

## Heimelig der Sapünerzweg

Geschichte von Gabriella Pahud, Illustration von Sarah Caduff  
„Zwerge gibt es nur im Märchen...“ Nina ist überzeugt, dass ihre Mutter mit dieser Behauptung recht hat; bis sie eines Tages Heimelig der Sapünerzweg begegnet. Der Zwerg hilft ihr nicht nur in ihrer grössten Not, er erzählt dem kleinen Mädchen auch wie es dazu kam, dass die Zwerge aus Sapün vertrieben wurden und weshalb es bis zum heutigen Tag verboten ist, über Zwerge im Sapün zu sprechen. Ninas Abenteuer mit ihrem neuen Freund, von dem kein Mensch je erfahren darf, führt sie bis tief in eine verborgene Höhle der Chüpfenflue.

Selbst wer nicht daran glaubt, dass es in diesem abgelegenen Hochtal mit seinem wilden Berg, der Chüpfenflue, tatsächliche Zwerge gibt, wird von der spannenden Geschichte und den ausdrucksvollen Bildern in diesem Buch, die einer Liebeserklärung ans Sapün gleichkommen, begeistert sein. Oder tauchen Sie ein in die fantastische Zwerge Welt rund um den Chüpfenflue, an einem der Events für Kinder und Schulklassen.

www.heimeli.swiss



auf dem Schanfigger Höhenweg

## Schanfigger Höhenweg

Der Schanfigger Höhenweg kann in sechs Tages-Etappen bewältigt werden und führt über markierte Wanderwege oberhalb der Waldgrenze rund ums Schanfigg. Durch duftende Alpweiden, über kleine Bäche, vorbei an lauschigen braungebrannten, windschiefer Barmen marschieren, bedeutet Erholung für Körper und Seele. Und die grandiose Bergkulisse über dem Schanfigg ist Belohnung genug, den Höhenweg unter die Füsse zu nehmen. Auf der Peister Alp trifft man zufrieden weidende Kühe, die den Wanderern neugierig entgegenblicken. Gemütliche Hütten und heimelige Gasthäuser entlang der Wanderroute laden die Berggänger zum Verweilen und Übernachten ein.

**TIPP:**  
WANDERN IM SCHANFIGG!  
ATTRAKTIVE WEITWANDER-  
WEGE DURCHQUEREN DAS  
UNBERÜHRTE BERGTAL  
- WALSERWEG  
- JAKOBSWEG  
\*\*\*\*

Alpabzug Peister Alp



## Walersiedlungen

Das innere Schanfigg (Arosa, Langwies) wurde im 13. Jahrhundert von den Walsern besiedelt. Sie wanderten von Davos über den Strelapass nach Sapün und über den Casannapass ins Fondei ein. Die Walser prägten die Kultur, die Bauten und die Sprache des Schanfigg. Noch heute sind einzelne Siedlungen ganzjährig bewohnt. Langwies gilt als Ausgangspunkt für Wanderungen in die charakteristischen Walsersiedlungen Fondei, Medergen und Sapün. Der rund 2-stündige Fussmarsch wird belohnt durch satte Bergwiesen, einzigartige Panoramen, urchige Bergbeizli und traditionelles Kulturgut.

### TIPP:

Erleben Sie die Walsers-Kultur beim Schaukäsen, beim «Hengert» oder auf einer Kulturführung durchs Fondei. «Strassberg erleben» ein Angebot des Verkehrsvereins Langwies.

## Streifzüge durch das Schanfigg



Sommer 2020

Arosa  
Schanfigg

graubünden

## Streifzüge durch das Schanfigg

Das wilde Bergtal zwischen Arosa und Chur hat seinen ursprünglichen Charakter und die kulturellen Besonderheiten bis heute bewahrt.

Mit der Arosa Card können Sie eine kostenlose Zufahrt auf einer der schönsten Bahnstrecken Europas erleben! Über imposante Brücken, entlang spektakulärer Steilwände, durch die urtümliche und wilde Landschaft des Schanfigg windet sich die 1914 eröffnete Chur-Arosa-Bahn der RhB. Auf der rund 20km langen Bahnfahrt von Arosa nach Lügen gibt es vieles zu entdecken: grossartige Aussichten, unberührte Natur, versteckte Kulturschätze, urchige Gaststuben und ein Einblick in die traditionelle bäuerliche Welt.

