an. Die Gartenprimel sei sogar von einer hier entnommenen Primel weitergezüchtet und in die ganze Welt verbreitet worden. In der Nähe des Gasthofs Pumafalle ist mit dem Oberlawieswald ein für den inneralpinen Raum einzigartiges Tannenwaldrelikt erhalten. Der Sandeswasserfall am Talende ist ein besonderer Kraftplatz: Untersuchungen haben ergeben, dass dort ein spezifisches Mikroklima mit hochkonzentrierten negativ geladenen Luftionen herrscht, das besonders bei Atemwegserkrankungen eine positive Wirkung hat. Auch der Truna- und Sarntheinwasserfall bei Trins sind eine Wanderung wert. Von landschaftlichem Reiz sind auch die Bergseen Lauter-, Simming- und Lichtsee.

## GEBIRGSGRUPPE UND WICHTIGE GIPFEL

### Stubaier Alpen

Habicht (3.277 m)  
 Östlicher Feuerstein (3.268 m)  
 Schneespitze (3.147 m)  
 Glättespitze (3.133 m)  
 Pflerscher Tribulaun (3.096 m)  
 Wetterspitze (3.053 m)  
 Weißwandspitze (3.016 m)  
 Innere Wetterspitze (3.053 m)  
 Gschnitzer Tribulaun (2.946 m)  
 Kirhdachspitze (2.840 m)  
 Goldkappl (2.788 m)  
 Kesselspitze (2.728 m)

## ORTSCHAFTEN

### Trins, Gschnitz

Seehöhe der Hauptorte:  
 1.242 m (Gschnitz), 1.233 m (Trins)  
 Höchster Punkt: 3.277 m (Habicht)  
 Ständige Bewohner im Gemeindegebiet:  
 1.735 (Trins 1.280, Gschnitz 455)



Die Gschnitzer Tribulaunhütte, beliebter Stützpunkt auf der Gschnitztaler Hüttenrunde.



Das Mühlendorf in Gschnitz.

# Gschnitztal

## ANREISE MIT ÖFFIS

**Von Norden:** Mit der Bahn von Innsbruck (S-Bahn halbstündlich) bis Steinach am Brenner, dort umsteigen in den Linienbus 4146 für das Gschnitztal (Steinach–Trins–Gschnitz)

**Von Süden:** Mit der Bahn vom Brenner (S-Bahn stündlich) bis Steinach am Brenner, dort umsteigen in den Linienbus 4146 für das Gschnitztal (Steinach–Trins–Gschnitz)

**Fahrplanauskunft:** [www.vvt.at](http://www.vvt.at)

**Mehr Infos auf** [www.wipptal.at/anreise](http://www.wipptal.at/anreise)

## KARTEN

### Alpenvereinskarten Digital

Maßstäbe 1:25 000 und 1:50 000 (sämtliche Alpenvereinskarten der Alpenregion auf USB-Stick) – UTM- und geographische Koordinaten – Distanzmesser, Zeichenfunktion – GPS-Routenplanung (Waypoints, Tracks)

### Alpenvereinskarte

Nr. 31/3 Brennerberge (Weg und Ski)

Nr. 31/5 Innsbruck und Umgebung (Weg und Ski)

Nr. 33 Tuxer Alpen (Weg und Ski)

Maßstab 1:50 000

### Kompass /TVB Wipptal

Winterkarte, Maßstab 1:25 000

### Kompass Wanderkarte Nr. 36

Innsbruck Maßstab 1:50 000

### Kompass Wanderkarte Nr. 132

Tiroler Höhenwege Maßstab 1:50 000

## PARTNERBETRIEBE

### Alpengasthof Hohe Burg

Trins 107, 6152 Trins

T: +43 5275 5204

[info@hoheburg.at](mailto:info@hoheburg.at)

[www.hoheburg.at](http://www.hoheburg.at)

### Trinserhof

Trins 106, 6152 Trins

T: +43 5275 5212

[hotel@trinserhof.com](mailto:hotel@trinserhof.com)

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

### Hotel Zita

Trins 132, 6152 Trins

T: +43 5275 5208

[info@hotel-zita.at](mailto:info@hotel-zita.at)

[www.hotel-zita.at](http://www.hotel-zita.at)

### Salzerhof

Trins 249, 6152 Trins

T: +43 664 5407068

[salzerhof249@gmail.com](mailto:salzerhof249@gmail.com)

[www.salzerhof.at](http://www.salzerhof.at)

### LO.LA Peak Solutions GmbH

Starres 8, 6152 Trins

T: +43 664 735 92941

[hello@lo-la.info](mailto:hello@lo-la.info)

[www.lo-la.info](http://www.lo-la.info)

### Alfaierhof und Haus Bergheimat

Gschnitz 25 und 90, 6150 Gschnitz

T: +43 5276 290

[info@alfaierhof-bergheimat.at](mailto:info@alfaierhof-bergheimat.at)

[www.alfaierhof-bergheimat.at](http://www.alfaierhof-bergheimat.at)

### Auenhof

Gschnitz 54, 6150 Gschnitz

T: +43 5276 264

[office@auenhof.tirol](mailto:office@auenhof.tirol)

[www.auenhof.tirol](http://www.auenhof.tirol)

### Connys Ferienwohnung

Gschnitz 124, 6150 Gschnitz

T: +43 5276 325

[connys@gschnitz.at](mailto:connys@gschnitz.at)

[www.gschnitz.at](http://www.gschnitz.at)

### Gasthof Feuerstein

Gschnitz 52, 6150 Gschnitz

T: +43 5276 78045

[info@gasthof-feuerstein.at](mailto:info@gasthof-feuerstein.at)

[www.gasthof-feuerstein.at](http://www.gasthof-feuerstein.at)

### Feiserhof

Gschnitz 89, 6150 Gschnitz

T: +43 5276 260

[andrea-pittracher@gmx.at](mailto:andrea-pittracher@gmx.at)

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

### Mühlendorf Gschnitz

Gschnitz 131, 6150 Gschnitz

T: +43 664 2364917

[info@muehlendorf-gschnitz.at](mailto:info@muehlendorf-gschnitz.at)

[www.muehlendorf-gschnitz.at](http://www.muehlendorf-gschnitz.at)

### Pirschenhof

Gschnitz 39, 6150 Gschnitz

T: +43 664 8837 3556

[thomas\\_schloegl@utanet.at](mailto:thomas_schloegl@utanet.at)

### Prangerhof

Gschnitz 3, 6150 Gschnitz

T: +43 664 452 2353

[info@prangerhof.info](mailto:info@prangerhof.info)

[www.prangerhof.info](http://www.prangerhof.info)

### Hotel Kirhdach

Gschnitz 62, 6150 Gschnitz

T: +43 5276 78079

[info@kirhdach.at](mailto:info@kirhdach.at)

[www.kirhdach.at](http://www.kirhdach.at)

## WEITERE ADRESSEN

### Tourismusverband Wipptal

Rathausplatz 1, 6150 Steinach

T: +43 5272 6270

[tourismus@wipptal.at](mailto:tourismus@wipptal.at)

[www.wipptal.at](http://www.wipptal.at)

### Österreichischer Alpenverein Sektion Steinach Brenner

Trinser Str. 26, 6150 Steinach am Brenner

T: +43 664 730 300 83

[hans.pittracher@aon.at](mailto:hans.pittracher@aon.at)

[www.alpenverein.at/steinach-brenner](http://www.alpenverein.at/steinach-brenner)

### Bergrettung Ortsstelle Steinach am Brenner

T: +43 664 5437955

T: +43 5272 6127

[marcogk1@hotmail.com](mailto:marcogk1@hotmail.com)

[www.bergrettung-tirol.at](http://www.bergrettung-tirol.at)

Alpiner Notruf 140 oder 112

### Schutzgebietsbetreuung Stubai Alpen

Mag. Kathrin Herzer

T: +43 676 88 508 82245

[kalkkoegel@tiroler-schutzgebiete.at](mailto:kalkkoegel@tiroler-schutzgebiete.at)

[www.tiroler-schutzgebiete.at](http://www.tiroler-schutzgebiete.at)

## Naturfreunde Tirol

Bürgerstraße 6, 6020 Innsbruck  
T: +43 512 584 144  
tirol@naturfreunde.at  
www.tirol.naturfreunde.at

## Naturfreunde Wien

Viktoriagasse 6, 1150 Wien  
T: +43 1 892 35 34-0  
info@naturfreunde.at  
www.naturfreunde.at

## Deutscher Alpenverein Sektion Bremen

Altenwall 24, 28195 Bremen  
T: +49 421 724 84  
geschaeftsstelle@alpenverein-bremen.de  
www.alpenverein-bremen.de

## Österreichischer Alpenverein Sektion TK Innsbruck

Olympiastraße 39, 6020 Innsbruck  
T: +43 512 58 51 57  
tk.innsbruck@sektion.alpenverein.at  
www.alpenverein.at/TK-innsbruck

## BESONDERHEITEN

### Wallfahrtskirchlein St. Magdalena

Zwischen Trins und Gschnitz steht 400 m über dem Talboden das Wallfahrtskirchlein St. Magdalena (1.661 m) auf einem steilen, bewachsenen Felsenhang. Der Ursprung des Bergheiligtums von St. Magdalena liegt im Dunkel der Vergangenheit. Erstmals wurde die geheimnisvolle Wallfahrtsstätte 1307 urkundlich erwähnt, doch man vermutet dort schon eine vorchristliche Kultstätte. Das heutige Gotteshaus stammt aus dem 15. Jahrhundert, doch weisen die zwischen 1960 und 1972 restaurierten romanischen und gotischen Fresken auf einen älteren Bestand hin. Die Fresken aus dem 14. Jahrhundert zählen zu den ältesten Wandmalereien Tirols. Der Bildhauer Hans Pontiller aus Innsbruck schuf das beeindruckende Holzkreuz mit der heiligen Magdalena (1958). Die äußere Wand des Kirchleins schmückt ein Fresko mit der Kirchenpatronin und dem Stifterwappen der Tiroler Adelsfamilie der Schneeberger.

### Mühlendorf Gschnitz

Im Mühlendorf in Gschnitz reisen die Besucher:innen in die Vergangenheit: Hier



Das Kirchlein St. Magdalena.

wird gezeigt, wie die bäuerliche Bevölkerung vor ca. 100 Jahren in den Alpentälern gearbeitet hat, z.B. in der mit Wasserkraft angetriebenen Getreidemühle, in der Schmiede und der Handwerksstätte. Man erlebt, wie das eigenhändig geerntete Getreide zu Mehl gemahlen und daraus Bauernbrot gebacken wurde. Im Hintergrund des Mühlendorfs bietet der Sandeswasserfall ein imposantes Naturschauspiel, das man von der Besucherplattform unterhalb oder von einer 40 m langen Brücke oberhalb beobachten kann. Für Kinder gibt es einen Spielplatz rund ums Thema Wasser, für die Eltern einen Platz zum Entspannen auf der Sonnenterrasse am Kiosk.

### Schloss Schneeberg

Das Schloss Schneeberg befindet sich am Talboden in Trins. Sichere Angaben zum Schloss gibt es erst nach 1500, als der kaiserliche Rat Franz Schneeberger von Kaiser Maximilian I. die Burg als Lehen erhielt. Bereits 1518 ergeht ein Bericht an die Regierung über den desolaten Zustand, daher ist anzunehmen, dass die Burg schon lange vorher dagewesen sein muss. Zwischen 1568 und 1636 folgten verschiedene Lehensinhaber. Erst im Jahre 1636 waren die Besitzer wieder die Freiherren von Schneeberg. Nach deren Aussterben übergab 1778 Kaiserin Maria Theresia dem Gubernialrat Alois Graf Sarnthein das Schloss. Das Schloss wurde im Laufe der Jahrhunderte immer wieder umgebaut. Das Trinser Wappen symbolisiert die Zinnen von Schloss Schneeberg auf dem Moränenwall.

## SCHUTZHÜTTEN

### Blaserhütte (2.176 m)

T: +43 5275 20069  
T: +43 664 100 3778  
n.georg67@gmail.com  
www.blaserhuette.at

### Bremer Hütte (2.413 m)

DAV Sektion Bremen  
T: +43 720 270 660  
T: +49 421 40895460  
buchungen@bremerhuette.at  
www.bremerhuette.at

### Gschnitzer Tribulaunhütte (2.064 m)

Naturfreunde Innsbruck  
T: +43 664 405 0951  
info@tribulaunhuette.at  
www.tribulaunhuette.at

### Innsbrucker Hütte (2.369 m)

ÖAV Sektion TK Innsbruck  
T: +43 5276 295  
T: +43 664 552 4716  
office@innsbrucker-huette.at  
www.innsbrucker-huette.at

### Padasterjochhaus (2.232 m)

Naturfreunde Wien  
T: +43 699 111 75352  
T: +43 650 717 2771  
info@padasterjochhaus.at  
www.padasterjochhaus.at

### Trunahütte (1.750 m)

T: +43 676 4134880  
schloegl@graf-ferdinand.at  
www.trunahuette.at

### Magdeburger Hütte (2.423 m)

CAI Sterzing  
T: +39 338 242 8278  
T: +39 0472 632472  
rifugiocremona@gmail.com  
www.rifugiocremona.com

### Pflescher Tribulaunhütte (2.369 m)

CAI Sterzing  
T: +39 0472 632470  
T: +39 349 0548132  
info@tribulaunhuette.com  
www.tribulaunhuette.com



© Andrea Ballarín

# Lavin, Guarda & Ardez



Die Dörfer Lavin, Guarda und Ardez liegen im Unterengadin im Kanton Graubünden, ganz im Osten der Schweiz. Das romanisch-sprachige Unterengadin, romanisch Engadina Bassa, wird vom Inn durchflossen und grenzt an Österreich und Italien. Eindrückliche Bergriesen wie der Piz Linard, das Verstanclahorn und der Piz Buin trennen das Engadin vom Paznauntal im Norden. Auf der südlichen Talseite von Lavin und Guarda erhebt sich auf 2.600 m die Seenplatte Macun als Teil des Schweizerischen Nationalparks. Weite Gebiete der Gebirgslandschaft um die drei Dörfer sind Landschaften und Naturdenkmäler von nationaler Bedeutung.

Bei einem Besuch der Bergsteigerdörfer stellt man fest, dass am östlichsten Zipfel der Schweiz die Welt noch so ist, wie sie zur Zeit unserer Urgroßeltern war. 170 km<sup>2</sup> Natur, in deren Entwicklung der Mensch seit 100 Jahren nicht mehr eingegriffen hat. 1914 haben Visionäre den Schweizerischen Nationalpark gegründet und damit eine einzigartige Oase der Natur geschaffen. Ihr Ziel: Im Engadin ein Stück urtümliche Wildnis für die Nachwelt zu bewahren.

Das Unterengadin bietet Sommer wie Winter Bergbegeisterten eine Vielzahl an Tourenmöglichkeiten im einzigen Nationalpark der Schweiz. Wer hoch hinaus möchte, findet Herausforderungen am Piz Buin oder Piz Linard. Die Via Engiadina kann im Sommer und Winter bewandert und so die Region und das Bergsteigerdorf über mehrere Tage erkundet werden. Wer es etwas ruhiger angehen möchte, dem ist die Schellen-Ursli Bike-Runde zu empfehlen, die durch Lavin, Guarda & Ardez führt.

