



Viele steigen von Langwies auf, fellen nach Pirigen und dann weiter aufs Mattlishorn. Wir machen es umgekehrt. Wider Erwarten sind auf den Schneehängen nur einzelne Skispuren zu sehen. Wir haben viel Platz und wir treffen eine feine Sulzschneedecke an. Besser kann man es fast nicht treffen. Die Schwünge: Sie gelingen ohne Kraftakt. Das Herz: Es jubelt. Die Augen sehen eine Landschaft, die wirkt als wäre sie ein Musikstück, eine beschwingte Arie aus der Oper Rigoletto oder aus der Ilia aus Mozarts Idomeneo...

Glücklich schweben wir über diesen Musikteppich, der sich bis zum Berggasthaus Pirigen (1773 m) ausbreitet. Nach einem kleinen Einkehrschwung bei Gaby und Andy – leider war 2018/2019 ihre letzte Saison dort oben – fahren wir über den Wald-Schlittel- und Fussweg hinunter bis Langwies...

Wie hinkommen? Mit der RhB ab Landquart nach Schiers, ab Klosters bis Küblis, von dort bis nach Fideris Dorf mit dem Postauto. Oder ab Davos nach Küblis und dort das Postauto nehmen. Rückfahrt ab Langwies: RhB. www.rhb.ch, www.postauto.ch, www.sbb-onlinefahrplan.ch

Wie bleiben? Wer schon morgens früh in den Fideriser Heubergen zu einer Skitour starten möchte, sollte sich dort oben in den Berghäusern ein Bett reservieren lassen. Berghaus Arflina oder Berghaus Heuberge. www.heuberge.ch

Die Route: Ab Fideris mit dem Heuberge-Büssli bis Berghaus Arflina. Mit den Tourenski oder den Schneeschuhen zum Mattjishorn (Mattlishorn). Abfahrt: Retour bis Heuberge, bis Fideris, Jenaz oder nach Peist (über Arlinafurrga) oder nach Pirigen und Langwies. Die Tour ist als «leicht» eingestuft. Ab Heuberge 1 ½ - 2 Std. je nach Tempo.

Einkehren: z.B. Berggasthaus Arflina; www.heuberge.ch; das Berggasthaus Pirigen wird diesen Winter wohl gar nicht mehr eröffnet. Infos unter: www.berggasthaus-pirigen.ch



Aufstieg über die Fideriser Heuberge.
(Unten): Das Berggasthaus Pirigen.



Unterwegs mit Schneeschuhen im «Herzöffner»-Tal

Sapün tönt wie Musik. Doch das stille Tal ist rau, gleichzeitig aber doch auch wieder romantisch. Im Winter kann es blitzkalt werden, wie es der gefrorene Wasserfall am Wegesrand dokumentiert. Ein Schneeschuhspaziergang ins kleine Walserdörfli und weiter zum Berghaus Heimeli, das irgendwie an Gotthelfs Zeiten erinnert, öffnet die Herzen.

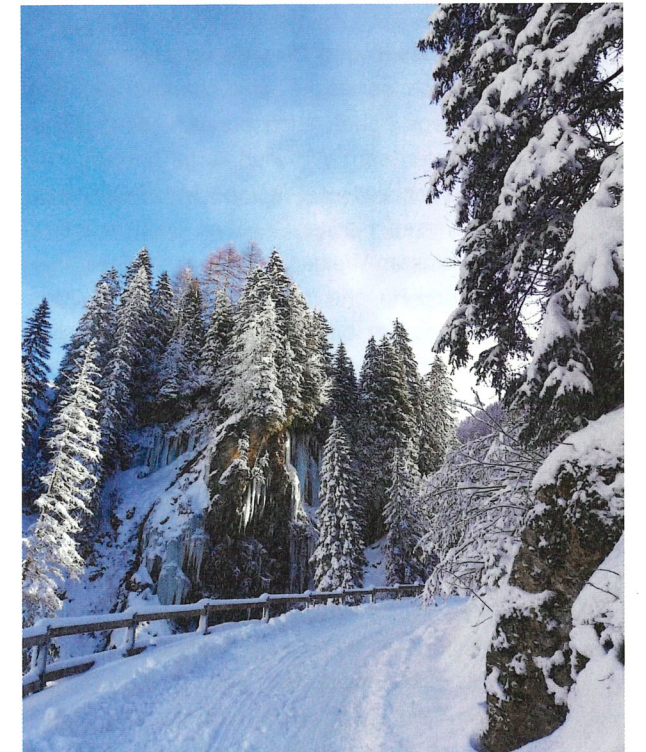
■ Text Karin Huber, Fotos Karin Huber / zVg

