TRANSHELVETICA PRÄSENTIERT

BÜNDNER PÄRKE

INHALT

Bündner Pärke

Der Kanton Graubünden zählt eine Handvoll Pärke. Was diese aber zu bieten haben, lässt sich nicht an einer Hand abzählen.

66 Tektonikarena Sardona

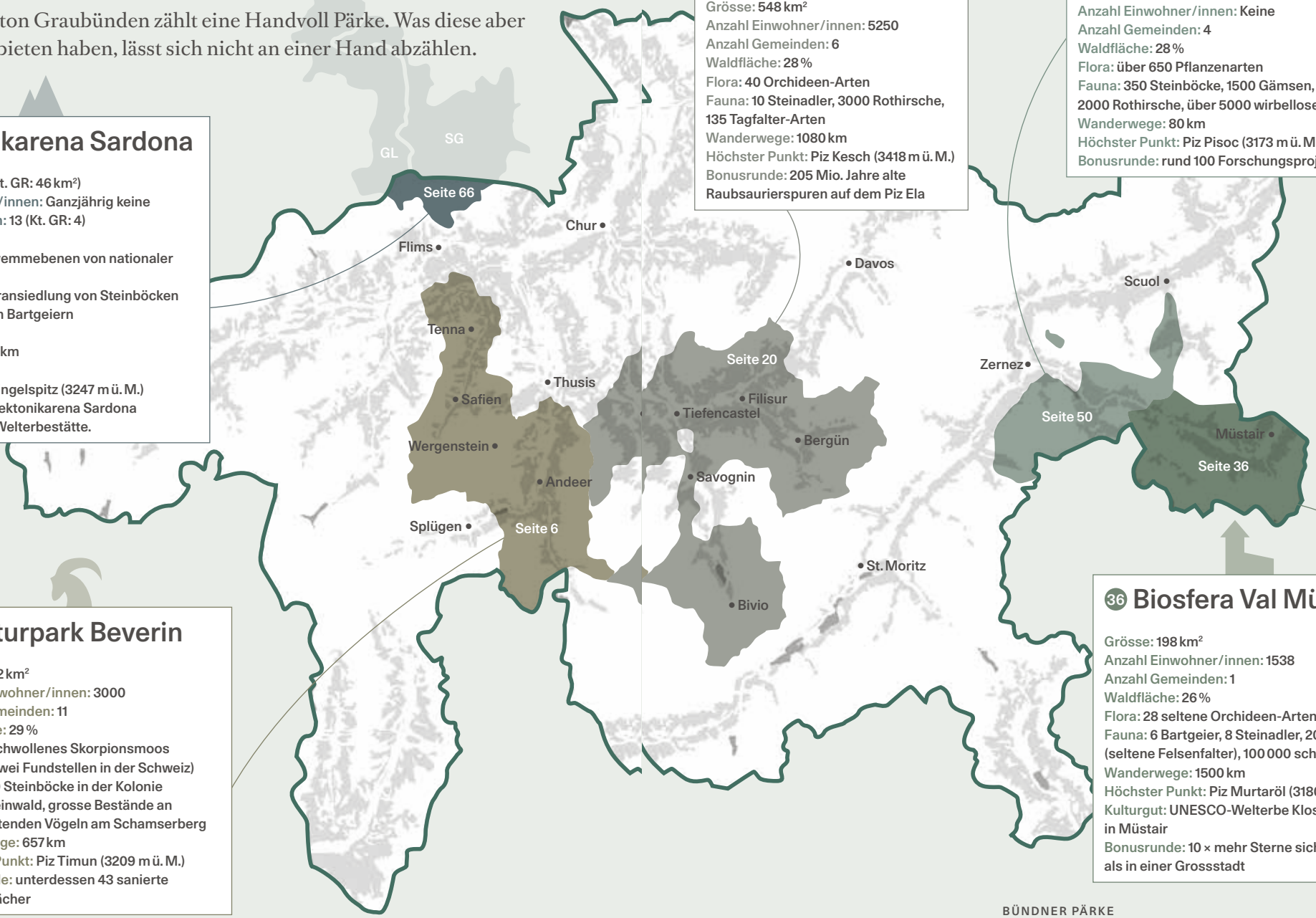
Grösse: 329 km² (Kt. GR: 46 km²)
Anzahl Einwohner/innen: Ganzjährig keine
Anzahl Gemeinden: 13 (Kt. GR: 4)
Waldfläche: 16 %
Flora: Alpine Schwemmebenen von nationaler Bedeutung
Fauna: 1911 Wiederansiedlung von Steinböcken und 2010 – 2014 von Bartgeiern
Alpen: 116
Wanderwege: 349 km
Berghütten: 16
Höchster Punkt: Ringelspitz (3247 m ü. M.)
Bonusrunde: Die Tektonikarena Sardona ist eine UNESCO-Welterbestätte.

