

Inhalt

Wandern im Engadin	6
Der Schweizerische Nationalpark	8
Vielfältige Pflanzenwelt	10
Der Steinbock	12
Passwege im Engadin	14

Das Bergell (Val Bregaglia)

1	Zur Innquelle – Von Maloja auf den Piz Lunghin und über den Septimerpass (6 Std.; anspruchsvoll)	16
2	Mitten in die Gletscherwelt – Von Maloja am Läggh da Cavloc vorbei und durch das Val Forno zur Capanna del Forno (7 Std.; anspruchsvoll)	20
3	La Panoramica – Von Casaccia auf dem Höhenweg nach Soglio und Castasegna (5.30 Std.; mittelschwer)	24

Die Oberengadiner Seen

4	See-Rundgang zum Heidi-Dorf – Von Sils über Grevasalvas nach Maloja und am Silsersee entlang zurück (4.30 Std.; einfach)	29
5	Blumenwiesen und Gletscher – Von Sils-Maria über den Muott' Ota ins Val Fex (5 Std.; mittelschwer)	33
6	Seen- und Gletscher-Panorama – Von Sils über die Fuorcla Surlej und den Lej dals Chöds nach Surlej (4.30 Std.; mittelschwer)	37

- | | | |
|----------|---|-----------|
| 7 | Oberengadiner Seen-Panorama – Auf der Via Engiadina um den Silvaplannersee und den Lej da Champfèr (5.30 Std.; einfach) | 42 |
| 8 | Fußballplatz mit Panorama – Von St. Moritz auf den Piz Mezdi (5.30 Std.; mittelschwer) | 47 |
| 9 | Der Hausberg von Samedan – Von Celerina auf den Piz Padella und die Cho d'Valetta (5.30 Std.; anspruchsvoll) | 50 |

Pontresina und die Bernina

- | | | |
|-----------|--|-----------|
| 10 | Logenplatz am Gletscherrand – Von Pontresina durch das Val Roseg zur Chamanna Coaz (8.30 Std.; mittelschwer) | 54 |
| 11 | Die »Rigi des Oberengadins« – Vom Muottas Muragl zum Lej Muragl und in das Val Champagna (4.30 Std.; mittelschwer) | 58 |
| 12 | Panoramatour im Steinbockrevier – Auf den Piz Languard und über den Steinbockweg (7 Std.; anspruchsvoll) | 62 |
| 13 | Durch das Heutal – Von Bernina Suot durch das Val da Fain auf den Piz La Stretta (5.30 Std.; mittelschwer) | 66 |
| 14 | Zwei leichte Dreitausender – Von der Diavolezza auf den Munt Pers und den Sass Queder (5 Std.; mittelschwer) | 70 |

Das Val Poschiavo (Puschlav)

- | | | |
|-----------|--|-----------|
| 15 | Die höchste Bahnlinie Europas – Vom Berninapass über Alp Grüm nach Poschiavo (4.30 Std.; mittelschwer) | 74 |
| 16 | Auf den Spuren der Schmuggler – Von Poschiavo über San Romerio und Roncaiola nach Tirano (7.30 Std.; mittelschwer) | 79 |

Zwischen Bever und Cinuos-chel

- | | | |
|-----------|---|-----------|
| 17 | Entlang der Albulabahn – Von Bever über die Fuorcla Crap Alv nach Preda und Bergün (7 Std.; mittelschwer) | 85 |
| 18 | Am Inn entlang – Von Bever über La Punt-Chamues-ch und Zuoz nach Cinuos-chel (5 Std.; einfach) | 91 |
| 19 | Im Banne des Piz Kesch – Von der Albula-Passstraße zur Porta d’Es-cha (6 Std.; anspruchsvoll) | 96 |

Der Schweizerische Nationalpark und das Val Müstair

- | | | |
|-----------|--|------------|
| 20 | Gämsen, Hirsche, Murmeltiere – Von S-chanf durch das Val Trupchun zur Alp Trupchun (4.30 Std.; einfach) | 99 |
| 21 | Im Herzen des Nationalparks – Von der Ofenpassstraße ins Val Cluozza und nach Zernez (7 Std.; mittelschwer) | 102 |
| 22 | Aussichtsberg am Ofenpass – Von Il Fuorn auf den Munt la Schera und zur Alp Buffalora (6 Std.; mittelschwer) | 105 |
| 23 | Panoramaweg im Val Müstair – Vom Ofenpass auf der Senda Val Müstair über Lü nach Müstair (5.30 Std.; mittelschwer) | 110 |
| 24 | Durch alle Höhenstufen – Vom Umbrailpass auf den Piz Umbrail und zum Lai da Rims (5 Std.; mittelschwer) | 114 |

Zwischen Zernez und Ardez

- | | | |
|-----------|--|------------|
| 25 | Innabwärts durchs Unterengadin – Auf der Via Engiadina von Zernez über Susch nach Ardez (5.30 Std.; einfach) | 118 |
|-----------|--|------------|

- 26** Zur hochalpinen Seenplatte – Von Zernez auf den Munt Baselgia und zu den Seen von Macun (8 Std.; mittelschwer) **123**
- 27** Auf der alten Talstraße – Von Lavin auf dem Höhenweg über Guarda und Ftan nach Scuol (4.30 Std.; einfach) **127**
- 28** Zum Blauen See – Von Guarda durch das Val Tuoi zum Lai Blau (6 Std.; mittelschwer) **132**

Scuol und das Val S-charl

- 29** Das Unterengadiner Fenster – Auf der Via Engiadina von Ardez an Tarasp und Scuol vorbei nach Ramosch (5.30 Std.; einfach) **135**
- 30** Aussichtsberg über dem Inntal – Von Ftan über den Muot da l'Hom auf den Piz Clünas (4.30 Std.; mittelschwer) **140**
- 31** Geologie zum Anfassen – Von Motta Naluns über die Fuorcla Champatsch in das Val Laver und nach Ramosch (6 Std.; mittelschwer) **143**
- 32** Einsamer Weg im Nationalpark – Aus dem Val S-charl durch das Val Mingèr und über Tarasp nach Scuol (6.30 Std.; mittelschwer) **148**
- 33** Blumenreicher Aussichtshügel – Von S-charl auf den Mot Tavrü (4 Std.; mittelschwer) **153**
- 34** Zu den einsamen Seen – Von S-charl zu den Lais da Rims und weiter durch das Val d'Uina nach Sur En (8 Std.; anspruchsvoll) **156**

Samnaun

- 35** Panorama-Grenztour – Vom Alptrider Sattel über den Pauliner Kopf nach Samnaun (6 Std.; mittelschwer) **161**
- Geländebezeichnungen **165**
- Register **165**