## GEBIRGSGRUPPE UND WICHTIGE GIPFEL

### Silvretta

Piz Linard (3.410 m)  
 Piz Buin (3.312 m)  
 Verstanclahorn (3.297 m)  
 Silvretthorn (3.243 m)  
 Piz Sagliains (3.201 m)  
 Plattenhörner (3.200 m)  
 Piz Nuna (3.124 m)  
 Piz Macun (2.888 m)

## ORTSCHAFTEN

### Lavin, Guarda, Ardez

Seehöhe des höchstgelegenen Talorts:  
 1.653 m (Guarda)  
 Höchster Punkt: 3.410 m (Piz Linard)  
 Ständige Bewohner im Gemeindegebiet:  
 793 Personen



Das Gebiet rund um Lavin, Guarda & Ardez bietet zahlreiche, teils sehr anspruchsvolle Skitouren.

## Lavin, Guarda & Ardez



Herrliche Wanderungen im Unterengadin.

### ANREISE MIT DEM ÖV

Dank der Rhätischen Bahn sind die drei Dörfer einfach und bequem mit den öffentlichen Verkehrsmitteln erreichbar. Die Bahnhöfe von Lavin und Ardez befinden sich direkt in den Dörfern. Der Bahnhof von Guarda befindet sich unterhalb des Dorfes, es fahren regelmäßig Postautos ins Dorf. **Fahrplanauskunft:** [www.sbb.ch](http://www.sbb.ch)

### KARTEN

**Schweizer Landeskarten**  
[swisstopo.admin.ch](http://swisstopo.admin.ch), auch als App erhältlich; 1:25 000; Inkl. Layer für Wanderwege, Skitourenrouten und Schneeschuhrouuten. Karten 1:25 000: 1198 Silvretta, 1199 Scuol, 1218 Zernez

**Online - Tourenportal des Schweizer Alpen-Club SAC**  
[www.sac-cas.ch/tourenportal](http://www.sac-cas.ch/tourenportal)  
für SAC-Mitglieder gratis

**SchweizMobil-App**  
mit Touren verschiedenster Sportarten

**Verschiedenste Tourenbeschreibungen**  
[www.engadin.com](http://www.engadin.com)

**Skitouren Graubünden Süd**  
Vital Eggenberger  
SAC 2020, ISBN: 978-3-85902-419-9

### PARTNERBETRIEBE

**Bäckerei Giacometti**  
Suzöl 55, 7543 Lavin  
T: +41 (0) 81 860 30 30  
[info@giacometti-lavin.ch](mailto:info@giacometti-lavin.ch)  
[www.giacometti-lavin.ch](http://www.giacometti-lavin.ch)

**Chasa Fliana**  
Somchants 3, 7543 Lavin  
T: +41 (0) 81 862 26 19  
[chasafliana@bluewin.ch](mailto:chasafliana@bluewin.ch)  
[www.chasafliana.ch](http://www.chasafliana.ch)

**Ustaria LaStalla**  
Sassagl 181, 7546 Ardez  
T: +41 (0) 81 862 25 55  
[fam-claluena@bluewin.ch](mailto:fam-claluena@bluewin.ch)

**Crush Alba Guarda**  
Chasa 45, 7545 Guarda  
T: +41 (0) 81 860 16 16  
[info@cruschalba-guarda.ch](mailto:info@cruschalba-guarda.ch)  
[www.cruschalba-guarda.ch](http://www.cruschalba-guarda.ch)

**Guarda Lodge**  
Sur Chafarrer 96, 7545 Guarda  
T: +41 (0) 81 862 29 29  
[info@guardalodge.ch](mailto:info@guardalodge.ch)  
[www.guardalodge.ch](http://www.guardalodge.ch)

**Meisser Lodge**  
Dorfstrasse 42, 7545 Guarda  
T: +41 (0) 81 862 21 32  
[info@hotel-meisser.ch](mailto:info@hotel-meisser.ch)  
[www.hotel-meisser.ch](http://www.hotel-meisser.ch)

### Schorta's Alvetern

Arfusch 171, 7546 Scuol  
T: +41 (0) 81 862 21 44  
[hotel@alvetern.ch](mailto:hotel@alvetern.ch)  
[www.alvetern.ch](http://www.alvetern.ch)

### Bergsportschule Grischa

Chauols 103A, 7551 Ftan  
T: +41 79 102 33 65  
[info@bergsportschulegrischa.ch](mailto:info@bergsportschulegrischa.ch)  
[www.bergsportschulegrischa.ch](http://www.bergsportschulegrischa.ch)

### WEITERE ADRESSEN

**Gäste-Information Zernez**  
c/o Nationalparkzentrum  
Via Urtatsch 2, 7530 Zernez  
T: +41 81 856 13 00

**Gäste-Information Guarda**  
Chasa da Scoula, 7545 Guarda  
T: +41 81 861 88 27

**Gäste-Information Scuol**  
Stradun 403 A, 7550 Scuol  
T: +41 81 861 88 00

**Schweizer Alpen-Club SAC/CAS**  
Sektion Engiadina Bassa Val Müstair  
[presidi@alpinist.ch](mailto:presidi@alpinist.ch), [www.alpinist.ch](http://www.alpinist.ch)

**Notfall:**  
Internationaler Notruf 112  
Rega (Rettungsflugwacht) 1414  
Spital Scuol +41 81 861 10 00

## BESONDERHEITEN

### Sgraffito

Sgraffito ist ein Kunsthandwerk, das viele Engadinerhäuser ziert und das zum unverwechselbaren Charme der Dorfbilder beiträgt. Diese Dekorationstechnik kam im 16. Jahrhundert von Italien nach Graubünden. Beim Sgraffito werden die Ornamente aus einer feuchten, mit Kalk übertünchten Putzschicht durch Schaben und Ritzen bis auf die darunterliegende dunkle Schicht freigelegt.

### Chalandamarz

Chalandamarz ist der bekannteste Engadiner Brauch. „Chalandamarz“ bezeichnet in der rätoromanischen Sprache den Beginn des Monats März. An diesem Tag wird der Winter mit Glocken ausgeläutet und der nahe Frühlingsbeginn gefeiert. Der Brauch wird im bekannten Kinderbuch „Schellen-Ursli“ von Selina Chönz und Alois Carigiet dargestellt. Schulkinder in Bauernblusen, Zipfelmützen und Trachten ziehen am frü-



*Sgraffito-Kunst in Ardez.*

hen Morgen mit Glocken und Peitschen um die Brunnen, von Haus zu Haus und singen Chalandamarz-Lieder. Sie sammeln Esswaren und Geld für das gemeinsame Mahl und für eine Schulreise.

schlagsmenge beträgt 690 Liter pro Jahr. In der Schweiz ist nur das Wallis mit rund 600 Litern noch trockener. Das Tal liegt im Einfluss von verschiedenen Wetterzonen und weist Mikroklimata auf, was die Wettervorhersage erschwert.

### Natur und Klima

Das Unterengadin ist ein inneralpines Trockental. Die durchschnittliche Nieder-

## SCHUTZHÜTTEN

### Chamonna dal Linard CAS

T: +41 79 629 61 91  
T: +41 79 639 73 58  
linard@alpinist.ch  
www.linardhuette.ch

### Chamonna Tuoi CAS

T: +41 81 862 23 22  
T: +41 79 682 32 23  
info@tuoi.ch  
www.tuoi.ch

### Chamonna Cler

Selbstversorgerhütte  
Ski Club Ardez  
T: +41 79 463 94 22  
info@ski-ardez.ch  
www.ski-ardez.ch

### Chamonna Marangun

Selbstversorgerhütte  
T: +41 79 712 42 59  
www.zernez.ch/  
ferienregion/berghuetten



*Neben Tagestouren ist das Unterengadin prädestiniert für längere Wanderungen mit Übernachtungen in den verschiedenen SAC-Hütten.*



© Marc Bless

# St. Antönien



**G**emütlich fährt das Postauto die kurvenreiche Straße entlang des Schanielatobels von Küblis bis Pany. Dahinter öffnet sich das Tal und man erreicht St. Antönien, eingebettet in sanfte Hänge und von einem Gipfelkranz umringt. St. Antönien ist das höchstgelegene Dorf der Gemeinde Luzein und wurde im Jahr 2021 das erste Bergsteigerdorf in der Schweiz.

Die Zeiger der Kirchturmuhren scheinen sich langsamer zu drehen. Es ist die Gelassenheit, die sich beim Anblick der faszinierenden Bergwelt und der ihr eigenen Ruhe einstellt und das Zeitgefühl neu definiert. Diese Berglandschaft hat auch das Leben in St. Antönien geprägt. Seit der Besiedlung durch die Walser wurde hier allen Naturgefahren zum Trotz Landwirtschaft betrieben. Die von den Bauern gepflegte Kulturlandschaft, die charakteristische Streusiedlung und spektakuläre Naturschätze wie der Schijenzan (freistehende Felsnadel), das Schutzgebiet Plassseggen-Schijenflue oder die weitläufigen Höhlensysteme der Sulzfluh und der Schijenflue sind Wahrzeichen von St. Antönien. Das Leben im Tal ist von der Walserkultur geprägt.

St. Antönien bietet in allen Jahreszeiten Interessantes für Bergsportler:innen, Ruhesuchende und Naturliebhaber:innen. Ob auf Ski, auf Rädern, zu Fuß oder am Seil, wer sich gerne in der Natur bewegt, kommt auf seine Kosten. Der Bergsport hat bei Einheimischen und Gästen eine lange Tradition und die Naturverbundenheit und Bodenständigkeit St. Antöniens prägen seit jeher den naturnahen Tourismus.

*„Bis bald bin ünsch z St. Antönien.“*

## GEBIRGSGRUPPE UND WICHTIGE GIPFEL

### Rätikon

Madrisahorn (2.826 m)  
Sulzfluh (2.817 m)  
Schijenflue (2.626 m)  
Schijenzan (2.370 m)  
Wiss Platta (2.627 m)  
Rätschenhorn (2.703 m)  
Chüenihorn (2.412 m)

## ORTSCHAFTEN

### St. Antönien

Seehöhe des Hauptortes: 1.420 m  
Höchster Punkt: 2.826 m (Madrisahorn)  
Ständige Bewohner im Gemeindegebiet:  
217 Personen



Ein weitläufiges Skitourengebiet – Aufstieg zur Gämpflue.

# St. Antönien



© Marco Härtmann

Eingebettet in die Rätikonkette ist der Partnunsee ein beliebtes Ausflugsziel.

## ANREISE MIT DEM ÖV

St. Antönien ist gut mit den öffentlichen Verkehrsmitteln erreichbar. Mit der Rhätischen Bahn gelangt man bis nach Küblis und von dort fährt stündlich ein Postauto direkt hinauf ins Bergsteigerdorf St. Antönien. **Fahrplanauskunft:** [www.sbb.ch](http://www.sbb.ch)

## KARTEN

**Schweizer Landeskarten**  
[swisstopo.admin.ch](http://swisstopo.admin.ch), auch als App erhältlich; 1:25 000; 1157 Sulzfluh, 1177 Serneus, inkl. Layer mit Wanderwegen, Skitouren und Schneeschuhrouren

**Online-Tourenportal des Schweizer Alpen-Clubs SAC**  
[www.sac-cas.ch/tourenportal](http://www.sac-cas.ch/tourenportal)  
Für SAC-Mitglieder gratis

**SchweizMobil-App**  
mit Touren verschiedenster Sportarten  
Verschiedenste Tourenbeschreibungen  
[www.praetigau.info](http://www.praetigau.info)

**Skitouren Graubünden Nord**  
von Vital Eggenberger, SAC 2016  
ISBN 978-3-85902-407-6

**Schneeschuhtourenführer Graubünden Nord**  
von David Coulin  
SAC 2011, ISBN 978-3-85902-316-1

**Kletterführer Graubünden**  
von Thomas Wälti  
SAC 2013, ISBN 978-3-85902-321-5

**Alpinwanderführer Gipfelziele Graubünden Nord**  
von Fabian Lippuner/David Coulin  
SAC 2013, ISBN 978-3-85902-341-3

## PARTNERBETRIEBE

**Laubänähus - Haus der Lawinen**  
Kulturgruppe St. Antönien  
St. Antönierstrasse 17  
7246 St. Antönien  
T: +41 79 419 00 54  
[jann.fluetsch@kultur-gruppe.ch](mailto:jann.fluetsch@kultur-gruppe.ch)  
[www.kultur-gruppe.ch](http://www.kultur-gruppe.ch)

**Berghaus Alpenrösli**  
Bodaweg 1 / PF 4  
7246 St. Antönien – Partnun  
T: +41 81 332 12 18  
[info@berghaus-alpenroesli.ch](mailto:info@berghaus-alpenroesli.ch)  
[www.berghaus-alpenroesli.ch](http://www.berghaus-alpenroesli.ch)

**Berggasthaus Gemsli**  
St. Antönierstrasse 24  
7246 St. Antönien  
T: +41 81 332 13 47  
[info@berggasthaus-gemsli.ch](mailto:info@berggasthaus-gemsli.ch)  
[www.berggasthaus-gemsli.ch](http://www.berggasthaus-gemsli.ch)

**Hotel Rhätia**  
St. Antönierstrasse 26  
7246 St. Antönien  
T: +41 81 332 13 61  
[info@hotel-rhaetia.ch](mailto:info@hotel-rhaetia.ch)  
[www.hotel-rhaetia.ch](http://www.hotel-rhaetia.ch)

**Hotel Madrisajoch**  
St. Antönierstrasse 21  
7246 St. Antönien  
T: +41 81 330 53 53  
[welcome@madrisajoch.ch](mailto:welcome@madrisajoch.ch)  
[www.madrisajoch.ch](http://www.madrisajoch.ch)

## Rätikon Sport AG

Industriestrasse 1, 7240 Küblis  
T: +41 81 332 36 36  
info@raetikonsport.ch  
www.raetikonsport.ch

## Sonja's Michelshof

Michelschhofstrasse 4  
7246 St. Antönien  
T: +41 81 330 56 56  
info@sonjasmichelshof.ch  
www.sonjasmichelshof.ch

## Berghaus Sulzfluh

Sässsstrasse 1  
7246 St. Antönien – Partnun  
T: +41 81 332 12 13  
info@sulzfluh.ch  
www.sulzfluh.ch

## 2000plus.ch

Schwendistrasse 3, 7246 St. Antönien  
T: +41 79 761 44 58  
info@2000plus.ch  
www.2000plus.ch

## WEITERE ADRESSEN

### Gästeinformation Pany – St. Antönien Tourismus

Panyerstrasse 39, 7243 Pany  
T: +41 81 300 32 22  
info@pany-stantoenien.ch  
www.pany-stantoenien.ch

### Prättigau Marketing

Feldweg 19, 7233 Jenaz  
T: +41 81 325 1111  
info@praettigau.info  
www.praettigau.info

### Schweizer Alpen-Club SAC Sektion Prättigau

praesident@sac-praettigau.ch  
www.sac-praettigau.ch

### Notfall:

Internationaler Notruf 112  
Rega (Rettungsflugwacht) 1414  
Spital Schiers +41 81 308 08 08

## BESONDERHEITEN

### Geologie

St. Antönien ist aus geologischer Sicht ein spannendes Gebiet. Da wäre einerseits das weitläufige Höhlensystem in den Kalkwänden der Sulzfluh und Schijenflue und andererseits das schweizweit einmalige Phänomen der sich kreuzenden Moränen im Landschaftsschutzgebiet Plassseggen-Schijenflue. Bereits bei der Ankunft in St. Antönien, wenn man in Richtung Gafiatal blickt, fällt eine Besonderheit auf: Zwischen den grünen Talhängen und den dunklen Gipfeln leuchtet heller Kalkfels auf. Das Dorf sowie die sanften, wiesenbewachsenen Gipfel liegen auf den weichen Gesteinen des nordpenninischen Prättigau-Flysches. Darüber liegt ein Kalkband, welches im Gafiatal von der kristallinen Silvrettadecke überlagert wird, jedoch im Bereich der Schijenflue und Sulzfluh die oberste Schicht bildet. Mit der abwechslungsreichen Geologie geht auch eine vielfältige Flora einher und macht St. Antönien zum Paradies für Naturliebhaber:innen.