20 Parc Ela

Grösse: 548 km²
Anzahl Einwohner/innen: 5250
Anzahl Gemeinden: 6
Waldfläche: 28 %
Flora: 40 Orchideen-Arten
Fauna: 10 Steinadler, 3000 Rothirsche, 135 Tagfalter-Arten
Wanderwege: 1080 km
Höchster Punkt: Piz Kesch (3418 m ü. M.)
Bonusrunde: 205 Mio. Jahre alte Raubsaurierspuren auf dem Piz Ela

50 Schweizerischer Nationalpark

Grösse: 170 km²
Anzahl Einwohner/innen: Keine
Anzahl Gemeinden: 4
Waldfläche: 28 %
Flora: über 650 Pflanzenarten
Fauna: 350 Steinböcke, 1500 Gämsen, 2000 Rothirsche, über 5000 wirbellose Tierarten
Wanderwege: 80 km
Höchster Punkt: Piz Pisoc (3173 m ü. M.)
Bonusrunde: rund 100 Forschungsprojekte pro Jahr



6 Naturpark Beverin

Grösse: 412 km²
Anzahl Einwohner/innen: 3000
Anzahl Gemeinden: 11
Waldfläche: 29 %
Flora: Geschwollenes Skorpionsmoos (eine von zwei Fundstellen in der Schweiz)
Fauna: 350 Steinböcke in der Kolonie Safien-Rheinwald, grosse Bestände an wiesenbrütenden Vögeln am Schamserberg
Wanderwege: 657 km
Höchster Punkt: Piz Timun (3209 m ü. M.)
Bonusrunde: unterdessen 43 sanierte Schindeldächer

36 Biosfera Val Müstair

Grösse: 198 km²
Anzahl Einwohner/innen: 1538
Anzahl Gemeinden: 1
Waldfläche: 26 %
Flora: 28 seltene Orchideen-Arten
Fauna: 6 Bartgeier, 8 Steinadler, 200 Berghexen (seltene Felsenfalter), 100 000 schwarze Bienen
Wanderwege: 1500 km
Höchster Punkt: Piz Murtaröl (3180 m ü. M.)
Kulturgut: UNESCO-Welterbe Kloster St. Johann in Müstair
Bonusrunde: 10 × mehr Sterne sichtbar als in einer Grossstadt

Tektonikarena Sardona

Von Steingeschichten zwischen Trin und dem Segnespass

Bild – Dylan Wickrama

Wie Adern: Die Bachläufe auf der Schwemmebene erwecken das UNESCO-Welterbe Tektonikarena Sardona zum Leben.