Aussteigen lohnt sich!

## Wichtige Nummern

**Litzirüti**  
ruethof.ch ✕ ☎ T+41 81 377 11 28  
hotelramoz.ch ✕ ☎ T+41 81 377 10 63  
in-da-bruenssch.ch ☎ T+41 81 377 33 34

**Langwies**  
langwies.ch ☎ T+41 81 374 22 55  
Gasthaus Edelweiss ✕ ☎ T+41 81 374 17 77  
alpostlangwies.ch ☎ T+41 79 769 62 72  
hausstrela.ch ☎ T+41 81 374 13 63  
B&B Hof Zippert ☎ T+41 81 374 20 76  
B&B Ernesto ☎ T+41 79 898 10 33  
schluoch-hof.ch ☎ T+41 81 374 21 04  
skihaus-casanna.ch ✕ ☎ T+41 81 374 20 82  
berggasthaus-strassberg.ch ✕ ☎ T+41 81 374 22 32  
heimeli.swiss ✕ ☎ T+41 81 374 21 61  
Bergbeizli Alpenrose, Medergen ✕ ☎ T+41 79 766 84 14  
Naturfreundehaus Medergerfluh ☎ naturfreunde-arosa.ch  
Pepi Beizli ☎ T+41 81 374 20 92  
Dorfäden ☎ ☎ ☎ T+41 81 356 42 42

**Peist**  
peist.ch ☎ T+41 79 776 61 30  
Silvanas Bäsebeiz ☎ T+41 81 374 11 47  
Evis Brunnästübli ☎ T+41 81 374 12 05  
BnB Mountain Lodge ☎ T+41 79 568 86 00  
tapetenwechsel-peist.ch ☎ T+41 79 759 20 11  
Dorfäden ☎ ☎ ☎ T+41 81 374 12 49

**St. Peter-Pagig**  
hochwang-tourismus.ch ☎ T+41 79 342 09 23  
sporthotelanne.ch ✕ ☎ T+41 81 374 16 85  
pagigerstuebli.ch ✕ ☎ T+41 81 374 11 71  
hochwanghuette.ch ☎ T+41 79 282 64 47  
panorama-bar-fatschel.ch ✕ ☎ T+41 79 673 11 43  
Dorfäden St. Peter ☎ ☎ ☎ T+41 81 374 11 16

**Molinis**  
postbeizli.ch ✕ aktives-molinis.ch  
T+41 81 374 12 17

**Lügen**  
Dorfbeiz Lündengärtli ☎ T+41 79 324 92 62

**Castiel**  
Restaurant Pasunna ✕ T+41 81 253 39 75

**Calfreisen**  
dorfverein-calfreisen.ch  
Gassa-Beizli ☎ T+41 81 252 86 76

**Tschierschen-Praden**  
tschierschen.ch ☎ ☎ ☎ T+41 81 373 10 10  
furglis.ch ✕ ☎ T+41 81 373 14 14  
huenerkoepfe.ch ☎ T+41 81 373 11 88  
edelweiss-tschierschen.ch ✕ ☎ T+41 81 373 10 44  
the-alpina.com ✕ ☎ T+41 81 868 80 88  
the-alpinalodge.com ✕ ☎ T+41 81 868 80 88  
Bistro Central ✕ T+41 81 373 14 69

arosalenzerheide.swiss/arosa ☎ T+41 81 378 70 20

## Calfreisen

Calfreisen liegt auf einer Sonnenterrasse abseits der Kantonsstrasse und ist von der Postautohaltestelle «Calfreisen», an der Linie Chur-Peist, in 15 Gehminuten erreichbar. Das kleine, beschauliche Dorf hat einen wunderschönen Dorfkern. Es gibt zahlreiche alte Holzhäuser, die eng aneinander gebaut sind und fürsorglich gepflegt und renoviert werden. Das Wahrzeichen von Calfreisen ist die Burgruine Bernegg, erstmals im Jahr 1231 erwähnt.

### TIPP:

Wanderung auf den Montalin, mit atemberaubendem Weitblick und der Chance das Bündner Wappentier - den Steinbock - anzutreffen.