### Architektur

Nicht nur die Streusiedlung gibt einen Hinweis auf die Geschichte des Ortes, sondern auch die Holzhäuser zeugen von den Wurzeln in der Walserkultur. Bei der Bauweise fällt eine weitere Besonderheit auf: die Ebenhöch, ein altbewährter Schutz bei Lawinen-niedergängen. Bei der ursprünglichen Form des Ebenhöchs schließt das Dach bergseitig nahtlos ans Terrain an. In St. Antönien wird jedoch häufig ein neuerer Typ gesehen. Die Bergseite des Hauses wurde mit einem dreieckigen Schwergewichtskörper verstärkt. Die Spitze des ungefähr gleichschenkligen Keils sollte nun die Schneemassen beidseitig des Gebäudes ablenken. Oft wurde darauf ein Baum, meist eine Fichte oder Arve (Zirbe), gepflanzt.

### Sprache

Das Walserdeutsch ist vielleicht das wichtigste erhaltene Merkmal der Walsen. Man könnte auch sagen, wer Walserdeutsch spricht, ist ein Walsen. In St. Antönien hat sich der Walserdialekt gut erhalten. Typische Merkmale sind der Vokalreichtum und die Verschiebung des «s» zu «sch», so „schii“ für „sie“ und „ünsch“ für „uns“.

## SCHUTZHÜTTEN

### Carschinahütte SAC (2.236 m)

SAC-Sektion Rätia  
T: +41 79 418 22 80  
info@carschina.ch  
www.carschina.ch

### Tilisunahütte (2.211 m)

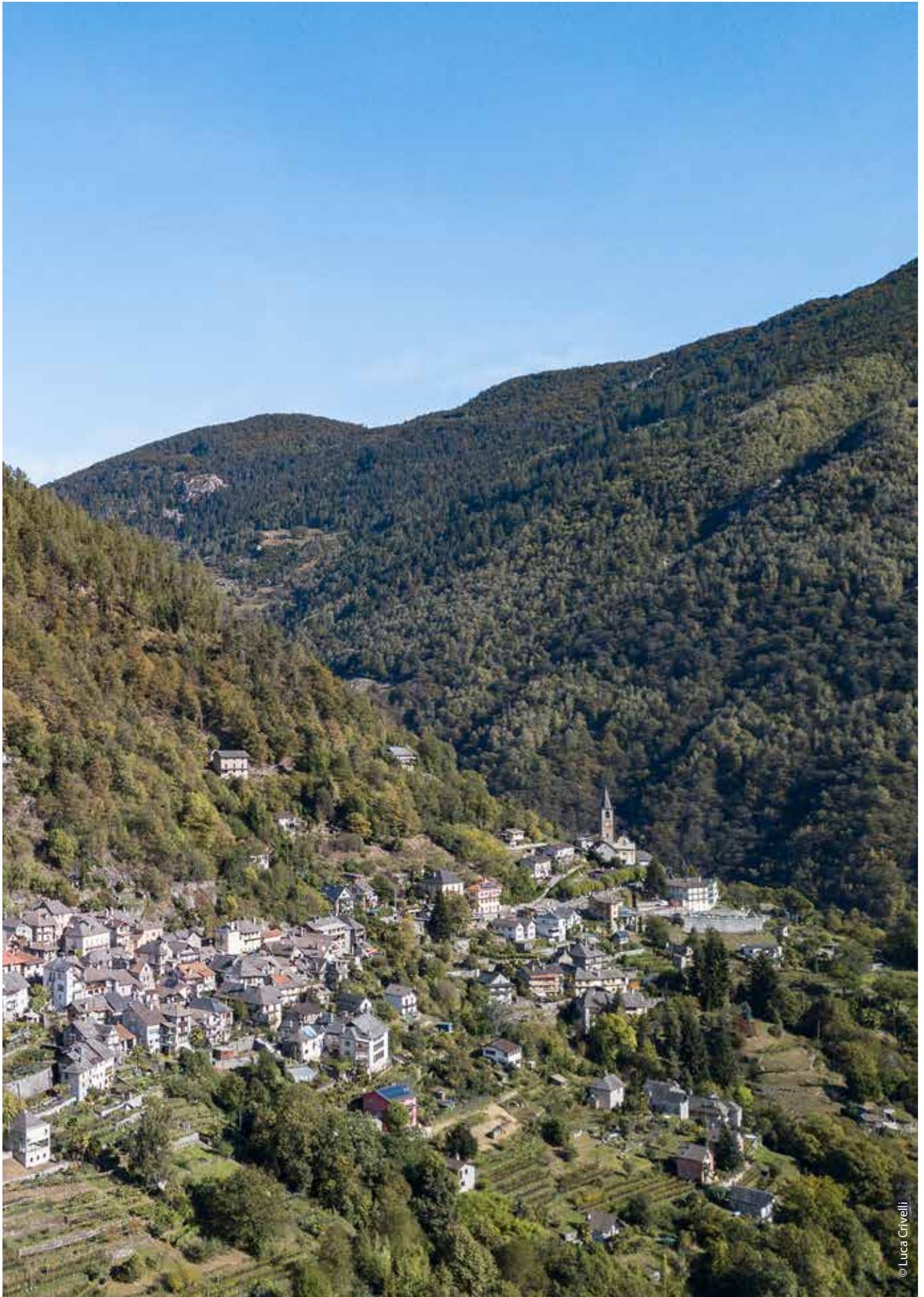
ÖAV-Sektion Vorarlberg  
T: +43 664 1472 896  
info@tilisuna-huette.at  
www.tilisuna-huette.at



Bereit für die Mehrseillänge am Schijenzan.

### Kunst & Kultur

Die Landschaft von St. Antönien prägt die Menschen und das kulturelle Schaffen. Im Jahr 1992 wurde eine Kulturgruppe gegründet, die das Kulturleben im Tal mit Ausstellungen und Veranstaltungen bereichert. Im 2022 eröffneten „Laubänähüs – Haus der Lawinen“ wird die Geschichte der St. Antönier Lawinen in eindrücklicher Art gezeigt. Die permanente Ausstellung zeigt die tragische Lawinengeschichte St. Antöniens und die jahrzehntelange Bekämpfung durch Lawinenverbauungen und Aufforstung. Ein Rundgang führt durch authentische Räume mit Kino, Erlebnisraum und Bibliothek. Während der Volksmusikwoche im Juli wird das Dorf zum Treffpunkt für Volksmusikfreunde – gemeinsam wird geübt und die Gaststuben mit Konzerten gefüllt. Bei der Ländlerchilbi kommen Alt und Jung zusammen und die Schärmenparty im Sommer ist bereits Legende.



© Luca Crivelli

# Valle Onsernone

Das Onsernone-Tal im Kanton Tessin ist eine faszinierende Ecke der Schweiz und ein ideales Ziel für alle, die Wildnis, Ruhe und Authentizität suchen. Die malerischen Dörfer, die sich wie kleine Schwalbennester an die steilen Hänge des Tals schmiegen, vermitteln ein Gefühl von Harmonie und Ruhe. Die Steinhäuser, die gepflasterten Gassen, die engen Treppen und die in den Himmel ragenden Glockentürme erinnern an eine vergangene Zeit und machen jeden Besuch zu einer wahren Reise in das Herz der lokalen Traditionen.

Die Landschaft des Onsernone-Tals ist von dichten Wäldern und tiefen Schluchten geprägt. Der Fluss Isorno fließt durch das Tal und schafft eine unberührte, wilde Atmosphäre. Die kurvenreiche Straße, die die zwölf Dörfer miteinander verbindet, ist eng, aber die Fahrt wird durch die atemberaubende Schönheit der Landschaft belohnt.

Im Laufe der Zeit hat dieses Tal Kunstschaffende angezogen, darunter Max Frisch, Golo Mann und Alfred Andersch, die sich in diesem paradiesischen Winkel zu ihren Werken inspirieren ließen. Auch heute noch fasziniert die Atmosphäre der Ruhe und die Schönheit der Natur die Besuchenden.

Liebhaber:innen von Outdoor-Aktivitäten finden hier ein Paradies: Die Felswände mit ihrem kompakten Gneis bieten Herausforderungen zum Klettern, während die zahlreichen Wege Wandernde durch Naturschutzgebiete und mit atemberaubenden Aussichten führen. Die Alpe Salei, die mit einer kurzen Seilbahnfahrt zu erreichen ist, ist ein idealer Ausgangspunkt für die Erkundung der umliegenden Gipfel und bietet einen spektakulären Blick auf das Tal. Wer Zeit und Lust hat, kann die Via Alta della Valle Maggia begehen, eine der eindrucksvollsten Gratwanderungen der Schweiz.

Im Winter verwandelt sich das Tal in eine bezaubernde Schneelandschaft, in der man auf Skitouren und Schneeschuhwanderungen die in Weiß gehüllten Wälder erkunden kann. Die natürlichen Thermalbäder von Craveggia, an der schweizerisch-italienischen Grenze gelegen, bieten ein entspannendes und erholsames Ziel nach einem Tag voller Entdeckungen.

Das Onsernone-Tal ist ein einzigartiger Ort, an dem Geschichte, Natur und Traditionen in Harmonie nebeneinander bestehen. Ein unberührtes Paradies, ideal für alle, die in eine der Zeit entrückte Atmosphäre eintauchen möchten.



## GEBIRGSGRUPPE UND WICHTIGE GIPFEL

### Tessiner Alpen

Al Pizz da Madei (2.551 m)  
Rosso di Ribia (2.541 m)  
Pizz Porcarésc (2.467 m)  
Cima di Cregnell (2.527 m)  
Pizzo Cramalina (2.322 m)  
Pizzo Peloso (2.064 m)  
Al Pilón (2.192 m)  
Pizzo Ruscada (2.004 m)  
Pizzo Zucchero (1.899 m)

## ORTSCHAFTEN

### Russo, Auressio, Loco, Berzona, Mosogno, Crana, Vergeletto, Gresso, Comologno, Spruga

Seehöhe des Hauptortes: 802 m (Russo)  
Höchster Punkt: 2.541 m (Rosso di Ribia)  
Ständige Bewohner im Gemeindegebiet: 669 Personen



Das Tal bietet vielfältige Wanderrouten – beispielsweise über zahlreiche Steintreppen oder vorbei am hochgelegenen Lago di Salei (Bild rechts).

# Valle Onsernone



© Alessio Pizzicannella

Ein Tal geprägt von dichten Wäldern, sonnenverwöhnten Hängen und rustikalen Steinhäusern.

## ANREISE MIT DEM ÖV

Das Valle Onsernone mit all seinen Ortschaften ist gut mit öffentlichen Verkehrsmitteln erreichbar. Zunächst führt die Reise mit dem Zug nach Locarno, dem nächstgelegenen, gut angeschlossenen Bahnhof. Dort steigen Sie auf das Postauto um, das mehrmals täglich direkt vom Bahnhof Locarno nach Vergeletto (Valle Vergeletto) und Spruga, dem höchstgelegenen Dorf im Onsernonetal, fährt.  
Fahrplanauskunft: [www.sbb.ch](http://www.sbb.ch)

## KARTEN

**Schweizer Landeskarten**  
[swisstopo.admin.ch](http://swisstopo.admin.ch), auch als App erhältlich  
Inkl. Layer mit Wanderwegen, Skitourenrouten und Schneeschuhrouren  
Karten 1:25 000: 1311 Comologno, 1312 Locarno, 1291 Bosco Gurin, 1292 Maggia

## Online- Tourenportal des Schweizer Alpen-Club SAC

[www.sac-cas.ch/tourenportal](http://www.sac-cas.ch/tourenportal)  
Für SAC-Mitglieder gratis.

## SchweizMobil App

mit Touren verschiedenster Sportarten

## Verschiedenste Tourenbeschriebe unter:

<https://www.ascona-locarno.com/de/entdecken/valle-onsernone>

## WEITERE ADRESSEN

### Info Point Valle Onsernone (Gästeeinformation)

Via Cantonale, 6661 Auressio  
T: +41 91 797 10 00  
[info@onsernone.ch](mailto:info@onsernone.ch)  
[www.onsernone.ch](http://www.onsernone.ch)

**Società Escursionistica Isorno Melezza**  
[www.se-im.ch](http://www.se-im.ch)

## Organizzazione turistica lago maggiore e valli (Tourismusorganisation)

Piazza Stazione, 6600 Locarno-Muralto  
T: +41 84 809 10 91  
[info@ascona-locarno.ch](mailto:info@ascona-locarno.ch)  
[www.ascona-locarno.com](http://www.ascona-locarno.com)

## Schweizer Alpen-Club SAC Sektion Locarno

[info@caslocarno.ch](mailto:info@caslocarno.ch)  
[www.caslocarno.ch](http://www.caslocarno.ch)

## Medizinisches Ambulatorium, Centro Sociale Onsernone

Studio medico CS, Campagna 1,  
6662 Russo  
[ambulatorio.cso@gmail.com](mailto:ambulatorio.cso@gmail.com)

Für Termine, T: +41 91 797 18 26

ärztlicher Notfalldienst

T: +41 91 800 18 28  
[www.fondazionecco.ch/ambulatorio-medico/](http://www.fondazionecco.ch/ambulatorio-medico/)

## UNTERKÜNFTE

### Wild Valley Hostels

sind Herbergen im Valle Onsernone, mit rund 150 Betten (Hostels, freie Ferienhäuser, unbewartete Berghütten) die sich über die Dörfern verteilen.

Via Cantonale 14  
6661 Auressio  
T: +41 91 797 1000  
info@wildvalley.ch  
www.wildvalley.ch

## SCHUTZHÜTTEN

### Capanna Ribia

Selbstversorgerhütte  
12 Schlafplätze, mit Kochmöglichkeit  
Sommer wie Winter zugänglich  
www.capanna-ribia.ch

### Capanna Arena

Selbstversorgerhütte  
30 Schlafplätze, mit Kochmöglichkeit  
Sommer wie Winter zugänglich  
www.capanna-arena.ch

### Capanna Alpe Salei

von Mai bis Oktober geöffnet  
im Winter nicht zugänglich  
T: +41 91 797 20 32  
alpesalei@gmail.com  
www.alpesalei.ch



Am Lago Salei mit Blick über die Täler bis zum Lago Maggiore.



Dem Geheimnis der farina bóna auf der Spur.

## BESONDERHEITEN

### Im Reich der majestätischen Weisstannen

Weit hinten im Tal liegt eines der größten Waldreservate der Schweiz: Das Vorkommen der Weisstanne geht auf 8.000 Jahre zurück. Der Wald ist der natürlichen Entwicklung überlassen und beherbergt unzählige Bäume, Gräser und Pilze, Säugetiere und Vögel. Hier ist der Lebenszyklus von Geburt, Wachstum, Tod und Zersetzung vollständig und erneuert sich endlos. In Comologno gibt es eine kleine Ausstellung über diesen geschützten Wald; erkunden kann man ihn auf zahlreichen Wegen.