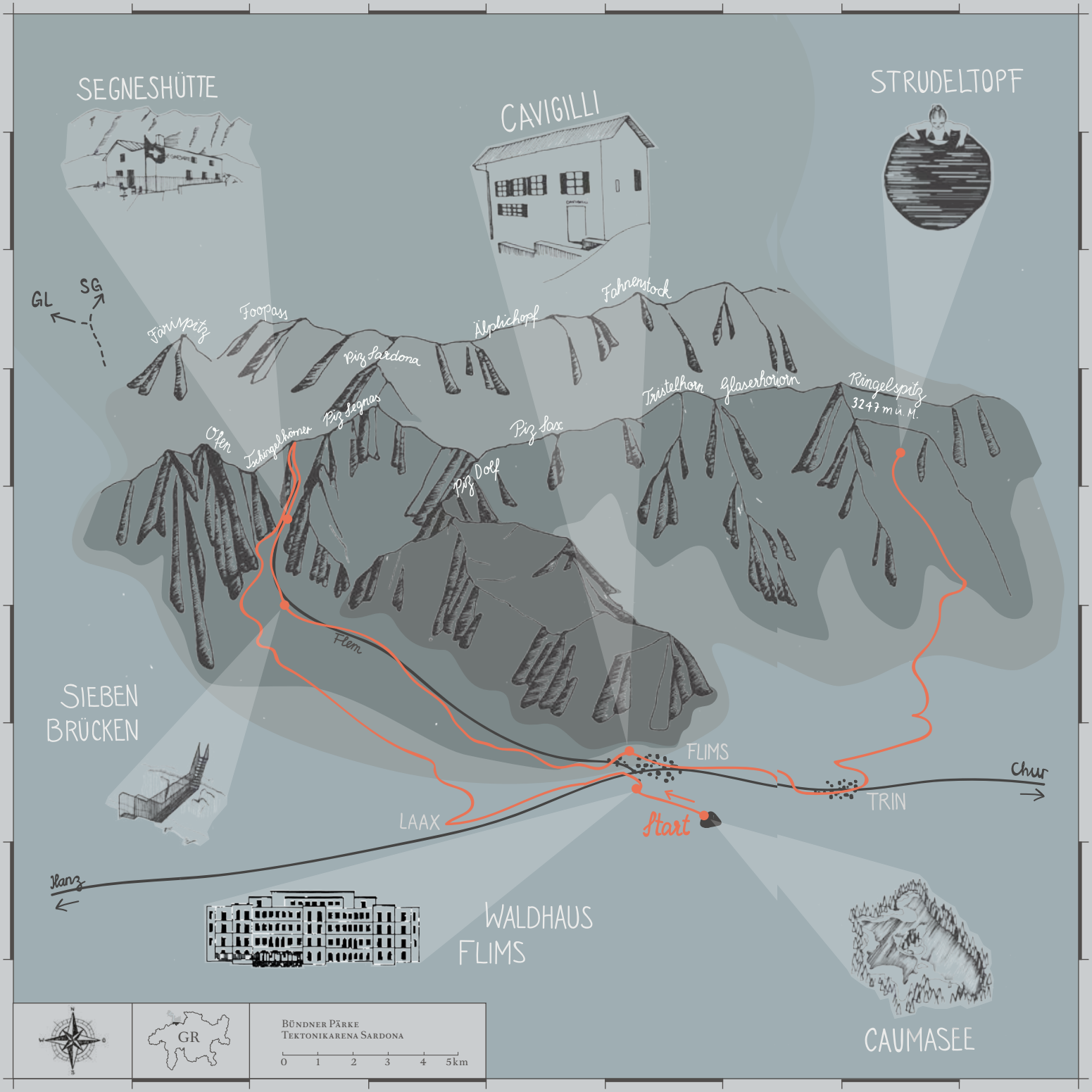


Illustration – Naomi Ena Eggli, naomieggli.ch

Tektonikarena Sardona

S. 70 48 Stunden in der Welterberegion Sardona

Start

FREITAG

Sprung ins kühle Nass
Baden im Caumasee

Zurück in die Vergangenheit
Übernachten im Waldhaus Flims

SAMSTAG

Lebendiger Fels
Unterwegs in der Tektonikarena
▲ → **Reportage** – siehe Seite 74

Verschnaufen & Geniessen
In der Segneshütte

SONNTAG

Über sieben Brücken
Dem Trutg dil Flem entlang

Süsse Naschereien
Einkehren im Restaurant Cavigilli

In die Strudeltöpfe
Baden im eiskalten Wasser

S. 78 Service

Wo die Alpen leben

48 Stunden in der Welterberegion Sardona

Text – Martina Zürcher

Im UNESCO-Welterbe Tektonikarena Sardona verharren Felsen und das eiskalte Wasser fliesst gelassen durch die Täler.