Wir laufen fast sieben Viertelstunden der Sonne hinterher und holen sie doch erst auf dem letzten Wegstück kurz vor dem Berghaus Heimeli (1831 m), einem Walserhaus aus dem 18. Jahrhundert, ein. Dort scheint sie eine Weile, bevor sie wieder hinter den Bergen versinkt. Das alte rund 300jährige Heimeli-Gasthaus war einst ein einfaches Bauernhaus. Heute ist es beliebtes Restaurant mit feinen Bündner Spezialitäten und ebenso stimmungsvolles Alpenhotel. Nach einem winterkalten Schneeschuh-Spaziergang erscheinen die warmen, niedrigen Gaststuben mit dem schönen Kachelofen umso heimeliger.

Die rund anderthalb- bis zweistündige Schneeschuh-Tour (550 Höhenmeter) beginnt im Schanfigg, in Langwies mit seiner schönen Kirche mit Wandbildern aus dem 15. Jahrhundert.

Durch eine Märchenlandschaft wandern

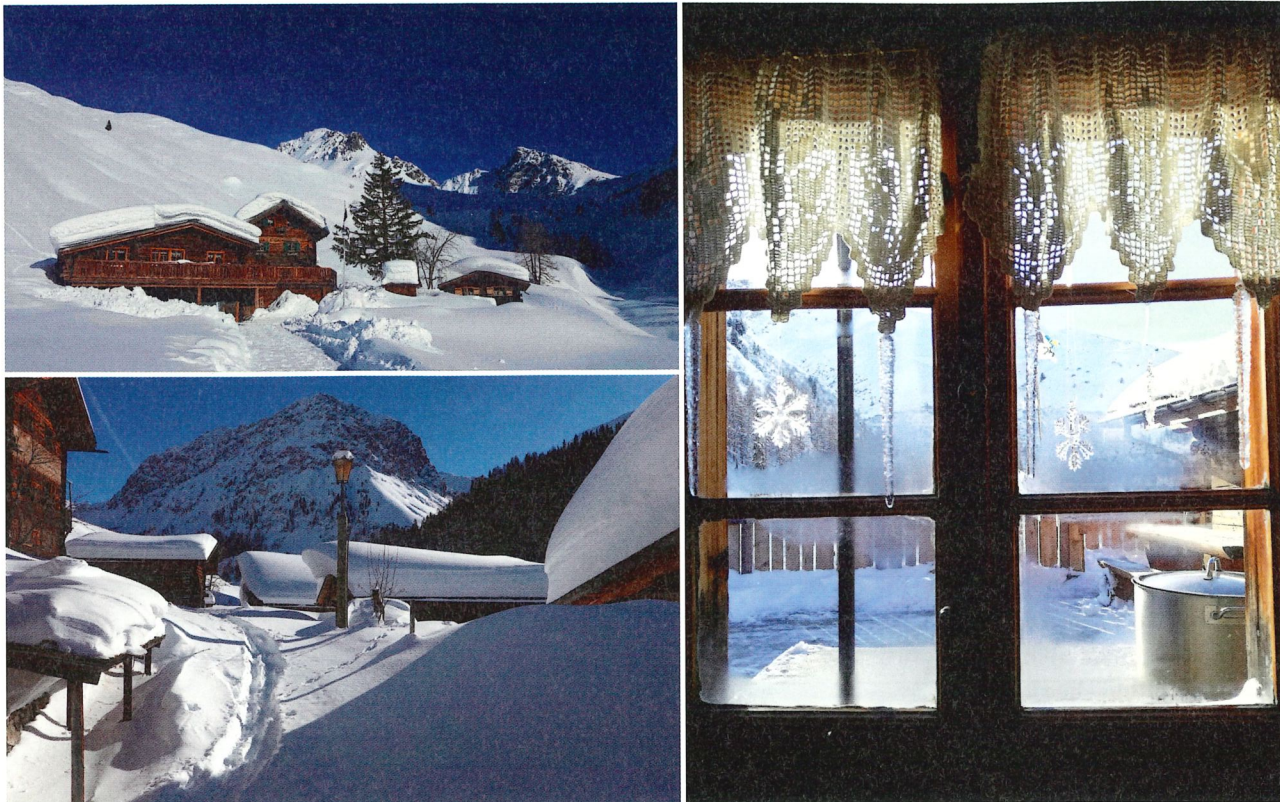
Es ist zauberhaft, durch dieses wilde Tobel, das doch gleichzeitig auch ein romantisches Tal ist, das sich mit tiefen Schluchten, Brücken, den gefrorenen vielen Eiszapfen wie eine Märchenlandschaft präsentiert, langsam hinauf auf die Hochebene zu wandern. Die Tannen tragen weissen Winterpelz, die grossen Steine im Bachbett riesige flockig-weiche Hauben. Ab und an begegnen uns Winterwanderer auf dem Weg, der auch Schlittel- und Transportweg für die Maiensässe im Dörfli und vor allem für das Berghaus Heimeli in Sapün ist. Bächlein gluckern über Felsgestein als wäre es nicht Dezember sondern bereits Frühling. Doch die Luft ist bitterkalt.



