



Abb. 1: Im Aufstieg zur Brüner Alp tauchen Piz Riein und Tällistock kurz aus den Wolken auf.

Abb. 2: In der Einsamkeit auf dem Maiensäss Imschlacht

Brüner und Dutjeralp

Winterzauber mit Kulinarium alpinum

Dieses winterliche Wochenende in Valendas am Eingang der Rheinschlucht wird uns unvergesslich bleiben, diesmal nicht nur der bezaubernden Schneeschuhtouren, sondern vor allem auch des kulinarischen Genusses wegen. Den Geheimtipp verdanken wir unseren Freunden in Chur, die uns auf das Gasthaus am Brunnen in Valendas aufmerksam gemacht haben. Dabei sind wir bereits früher einmal, damals noch im Tessiner Dorf Cavigliano, nach einem Tourenwochenende von Elvira und Matthias Althof-Solèr mit ausserordentlichen Gaumenfreuden verwöhnt worden. Darauf haben wir sie leider aus den Augen verloren und nun glücklich wieder gefunden. Das alte Haus, in dem die beiden heute wirteten, ist von Gion A. Caminada zum Gasthof umgebaut worden und in seiner Symbiose von alt und modern allein schon eine Sehenswürdigkeit. Der Gasthof liegt am Hauptplatz von Valendas beim grössten Holzbrunnen Europas. Um die Jungfrau auf dem Brunnenstock ranken sich viele Geschichten. Die Männer seien gewarnt, sie weiss zu verführen! Das Dorf wartet mit weiteren herrschaftlichen Häusern auf, die im Rahmen einer bemerkenswerten Dorferneuerung schrittweise renoviert werden (siehe Literaturhinweis). Deshalb lohnt sich auch ein Dorfrundgang.

Wir fühlen uns in unserem alten, mit modernen Elementen gestalteten Gästezimmer rundum wohl. Über die wundervollen Abendmenüs möchten wir uns ausschweigen, weil unsere Worte dem erlebten Genuss nicht gerecht werden könnten. Das liebevoll hergerichtete Morgenbuffet sorgt zusätzlich dafür, dass wir nicht nur von Gaumenfreuden getragen, sondern auch wohl genährt zu unseren Schneeschuhwanderungen aufbrechen. Dass wir an einem Abend noch von der Theatergruppe Valendas mit der gelungenen Aufführung des Stückes Jedermann von Hugo von Hofmannsthal überrascht werden – lässt das Wochenende zum Märchen werden.

Unsere erste kleine Rundwanderung führt uns vom oberhalb Versam gelegenen Dorf Brün zur gleichnamigen Alp hinauf. Bis zum Maiensäss Imschlacht hinauf folgen wir der Fahrstrasse, die im Winter als Schlittelweg benutzt wird (Abb. 1 und 2). Bei den ersten Häusern wenden wir uns gegen Süden und umgehen den Hügel mit der Höhenquote 1674 Meter auf seiner Westseite. Ein breiter Weg leitet uns hier zur Brüner Alp hinauf. Allerdings ist das letzte

Stück vor den Alphütten mit Triebsschnee stark verweht, sodass harte Spurarbeit notwendig wird. Auf einer Bank im Windschatten

LESER-WANDERUNG!

Leserinnen und Leser, die gerne einmal eine Bergtour mit dem Autor der Wandertipps unternehmen möchten, können ihr Interesse per E-Mail an christian.besimo@bluewin.ch anmelden und werden darauf über geplante Wanderungen informiert.



Abb. 4: Routenverlauf

TAB. 1 Tourenprofil

	Distanz	Aufstieg	Abstieg	Zeit
Brün – Brüner – Brüner Alp	3,8 km	363 m		90 Min.
Brüner Alp – Brün	2,6 km	50 m	413 m	60 Min.
	6,4 km	413 m	413 m	150 Min.
Ober Dutjen – Dutjer Alp	2,4 km	531		100 Min.
Dutjer Alp – Raveras – Ober Dutjen Total	5,9	40 m	571	120 Min
Total	8,3 km	571 m	571 m	220 Min.

Schwierigkeitsgrad: W2. Neuschnee und Windverfrachtung können zu harter Spurarbeit zwingen.