FREITAG

Sprung ins kühle Nass

Das Wanderwochenende beginnt in Flims entspannt. Zehn Minuten zu Fuss auf der Via dil Lag, geht es zum türkisfarbenen Caumasee hinunter. Gespiesen von unterirdischen Quellen hat der See im Sommer trotz seiner Höhenlage eine Badetemperatur um die 19 Grad. Fels unter den nackten Füssen, Wasser auf der Haut. Herrlich erfrischend!

Baden – Caumasee bei Flims, Mai – Okt, Eintritt sFr. 12.–, Miete von Pedalos & SUP möglich. caumasee.ch

Zurück in die Vergangenheit

Als Kurhaus wurde das Hotel Waldhaus 1877 als erstes Hotel von Flims eröffnet, damals noch ohne Strom. Trotz WiFi und modernem Spa-Bereich ist der Charme aus der damaligen Zeit zum Glück geblieben. Im hoteleigenen Restaurant setzen wir uns zum Znacht hinter einen Teller Alp-Stör. Nach dem Verdauungsschnaps lockt eine Zeitreise ins Untergeschoss. Denn dort unten im Museum «Belle Epoque» werden 140 Jahre Hotellerie-Geschichte ausgestellt. Was früher auf dem Dachboden des Hotels verstaubte, lässt nun die gute alte Zeit aufleben. Beim Stöbern durchs Museum treffen wir auf Holzskier, lederne Koffer und Uniformen der Pagen. Des nachts träumen wir dann davon, als Grande Dame oder Grandseigneur durch die Bergwelt zu stolzieren.

Schlafen – Im Hotel Waldhaus Flims, DZ ab sFr. 350.–. Hotelmuseum «Belle Epoque» im Untergeschoss, tägl. offen. waldhaus-films.ch

SAMSTAG

Steinstunden

Mit dem Laax-Nagens-Shuttle (Bus Nr. 23), der um 8.08 Uhr bei den Laaxer Bergbahnen abfährt, geht es zur Camona da Nagens. Von dort führt der

Eine Zeitreise: Im Waldhaus Flims träumt man vom Leben als Grande Dame oder Grandseigneur.

Bild oben –zvg / Bild unten – Flims, Gaudenz Danuser

Karibik in den Bergen: Der tiefblaue Caumasee entstand nach dem Flimser Bergsturz.

Bezaubernde Formen: Die Strudeltöpfe auf der Alp Mora faszinieren.

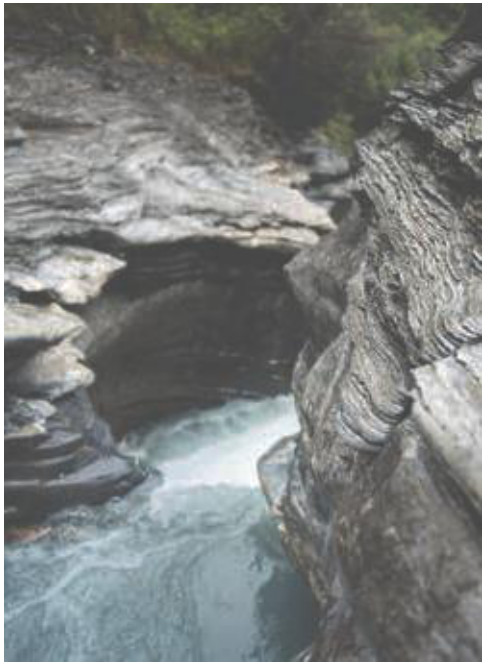


Bild oben – Roland Gerth / Bild unten – Dylan Wickrama

Auf dem Trutg dil Flem: Von der Quelle des Bergbachs durch die Schlucht bis ins Tal.

GeoGuide Ruedi Zuber via Grauberg und dem Unteren Segnesboden zur Segnespass Mountain Lodge, wo die Wanderer ein Mittagessen erwartet. Von Juli bis Ende September ist die Hütte in Betrieb. Die Mountain Lodge auf der Passhöhe kann als Alternative auch von der Glarnerseite aus erreicht werden. Wer nach dem steilen Aufstieg von der Bergstation der Tschinglenbahn genug hat, findet hier oben einen warmen Schlafplatz. Wir steigen via La Siala bis zur Segneshütte ab.