Verzauberte Landschaften im Sapüner Tal.

Wir müssen uns mächtig anstrengen, dass wir die Hände etwas warm bekommen.

Die übrig gebliebenen Holzpfähle der im Sommer gezäunten Weiden strukturieren die weisse Berglandschaft, geben ihr mit den weiten Hängen Formen und Halt in dieser kleinen Unendlichkeit.



Das Berggasthaus Heimeli (oben und rechts). Unten links: Das kleine Walserdörfli Sapün.

Böcke, Geissen und Hirsche unterwegs

Die Mini-Schneerutsche weit oberhalb des gepfadeten Wanderwegs haben auch etwas Gutes: Diese aperen Stellen bieten dem Wild nun karge Nahrung. Wir sehen gleich ein ganzes Rudel Steinböcke, zählen 12 auf einem der schwarzen Flecke. Daneben und darüber äsen auf diesen kleinsten Weideplätzen weitere Steinböcke, Stein-geissen und Hirsche. Mit einem Fernglas hätten wir sie noch viel besser beobachten können. Aber eben, man denkt einfach nicht immer an alles. Das nächste Mal wird das Fernglas einen festen Platz im Rucksack erhalten. Auf dem Weg, der auch ein vier km langer Schlittelweg ist, kommen uns einige Winterwanderer und Schlittler entgegen. Vom Massentourismus glücklicherweise noch weit entfernt ist das Sapüner Tal also nach wie vor eine Augenweide. Im stillen Tal, mittendrin das kleine Dörfli mit seinen alten Walserhäusern, kann man darum wunderbar auftanken. Heute werden die alten Häuschen in Sapün vor allem als Ferienwohnungen genutzt. Vom Dörfli aus wandert man dann doch noch ein schönes Stück Richtung Heimeli, im Blick den Strelapass, der Sapün mit Davos verbindet und früher rege als Säumerweg genutzt wurde. Nach dem Dörfchen, so meint man, ist es nicht mehr weit bis zum Berghaus Heimeli. Doch das täuscht. Wenigstens noch eine halbe Stunde geht es auf dem Schneeweg bergauf. Mit unseren Schneeschuhen läuft es sich jedoch ganz angenehm. Von Weitem schon sehen wir die Fahnen des Heimeli im Wind flattern. Und jemand präpariert auf dem Weg dorthin sogar ein klei-

nes Eisfeld. «Für das Eisstockschiessen», so hören wir. Im Hochtal Sapün, einem Seitental des Schanfigg, haben sich schon früh Walser angesiedelt. In Wikipedia steht, dass der Name Sapün auf die altromanische Urform Sampugn zurückgeführt wird, was so viel wie «Kuhshelle» bedeutet. Sapün und auch das nahegelegene Fondei gehörte ab 1311 zum Churer Domkapitel. 1530 wurde Sapün und die umliegenden Gebiete reformiert. Von den Walsern besiedelt wurde es schon Ende des 13. Jahrhunderts. 1851 kam Sapün politisch zu Langwies. Heute gehört Langwies zu Arosa. 1848 wurde ein Schulhaus gebaut. Es wurde jedoch nur bis 1873 genutzt. Und seither ist es im Tal wieder still und leise.