## Bogenparks Hochwang

Im Herzen des Schanfigg liegen die drei attraktiv gestalteten «Bogenparks Hochwang». Hinter dem malerischen Dörfchen Pagig, im schattigen Fatschelerwald und hoch über der Waldgrenze zwischen Triemel und Hochwanghütte mit Blick in die faszinierende Bergwelt, befinden sich unsere spannend angelegten Parks, alle mit 28 3-D Tieren ausgestattet. Grillplätze und gemütliche Gaststätten laden zum Verweilen ein. Einführungskurse sind für Anfänger obligatorisch und in der Materialmiete inbegriffen. Gratis Parkplätze, täglich offen, Anmeldung für Bogenmiete 079 697 51 48.

bogenpark-hochwang.ch

**TIPP:**  
MIT IHREM FAMILIEN-  
ODER FIRMENAUSSFLUG  
TREFFEN SIE HIER VOLL  
INS SCHWARZE!  
\*\*\*\*



Bogenpark Hochwang

## Peist

Peist ist ein lebhaftes Handwerker- und Bauerndorf mit Dorfläden, Besenbeizen und einem regen Vereinsleben. Die grossen Steinhäuser und der markante Zwiebel-Kirchturm sind von weitherum sichtbar und erzählen die Geschichte vom verheerenden Dorfbrand von 1874. Der Dorfkern ist umgeben von Bauernhöfen, Hecken und Wiesen. Ein kurzer Spaziergang führt zum Bahnhof, wo die älteste Esche Europas mit einem beachtlichen Stammumfang von 9 Metern wächst. Wanderwege führen nach Molinis oder Fatschel, zum Maiensäss oder hoch hinauf auf den Schanfigger Höhenweg. Im Sommer mähen und heuen die Landwirte die Wiesen vom Talgrund bis hinauf zu den Bergwiesen unterhalb des Mattijschorns, derweil das Vieh auf der Peister Alp und den umliegenden Alpen söm-mert.

## Litzirüti

Hier fügen sich die beiden Talseiten, die sich von Chur nach Arosa erstrecken und von der Plessur durchschnitten werden, wieder zusammen. Litzirüti ist Ziel vieler Wanderungen und Biketouren. Litzirüti ist nicht nur durch die günstige Verkehrslage, sondern auch durch die ausgezeichneten Gaststätten Ziel und Ausgangspunkt vieler Wanderungen und Biketouren. «Litz» bedeutet am Schatten gelegen. Das bekommt dem kleinen Dorf recht gut, denn wo bekanntlich Schatten ist, da ist die Sonne nicht weit.

### TIPP:

Auf dem Lempfad nach Langwies gibt es kurz nach Litzirüti eine gekennzeichnete Abkürzung. Diese führt Sie entlang der Plessur bis zum Viadukt, wo Sie wieder auf den Lempfad gelangen. Hier ist Trittsicherheit und Abenteuerlust gefragt.



Eine Rarität: Frauenschüeli im Schanfigg

Aussteigen lohnt sich!

Arosa  
Lenzerheide

**NOSTALGIEPOSTAUTO**  
EIN STÜCK  
SCHWEIZER KULTURGUT.  
EIN ERLEBNIS FÜR GENESSENER  
UND FAMILIEN.  
STEIGEN SIE EIN!  
\*\*\*\*



Nostalgiepostauto

## Lügen

Lügen, auch bekannt als «Schanfigger Riviera», ist klimatisch so mild, dass Trauben, Kivis und Aprikosen gedeihen. Das Dorf ist vom Bahnhof in 10 min erreichbar. Nach Lügen führen originelle Wanderwege ab St. Peter-Pagig via Hängebruggli und Galgenbühl oder von Tschierschen via Plessurbrücke am Kraftwerk Lügen vorbei. Seit 1914 wird in diesem Wasserkraftwerk sauberer Strom produziert. Ein besonderes Bijoux ist die kleine Kirche St. Zeno mit seinen kunstvollen Fresken aus der Werkstatt des Walten-sburger Meisters.