Wandern – GeoGuides begleitet individuelle Wanderer oder Gruppen. geopark.ch
Segnespass Mountain Lodge: segnespass.ch

▲ → **Reportage** – siehe Seite 74

Verschnaufen & Geniessen

Nach kühlem Bier und heisser Dusche statten wir dem Besucherpavillon Welterbe Sardona direkt neben der Segneshütte oberhalb von Flims einen Besuch ab, um die Theorie der Entstehung der Alpen anhand von Grafiken und Erläuterungen zu verinnerlichen. Dann setzen wir uns hungrig an die Tische hinter den grossen Panoramafenstern in der neu renovierten Berghütte und essen währschaft gut. Heute Spätzli mit Lamm.

Schlafen & Essen – In der Segneshütte, DZ sFr. 105.– pro Pers., inkl. Abendessen und Frühstück. grandislaax.ch/de/Ustria-Segnes

SONNTAG

Über sieben Brücken

Der Wasserweg Trutg dil Flem führt immer dem Flem, dem Fluss, entlang bis nach Flims. Zuerst geht es unterhalb der Abrissnische des Flimser Bergsturzes um grosse Felsbrocken herum. Weiter unten schlängelt sich der Pfad durch enge Schluchten, vorbei an Strudeltöpfen und Wasserfällen, über sieben Brücken des Ingenieurs Jürg Conzett. Jede der Brücken ist ein kleines architektonisches Wunderwerk für sich. Die «Oberste Brücke», gebaut aus elliptischen Betonplatten, ist garantiert hübscher als ihr bescheidener Name. Im Frühling wird sie jedoch vom Schmelzwasser überspült. Für trockene Wanderschuhe sorgt dann eine Alternativroute. Der Trutg dil Flem wurde 2014 als «Schönster Wanderweg der Schweiz» ausgezeichnet.

Entdecken – Wasserweg Trutg dil Flem, Segneshütte bis ins Zentrum von Flims, 10,26 km, 4 Std. trutg-dil-flem.ch

Süsse Naschereien

Das Mittagessen gab's aus dem Rucksack, jetzt gönnt man sich ein paar Kalorien, schliesslich wurden in den letzten Tagen genügend davon verbrannt. Im Restaurant Cavigilli verwöhnen die jungen Gastgeber ihre Gäste mit Kaffee und Kuchen – oder einem «Tiramisu della Leti».

Essen – Restaurant Cavigilli, Via Arviul 1 in Flims, 11.30 – 14 h, 17.30 – 21 h, Mi Ruhetag. cavigilli.ch

In die Strudeltöpfe

Auf der Rückreise von Flims ins Unterland fährt man am Dörfchen Trin vorbei. Wer Zeit oder sich die Zufahrtserlaubnis bereits am Freitag organisiert hat, macht einen Abstecher zur Alp Mora. Hier können zum Abschluss noch einmal die Badehosen ausgepackt und die müden Wanderbeine in den einzigartigen Strudeltöpfen entspannt werden.

Entspannen – Alp Mora in Trin, Tagesfahrbewilligung sFr. 20.–, Alternative: Wanderung Trin und zurück, 5 Std. trin-verkehrsverein.ch

Geschichte am Fels: die Tschingelhörner mit der Glarner Hauptüberschiebung.

Lebendiger Fels

Text – Martina Zürcher / Bild – Dylan Wickrama

Auch wenn die Reise durch die Tektonikarena Sardona steinig ist, Geschichten haben die scheinbar starren Felsen einige zu erzählen.

8.08 Uhr, Bergbahnen Laax. Pünktlich fährt der Shuttle-Bus vor, um Wanderlustige in knapp 40 Minuten an den Rand der Tektonikarena Sardona zu bringen. Mit Ruedi Zuber, einem von 25 GeoGuides der Region, wird die Wanderung zu einer spannenden Zeitreise, denn Zuber ist begeistert davon, was uns die Berge mit ihren Falten, Rissen und Schichten alles verraten, und teilt sein Staunen von der ersten Minute an mit den Gästen.