Wie hinkommen? Bis Langwies mit der RhB. www.rhb.ch. Gut erreichbar ab Arosa oder Chur. Ab Bahnhof Langwies durchs Dorf laufen, dann rund 300 Meter entlang der Hauptstrasse bis zum grossen Parkplatz, wo der Spazierweg zum Dörfli und zum Gasthaus Heimeli beginnt. www.rhb.ch

Wie bleiben? In Langwies und in Arosa in Hotels und Ferienwohnungen, im Sapüner Tal im gemütlichen Berghaus Heimeli. Hübsche Zimmer, sehr gutes Essen.

Wanderzeit: Ab Langwies je nach Tempo in rund zwei Stunden bis zum Berghaus Heimeli. Man kann auch den Schneetöff beim Heimeli vorbestellen (50 Franken, Platz für fünf Personen). www.heimeli.swiss

Infos auch: Berggasthaus Heimeli, info@heimeli.ch; Tel. 081 374 21 61.



Gleitend von Zuoz «hinunter» nach Zernez

Durch eine verschneite glitzernde Landschaft gleiten, sich von ihr verzaubern lassen und unterwegs sogar noch dem fröhlichen Glockengeläut, das den Chalandamarz begleitet, zu lauschen. Langlaufen im Engadin ist immer etwas Besonderes.

■ Text und Fotos Gabriela Brönimann, Peter Wegelin

Dieser Spätwintertag ist einfach bezaubernd. Die Sonne setzt die Schneelandschaft ins richtige Licht, Schatten strukturiert sie. Unser Langlauffreudentag beginnt für uns am Bahnhof in Zuoz. Enden wird er in Zernez. Die beiden Orte verbinden gut präparierte Langlaufloipen.

Chalandamarz

Zuoz, so proklamiert es nicht nur Engadin St. Moritz Tourismus, zählt zu den schönsten Engadiner Dörfern. Der gut erhaltene historische Ortskern mit den herrlichen Patrizierhäusern ist bei Einheimischen und Gästen gleichermaßen beliebt. Doch weil der Himmel so blau ist, lockt die Loipe. Auf dem Weg dahin kommt uns eine Schar Kinder mit Kuhglocken und Geissenschellen ent-

gegen. Es ist Chalandamarz. Dieser alte Volksbrauch wird auch zu Freude der Gäste immer noch begangen. Mit dem Glockengeläut soll dem Winter der Garaus gemacht werden.

Gewachste Ski oder Schuppenski...?

Wir aber ziehen vorerst bis zum Langlaufzentrum Nordic Center Zuoz weiter. Weil der Frühlings Schnee schon etwas weich ist, lassen wir uns hier das eine Paar Ski von den Profis wachsen. Wird mein Begleiter bald an mir vorbei durch diese schöne Weite des Engadins gleiten, mich mit meinen Schuppenski überflügeln? Werde ich einfach den Anschluss verpassen? Wir werden sehen...

Die Morgensonne hat inzwischen eine angenehme Wärme erreicht. Vor uns liegt die rund 18 Kilometer lange wenig begangene Loipe Richtung S-chanf und Zuoz. Hingegen ist die 42 km lange Marathonstrecke zwischen Maloja und S-chanf ist die berühmteste Loipe der Schweiz. Jedes Jahr findet auf ihr am zweiten Sonntag im März der Engadin Skimarathon statt, an dem mehrere Tausend Langläuferinnen und Langläufer teilnehmen.

Viel Platz auf dieser Route

Allzu anstrengend dürfte es nicht werden, denken wir, liegt doch Zuoz auf 1716 und Zernez auf 1474 Meter über Meer. Wir täuschen uns, so merken wir bald... Vor erste unerwartete konditionelle Herausforderungen werden wir fast gleich zu Beginn unserer Langlauf-tour gestellt. Die Loipe ist zuerst noch eisig, weil die Sonne am Morgen nicht ganz so effizient «arbeitet» wie gedacht...



Viel Platz auf der Loipe Richtung S-chanf und Zuoz.