Landeskarten: 1:25000, 1194 Flims, 1195 Reichenau, 1214 Ilanz, 1215 Thusis

Unterkunft und Verpflegung: Gasthaus am Brunnen, 7122 Valendas, Tel. 081 920 21 22, www.gasthausambrunnen.ch



Abb. 3: Alp da Sevgein

halten wir schliesslich Rast. Der Ausblick auf die Laaxer und Flimser Talseite bleibt uns leider des Nebels wegen verwehrt.

Auf der Ostseite desselben Hügels kehren wir nach Imschlacht zurück und steigen gegen Norden zum letzten Haus dieses Maiensässes hinauf, das an Winterwochenenden jeweils ab 12 Uhr als Schlittelbeizli mit lokalen Spezialitäten aufwartet. Frisch gestärkt kehren wir mehrheitlich in der Falllinie nach Brün zurück.

Die zweite grössere Tour beginnt in Ober Dutjen hoch über Valendas. Am westlichen Ausgang des Weilers queren wir den Bach und steigen vorerst steil gegen Süden, am einzigen Stadel vorbei zum Chrüzliwald auf. Wir folgen dessen Nordrand gegen Westen bis zur Verzweigung bei der Höhenquote 1722 Meter. Hier wenden wir uns wieder gegen Süden und steigen im Zickzack zu den Hütten der Dutjer Alp hinauf. Heute ist uns das Wetter besser gesinnt und wir geniessen den weiten Blick über das Vorderrheintal, das Flimser Bergsturzgebiet mit der Rheinschlucht bis hin zum Prättigau. Der kalte Wind treibt uns allerdings bald weiter gegen Westen, dem breiten Geländerücken entlang bis zur Alp da Riein, wobei wir, wie es der Ortsnamen erkennen lässt, ins romanische Sprachgebiet übertreten. Die Alpstrasse führt uns weiter zur Alp da Sevgein, von wo wir durch tiefen Schnee über die Hütten von Prau d'Alp zu jenen

Aufgepasst

In dieser Rubrik werden Berg- und Schneeschuhwanderungen vorgestellt, die in der Regel wenig bekannt sind, zu aussergewöhnlichen Orten führen und die Genugtuung einer besonderen persönlichen Leistung bieten, sei es, dass man sich am Abend nach der Arbeit noch zu einer kleinen körperlichen Anstrengung überwindet, bzw. sich in ein oder zwei Tagen abseits breit getretener Wege unvergessliche Naturerlebnisse erschliesst. Zur besseren Beurteilbarkeit des Schwierigkeitsgrades der Tourenvorschläge wird jeweils eine Einschätzung anhand der SAC-Skala für Berg- (B, EB, BG) und für Schneeschuhwanderungen (WT 1–6) gegeben. Die schwierigste Wegstelle, unabhängig von ihrer Länge, bestimmt jeweils die Gesamtbewertung der Route. Letztendlich bleibt aber jeder selbst für die Beurteilung seiner Fähigkeiten und Eignung für die vorgestellte Wanderung verantwortlich. Die Gehzeiten sind Richtwerte und gelten für normal trainierte Wanderer. Sie müssen nicht zwingend mit den Angaben auf Wegweisern übereinstimmen.

von Raveras absteigen (Abb. 3). Gegen Osten kehren wir durch das lang gezogene, parallel zum Berghang verlaufende Tälchen über Cuolm Sura in das deutschsprachige Gebiet und nach Ober Dutjen zurück (Abb. 4). Der hoch liegende Schnee hat von uns zwar einiges an Kraft gefordert, gleichzeitig sind wir durch die einsame Gebirgslandschaft auch in ihren zauberhaften Bann gezogen worden, der alle Mühen vergessen lässt.

▼ Prof. Dr. med. dent. Christian E. Besimo, Brunnen

Literatur

Seifert L: Ein neuer Stammtisch. Hochparterre 2014; 10: 4-11.

Gantenbein K: Die Brunnenfrau von Valendas. Hochparterre 2014; 10: 12-13.

ANKÜNDIGUNG

Vol. 6 – Ausgabe 1 – Januar 2016

Was bietet Ihnen die nächste Ausgabe?

FORTBILDUNG ➔

Gastroenterologie

MEDIZIN FORUM

CPPD oder Pseudogicht
Kardiovaskuläre Rehabilitation

GERIATRIE FORUM

Nephrolithiasis im Alter

KONGRESS

1. Schweizer Herztage, Oerlikon