GEMÄCHLICHER STEIN

Auf der Alp Nagens angekommen, erzählt Ruedi Zuber vom Urkontinent Pangäa sowie dem Urmeer und wie einst die afrikanische und die europäische Kontinentalplatte kollidierten und so die Alpen formten. Man stellt sich die Entstehung der Berge als ein lautes Chaos vor: Lava, Erschütterungen, herumfliegende Gesteinsbrocken, Rauch, Staub, Zägg, Bäng und dann plötzlich waren sie da, die eindrücklichen Alpen. Ruedi Zuber unterbricht das Spektakel, das im Geiste entsteht: «Die Berge so zu formen, wie wir sie heute sehen, dauerte viele Millionen Jahre. Bloss einige Zentimeter pro Jahr wurden die Schichten übereinander geschoben.» Im Verhältnis zur Lebensdauer der Berge ist der Mensch eine Eintagsfliege.

IN DER TIEFE

Auf einer kleinen Anhöhe in der Nähe der Bergstation Grauberg tauchen zum ersten Mal die imposanten Tschingelhörner auf. «Seht ihr die helle Linie dort am Berg? Diese ist Teil der sogenannten Glarner Hauptüberschiebung.» Es ist unter anderem diese helle Linie, die der Tektonikarena Sardona 2008 zum Label UNESCO-Weltnaturerbe verholfen hat. Sie macht die Entstehung der Alpen auf 35 Kilometern sichtbar. Das Gestein oberhalb dieser Fläche ist Verrucano, ein Gestein, das sich vor rund 250 bis 300 Millionen Jahren bildete. Darunter liegt wesentlich jüngeres Gestein. «Bei uns steht die Welt scheinbar Kopf, doch der Verrucano ist lediglich ein Überrest einer fast vollständig wegerodierten Schicht», sagt Zuber und nimmt seine Hände zu Hilfe, um zu erklären, wie es möglich war, dass sich zähflüssige Gesteinsschichten im Erdinnern bei hohen Temperaturen und grossem Druck übereinander schieben konnten und sich so die Alpen emporhoben. «Die Überschiebungen haben sich in 16 Kilometern Tiefe ereignet. Dies

Mitten im UNESCO-Welterbe Tektonikarena Sardona: die Segneshütte mit Besucherpavillon auf 2100 m ü. M.

ist doppelt so tief, wie der Mount Everest hoch ist.» Zuber erklärt mit Leidenschaft und schöpft dabei aus seinem umfangreichen Wissen. Trotzdem scheint es fast zu abstrakt, sich die Alpen so tief unter der Erdoberfläche vorzustellen.

HEILE WELT

Mit Sicht auf die markante Linie steigen wir zum Unteren Segnesboden ab, einer Moorlandschaft, die ihr Antlitz schneller wechselt als die Berge. «Jedes Mal, wenn ich hier bin, sieht es anders aus. Das Wasser sucht sich immer neue Wege», sagt Ruedi Zuber. Er erzählt, dass Moore Archive für Pflanzenpollen sind und so dem Menschen verraten, wie Bäume vor den Eiszeiten flüchteten und über welche Pässe sie anschliessend wieder in die Täler zurückkehrten. Zuber hat einst Forstwissenschaften studiert und sich kurz vor der Pensionierung zum Wanderleiter und GeoGuide weitergebildet, weil es ihm hier in der Tektonikarena den Ärmel reingenommen hat. «Es ist unglaublich spannend in diesem Gebiet unterwegs zu sein. Es ist für mich ein Stück heile Welt.»

> «Jedes Mal, wenn ich hier bin, sieht es anders aus. Das Wasser sucht sich immer neue Wege.»

VERSTECKTER SCHATZ

Kurz vor dem Segnespass zeigt Ruedi Zuber immer wieder auf runde Gebilde, die ufoartig in der felsigen Landschaft liegen. «Diese Geoide entstanden am Rande der heissen Lavaströme, in Luftblasen hat sich mineralhaltige Flüssigkeit gesammelt.» Manche hätten im Innern kristallartige Gebilde, die man erst sehe, wenn man die Steine aufschneide, sagt er und packt ein kleines Stück Stein auf gut Glück in seinen Rucksack.

