

Bergfrühling im Val Müstair 2020

Wanderwoche vom
Sonntag, 5.7. – Sonntag, 12.7. 2020



Leitung: Dr. med. Peter **Meier**-Schlittler, Sager 225, 4954 Wyssachen
Tel.: 062 – 964 02 81 / Natel: 079 – 824 94 82
www.schweizer-wanderwochen.ch

In der Woche lernen die Teilnehmer/Innen das in jeder Beziehung einzigartige Val Müstair und seinen Bergfrühling kennen, wie auch seine bewegte Geschichte und reichen Kulturschätze. Wir sind im Hotel Central in Valchava stationiert und schätzen die Gastfreundschaft und den Vorteil, nur mit einem leichten Tagesrucksack unterwegs zu sein. Wer will kann auch eine Pause einschalten und sich im Hotel Central zusätzlich verwöhnen lassen: die Sauna und ein Meditationsraum sind für Hotelgäste frei benutzbar. Auch lohnende Ausflüge die selbständig unternommen werden können, bieten sich an.

Programm: (Anpassungen sind je nach Wetter-Verhältnissen/Schneesmelze und Wünschen möglich)

- So. 5.7.:** **Anreise**, individuell. **17.00 Begrüssungsapéro**, Präsentation des Wochenprogramms, 18.00 Uhr Nachtessen
- Mo. 6.7.:** (ÖV) Ofenpass, 2'149 m – Einlauftour auf dem Höhenweg „**Senda Val Müstair**“ Alp Champatsch – Lü – (ÖV) Fuldera: dem Rombach folgend nach Valchava, 1'412 m - ca. 4 Std.
- Di. 7.7.:** (**) Müstair/Ruinatsch/**Plaun Changlatsch**, 1'804 m – Terza Sura, 2'070 m, Lai da Valpaschun, 2'170 m, Alp Tabladatsch, 2'245 m, Alp Valmorain, Lü, 1'900 m – (ÖV) -Fuldera Waldweg nach Valchava - ca. 5-6 Std.
- Mi. 8.7.:** ÖV - Buffalora, 1'967 m, Alp Buffalora, Fop da Buffalora - **Munt da Buffalora**, 2'513 m – **Minieras da Fier / Führung** in dem mittelalterlichen Bergwerk – Buffalora (Ruinen-Siedelung) - retour mit ÖV – ca. 3 Std. (ohne Führung)

- Do. 9.7.:** (**) Lü/Alp Valmorain, P 2'194 m – Fuorcla Sassalba – **Piz Muntet**, 2'763 m – Pass da Costainas, 2'250 m – Lü – (ÖV) Fuldera cumün, westlicher Waldweg nach Valchava, ca. 5 Std.
- Fr. 10.7.:** (**) P 1'867 m ob Müstair – **Piz Chavalatsch**, 2'763 m – grossartige **Panoramawanderung** zur Stilsfer Alm, 2'077 m / Valaches, 1'720 m und mit Privattransport (**) nach Glurns (It.), 910 m - ca. 6 Std. und zurück mit ÖV
- Sa. 11.7.:** (ÖV) Müstair: 10.00 Uhr Führung in der **Heiligkreuzkapelle** (Kloster), Imbiss im historischen Hotel Chalavaina (beim Kloster) – zurück auf Panoramaweg nach Valchava, ca. 3 Std.
- So. 12.7.:** gemeinsames Frühstück und individuelle Heimreise
- Karten:** Landeskarten der Schweiz 1:25'000: 1239 Sta. Maria; 1219 S-charl; 1239 bis Müstair; 1219 bis Glurns/Glorenza
- Preis:** Fr. 1'125.--; **inkl.:** Begrüssungsapéro, alle **sieben Übernachtungen** inkl. HP (grosszügige **Doppelzimmer** im Hotel Central, **Einzelzimmer** gegen einen Zuschlag von Fr. 25.- pro Nacht möglich – bitte **sofort** melden!); **alle** privaten Transporte (**) inkl. **ÖV** und **Führung** in der **Heiligkreuzkapelle** (Kloster), **Imbiss** in der historischen Chasa Chalavaina, **Führung** im mittelalterlichen **Bergwerk** ob „Buffalora“, Saunabenützung im Hotel; Meditationsraum
- Ausrüstung/
Schwierigkeit:** Wanderausrüstung, gute Wander-/Trekking-Schuhe, Regenschutz, Zwischenverpflegung (kann jeweils in Valchava/Hotel ergänzt werden); wir bewegen uns stets auf guten Wanderwegen (weiss-rot-weiss). Gültige ID, ev. einige Euro, ½-Tax-Abo./GA der SBB
- Mitbringen:** Freude an der Bergwelt und an einem gemeinsamen Erlebnis; Kondition für mehrstündige Wanderungen ohne besondere Schwierigkeiten
- Anmeldung/
Auskünfte:** baldmöglichst (max. 15 TeilnehmerInnen), **spätestens bis 31.5.2020** an:
Dr. med. Peter **Meier**-Schlittler, Sager 225, 4954 **Wyssachen**
Tel.: 062 – 964 02 81; e-Mail: meischli@bluewin.ch



Ich nehme definitiv teil an der **Wanderwoche vom 5.7. – 12.7.2020: „Val Müstair 2020“**.

Name: _____ Vorname: _____

Strasse/Nr.: _____ PLZ/Wohnort: _____

Tel. Privat: _____ Natel: _____

E-Mail: _____ Halbtax-Abo / GA SBB: _____ ja / nein