### Mühlen und Kulinarik

Das Tal ist auch eng mit seiner landwirtschaftlichen und handwerklichen Geschichte verbunden. Die renovierte Mühle in Loco ist ein lebendiges Beispiel für die Vergangenheit, während man in Vergeletto die traditionelle Herstellung von „farina bóna“ entdecken kann, einem gerösteten Maismehl, das den Duft des Dorfes prägt und in verschiedenen lokalen kulinarischen Spezialitäten verwendet wird.

### Strohflechterei

Das Gemeindewappen mit den Weizenähren erinnert an den historischen Roggenanbau

und die Herstellung von Strohütten, ein Handwerk, das das Tal im 19. Jahrhundert in Europa bekannt machte. Diese Tradition hat bis heute in Berzona überlebt. Im Atelier der Vereinigung Pagliarte gibt es farbige Strohütten und andere aus Stroh gefertigte Kunsthandwerksobjekte zu entdecken.

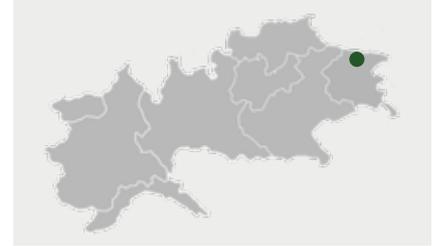
### Museum Onsernone

An die Geschichte des Tals erinnert auch das Museum Onsernonese in Loco, in dem die Geschichte des Tals in den vergangenen Jahrhunderten anhand gut erhaltener und detaillierter Exponate nachvollzogen werden kann.



© Comune di Paulsaro

# Paularo



Im Norden, von den Karnischen Alpen umschlossen, liegt Paularo mitsamt der vielen Ortschaften wunderschön inmitten des Val d'Incarojo. Dominiert wird der Ausblick von der majestätischen Kette des Monte Zermula (2.143 m). Auf die Gipfel der Bergkette führen Wanderwege und luftige Klettersteige. Auch die Gipfel des Monte Sernio und Monte Cuestalta versprechen lohnende Aufstiege und Aussichten. Traditionell werden die alpinen Wiesenflächen rund um Paularo beweidet und so bieten die Almen Einkehrmöglichkeiten für Besucher:innen, die dort mit lokalen Produkten verwöhnt werden. Einige Almen bieten auch Übernachtungsmöglichkeiten an.

Bei einem Spaziergang durch das Bergsteigerdorf Paularo kann man die traditionelle Bauweise im karnischen Stil bewundern. Besonders sehenswert ist das Herrenhaus Palazzo Calice-Strem, das 1591 von der venezianischen Familie Calice erbaut wurde, um die Wälder im Tal für die Lagunenstadt Venedig zu bewirtschaften. Heute befindet sich im Palazzo eines der örtlichen Museen. Brauchtum, Tradition und Handwerk haben in Paularo einen hohen Stellenwert und sollen an die nächsten Generationen sowie an die Gäste weitergegeben werden.

Bei den regelmäßig stattfindenden Festen ist jeder herzlich willkommen. So zum Beispiel beim Fest der Berufe und alten Traditionen, der Mistirs (friulanisch für "Berufe"), das jährlich am letzten Wochenende im August stattfindet. Wochenlang schmückt die Bevölkerung ihre Häuser und jeden Winkel des Dorfes. Ausgediente Werkzeuge, alte Gegenstände, Kleidung und Aussteuern werden in Kellern und auf Dachböden wiederentdeckt. Die Weiler fordern sich gegenseitig heraus, die originellsten Ideen zu entwickeln. Das Val d'Incarojo wird während dem Fest wieder von Holzfällern und Schnitzern, Schafhirten und Käsern, Schmieden und Messerschleifern, Maurern und Zimmerleuten bevölkert.

## GEBIRGSGRUPPE UND WICHTIGE GIPFEL

### Karnische Alpen

Monte Zermula (2.143 m)  
 Monte Paularo (2.043 m)  
 Cima della Cuestalta (2.198 m)  
 Monte Sernio (2.187 m)  
 Spicca la Creta di Aip (2.279 m)

## ORTSCHAFTEN

**Paularo, Chiaulis, Trelli, Salino, Lambugno, Castoia, Tavella, Dierico, Casaso, Misincinis, Villamezzo, Villafuori, Ravinis, Rio und Cogliat**

Seehöhe des Hauptortes: 648 m (Paularo)  
 Höchster Punkt: 2.198 m (Monte Cuestalta)  
 Ständige Bewohner im Gemeindegebiet:  
 2.541 Personen



Die Malga Lodin (Lodin Alm) mit dem Monte Sernio im Hintergrund.

# Paularo

## ANREISE MIT ÖFFIS

Mit dem Zug nach Udine, von dort mit dem Bus 100 nach Tolmezzo und von dort mit den Buslinien 140 oder 141 direkt nach Paularo. Oder mit dem Zug nach Tarvisio, Umstieg in den Regionalzug nach Carnia. Mit dem Bus 150 nach Tolmezzo und von dort mit Bus 140/141 nach Paularo.

## KARTEN

### Tabacco: Nr. 9

Alpi Carniche Carnia Centrale  
Maßstab 1:25 000

### Tabacco: Nr. 18

Alpi Carniche Orientali  
Maßstab 1:25 000

## PARTNERBETRIEBE

### Hotel – Albergo Diffuso Val d’Incarojo

Via Piave 4, 33027 Paularo (UD)  
T: +39 0433 70739  
T: +39 338 1918347  
info@albergodiffusovaldincarojo.it  
www.albergodiffusovaldincarojo.it

### Gasthaus Dal Palac

Piazza IV Novembre 6,  
33027 Paularo (UD)  
T: +39 338 684 5877

### Restaurant Il Cavallino

Piazza Marconi 4, 33027 Paularo (UD)  
T: +39 331 355 9333

### Bar Restaurant Pizzeria Italia

Piazza Julia 4, 33027 Paularo (UD)  
T: +39 339 528 5219  
bar\_italia\_snc@outlook.it

### Pizzeria Al Fogolar

Via Roma 52, 33027 Paularo (UD)  
T: +39 0433 700 22

### Bar New Look

Via Marconi 2, 33027 Paularo (UD)  
T: +39 0433 70 181

### Bar Barone Rosso

Piazza Nascimbeni, 33027 Paularo (UD)  
T: +39 0433 70 951

### Bar Bäckerei Konditorei Gortan

Via Roma 71, 33027 Paularo (UD)  
T: +39 0433 700 56

### Lebensmittel Fabiani Stefano

Via T. Sbrizzai 1, 33027 Paularo (UD)  
T: +39 0433 700 79

### Lebensmittel Moro - E-Bike Verleih

Via Roma 51, 33027 Paularo (UD)  
T: +39 339 530 9955  
noleggiopaularo@gmail.com  
www.noleggiopaularo.it



Der Monte Sernio, Wahrzeichen des Bergsteigerdorfes.

**Lebensmittel alla Vecchia Latteria**

Via Marconi 34, 33027 Paularo (UD)  
T: +39 388 816 2752

**Bazar Aurora**

Piazza Nascimbeni,  
33027 Paularo (UD)  
T: +39 0433 70 150

**Non solo Moda**

Vicolo Muratori 2, 33027 Paularo (UD)  
T: +39 340 515 1809

**Alm Malga Zermula**

Località Zermula, 33027 Paularo (UD)  
T: +39 335 607 2626  
agneseguards@gmail.com



Die winterliche Cima Cuestalta.

© Comune di Paularo

**WEITERE ADRESSEN****Gemeindeamt Paularo**

Piazza Nascimbeni 16, 33027 Paularo (UD)  
T: +39 0433 70026  
protocollo@comune.paularo.ud.it  
www.comune.paularo.ud.it

**Club Alpino Italiano Sektion Ravascletto**

Via Val Calda 13, Ravascletto  
T: +39 0433 66018  
T: +39 335 7302825  
info@cairavascletto.it  
www.cairavascletto.it

**Tourismusinformation Pro Loco Val d'Incarojo**

Piazza Nascimbeni 12, 33027 Paularo (UD)  
T: +39 380 4963337  
info@prolocopaularo.it  
www.prolocopaularo.it

**BESONDERHEITEN****Handwerksmuseum Ecomuseo I Mistirs**

Im Museum I Mistirs können Besucher:innen für einen Tag in das Leben der Vergangenheit eintauchen und insbesondere die Kultur, die verschiedenen Handwerke und die Geschichte des Tals erleben. Aufgebaut wurde das Museum, um die Historie und Kultur des Val d'Incarojo aufzuarbeiten und weiterzugeben.

**Mozartina**

Das Mozartina ist das Haus der Musik in Paularo und ein einzigartiges Museum. Maestro Giovanni (1936-2018) hatte eine Leidenschaft für Musikinstrumente und deren Geschichte. Heute ist seine persönliche Sammlung eine der umfangreichsten in der Region und umfasst Musikinstrumente, insbesondere Tasteninstrumente wie Orgeln, Virginalen, Spinetten, Cembali, Clavichorden, Hammerklaviere und Klaviere sowie Streich-, Blas- und Schlaginstrumenten. Die Sammlung wird durch Handschriften aus dem 18. Jahrhundert mit unveröffentlichter Musik von bedeutenden ausländischen Komponisten bereichert. Das Museum ist zudem Veranstaltungsort für Konzerte und Events.

**La Femenate**

Das Fest am 5. Januar, das auf alte keltische Traditionen zurückgeht, ist eines der eindrucksvollsten und innigsten Ereignisse in Paularo, das mit alten Ritualen verbunden ist. Mit dem Fest endet ein Zyklus und gleichzeitig ist es der Beginn eines neuen Zyklus. Die Femenate (Hexe in der friaulischen Sprache) ist eine rautenförmige Figur, die über 15 m hoch sein kann. Die Figur besteht aus Tannenstämmen, die in regelmäßigen Abständen durch dünnere Pfähle unterbrochen werden und dadurch eine große Menge Heu, trockene Äste und pflanzliche Abfälle tragen können, die nach der Herbsterte gesammelt werden. Am Festtag, kurz nach

Sonnenuntergang, versammelt sich die Bevölkerung jedes Dorfes in einem Kreis um ihre Femenate und wartet darauf, dass die Auserwählte, eine junge 18-Jährige, das Feuer anzündet. Während sich die Flammen in schlangenartigen, roten Zungen in den Himmel ausbreiten, verliert ein weiser alter Mann in den Funkenschwärmen die Wünsche für das neue Jahr. Der Anblick ist außergewöhnlich: Dutzende der riesigen flammenden Rauten erhellen die Dreikönigsnacht und das gesamte Tal, während Kinder von Haus zu Haus gehen, um Mehl, Würste und andere Lebensmittel zu erbitten, mit denen die Frauen des Dorfes das Essen zubereiten werden. Die Feierlichkeiten werden mit einem gemeinsamen Abendessen abgeschlossen.

**SCHUTZHÜTTEN****Rifugio Fabiani**

T: +39 331 3672786  
T: +39 0433 786155  
rifugiofabiani1@gmail.com

**Rifugio 8° Reggimento Alpini**

(Gestione ANA Udine)  
T: +39 340 3322 529  
alessandrolepore@icloud.com



© Comune di Lozio

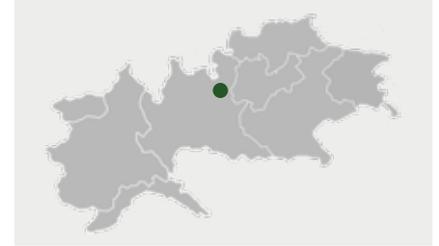
# Valle di Lozio

**B**eachtliche 2.000 Höhenmeter Unterschied weist das Val di Lozio zwischen seinem tiefsten (519 m) und höchsten Punkt, der Cima Bachetta (2.549 m) auf. Bedingt durch diesen großen Höhenunterschied finden sich vielfältige Landschaften und eine reichhaltige Flora und Fauna in diesem abgelegenen Seitental des Valle Camonica. Von der tief eingeschnittenen Schlucht des Flusses Lanico geht es über Wiesen und Wälder hinauf zu den steil aufragenden Felswänden der umliegenden Kalkberge.

Das Tal ist mit dem Schilpario und dem Scalve-Tal durch den Ezendola-Pass (1.974 m) verbunden, der einst ein wichtiger Pass war; er ist in die Kalksteinfelsen des Monte Sossino, der wiederum zum Pizzo Camino hin abfällt, gehauen.

Das Lozio-Tal ist von imposanten Bergen mit dolomitischem Aufbau umgeben. Obwohl die Berge von Lozio durch Frost, Wind und Sonne Risse aufweisen, präsentieren sie sich als einzigartige Blöcke. Ein Beispiel dafür ist der Berg Sossino: außergewöhnliche Felsstürze mit beträchtlichen Höhenunterschieden und völlig ohne Grasnarbe. In Zeiten starker Regenfälle kommt es hier immer wieder zu kleinen Erdbeben. In Verbindung mit dem Tauwetter stürzen zahlreiche Kalksteinkiesel und -blöcke ab, vor allem von der Ostseite der Concarena und ergießen sich in das Baionetal, in die Rinne unterhalb von Santa Cristina. Die zahlreichen Täler, die von den Gipfeln mit oft beträchtlichem Gefälle abfallen, sind Zuflüsse des Lanico-Bachs, der wiederum in den Oglio mündet.

Die vier Weiler sind durch einen einfachen Rundgang auf Pfaden oder wenig befahrenen Straßen verbunden. Während man durch Wälder und über Felder wandert, genießt man die Aussicht auf das Tal. In den Weilern kann man die typischen Architekturen bewundern und die Geschäfte der lokalen Handwerke besuchen. Außerdem stößt man dabei auf die Kunstwerke, die von den Künstler:innen der Kunstsommerresidenz Falía hergestellt worden sind. Dieses ehrgeizige Kunstprojekt, das seit 2018 in Lozio stattfindet, bietet Kunstschaffenden aus der ganzen Welt kostenlose Unterkunft und Arbeitsplatz, um Kunstwerke herzustellen, die eine besondere Verknüpfung mit dem Territorium zeigen. Viele stehen im Freien, andere finden ihren Platz im ethnografischen Museum „Casa museo della gente di Lozio“ in Villa.



## GEBIRGSGRUPPE UND WICHTIGE GIPFEL

**Camino – Concarena (Prealpi Bergamasche – Voralpen von Bergamo)**  
 Cima Bacchetta (2.549 m)  
 Pizzo Camino (2.492 m)  
 Cimone della Bagozza (2.409 m)  
 Sossino o Susino (2.399 m)  
 Monte Vaccio (2.338 m)  
 Monte Arano (1.941 m)  
 Mignone (1.743 m)

## ORTSCHAFTEN

**Laveno, Sucinva, Sommaprada, Villa**  
 Seehöhe Laveno: 975 m  
 Höchster Punkt: 2.549 m (Cima Bachetta)  
 Ständige Einwohner im Gemeindegebiet: 353 Personen



Klettern im Valle di Lozio.

