

Val Müstair 2018

Biosfera total

**Wanderwoche vom
Sonntag, 19. – Samstag, 25. August 2018**



Lai da Rims

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 einer Woche lernen wir das in jeder Beziehung einzigartige Val Müstair und seine weite und ursprüngliche Landschaft kennen - ein oft vergessenes Kleinod der Schweiz. Dabei sind wir im Hotel Central in Valchava stationiert und schätzen die herzliche Gastfreundschaft und auch den Vorteil, stets nur mit einem kleinen Tagesrucksack ausgerüstet unterwegs zu sein. Wer will kann auch eine Pause einschalten und sich im Hotel Central zusätzlich verwöhnen lassen: Sauna sowie ein Meditationsraum sind für Hotelgäste im Preis inbegriffen.

Programm: (Routenänderungen je nach Wetterverhältnissen möglich)

- So 19.8.** **Anreise**, individuell. **17.00 Begrüssungsapéro**, Präsentation der Wanderwoche, 18.00 Uhr Nachtessen
- Mo 20.8.** Einlauftour auf dem Höhenweg „**Senda Val Müstair**“: Ofenpass, 2149 m – Lai da Juata – Lü - Urschai - Craistas – Valchava, 1412 m - ca. 5 Std.
- Di 21.8.** Lü, 1'920 m - **Fuorcla Sassalba**, 2601m u. ev. Muntet/Piz Terza – Pass da Costainas, 2'550 m – zurück nach Lü (4-5 Std.), zurück mit Bus
- Mi 22.8.** Ofenpass, 2'149 m – **Piz Daint**, 2'968 m – Abstieg über Döss dal Termel und zum Ofenpass – ca. 6 Std. und zurück mit Bus

- Do 23.8.** Val Vau, P 2'027 m (Privat-Bus) – **Lai da Rims**, 2'407 m – **Piz Umbrail**, 3'033 m – Abstieg (T3) zum Pass Umbrail, 2'500 m und zurück mit Bus
- Fr 24.8.** **Piz Chavalatsch**, 2'763 m (Privat-Bus bis P 1867 m ob Müstair) – grossartige **Panoramawanderung** zur Rifair Scharte, 2'455 m – Plaschweller, 2'534m - Glurnser-Köpfl, 2'401 m und Abstieg in das mittelalterliche Städtchen Glurns (It.), 910 m - ca. 8 Std. und zurück mit Bus
- Sa 25.8.** Abschluss der Woche u. individuelle Heimreise
- Karten:** Landeskarten der Schweiz 1:25'000: 1239 Sta. Maria; 1219 S-charl; 1239 bis Müstair; 1219 bis Glurns/Glorenza
- Preis:** **Fr. 965.--; inbegriffen:** Begrüssungsapéro, alle Übernachtungen inkl. HP (grosszügige Doppelzimmer im Hotel Central, Einzelzimmer gegen einen Zuschlag von Fr. 25.- pro Nacht möglich – bitte **rasch** melden!); diverse private Transporte/Bus-PTT; Saunabenützung im Hotel; Meditationsraum
- Ausrüstung/
Schwierigkeit:** Wanderausrüstung, gute Wander-/Trekking-Schuhe, Regenschutz, Zwischenverpflegung (kann jeweils in Valchava/Hotel ergänzt werden); wir bewegen uns auf durchwegs guten Wanderwegen (weiss-rot-weiss), für den Abstieg vom Piz Umbrail ist etwas Trittsicherheit erforderlich. Gültige ID, ev. einige Euro, 1/2-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 Teilnehmer/Innen), **spätestens bis 31.5.2018** 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 19. – 25.8.2018** „Val Müstair 2018“.

| | |
|-----------------------|----------------|
| Name: | Vorname: |
| Strasse/Nr.: | PLZ/Wohnort: |
| Tel. Privat: | Tel. Geschäft: |
| Natel: | E-Mail: |
| Halbtax-Abo / GA SBB: | ja / nein |

5.9.2017/pm