

Vorwort	3
Nützliche Hinweise	6
Übersichtskarte	8
Einleitung: Der Septimer	9
<b>ETAPPE 1: Thusis – Alter Schin – Muldain – Alvaschein – Tiefencastel</b>	15
Etappenbeschreibung	18
Parc Ela – der grösste Naturpark der Schweiz	30
Fahrende in Graubünden	37
<b>ETAPPE 2: Tiefencastel – Mon – Salouf – Riom – Savognin</b>	39
Etappenbeschreibung	42
Pater Alexander Lozza (1880–1953)	54
Fundstellen und Zeugen der Bergbautätigkeit im Surses	57
Urbanus Fidelis, viereinhalbjährig, Schwabengänger	61
Surmeir unter dem Einfluss der Kapuzinerpater	63
<b>ETAPPE 3: Savognin – Alp digl Plaz – Alp Flix – Alp Natons – Bivio</b>	65
Etappenbeschreibung	68
Bivio am sprachlichen Scheideweg	81
Bivio – von Säumern, Strassen und Eisenbahnen	86
Der Stausee Lai da Marmorera – Energie für die Stadt Zürich	89
Segantini in Savognin	92
<b>ETAPPE 4: Bivio – Septimer – Casaccia – Vicosoprano</b>	95
Etappenbeschreibung	98
Archäologische Funde	109
Die Sanierung der Septimer-Passstrasse	118
Bivio: Reformation und Gegenreformation	122
Die Räuber vom Septimer	123
<b>ETAPPE 5: Vicosoprano – Borgonovo – Stampa – Coltura – Promontogno mit Variante Promontogno – Caccior – Soglio – Brentan – Castasegna</b>	125
Etappenbeschreibung	130
Etappenbeschreibung Variante	138
Giacometti – eine Bergeller Künstlerdynastie	141
Der Pizzo Badile – eine Ikone des Alpinismus	147
<b>ETAPPE 6: Promontogno – Bondo – Castasegna – Villa di Chiavenna – S.Croce – Borgonuovo – S.Abbondio – Prosto – Chiavenna</b>	151
Etappenbeschreibung	154
Historische Bauten – von Bivio über den Septimer nach Casaccia und Vicosoprano	167
Anhang	
Literatur	173
Bildnachweis	175