STEINGESCHICHTEN

In der Segnespass Mountain Lodge auf 2627 m ü. M. angekommen, sieht man bis nach Elm hinunter und bis zum Vrenelisgärtli beim Glärnisch, über Bergkämme, die jetzt mit anderen Augen betrachtet werden: Der kalte Fels hat sich in lebendige Gebirgszüge verwandelt. Der Abstieg erfolgt entlang der Flanke des Atlas nach La Siala, wo wieder Gras wächst. Zubers Augen leuchten. «Schaut, hier hat es Edelweiss!» Wunderbar ist auch die Aussicht: Hinter uns die Tschingelhörner mit dem Martinsloch, links der Obere Segnesboden mit dem Gletschervorfeld und rechts das Flachmoor. Zuber zeigt auf den Gletscher, auf versteinerte Muschelüberreste im Fels und führt uns an den Rand einer kleinen Schlucht. Hier hat der Fluss sich in den Stein gefressen und nährt seither als Wasserfall den Unteren Segnesboden. Wenig später stehen wir an der Abrissnische des grössten Bergsturzes der Alpen. 10 000 Millionen Kubikmeter Fels sind hier vor über 9000 Jahren ins Tal gedonnert und haben die Landschaft einmal mehr verändert. Der Berg, er lebt. Und wer die Augen öffnet, kann hören, wie er Stein für Stein leise seine Lebensgeschichte erzählt. ●

Wandern – Von Camona da Nagens zum Unteren Segnesboden (Segnas Sut), über den Segnespass nach La Siala zur Segneshütte, 11,1 km, 4 Std. unesco-sardona.ch

▲ → **48 Stunden in der Welterberegion Sardona** – siehe Seite 70

Service

Tektonikarena Sardona, Städtchenstrasse 45, Sargans,
T. 081 723 59 20, info@unesco-sardona.ch, unesco-sardona.ch

KALENDER

Weitere Infos & Veranstaltungen: unesco-sardona.ch

TEK TO NIK:
Das Welterbe Sardona feiert 2018 sein 10-jähriges Jubiläum. Infos & Veranstaltungen: tektonik.ch

Sommer
Il cuors da flem, Halbmarathon in Flims. cuorsdaflem.ch

Transalp Waterline Tour, Slackline am Caumasee. swiss-slackline.ch

Herbst
Alpabzug Flims. flims.ch

Transa Outdoorfestival. transa.ch/outdoorfestival

Discovery Days in Laax. discovery-days.ch

Sardona-Erlebnis-Trail-run. alpinrunner.ch

Winter
Schneeschuhtour durch die Arena. geopark.ch

Frühling
Welterbetag Sardona.

SCHLAFEN

Segnespass Mountain Lodge
T. 079 704 05 94
Erholungsort nach der Wanderung auf den Piz Segnes. segnespass.ch

Ustria Segnes
– T. 081 927 99 25
Renovierte Hütte direkt beim Besucherpavillon Welterbe Sardona. grandislaax.ch

Berghaus Bargis
T. 081 911 11 45
Von hier die Hochebene Bargis ob Flims entdecken. bargis-flims.ch

Arena Flims
– T. 081 911 24 00
Übernachten in Zimmern mit jungem, frischem Design und an der Bar ein Bier trinken mit Einheimischen. arenaflims.ch

Schweizerhof Flims, Romantik Hotel
– T. 081 928 10 10
Für romantische und entspannte Momente. schweizerhof-flims.ch

Hotel Waldhaus Flims
– T. 081 928 48 48
Wo der Charme der Belle Epoque mit edlem Design verschmilzt. waldhaus-flims.ch

Camping Flims
– T. 081 911 15 75
Wie in einer kleinen Ferienwohnung schläft es sich in einem der PODhouses. Zelt aufstellen ist auch erlaubt. camping-flims.ch

PODhouses auf dem Camping Flims.