# Valle di Lozio



Der Weiler Villa vor Pizzo Camino,  
Sossino und Ezendola

## ANREISE MIT ÖFFIS

**Von Mailand:** Bus SAB Autoservizi:  
Linie Mailand-Bergamo-Ponte di Legno  
Abfahrt Sesto San Giovanni/Ankunft  
Malegno

**Fahrplanauskunft:**  
[www.sab-autoservizi.it](http://www.sab-autoservizi.it)  
[www.bergamotrasporti.it](http://www.bergamotrasporti.it)

Zug Trenitalia:  
Linie Mailand-Brescia-Verona-Venedig  
Abfahrt Mailand - Ankunft Brescia  
**Fahrplanauskunft:** [www.trenitalia.com](http://www.trenitalia.com)

**Aus Brescia:** Bus FNMA Ferrovie Nord:  
Milano Autoservizi Brescia Edolo Linie  
(Abfahrt: Brescia/ Ankunft: Civate  
Camuno)

**Fahrplanauskunft:** [www.fnmautoservizi.it](http://www.fnmautoservizi.it)  
Zug LE NORD:  
Line Brescia Edolo (Abfahrt: Brescia -  
Ankunft: Civate Camuno)  
**Fahrplanauskunft:** [www.lenord.it](http://www.lenord.it)

**Von Civate Camuno/Malegno:**  
Bus SABBA: Linie Civate-Breno-Lozio  
(Abfahrt: Civate Camuno/Malegno  
Ankunft: Lozio)  
**Fahrplanauskunft:**  
[www.autolineesabba.it](http://www.autolineesabba.it)  
T: +39 364 340 212

## KARTEN

**Kompass: Nr. 94**  
Edolo, Aprica – Ponte di Legno,  
Val Camonica; Maßstab 1:35 000

## PARTNERBETRIEBE

**B&B Santa Cristina**  
Via San Gregorio 3/a,  
Sommprada di Lozio, 25040 (BS)  
T: +39 334 7264393  
[info@santacristinalozio.it](mailto:info@santacristinalozio.it)  
[www.santacristinalozio.it](http://www.santacristinalozio.it)

**B&B Orsolina**  
Via Armando Diaz 4, Villa di Lozio,  
25040 (BS)  
T: 0364 494096  
T: +39 328 4109886  
[info@bborsolina.it](mailto:info@bborsolina.it)  
[www.bborsolina.it](http://www.bborsolina.it)

**Nella Valle dei Sogni B&B  
di Wilma Massoletti**  
Via Zanardelli 1, Villa di Lozio, 25050 (BS)  
T: +39 334 2248098  
[info@nellavalledeisogni.it](mailto:info@nellavalledeisogni.it)  
[www.nellavalledeisogni.it](http://www.nellavalledeisogni.it)

**Ferienwohnung Laveno**  
Via San Nazzaro 17  
Laveno di Lozio, 25040 (BS)  
T: +39 347 0876249  
[fabioabaffelli.fb@gmail.com](mailto:fabioabaffelli.fb@gmail.com)  
<https://appartamento-laveno-2.jimdo-site.com/>

**Ferienwohnungen BB26 Apartment**  
Via San Nazzaro 2 Laveno  
T: + 39 347 3054873  
T:+39 370 3434888  
[info@bb26.it](mailto:info@bb26.it)  
[www.bb26.it/bb26-montagna](http://www.bb26.it/bb26-montagna)

### Ferienwohnung Silvia Scolari

Via dei Nobili 20, Villa di Lozio  
Tel. + 39 333 4186418

### Ferienwohnung Mario Merlo

Via dei Nobili 20, Villa di Lozio  
Tel. + 39 335 5977191  
[mario.merlo@libero.it](mailto:mario.merlo@libero.it)

### Ferienwohnung Floriano Mazzoldi

Piazza San Marco, Villa di Lozio  
Tel. + 39 340 5827221  
[mazzoldi.floriano@gmail.com](mailto:mazzoldi.floriano@gmail.com)

### Pfarrer- Ferienhaus

Villa di Lozio, 25040 (BS)  
T: 0364 41012  
T: +39 339 1429572  
T: +39 347 7646682

### Casa della Sapienza

Sommprada di Lozio  
Via San Gregorio, 25040 (BS)  
T: 0364 494074  
T: +39 366 3143548  
[casadellasapienza@interfree.it](mailto:casadellasapienza@interfree.it)  
<https://casasapienza.it>

### Bar Trattoria Alpina

Via dei Nobili 9  
Villa di Lozio, 25040 (BS)  
T: 0364 494036

### Bar Ristorante Al Resù

Via A. Diaz 25, Villa di Lozio, 25040 (BS)  
T: +39 393 9373721  
[www.ristorantealresu.it](http://www.ristorantealresu.it)

### Al Bar Felice - Bar und Lebensmittel

Via San Nazzaro 4  
Laveno di Lozio 25040 (BS)  
T: +39 350 1273040

### Non Solo Piccoli Frutti

Via Santa Cristina 3  
Sommprada di Lozio 25040 (BS)  
T: 0364 494278  
[nonsolopiccolifrutti@yahoo.it](mailto:nonsolopiccolifrutti@yahoo.it)  
[www.nonsolopiccolifrutti.it](http://www.nonsolopiccolifrutti.it)

### Bäckerei Franco

Via San Paolo, Villa di Lozio, 25040 (BS)  
T: +39 347 8461383  
[pierfrancescobonadei@gmail.com](mailto:pierfrancescobonadei@gmail.com)

### Atelier Alida Keramiken

Via San Francesco D'Assisi 4a,  
Laveno di Lozio, 25040 (BS)  
T: +39 333 1740249  
alidaceramiche@gmail.com  
www.alida-ceramiche.it

### Holzbildhauereien

#### Francesco Comensoli

Via Beato Innocenzo 3  
Laveno di Lozio, 25040 (BS)  
T: +39 320 1930845

## WEITERE ADRESSEN

### Gemeindeamt Lozio

Via Giacomo Cappellini, 9  
Laveno – 25040 Lozio (BS)  
T: +39 0364 494.010  
info@comune.lozio.bs.it

### Club Alpino Italiano Sektion Borno

Piazza dei Caduti, 2 – 25042 Borno (BS)  
T: +39 350 027.00.33  
info@caiborno.it

## BESONDERHEITEN

### Die Kirche von St. Cristina und die Legende der drei Geschwister

Die Kirche befindet sich auf 1.200 m Höhe im Baione-Tal und ist von vielen umliegenden Bergen aus sichtbar. Das Gebäude stammt aus dem 16. Jahrhundert und hat die Merkmale einer einfachen Bergkirche mit einer gewissen Eleganz im Inneren durch Reliefverzierungen und Wandmalereien. Der Altar besteht aus marmoriertem Holz im Barockstil mit einem Antependium, in dessen Mitte sich eine Medaille mit der Darstellung des Martyriums der heiligen Cristina befindet, und mit Statuen der Heiligen Nazaro und Celso in zwei seitlichen Nischen. Das Altarbild wurde 1976 gestohlen, jedoch glücklicherweise in Darfo gefunden und befindet sich jetzt sicher in der Kirche S. Maria di Laveno.

Der Legende nach kam Cristina zusammen mit ihren Brüdern Fermo und Glisente ins Tal. Sie überließen das geerbte Familienvermögen der „La Chiesetta di Santa Cristina“ und

schlossen sich dem Gefolge von Kaiser Karl dem Großen an. Eines Tages beschlossen die Geschwister, nicht mehr zu kämpfen und sich dem christlichen Glauben zuzuwenden. Sie zogen sich als Einsiedler in die Berge zurück und suchten drei Gipfel des Tales auf, die später nach ihnen benannt wurden: Glisente auf einem Berg in Berzo Inferiore, Fermo auf einem in Borno und Cristina auf dem Gebiet von Lozio, in der Gegend von Concarena. Sie umarmten sich ein letztes Mal, in der Gewissheit, dass sie sich auf dieser Erde nie wieder sehen würden und versprachen, jede Nacht ein Lagerfeuer zu entzünden, solange sie lebten. Jedes Jahr am Abend des 8. Augusts organisiert die Nachbargemeinde Borno den Fackelzug von San Fermo, um an die drei Einsiedler zu erinnern.

### Das ethnografische Museum „Gente di Lozio“

Das ethnografische Museum befindet sich im Ortsteil Villa in einem Haus, das der Familie Nobili gehörte. Die Ausstellung ist auf vier Etagen des alten Hauses verteilt, das seine ursprünglichen architektonischen Merkmale größtenteils bewahrt hat, sowohl in Bezug auf die Materialien Holz und Stein, als auch auf einige besondere Strukturen: Steingewölbe, Holzböden und -decken. Die Räume sind so angeordnet, dass sie die typischen Räume eines örtlichen Bauernhauses rekonstruieren, wobei auch die Themen Arbeit und öffentliches Leben im Mittelpunkt stehen. Hier treffen Vergangenheit und Gegenwart aufeinander: Seit 2018 erzählen die zeitgenössischen Kunstwerke der jungen Künstler:innen von „falia\* Artists In Residence“ von einer neuen Art, die Region zu erleben.

### Isländisch Moos

Eine lokale Besonderheit ist die Vegetation der Felsen, die reich an Flechten ist. Insbesondere Isländisch Moos (*Cetraria*

islandica) ist in Nordeuropa bekannt. Die silbrig-grüne Flechte wächst in Nadelwäldern, auf Baumstämmen, an Felsen und in Gebüsch mit Rhododendron und Heidelbeeren in Höhenlagen über 1.800 Metern. Ihre Verwendung als Nahrungsmittel in kargen Zeiten ist in zahlreichen Orten des Oglio-Tals dokumentiert, obwohl sie als Naturheilmittel (zusammen mit Honig) gegen Husten und Katarrh bekannter ist. Um den bitteren Geschmack zu beseitigen, sind mindestens zwei Abkochungen erforderlich. Isländisch Moos wird von einigen Völkern zur Reinigung und Heilung von Wunden und Narben verwendet. In der Küche schmeckt es bitter und schleimig; man kann es kochen und in Salaten, Risotto und Sirup verwenden. Es wird zwischen Mitte August und Anfang September geerntet und nach gründlicher Reinigung getrocknet. In ein sauberes Tuch eingewickelt und auf dem Dachboden aufgehängt hält es sich mehrere Monate.



Mit Schneeschuhen auf der Alm Plagne.

© Comune di Lozio

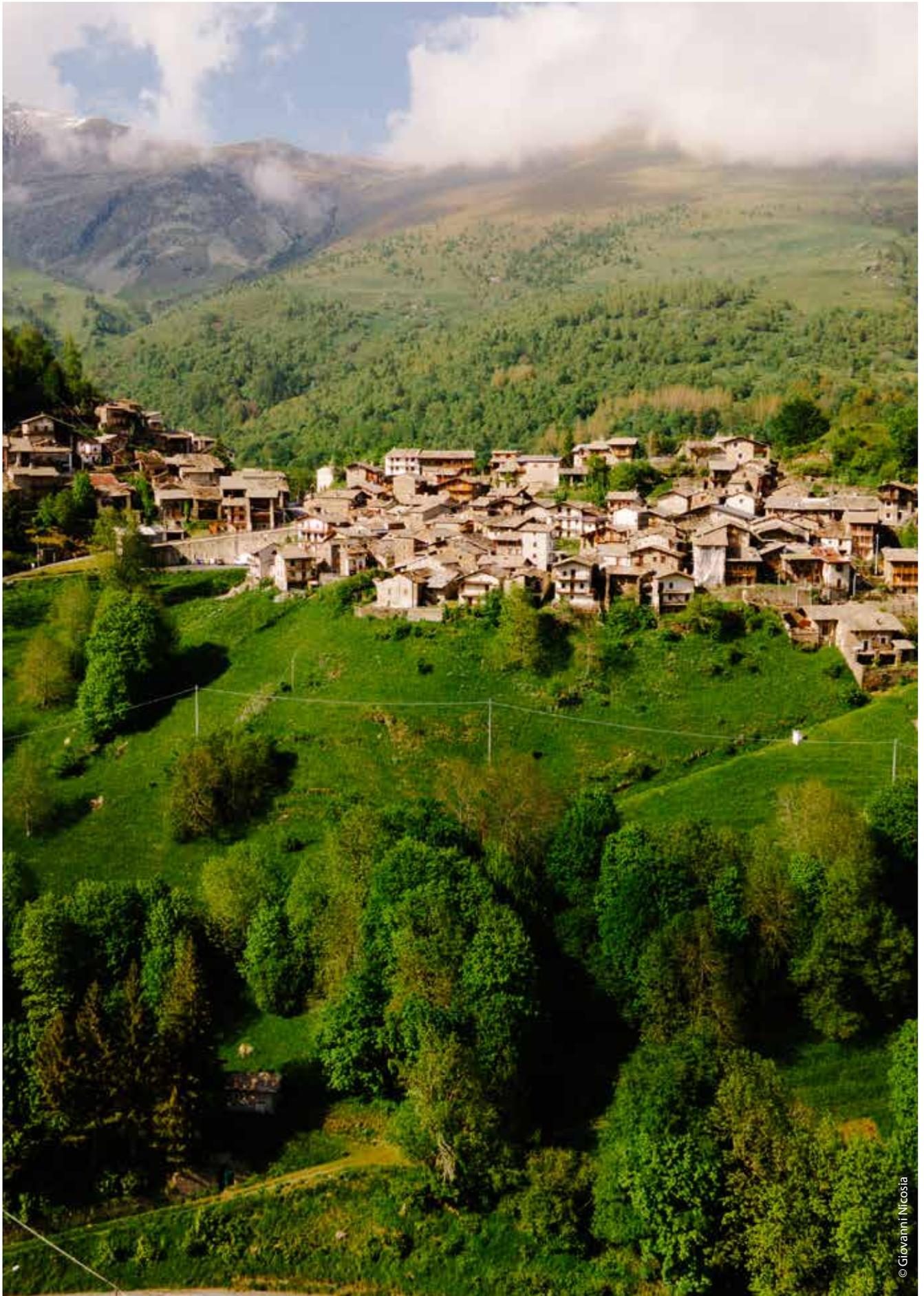
## SCHUTZHÜTTEN

### Rifugio San Fermo

T: +39 0364 311704  
T: +39 349 2123294  
alicerinetti97@gmail.com

### Rifugio Laeng

T: +39 338 2381283  
T: +39 320 7285253  
rifugiolaeng@gmail.com



© Giovanni Nicotia

# Crissolo

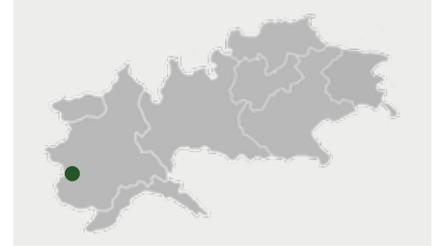
**C**rissolo, ein kleiner Ort im oberen Potal, blickt auf eine Geschichte zurück, die eng mit dem Bergsteigen und dem Wandern verknüpft ist. Nach der ersten italienischen Besteigung des Monviso, der mit seinem herausragenden Gipfel seine Umgebung dominiert, wurde im Jahr 1863 der Italienische Alpenverein gegründet. Das Bergsteigen brachte einen Wandel in der lokalen Wirtschaft mit sich: Es entstanden Schutzhütten in den höheren Berglagen und aus der Tätigkeit von Trägern und Bergführern ergaben sich neue Einnahmequellen.

Das Gebiet ist ein Naturschatz: hier entspringt auf der Hochebene Pian del Re (2.020 m) der Po, der längste Fluss Italiens, und zahlreiche Alpenseen sowie eine vielfältige Landschaft tragen zu einem hohen ökologischen und biologischen Reichtum bei. Der Monviso und die Berge rundherum ziehen bergbegeisterte Besucher:innen an, die im mittleren und hohem Potal ein ausgedehntes Netz an gut markierten Wanderwegen vorfinden, z.B. zu den Hütten Quintino Sella und Giacoletti und die Wege zum Colle delle Traversette, zum Tunnel Buco di Viso, den Rundwanderweg Giro di Viso und die Grande Traversata delle Alpi (GTA – die große Überquerung der Alpen). Natur- und Bergführer:innen ermöglichen einem breit gefächerten Publikum Wanderungen und Aufstiege in sicherer Begleitung und widmen sich auch der Umsetzung integrativer Projekte, um auch Menschen mit Beeinträchtigungen die Erkundung der Bergwelt zu ermöglichen. Im Winter lädt die Gegend zum Skibergsteigen und Schneeschuhwandern ein.