**TIPP:**  
WALTENSBURGER  
MEISTERWERKE -  
KIRCHENFÜHRUNG IN LÜGEN  
29.08.20  
17.10.20  
\*\*\*\*

## Castiel

Castiel wurde erstaunlich früh besiedelt. Auf der Hügelkuppe Carschling, oberhalb der Kirche, sind verschiedene prähistorische Besiedlungsphasen und römischer Siedlungsbau nachgewiesen. Das Prunkstück des Dorfes ist das Podestatenhaus, im Volksmund «Tobel-Luz» genannt. Es wurde 1621 für Landammann Luzius Schmid erbaut und gilt als das schönste Haus und eines der wertvollsten Baudenkmäler im Schanfigg. Das Dorf liegt an der Postautolinie Chur-Peist. Vom Bahnhof Lügen erreichen Sie Castiel in rund 30 Gehminuten. Das Dorf wird von der Landwirtschaft geprägt. Hofläden bieten ihre geschätzten Produkte an und bei einer Einkehr im Restaurant Pasunna trifft man Einheimische und Gäste.

**TIPP:**  
„SCHANFIGGER CHÄS-  
FESCHT“ AM SONNTAG,  
30. AUGUST 2020 BEI DER  
HOCHWANGHÜTTE.  
\*\*\*\*

## St. Peter - Hochwang

Die Kirche St. Peter mit ihrem mächtigen Glockenturm wurde im Jahr 831 erstmals erwähnt. Sie war über Jahrhunderte die bestimmende Kirche des Tals. Ein kulturhistorischer Schatz offenbart sich im Innern der Kirche, ein Wandtabernakel aus der Zeit um 1500. Vom Bahnhof erreichen Sie die Kirche in 20 Gehminuten. Oberhalb der Dörfer St. Peter und Pagig liegt auf einer Sonnenterrasse der Weiler Fatschel, ein ehemaliges Maiensäss. Das Nostalgiepostauto fährt Sie jeweils Samstag und Sonntag vom Bahnhof St. Peter-Molinis über Pagig hoch nach Fatschel und weiter nach Triemel, einem beliebten Ausgangspunkt für verschiedene Wanderungen.

hochwang-tourismus.ch



Grillplatz Fasolis, Pagig

## Langwies

Mit dem Bau des Viadukts um 1912 fand Langwies weltweit Beachtung. Die 284 Meter lange und 62 Meter hohe Stahlbetonbrücke ist ein Kulturgut von nationaler Bedeutung. Warum Langwies trotzdem nicht Langbrück heisst, können Sie im Kulturhaus Schanfigg erfahren (im Dorfzentrum, 10 Gehminuten vom Bahnhof). Hier befindet sich auch die Raetica-Bibliothek aus dem Nachlass von Divisionär Jörg von Sprecher, Jenins. Ein Haus voller fantastischer Geschichten, historischer Fakten und wechselnden Ausstellungen (mittwochs von 14 - 17 Uhr geöffnet).

**MÄRLI WEG**  
LIEBEVOLL GESTALTETER  
THEMENWEG MIT MÄRCHEN  
DER GEBRÜDER GRIMM  
\*\*\*\*

## Bahnverbindung ab Arosa (Angaben ohne Gewähr) weitere Verbindungen unter rhb.ch

Arosa	ab	7:49	8:49	9:49	10:49	11:49	12:49	13:49	14:49	15:49	16:49	17:49	18:49	19:49	21:07
Litzirüti		7:58	8:58	9:58	10:58	11:58	12:58	13:58	14:58	15:58	16:58	17:58	18:58	19:58	21:17
Furggis		8:05	9:05	10:05	11:05	12:05	13:05	14:05	15:05	16:05	17:05	18:05	19:05	20:04	21:23
Peist		8:13	9:13	10:13	11:13	12:13	13:13	14:13	15:13	16:13	17:13	18:13	19:13	20:12	21:32
St. Peter-Molinis		8:17	9:17	10:17	11:17	12:17	13:17	14:17	15:17	16:17	17:17	18:17	19:17	20:15	21:36
Lügen-Castiel		8:28	9:28	10:28	11:28	12:28	13:28	14:28	15:28	16:28	17:28	18:28	19:28	20:25	21:44
Chur Altstadt		8:44	9:44	10:44	11:44	12:44	13:44	14:44	15:44	16:44	17:44	18:44	19:44	20:42	22:00
Chur	an	8:53	9:53	10:53	11:53	12:53	13:53	14:53	15:53	16:53	17:53	18:53	19:53	20:45	22:05

