

David Coulin

Das grosse Wanderbuch  
**Graubünden**

AT Verlag

- 8 Vorwort: Entdecken Sie die Vielfalt Graubündens
- 10 Einführung: So macht das Wandern Spass
- 12 Die Wanderungen nach Schwierigkeitsgraden

## **Bündner Oberland – An der Quelle**

- 18 Vom Oberalppass zum Piz Cavradi: Am Ursprung des Rheins
- 21 Vom Garveragrat zur Greina-Hochebene: Vom Wasser zum Strom
- 24 Hoch über Disentis: Quellen der Kraft
- 27 Von Trun nach Rueun: An der Quelle der Bündner Geschichte

## **Von Ilanz bis Bonaduz – Der Berg im Tal**

- 32 Rund um den Flimserstein: Das Erbe der Zyklopen
- 35 Rheinschlucht: Abheben über dem Canyon
- 38 Tenna: Der Bergsturz aus der Vogelperspektive

## **Zwischen Vorderrhein und Hinterrhein – Auf Walserspuren**

- 42 Rund um das Bärenhorn: Auf Säumerpfaden hinein in Walsertäler
- 45 Safiental: Wo die letzten Walser wohnen
- 49 Vals, Zervreila: Vom Wasser geprägt

## **Misox und Calancatal – Italien in der Schweiz**

- 54 Sentiero Alpino Calanca: Gratwegs ins Misox
- 57 San Bernardino: Bekannt, aber unentdeckt
- 61 Val Cama: Natur pur
- 64 Val Calanca: Wilde Wunderwelt

## **Domleschg und Schams – Schutz und Trutz**

- 70 Domleschg: Auf den Spuren des Jörg Jenatsch
- 74 Viamala: Schlucht des schönen Schreckens
- 78 Schams: Kulturelle Faszination im Val Schons

## **Bündner Herrschaft und Churer Rheintal – Der Süden im Norden**

- 84 Malans, Vilan, Seewis: Berg und Bahn
- 87 Malans, Fläsch, Regitzerspitz: Über den Nebeln

- 90 St. Margretenberg, Vazer Alp, Calanda: Auf zum höchsten Churer
- 93 Rund um den Dreibündenstein: Zum Hochsitz des Bündnertums

#### **Prättigau – Das Nischenreich**

- 98 St. Antönien: Kleine grosse Wanderwelt
- 102 Sassauna und Prättigauer Höhenweg: Unter steilen Flühen
- 105 Furna und Hochwang: Von wilden Chrachen und sanften Ebenen

#### **Mittendrin – Schanfigg**

- 110 Zwischen den Fideriser Heubergen und dem FONDEI:  
Rund um das Mattjisch Horn
- 113 Zwischen Arosa und Tschierschen:  
Von den «Churfürsten» zu den Churer Alpen
- 116 Sapün und Mederger Flue: Bei den Walsern
- 119 Zwischen Aroscher Rothorn und Erzhorn: Im Reich der armen Minen

#### **Albula – Auf der Durchreise**

- 124 Bergün, Val Tuors, Val Tisch: Bahnwunder Albula
- 128 Rund um den Piz Ela: Das Echo vom Ela
- 131 Im Umkreis der Keschkütte: Kesch und mehr

### **Avers, Julier, Maloja, Bergell – Scheidewege**

- 136 Septimerpass: Am Nabel der Welt
- 139 Avers: Nischenwelt
- 142 Bivio: Babylon in den Alpen
- 145 Oberengadin: Himmel auf Erden
- 149 Bergell: Geadelte Berge

### **Bernina und Puschlav – Schöne Aussichten**

- 154 St. Moritz, Fuorcla Surlej und Val Roseg: Willkommen auf dem Logenplatz
- 157 Vom Piz Languard zum Piz Lagalb: Che bella vista!
- 160 Bernina und Puschlav: Auf besten Wegen ins Veltlin

### **Landschaft Davos – Tal der Täler**

- 166 Zwischen Vereina und Flüela: Obendrüber statt untendurch
- 169 Dischma und Sertig: Von der Enge in die Weite
- 172 Monstein: Rückblicke und Ausblicke

### **Die Nationalparkregion – Geschützt und ausgesetzt**

- 178 Schweizerischer Nationalpark: Ein Park für alle
- 181 Unterengadin: Ein Tal im Durchzug
- 184 Müstair: Wo Natur und Kultur verschmelzen
- 187 S-charl: Ein entdecktes Kleinod