Daneben veranstaltet Crissolo im Sommer ein breites Kulturprogramm, das von Klassikkonzerten bis zu Ausstellungen zeitgenössischer Kunst reicht und Abwechslung nach einem Wandertag bietet. Umweltschutz wird hier ebenfalls großgeschrieben: Etwa die Hälfte des Gemeindegebiets steht als Parco del Monviso unter Naturschutz, welcher als treibende Kraft hinter der Förderung eines nachhaltigen Tourismus steht. Daneben sind die historischen Wurzeln wichtig: Die Wallfahrtskirche, die dem heiligen Märtyrer San Chiaffredo gewidmet ist (der Legende nach ein Soldat der thebanischen Legion), erinnert an die Entdeckung seines Grabes im Jahr 522 n. Chr. und beherbergt heute eine bemerkenswerte Sammlung an Votivbildern. Im Mittelalter wurde hier der erste Alpentunnel gebaut, der Buco di Viso, und laut einer anerkannten Theorie habe Hannibal während des Zweiten Punischen Krieges gegen Rom genau hier die Alpen überquert.



Der Monviso als markanter Punkt in den Cottischen Alpen.



## GEBIRGSGRUPPE UND WICHTIGE GIPFEL

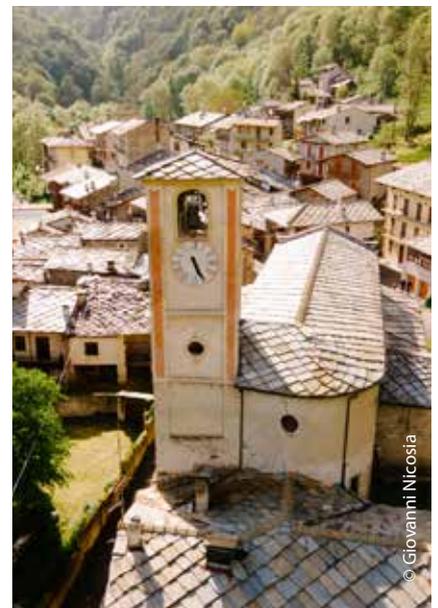
### Cottische Alpen

- Monviso (3.841 m)
- Visolotto (3.348 m)
- Punta Barraco (3.237 m)
- Punta Gastaldi (3.214 m)
- Monte Granero (3.171 m)
- Roce Fourioun (3.153 m)
- Punta Venezia (3.095 m)
- Punta Roma (3.070 m)
- Punta Udine (3.022 m)

## ORTSCHAFTEN

### Villa, Bertolini, Borgo, Brich, Fenogli, Sagne, Serre, Serre Umberto

- Seehöhe des Hauptortes: 1.333 m
- Höchster Punkt: 3.841 m (Monviso)
- Ständige Bewohner im Gemeindegebiet: 156 Personen



Crissolo besteht aus zahlreichen charmanten Weilern.

# Crissolo



Regionale Spezialitäten aus dem Bergsteigerdorf Crissolo.

## ANREISE MIT ÖFFIS

### Von Turin:

**Autolinee Cavourese: Linie Turin-Barge**  
T: +39 011 397 0000  
[info@cavourese.it](mailto:info@cavourese.it)  
[www.cavourese.it/it/tpl/orari-e-linee-tpl](http://www.cavourese.it/it/tpl/orari-e-linee-tpl)

**Grandabus-Busgesellschaft: Linien Turin-Saluzzo und Saluzzo-Paesana**  
Kundenservice (nur in Italien):  
800.111.773

T: +39 0175 – 47.88.11  
[consorzio@grandabus.it](mailto:consorzio@grandabus.it)  
[www.grandabus.it](http://www.grandabus.it)

**Autolinee Allasia: Linie Binnenschiff-Paesana-Crissolo**  
T: +39 0172 33228  
[info@allasiagroup.it](mailto:info@allasiagroup.it)  
[www.allasiagroup.it](http://www.allasiagroup.it)

## KARTEN

**Fraternali-Wanderkarte: Nr. 10**  
Valle Po - Monviso; Maßstab 1:25 000

**Istituto Geografico Centrale: Nr. 106**  
Monviso, Valle Varaita, Valle Po, Valle Pellice; Maßstab 1:25 000

## PARTNERBETRIEBE

### Albergo Club Alpino

Via Provinciale 32, 12030 Crissolo (CN)  
T: +39 0175 94925  
T: +39 3282169444  
[info@albergoclubalpino.com](mailto:info@albergoclubalpino.com)  
[www.albergoclubalpino.com](http://www.albergoclubalpino.com)

### Etape Monviso

Via Umberto I 153, 12030 Crissolo (CN)  
T: +39 3490551958  
[etape.monviso@gmail.com](mailto:etape.monviso@gmail.com)

### Albergo Rifugio Pian del Re

Località Pian del Re, 12030 Crissolo (CN)  
T: +39 0175 94967  
T: +39 3493932559  
[rifugiopiandelre@hotmail.it](mailto:rifugiopiandelre@hotmail.it)

### Albergo Visolotto

Via Umberto I 76, 12030 Crissolo (CN)  
T: +39 0175 94930  
T: +39 3385478311  
[info@albergovisolotto.it](mailto:info@albergovisolotto.it)  
[www.albergovisolotto.it](http://www.albergovisolotto.it)

### Albergo Locanda Regina

Località Pian della Regina 34, 12030 Crissolo (CN)  
T: +39 0175 94907  
T: +39 3333142936  
[rifugiopiandellaregina@gmail.com](mailto:rifugiopiandellaregina@gmail.com)  
[www.rifugiopiandellaregina.it](http://www.rifugiopiandellaregina.it)

### Bed and Breakfast Il Bucaneve

Via Umberto I 42, 12030 Crissolo (CN)  
T: +39 339 657 1242  
[ilbucanevecrissolo@gmail.com](mailto:ilbucanevecrissolo@gmail.com)  
[www.ilbucanevecrissolo.com](http://www.ilbucanevecrissolo.com)

### Casa Vacanze La Finestra sul Monviso

Via San Chiaffredo 217, 12030 Crissolo (CN)  
T: +39 347 9030 619  
[nadiagasper@libero.it](mailto:nadiagasper@libero.it)  
[www.lafinestrasulmonviso.it](http://www.lafinestrasulmonviso.it)

### Casa Vacanze La Meira

Via Pian del Re 197, 12030 Crissolo (CN)  
T: +39 3715632226  
[lameira.crissolo@gmail.com](mailto:lameira.crissolo@gmail.com)  
[www.astore.sermig.org/la-meira.html](http://www.astore.sermig.org/la-meira.html)

### Bar Ristorante Visolotto

Via Umberto I 76, 12030 Crissolo (CN)  
T: +39 175 94930  
T: +39 338 547 8311  
[info@albergovisolotto.it](mailto:info@albergovisolotto.it)

## WEITERE ADRESSEN

### Gemeindeamt Crissolo

Via Umberto I, 39, 12030 Crissolo (CN)  
T: +39 0175 94 902  
[municipio@comune.crissolo.cn.it](mailto:municipio@comune.crissolo.cn.it)

### Club Alpino Italiano – Sektion "Monviso" Saluzzo

Piazza Cavour, 12 - Palazzo Italia - 12037 Saluzzo (CN)  
T: +39 0175 24 93 70  
[info@caisaluzzo.it](mailto:info@caisaluzzo.it)

### Club Alpino Italiano – Sektion UGET Val Pellice

Piazza Gianavello, 30 - 10066 Torre Pellice (TO)  
[info@caivalpellice.it](mailto:info@caivalpellice.it)

### Isaia Sport

Via Provinciale 24, 12030 Crissolo (CN)  
T: +39 0175 945900  
[info@isaiasport.it](mailto:info@isaiasport.it)  
[www.isaiasport](http://www.isaiasport)

## BESONDERHEITEN

### Colle delle Traversette (2950 m) & Buco di Viso (2882 m)

Der Colle delle Traversette ist die einfachste Verbindung zwischen der Poebene und Frankreich und seit der Antike wirtschaftlich bedeutend. Neueste Studien legen nahe, dass Hannibal hier 218 v. Chr. mit dem karthagischen Heer die Alpen überquert hätte. Der Colle delle Traversette ist von Pian del Re aus in einem etwa dreistündigen Spaziergang zu erreichen; er ist ein obligatorischer Durchgangspunkt für die vielen Wanderer, die in den Sommermonaten den berühmten "Giro di Viso", eine eindrucksvolle Rundwanderung um den Monviso, begehen. Der Buco di Viso, gleich unterhalb des Colle delle Traversette, ist der erste Tunnel der Alpen mit 75 Metern Länge. Die Bauarbeiten begannen 1478 auf Veranlassung des Markgrafen von Saluzzo, der damals eine alternative Handelsroute zu den von den Savoyern kontrollierten Pässen benötigte, insbesondere um die Zölle auf den Kauf von Salz aus den Salinen der Provence zu umgehen. Im Laufe der Jahrhunderte wurden auch Hanf, Flachs, Walnussöl und alles andere, was in Monferrato oder Saluzzo produziert wurde und für die französisch-provenzalischen Märkte von Interesse sein könnte, durch den Tunnel transportiert. Aber auch die Armeen von Karl VIII., Ludwig XII. und François I. zogen hier durch, bis der Tunnel während der Französischen Revolution vorübergehend geschlossen wurde.

Der Buco di Viso kann nur in den Sommermonaten begangen werden.

### Rio Martino Höhle

Die Höhle liegt etwa eine halbe Stunde zu Fuß von Crissolo entfernt, auf einer Höhe von 1530 m auf der orographischen rechten Seite des Po-Flusses. Es handelt sich um eine der bedeutendsten Höhlen des Piemonts. Der untere Teil mit 530 Metern ist mit Stegen für Besichtigungen ausgestattet; der obere Teil ist nicht zugänglich, aber aus speleologischer Sicht wichtig. Der Besuch des unteren Teils der Höhle ist eine aufregende Reise entlang eines unterirdischen Sturzbachs, der einige markante Stalaktiten- und Stalagmitenformationen aufweist und vor dem herrlichen Pissai-Wasserfall mit einer Fallhöhe von 40 m endet. Der enorme Druck der subglazialen Sturzbäche, die sich am Fuße des großen Gletschers, der die Poebene geformt hat, gebildet haben, hat im Laufe der Jahrtausende die Grotte des Rio Martino ausgehöhlt. Auch aus ökologischer Sicht ist sie von Bedeutung, da sie eine seltene Fauna beherbergt, insbesondere sieben geschützte Arten von Fledermäusen, die sich in den Wintermonaten hierher zurückziehen. Die Besichtigung der Höhle ist nur von April bis Oktober und nur in Begleitung von Naturführer:innen möglich.

### Pian del Re und die Quelle des Po

Unter einem großen Felsblock entspringt hier der Po, der wichtigste Fluss Italiens mit einer Länge von 652 km; das Wasser

stammt aus zahlreichen hoch gelegenen Quellen, die von den alten Gletschern des Monviso gespeist werden. Im Gebiet von Pian del Re hat das Wasser aufgrund des flachen Geländes das Torfmoor entstehen lassen. Das Feuchtgebiet hat wertvolle botanische und faunistische Eigenschaften, es ist Lebensraum von Organismen, die sich an das Leben in kalten, nährstoffarmen Gewässern angepasst haben. Der schwarz gefärbte Lanzasalamander ist in diesem Gebiet endemisch: Er lebt unter feuchten Felsen, ist an regnerischen oder nebligen Tagen zu sehen und ernährt sich von kleinen Insekten oder wirbellosen Tieren.

### UNESCO-Biosphärenreservat Monviso

Der Biosphärenpark Monviso wurde 2016 als Erweiterung des 1990 gegründeten Po-Parks geschaffen. Das rund 10.000 Hektar große Schutzgebiet erstreckt sich von der Cuneese-Ebene bis zum Gipfel des Monviso und umfasst eine große Vielfalt an Lebensräumen, in denen viele Tier- und Pflanzenarten leben, von denen einige nur in diesem Gebiet vorkommen. Im Jahr 2013 erhielten der damalige Po-Fluss-Park und der benachbarte Queyras-Park die MAB-Anerkennung (Man and Biosphere), die 2014 zum ersten grenzüberschreitenden Biosphärenreservats Italiens zusammengelegt wurden. Fast 50% des Gemeindegebiets liegt im Regionalpark Monviso, der mit dem naheliegenden Regionalpark von Queyras eines der Biosphärenreservate MAB UNESCO ist.

## SCHUTZHÜTTEN

### Rifugio Quintino Sella

T: +39 0125 366113

T: +39 348 8107793

rifugioquintinosella@gmail.com

www.rifugioquintinosella.com

### Rifugio Giacoletti

T: +39 0175 940104

T: +39 347 9637442

rifugiogiacoletti@perosa.it

www.giacoletti.it

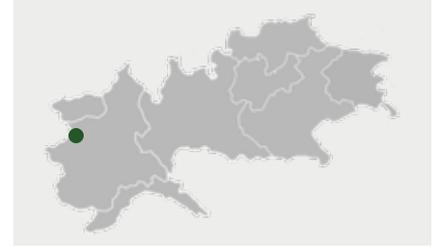


Hier entspringt der Fluss Po.



© Gianni Castagneri

# Balme



Auf 1.500 m Seehöhe liegt Balme, die höchstgelegene Gemeinde der Lanzotäler, vor der Kulisse jener Gipfel, die Italien und Frankreich verbinden. Dieses Dorf mit etwa hundert Einwohnern hat eine jahrhundertealte alpine Kultur, die in den Bräuchen und der Küche des Tals lebendig ist. Während des zweiten Weltkrieges war Balme aufgrund seiner versteckten Lage und der Nähe zu Frankreich Zufluchtsort für jüdische Familien, entflozene Häftlinge und französische Partisanen. Bis heute ist der Ort wenig bekannt und touristisch kaum erschlossen. Dabei ist die imposante Bergwelt der Westalpen ein Paradies für Bergbegeisterte, um die Bergwelt beim Trekking, Fels- oder Eisklettern, Langlauf, Skitouren und bei alpinen Aufstiegen auf über 3.000 m zu entdecken.

Rund um Balme sind jene Gipfel besonders berühmt, die den Zusatz „Uja“ oder „Uia“ im Namen tragen. Übersetzt heißen die Wörter „Nadel“, was bei Betrachtung der Berge schnell verständlich wird. Die luftigen Graten und die von vielen Routen durchzogenen Wände ziehen insbesondere Kletter:innen an. Zum Wandern bieten sich verschiedene Tagestouren und Weitwanderwege an. Dafür ist die Gastaldi Hütte der ideale Ausgangs- und Stützpunkt.

Skifahren hat in Balme eine lange Tradition – die erste Skifahrt in Italien fand hier statt. An kleinen Skiliften, im freien Gelände und auf der Loipe kann man die Umgebung von Balme heute auf Ski erkunden. Zahlreiche gefrorene Wasserfälle begeistern wiederum Eiskletter:innen.