## Bahnverbindung ab Chur (Angaben ohne Gewähr) weitere Verbindungen unter rhb.ch

Chur	ab	8:08	9:08	10:08	11:08	12:08	13:08	14:08	15:08	16:08	17:08	18:08	19:08	20:06	21:00
Chur Altstadt		8:10	9:10	10:10	11:10	12:10	13:10	14:10	15:10	16:10	17:10	18:10	19:10	20:08	21:02
Lügen-Castiel		8:28	9:28	10:28	11:28	12:28	13:28	14:28	15:28	16:28	17:28	18:28	19:28	20:25	21:20
St. Peter-Molinis		8:37	9:37	10:37	11:37	12:37	13:37	14:37	15:37	16:37	17:37	18:37	19:37	20:33	21:28
Peist		8:41	9:41	10:41	11:41	12:41	13:41	14:41	15:41	16:41	17:41	18:41	19:41	20:37	21:32
Langwies GR		8:50	9:50	10:50	11:50	12:50	13:50	14:50	15:50	16:50	17:50	18:50	19:50	20:44	21:40
Litzirüti		8:58	9:58	10:58	11:58	12:58	13:58	14:58	15:58	16:58	17:58	18:58	19:58	20:51	21:48
Arosa	an	9:09	10:09	11:09	12:09	13:09	14:09	15:09	16:09	17:09	18:09	19:09	20:09	21:03	21:56

## Postautoverbindung Chur-Peist (Angaben ohne Gewähr) weitere Verbindungen unter postauto.ch

Chur	ab	8:10	12:05	15:48	18:15	20:10	Peist	ab	9:07	12:57	16:32	19:02	20:35
Calfreisen Abzw.		8:28	12:23	16:06	18:33	20:20	St. Peter		9:10	13:00	16:35	19:05	20:40
Castiel		8:30	12:25	16:08	18:35	20:23	Pagig Abzw.		9:12	13:02	16:37	19:07	20:42
Pagig Abzw.		8:37	12:32	16:15	18:42	20:28	Castiel		9:20	13:10	16:45	19:15	20:47
St. Peter		8:39	12:34	16:17	18:44	20:30	Calfreisen Abzw.		9:21	13:11	16:46	19:16	20:50
Peist	an	8:48	12:43	16:26	18:53	20:35	Chur	an	9:45	13:35	17:05	19:35	21:05

