

Bergfrühling im Val Müstair 2019

Wanderwoche vom
Samstag, 29.6. – Samstag, 6.7. 2019



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 Sie 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 geniessen die Gastfreundschaft und auch 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 sowie ein Meditationsraum sind für Hotelgäste im Preis inbegriffen.

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

- Sa 29.6.** **Anreise**, individuell. **17.00 Begrüssungsapéro**, Präsentation des Wochenprogramms, 18.00 Uhr Nachtessen
- So 30.6.** Einlauftour auf dem Höhenweg „**Senda Val Müstair**“: (ÖV) Ofenpass, 2149 m – Lai da Juata – Lü – (ÖV) Fuldera Furom: dem Rombach folgend nach Valchava, 1412 m - ca. 5 Std.
- Mo 1.7.** (ÖV) Ofenpass, 2149 m – Döss dal Termel – Alp Mora, 2018 m – Val Mora nach Vau, 1762 m - zurück mit Bus (**), ca. 5 Std.
- Di 2.7.** (**) Müstair, 1247 m – Avignatal – Cruschetta, 2291 m – S-charl, 1808 m, ca. 6 Std., (ÖV) S-charl-Scuol-Zernez-Ofenpass-Valchava

- Mi 3.7.** (**) Lü/Alp Valmorain, P 2194 m – Fuorcla Sassalba – Piz Muntet, 2763 m – Pass da Costainas, 2250 m – Lü – (ÖV) Fuldera cumün, westlicher Waldweg nach Valchava, ca. 6 Std.
Abendvortrag: Geschichte und Kultur des Val Müstair (H.P. Schreich)
- Do 4.7.** (**) P 1867 m ob Müstair – **Piz Chavalatsch**, 2763 m - grossartige **Panoramawanderung** zur Rifair Scharte, 2'455 m – Glurnser Alm, 1978 m und Abstieg in das mittelalterliche Städtchen Glurns (It.), 910 m - ca. 6-7 Std. und zurück mit ÖV
- Fr 5.7.** (ÖV) Müstair: 10.00 Uhr Führung im Kloster San Jon, Mittagessen Im historischen Hotel Chalavaina (beim Kloster) – zurück auf Panoramaweg nach Valchava, ca. 3 Std.
- Sa 6.7.** 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.1'190.--; **inbegriffen:** 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** (**) und **ÖV**, **Vortrag** von Herrn H.P. Schreich sowie **Führung** im Kloster San Jon in Müstair und **Mittagessen** in der historischen Chasa Chalavaina; 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 31.5.2019** 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 29.6. – 6.7.2019: „Val Müstair 2019“**.

Name: _____ Vorname: _____

Strasse/Nr.: _____ PLZ/Wohnort: _____

Tel. Privat: _____ Natel: _____

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