Ein Teil der Landschaft rund um Balme wurde 1974 als Schutzzone für seltene Tierarten ausgewiesen. Seitdem sind die Populationen wieder stark gestiegen. Auf Bergtouren ist die Begegnung mit Steinböcken keine Seltenheit, sogar im Ortsgebiet lassen sie sich des Öfteren blicken. Auch Habicht, Adler, Falke und der vom Aussterben bedrohte Bartgeier können mit etwas Glück gesichtet werden.

## GEBIRGSGRUPPE UND WICHTIGE GIPFEL

### Grajische Alpen, Ciamarella Gruppe

Uia di Ciamarella (3.676 m)  
 Uia di Bessanese (3.604 m)  
 Punta Albaron di Sea (3.262 m)  
 Punta del Crot (3.211 m)  
 Uia di Mondrone (2.910 m)  
 Punta della Sarda (2.389 m)

## ORTSCHAFTEN

**Balme (Barmes), Bogone (Bougoùn), Chialambertetto (Tchabartät), Cornetti (Li Cournät), I Frè (Li Frè), Molera (La Mouléri), Molette (Al Moulättes), Pian della Mussa (La Mussa), Villaggio Albaron (Pian at Bärnes)**

Seehöhe des Hauptortes: 1.432 m (Balme)  
 Höchster Punkt: 3.676 m (Uia di Ciamarella)  
 Ständige Bewohner im Gemeindegebiet:  
 112 Personen



Ein idyllischer Platz zum Krafttanken, der auf 1.986 m Höhe eingebettete Lago Afframont, im Hintergrund die Uja di Modrone mit 2.964 m.

# Balme



Gern gesehene Besucher in Balme.

## PARTNERBETRIEBE

### Bauernhof La Masinà

Ortschaft Pian della Mussa,  
I - 10070 Balme (TO)  
T: +39 347 4439384  
T: +39 3381250466  
ugotetti@gmail.com  
info@agrimasina.com

### Hütte Les Montagnards

Weiler Cornetti 73, I, 10070 Balme (TO)  
T: +39 3473634082  
info@lesmontagnards.it

### Hütte Città di Ciriè

Ortschaft Giasset  
Pian della Mussa, I, 10070 Balme (TO)  
T: +39 0123 738158  
T: +39 3703329300  
info@rifugiociriè.eu

### Hütte Gastaldi

Ortschaft Crot del Ciaussinè, I,  
10070 Balme (TO)  
T: +39 0123565008  
T: +39 3487119154  
info@rifugiogastaldi.com

### Museum der Bergführer

im Rathaus  
T: +39 0123 82902

### Bartgeier-Museum

Via Capoluogo 100, I, 10070 Balme (TO)  
Informationen über Whatsapp:  
T: +39 3463647990 | +39 3391294875 |  
+39 3474764900  
Informationen über Telefon:  
T: +39 123 82902  
associazionenatlegru@tiscali.it

### Tonino Sport

Via Capoluogo 121, I, 10070 Balme (TO)  
T: +39 0123 82971  
T: +39 3484738128

## BESONDERHEITEN

### Frankoprovenzalische Sprache

In den Lanzo-Tälern – wie auch im Aostatal und in den nahegelegenen piemontesischen Tälern – wird seit mehr als tausend Jahren frankoprovenzalisch gesprochen, eine Sprache, die sich mit vielen lokalen Varianten über ein großes Gebiet in Frankreich und Italien verbreitet hat. Frankoprovenzalisch ist nicht nur eine Minderheitensprache und als solche von der Europäischen Union und der Italienischen Republik geschützt, sondern bezeichnet auch eine Gruppe von Menschen, die sie sprechen. Damit verbunden ist eine kulturelle Identität, die in Musik und Tanz, in Gesang und Poesie, im Handwerk, in Ritualen und Trachten, sowie in der Lebensweise erkennbar ist.

### Bergführermuseum

Das Museum der Bergführer ist Antonio Castagneri gewidmet, einem der ersten italienischen Bergführer aus Balme, der 1890 auf dem Mont Blanc starb. Die Ausstellung dokumentiert das Leben der Bewohner:innen von Balme. Ab der zweiten Hälfte des 19. Jahrhunderts arbeiteten viele junge Männer aus Balme als Bergführer, um die Pioniere bei der Entdeckung der höchsten Gipfel der Westalpen zu begleiten. Ein weiterer Teil des Museums ist der Geschichte der ersten dauerhaften Siedlungen gewidmet, in der Landwirtschaft und Bergbau betrieben wurden. Auch der Schmuggel über die italienisch-französische Grenze wird themati-

## ANREISE MIT ÖFFIS

Von Turin bis Ceres mit dem Bus und dem Zug, ab Ceres mit der Linie 188 nach Balme. Fahrplan beachten!

Öffentliche Verkehrsmittel Cavourese bus  
Linie 188 Ceres – Balme – Pian della  
Mussa

[cavourese.it/it/tpl/orari-e-linee-tpl](http://cavourese.it/it/tpl/orari-e-linee-tpl)  
[cavourese.it/lines/48/pdf](http://cavourese.it/lines/48/pdf)  
[info@cavourese.it](mailto:info@cavourese.it)

Öffentliche Verkehrsmittel SFM Zug + Bus  
Linie Torino – Ceres  
[www.sfmtorino.it/le-linee-sfm/sfma-torino-aereoporto-ceres/](http://www.sfmtorino.it/le-linee-sfm/sfma-torino-aereoporto-ceres/)

## KARTEN

**Istituto Geografico Centrale: Nr. 02**  
Valli di Lanzo e Moncenisio;  
Maßstab 1:50 000

## WEITERE ADRESSEN

### Gemeindeamt Balme

Via Capoluogo 139, I – 10070 Balme (TO)  
T: +39 0123 82902  
[info@comune.balme.to.it](mailto:info@comune.balme.to.it)

### Verein für traditionelle französisch-provenzalische Kultur Li Barmenk

Via Capoluogo 98, I, 10070 Balme (TO)  
T: +39 03475622335  
[libarmenk@libero.it](mailto:libarmenk@libero.it)

### Walk in Balance – Nordic Walking

Via Capoluogo 98, I, 10070 Balme (TO)  
T: +39 3475867680  
[enea.berardo@gmail.com](mailto:enea.berardo@gmail.com)

### Wild Siberian Wolves ASD

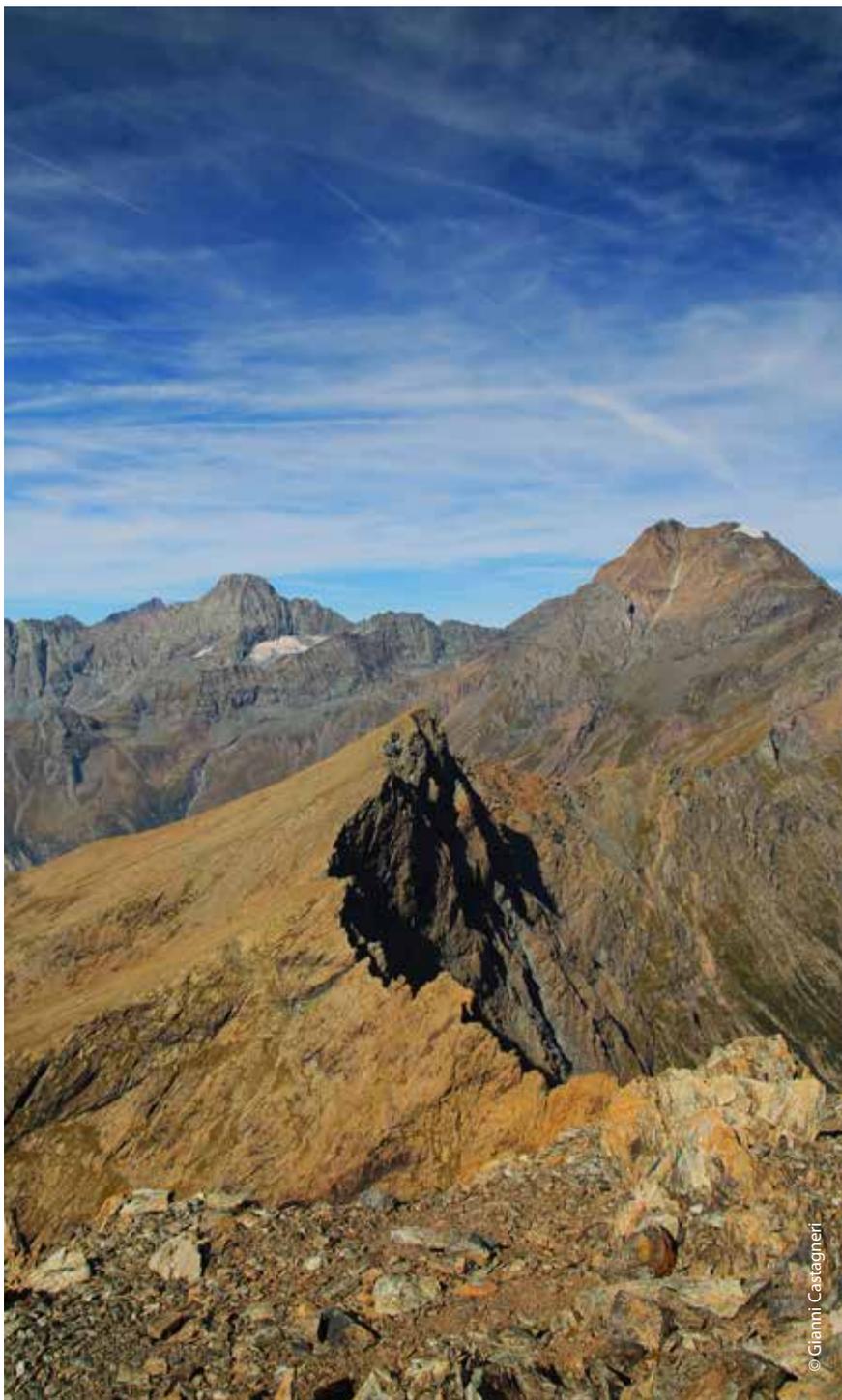
Ortschaft Molette 38, I, 10070 Balme (TO)  
T: + 39 3471853779  
T: + 39 3473526587  
[wild.siberianwolves@gmail.com](mailto:wild.siberianwolves@gmail.com)

*Bessanese und Ciamarella dall'Uja.*

siert, der aufgrund der guten Ortskenntnisse mit dem Fremdenführertum Hand in Hand ging. Aspekte der Landschaft, des täglichen Lebens und der lokalen Kultur werden hier veranschaulicht, wie auch die Bedeutung Balmes während der Kriege und ihrer Folgen für die Bewohner:innen. Ergänzt wird die Ausstellung durch verschiedene Rundgänge durch das Dorf, auf denen Schautafeln die historischen und architektonischen Besonderheiten beschreiben.

#### **Bartgeiermuseum**

Das Bartgeiermuseum ist im Gebäude gegenüber dem Rathaus angesiedelt und wird vom Verein „Associazione Naturalistica Le Gru“ betreut. Die Ausstellung über den größten Alpengvogel beschäftigt sich mit seiner Bedeutung für den Erhalt der Umwelt im Alpenraum. Der Bartgeier war in den Lanzo-Tälern über ein Jahrhundert verschwunden. Er wurde Opfer einer rücksichtslosen Jagd, da er als gefährlicher Räuber galt und zu Unrecht auch "Lämmergeier" genannt wurde. Der Bartgeier (*gypaetus barbatus*) ist mit seinen drei Metern Flügelspannweite der größte Vogel Europas und ernährt sich hauptsächlich von Tierkadavern und Knochen. In den letzten Jahren ist er dank eines internationalen Wiederansiedlungsprojekts zurückgekehrt. Sein kraftvoller Flug ermöglicht es ihm, die Berge der Wasserscheide leicht zu überqueren und sein Jagdgebiet kann bis zu dreihundert Quadratkilometer messen.



© Gianni Castagneri

## **SCHUTZHÜTTEN**

### **Rifugio Les Montagnards**

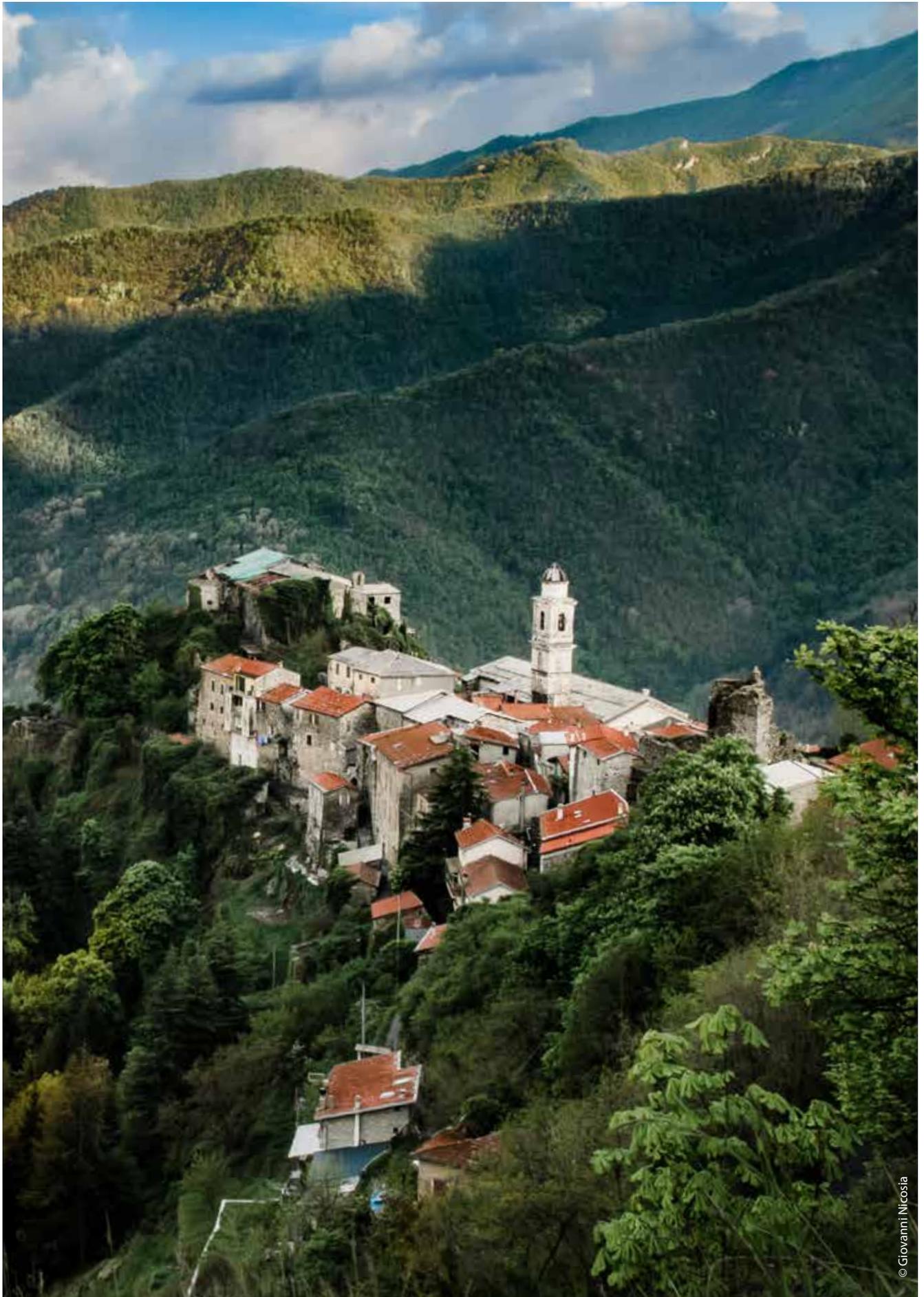
T: +39 347 3634082  
info@lesmontagnards.it

### **Rifugio Città di Ciriè**

T: +39 0123 738158  
T: +39 370 3329300  
info@rifugiocirie.eu

### **Rifugio Gastaldi**

T: +39 0123 565008  
T: +39 348 7119154  
info@rifugiogastaldi.com



© Giovanni Nicosia

# Triora



## GEBIRGSGRUPPE UND WICHTIGE GIPFEL

### Ligurische Alpen

#### Saccarello-Gruppe

- Monte Saccarello (2.201 m)
- Monte Frontè (2.151 m)
- Cima Garlenda (2.141 m)
- Punta di Santa Maria (2.138 m)
- Monte Cimanasso (2.085 m)
- Monte Grai (2.013 m)
- Rocca Rossa (1.804 m)

## ORTSCHAFTEN

### Abenin, Borniga, Bregalla, Cabotino, Carmeli, Cetta, Creppo, Goina, Loreto, Monesi di Triora, Pin, Realdo, Verdeggia, Vesignana

- Seehöhe des Hauptortes: 780 m
- Höchster Punkt: 2.201 m (Monte Saccarello)
- Ständige Bewohner im Gemeindegebiet: 357 Personen

**G**ut 30 Kilometer trennen Triora vom Mittelmeer und doch wartet eine wilde Berglandschaft am Ende des Argentinatals darauf, entdeckt zu werden. Triora liegt auf fast 800 m in den Ligurischen Alpen unterhalb des 2.201 m hohen Monte Saccarello.