## Fahrzeiten Nostalgie-Postauto

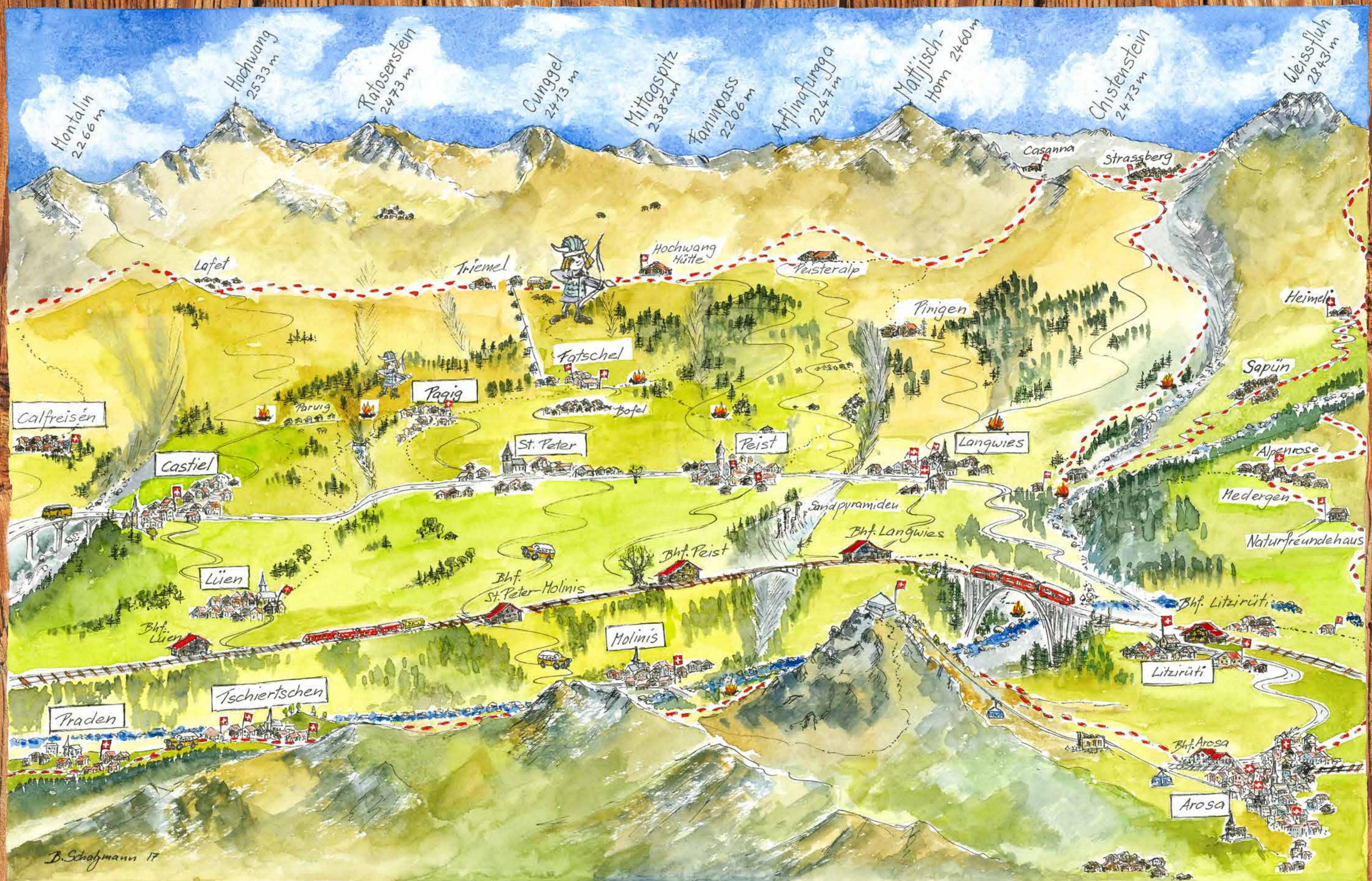
### Farur – Tschierschen – Molinis

Farur	ab	10:45	12:05	14:05	16:25
Waldstetal		10:51	12:11	14:11	16:31
Furggis		10:56	12:16	14:16	16:36
Zinsirank		11:00	12:20	14:20	16:40
Kiesgrube		11:03	12:23	14:23	16:43
Tschierschen	an	11:13	12:33	14:33	16:53
Postauto v. Chur ab		12:05	13:05	14:25	17:25
Postauto v. Chur an		07:31	08:31	14:31	16:31
Tschierschen	ab	08:00	08:45	14:25	16:55
Messmermatta		08:09	08:54	14:44	17:04
Usser Zana		08:17	09:02	14:52	17:12
Molinis Sand		08:21	09:06	14:56	17:16
Molinis BfH.	an	08:28	09:13	15:03	17:23
RhB n. Chur ab		08:17	09:17	15:17	18:17
RhB n. Arosa ab		08:37	09:37	15:37	17:37
PA n. Triemel ab		08:40	10:40	15:20	18:20

\* Samstag/Sonntag

### Molinis – Pagig – Fatschel – Triemel

PA v. Tschierschen	ab	08:28	15:03
RhB v. Arosa an		08:17	10:17
RhB v. Chur an		08:37	10:37
Molinis BfH.	ab	08:40	10:40
St. Peter Rathaus		08:45	10:45
St. Peter Abzw.		08:46	10:46
Pagig Pagigerstübli		08:50	10:50
Bofel		09:01	11:01
Fatschel Parkol.		09:06	11:06
Fatschel Tanne		09:0	



D. Schaffmann 17

-  Schanfigger Höhenweg
-  verschiedene Strässchen Wege
-  Bogenpark
-  Bahnlinie Chur-Arosa
-  Fluss Plessur
-  Hütten Restaurants Gaststätten
-  Feuerstellen