Ustria Parlatsch
– T. 081 635 15 66
Ferien im Blockhaus in Trin Mulin. parlatsch.ch

Camping Trin
– T. 081 330 43 35
Im campingeigenen Gemüsegarten dürfen sich die Gäste bedienen. campingtrin.ch

Jugendherberge Trin
– T. 081 650 40 50
Gehört zum neuen Bergwaldzentrum Mesaglina des Bergwaldprojekts. youthhostel.ch

Ringelspitzhütte SAC
T. 079 632 24 34
Von Tamins steil und wild bergauf. ringelspitz.ch

ESSEN & TRINKEN

Ustria Naraus
– T. 081 911 58 78
Feine, frisch gebackene Kuchen auf der Sonnenterrasse geniessen. grandislaax.ch

Ustria Startgels
– T. 081 911 58 48
In den Höhen von Flims serviert Ueli Grand Grillspezialitäten und Polenta vom Feuer. grandislaax.ch

Legende: Unterkunft, für Gruppen, Restaurant, Tierbeobachtung, Gästekarte Flims, E-Bike-Ladestation

Stalla Alp Nagens
T. 081 927 99 28
Käse in allen Variationen im rustikalen und gemütlich umgebauten Kuhstall. alp-nagens.ch

Caffè NoName
– T. 081 927 73 44
Der Treffpunkt auf dem Crap Sogn Gion mit leckeren Paninis.

Restaurant Cavigilli
– T. 081 911 01 25
Kreationen aus italienischen und Bündner Spezialitäten. cavigilli.ch

Hotel Restaurant Bellevue
– T. 081 911 31 31
Unbedingt einen Tisch im «La Stiva», der Bündnerstube, reservieren. bellevueflims.ch

Livingruhm
– T. 081 911 06 71
Café in einer ehemaligen Schlosserei in Flims mit hellen Industriefenstern und grossem Garten. livingruhm.ch

Bistro Kaufmannfrauen
– T. 081 911 26 32
Original italienische Gelati. kaufmannfrauen.ch

Restaurant Caumasee
– T. 081 911 11 33
Auf der Terrasse am kristallklaren See ein Glacé schlecken. caumasee.ch

Restaurant Conn
– T. 081 911 12 31
Wenige Gehminuten von der Rheinschlucht-Aussichtsplattform «Il Spir» entfernt. conn.ch

Arena Lodge

Ustria Startgels

Bild links – zvg / Bild rechts – Martin Lehmann / zvg / zvg

Das Martinsloch aus Bündnersicht

Man sagt, dass die Bündner aus Eifersucht einmal ein grosses Stofftuch vors Martinsloch gehängt haben, so dass an dem einen Tag im Jahr die Sonne nicht durchs Loch auf den Kirchturm von Elm scheinen konnte. Dies führte zu einem unschönen Nachspiel mit Schlägereien zwischen den Glarnern und Bündnern. Dabei scheint die Sonne bei Sonnenuntergang auch von der Glarnerseite her durchs Loch auf die Bündnerseite – nur halt oben in den Bergen und nicht bis ins Tal. Gegen Abend auf dem Segnespass lässt sich das Phänomen gut beobachten.

WEITERE REISETIPPS

Sardona-App
Hinweise zur Geologie, Natur und Kultur der Region.

Sardona-Welterbe-Weg
Nr. 73, 6 Tagesetappen, 84 km, Filzbach – Murgsee – Spitzmeilenhütte – Sardonahütte – Elm – Flims. unesco-sardona.ch

Mit Kindern
Der Tektoni, das Murmeltier aus der App, führt Familien über den Unteren Segnesboden (flach, 2 Std.) und erzählt dabei, warum er unbedingt durchs Martinsloch fliegen will.

Klettersteig Pinut
Für Abenteurer: Durch Höhlen, über Leitern und Treppen geht es über drei beinahe senkrechte Felsstufen. flims.com

Geführte Naturwanderungen
Jeden Samstagvormittag zu den Themen Flimser Bergsturz, Orchideen, UNESCO, Jagd, Pilze oder Wald. flims.com