Triora ist mit seinen Weilern und Dörfern ein Ort, von dem zahlreiche Routen ausgehen, die man zu Fuß oder mit dem Mountainbike inmitten einer faszinierenden Naturlandschaft erkunden kann: Empfehlenswert ist eine Wanderung auf der „Alta Via di Monte Liguri“ (Höhenweg der Ligurischen Alpen), die hier dem Weitwanderweg „Sentiero Italia“ (Italien-Weg) des Italienischen Alpenvereins folgt. Zudem sind die steilen Klippen bei Sportkletterern beliebt und tiefe Schluchten bieten ideale Voraussetzungen für Canyoning. Auch im Winter sind mit entsprechender Ausrüstung Touren möglich.

Der Ort mit seinen Steinhäusern und engen Gassen wirkt fast mittelalterlich. Das historische Dorfzentrum ist reich an Spuren vergangener Tage, die sich auch in den Traditionen des Ortes widerspiegeln. Die dichten Wälder, Olivenhaine und Weinberge hauchen dem Dorf neben dem alpinen Flair mediterrane Einflüsse ein und die Mischung aus Meeres- und Alpenklima sorgt für eine reiche Artenvielfalt. Thymian, Kakteen, Kaktusfeigen und mediterrane Orchideen gedeihen hier neben Enzian, Rhododendren und üppigen Almwiesen. Auch Steinadler, Schneehühner, Birkhühner, Gämsen und Wölfe bewohnen das Gebiet. Die Notwendigkeit, die einzigartige Natur in der Region zwischen der französischen Grenze und dem unteren Piemont zu schützen, wurde früh erkannt und so der Naturpark Ligurische Alpen gegründet.



Abwechslungsreiche Kultur- und Naturlandschaft prägen die Umgebung von Triora.

# Triora



Trotz der mediterranen Lage gibt es hier winterliche Tage.

## ANREISE MIT ÖFFIS

Mit dem Zug bis zum Bahnhof Arma di Taggia. Ab hier mit dem Bus nach Triora.  
Fahrplan Bus: Riviera Trasporti  
T: +39 0183 7001  
[www.rivieratrasporti.it](http://www.rivieratrasporti.it)

## KARTEN

**Edizioni del Magistero: IM5**  
Triora, Carpasio, Rezzo, Realdo e Verdeggia; Monti Toraggio, Pietravecchia, Saccarello, Monega, Grande – Alta Via dei Monti liguri, Via Marenca;  
Maßstab 1:25 000

**Edizioni del Magistero: IM7**  
Alpi Liguri, Mendatica: Pizzo d'Ormea, M. Mongioie, Cima delle Saline  
Maßstab 1:25 000

**Fraternali-Wanderkarte: Nr. 19**  
Alta Val Tanaro, Alta Valle Arroscia, Alta Valle Argentina; Maßstab 1:25 000

**L'Escursionista, Edizioni Terra digitale:**  
Alta Via dei Monti Liguri, Sentiero Italia CAI; Maßstab 1:30 000

## PARTNERBETRIEBE

**Bed & Breakfast "La Stregatta"**  
Via Camurata 24, 18010 Triora (IM)  
T: +39 3405592494  
[www.lastregatta.weebly.com](http://www.lastregatta.weebly.com)

**Ferienwohnungen Stella Silvia IL SANTO GRAAL**  
Via San Bernardino 37 und 41, 18010 Triora (IM)  
T: +39 320 052 6466  
[oscargazzano@gmail.com](mailto:oscargazzano@gmail.com)

**AL&FRED Home**  
Ortschaft Cetta - Piazza XXV Aprile, 4, 18010 Triora (IM)  
T: +39 329 648 4892  
[stefanogramegna72@gmail.com](mailto:stefanogramegna72@gmail.com)

**Gasthaus La Loggia della Strega di Saldo Alessio**  
T: +39 349 497 4486  
[alessiosaldo@gmail.com](mailto:alessiosaldo@gmail.com)

**Ristorante Bar Ritrovo degli Amici**  
T: +39 392 295 3257  
[lolsasritrovo@gmail.com](mailto:lolsasritrovo@gmail.com)

### Ristorante Erba Gatta

T: +39 340 559 2494  
[info@erbagatta.it](mailto:info@erbagatta.it)  
[www.erbagatta.it](http://www.erbagatta.it)

### Hotel Restaurant la vecchia partenza

T: +39 393 903 7718  
[lavecchiapartenza@gmail.com](mailto:lavecchiapartenza@gmail.com)  
[www.facebook.com/albergolavecchia.partenza/?locale=it\\_IT](http://www.facebook.com/albergolavecchia.partenza/?locale=it_IT)

### Gasthaus Osteria Desgena Frontero Ilaria

T: +39 338 388 1217  
[Ilaria.frontero.if@gmail.com](mailto:Ilaria.frontero.if@gmail.com)

### Bar Vecchi Ricordi

T: +39 184 191 0963  
[ramona@bvr@gmail.com](mailto:ramona@bvr@gmail.com)

### Bar I Tuvi

T: +39 339 610 8722  
[barituvitriora@gmail.com](mailto:barituvitriora@gmail.com)

### Bar Vittoria

T: +39 377 500 9352

### La strega di Triora

T: +39 333 708 3169  
[info@lastregaditriora.it](mailto:info@lastregaditriora.it)  
[www.lastregaditriora.it](http://www.lastregaditriora.it)

### La Bottega della Valle

T: +39 346 324 8304  
[ammirativalentina35@gmail.com](mailto:ammirativalentina35@gmail.com)

### Melaverde Monesi Ebike & Ski Rent

T: +39 347 915 1816  
[melaverdemonesi@gmail.com](mailto:melaverdemonesi@gmail.com)  
[www.facebook.com/melaverdemonesi/](http://www.facebook.com/melaverdemonesi/)

### Bergführer – Wanderungen

**Monesi Young ASD**  
[info@myben.it](mailto:info@myben.it)

### De Zanet Giampiero – Realdo, Triora

T: +39 339 118 3146  
[info@realdo.it](mailto:info@realdo.it)

### Diego Rossi – Jack in The Green

T: +39 3291512290  
[rosenkratz@libero.it](mailto:rosenkratz@libero.it)  
[www.crestediconfine.com](http://www.crestediconfine.com)

## WEITERE ADRESSEN

### Gemeindeamt Triora

Corso Italia 9, 18010 Triora (IM)  
T: +39 0184 94 049  
comunetriora@comune.triora.im.it  
www.comune.triora.im.it

### Club Alpino Italiano Sektion Sanremo

Piazza Cassini 13, 18038 Sanremo (IM)  
T: +39 0184 50 59 83  
info@caisanremo.it  
www.caisanremo.it

## BESONDERHEITEN

### Naturpark Ligurische Alpen

Die Einrichtung eines regionalen Naturparks im Westen Liguriens ist das Ergebnis jahrelanger erfolgreicher Arbeit der ligurischen Behörden. In eingehenden Diskussionen von Anfang der 1970er bis in die 1990er Jahre zwischen öffentlichen Einrichtungen, privaten Verbänden, Wirtschaftstreibenden und der Bevölkerung konnten selbst starke Bedenken ausgeräumt werden.

Über Pfade, Nebenstraßen und unbefestigte Wege gelangt man von einem Tal des Parks zum anderen. Alte Kammwege, die restauriert wurden, bieten einen herrlichen 360°-Blick auf die Ligurische Küste, auf die Ligurischen Alpen und das Meer. Das Schutzgebiet überwindet ungefähr 2.000 m Höhenunterschied: Die maximale Höhe wird auf dem Gipfel des Monte Saccarello erreicht, der mit 2.201 Metern auch der höchste Gipfel des Gebiets ist.

### Museo di Triora – Heimat- und Hexenmuseum

Ein Besuch im Museum von Triora bietet Einblicke in die Lebensweise der einheimischen Bevölkerung. Die Ausstellung zeigt Szenen und Gegenstände aus dem täglichen Leben der Bäuer:innen, ihrer Arbeit auf den Feldern, den verschiedenen Schritten der Weizen-, Milch-, Kastanien- und Weinproduktion sowie Beispiele der traditionellen lokalen Küche. Ein weiterer Teil des Museums befasst sich mit einem dunklen Kapitel der Geschichte von Triora: der Hexenverfolgung im 16. Jahrhundert.

## Kulinarik

Ein typisches Gericht in Triora sind die „Sugelli“, eine frische Pasta, die zu der sogenannten „weißen Küche“ gehört, deren Name aus den Farben der Zutaten (Mehl, Milch, Käse, Kartoffeln und Knoblauch) stammt. Es handelt sich zwar um ein armes, aber dank des Wassers aus den Bergquellen, des starken Geschmacks des Knoblauchs und des lokalen Käses „Bruzzo“ um ein geschmackvolles Gericht. In Triora findet man eines der ältesten und originellsten Rezepte.

Auch der Weizen spielt in Triora eine bedeutsame Rolle: Seit der Zeit der Republik von Genua, unter deren Kontrolle das Dorf und sein Territorium waren, wurde der Weizen reichlich angebaut. Dieser Anbau hat die örtliche Landschaft geprägt, sodass bis heute weite Terrassierungen erkennbar sind.

## SCHUTZHÜTTEN

### Rifugio Allavena

CAI Sektion Bordighera  
T: +39 0184 241155  
www.nuovorifugioallavena.it

### Rifugio Sanremo

CAI Sektion Sanremo  
www.caisanremo.it

### Rifugio Realdo

T: +39 339 118 3146  
info@realdo.it  
www.realdovive.it/rifugio/

### Rifugio La Terza

T: +39 0183 754329  
info@rifugiolaterza.it  
www.rifugiolaterza.it

### Colle Melosa

T: +39 0184241032  
T: +39 3358235678  
www.collemelosa.it

### Albergo La Vecchia Partenza

T: +39 0183 326574

### Rifugio Don Barbera

T: +39 0174 086157  
www.rifugiodonbarbera.eu



Weite Wälder im Naturpark.



Der Weiler Realdo.



Safran aus Triora.

© Jan Salcher

© Roland Kals

© Giovanni Nicosia

# Infoseite



## WEITERE INFOS ZU DEN BERGSTEIGERDÖRFERN

Alle aktuellen Informationen sowie ausgewählte Tourentipps in den Bergsteigerdörfern finden Sie auf der Website [www.bergsteigerdoerfer.org](http://www.bergsteigerdoerfer.org). Dort stehen auch alle Publikationen zu den Bergsteigerdörfern kostenlos zum Download zur Verfügung. Die Printausgaben können per Mail an [info@bergsteigerdoerfer.org](mailto:info@bergsteigerdoerfer.org) bestellt werden.

### *Gesamtbroschüre „Kleine und feine Bergsteigerdörfer zum Genießen und Verweilen“ (2018)*

Dieser Katalog bietet einen Überblick über 26 Bergsteigerdörfer in Österreich, Deutschland, Slowenien, Italien & Südtirol.

### *Einzelbroschüren der Bergsteigerdörfer*

Für jedes Bergsteigerdorf gibt es eine Broschüre, die die Besonderheiten des Dorfes vorstellt und eine umfangreiche Sammlung an Tourentipps für Sommer und Winter beinhaltet.

### *Alpingeschichte kurz und bündig*

In dieser Reihe wird die Geschichte eines jeden Bergsteigerdorfes mit Fokus auf die Anfänge des Alpinismus und die al-

pintouristische Entwicklung aufbereitet. Erhältlich im Alpenvereins-Shop: [www.alpenverein.shop](http://www.alpenverein.shop)

### *„Wo weniger mehr ist“ –*

#### *der Podcast der Bergsteigerdörfer*

Prominente Bergsteigerinnen und Bergsteiger laden zu einem akustischen Dorfrundgang ein und treffen unterschiedlichste Menschen. Verfügbar bei allen gängigen Podcastanbietern sowie auf [www.bergsteigerdoerfer.org/podcast](http://www.bergsteigerdoerfer.org/podcast)

## TEXTE ZU DEN BERGSTEIGERDÖRFERN

Ein Dank für die Textvorlagen gilt:

### **Luče:**

Roland Kals, Klavdij Strmčnik, Andreja Urh, Bojan Germelj, Sonja Strgar, Samo Supin, Ana Kaker, Marko Vršnik, Boštjan Pahovnik, Andrej Šiljar, Aneta Šiljar

### **Dovje-Mojstrana:**

Miro Eržen, Gregor Berce, Anita Kofler, Ana Kunstelj, Jernej Legat, Matjaž Podlipnik, Eva Schmitt, Ana Voga

### **Göriach:**

Waltraud Grall, Markus Schaflechner, Willi Esl

### **Steinberg am Rofan:**

Hedi Saitner, Uli Saitner, Conni Hessing

### **Gschnitztal:**

Helga Beermeister, Angelika Spiegl, Judith Gstrein, Joakim Strickner

### **Lavin, Guarda & Ardez:**

Sven Berchtold, Martin Künzle, Christian Wittwer, Philippe Wäger

### **St. Antönien:**

Julia Isler, Martin Künzle, Philippe Wäger

### **Valle Onsernone:**

Fabienne Bögli, Cindy Fogliani, Andri Kunz

### **Paularo:**

Gemeinde Paularo, Club Alpino Italiano – Sektion Ravascletto

### **Balme:**

Gemeinde Balme

### **Tirora:**

Gemeinde Triora, Tourismusverband Pro Triora

### **Valle di Lozio:**

Arbeitsgruppe des Bergsteigerdorfs Valle di Lozio

### **Crissolo:**

Massimo Ombrello, Davide Rossi, Comune di Crissolo

## ZUSAMMENSTELLUNG & TEXTBEARBEITUNG

Marion Hetzenauer (ÖAV)  
Carolin Scharfenstein (ÖAV)  
Julia Isler (SAC)  
Barbara Foggiano (CAI)  
Dusan Prasnikar (PZS)





© Foto-Archiv TIC Luče



BERGSTEIGER  
DÖRFER

[www.bergsteigerdoerfer.org](http://www.bergsteigerdoerfer.org)