

**Zeitschrift:** Mitteilungen der Naturforschenden Gesellschaft des Kantons Glarus  
**Herausgeber:** Naturforschende Gesellschaft des Kantons Glarus  
**Band:** 17 (1997)

**Rubrik:** Exkursionen

#### Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

#### Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

#### Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 04.02.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

# Exkursionen

Ausgewählte Wandervorschläge zu besonders interessanten und für unseren Kanton typischen Lebensräumen, zusammengestellt von den Autoren. Eine geeignete Wanderausrüstung ist wichtig für die persönliche Sicherheit. Für die Beschilderung oder Bezeichnung der Wege übernehmen wir keine Verantwortung. Die Länge der Pfeile in den Wegskizzen, die die Nordrichtung angeben, entsprechen einem Kilometer.

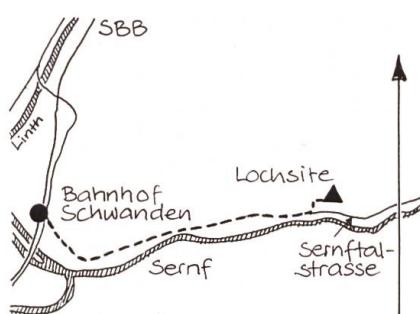
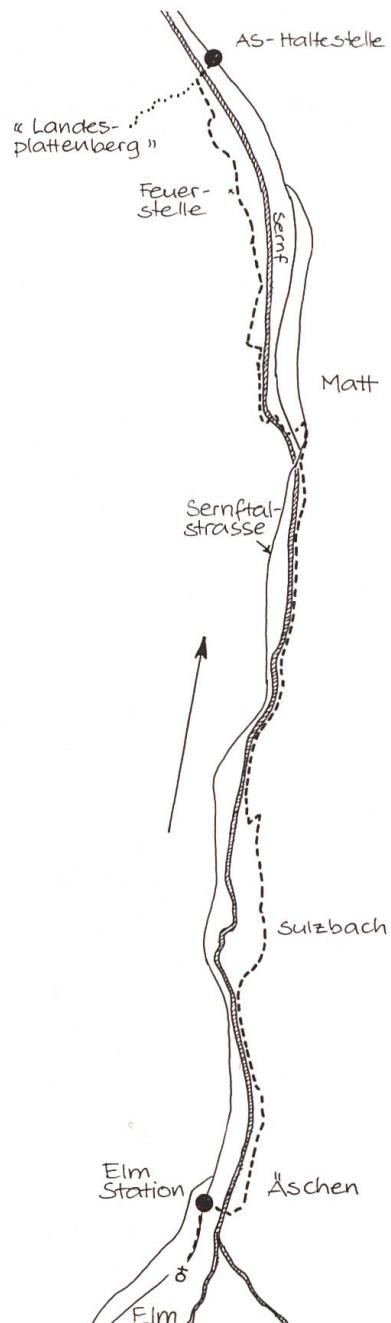
## Geologie

### Lochsite–Elm–Engi

Wanderzeit: 2½ Std. (ohne Führung im Landesplattenberg)

Die Lochsite ist der Ort, an dem die Erklärung zum Zustandekommen der dortigen Gesteinslagerung zur Deckentheorie, der Grundlage der modernen Geologie, führte. Der Bergsturz von Elm (1881) wurde durch unsachgemässen Schieferabbau verursacht. Das Martinsloch stellt den Überrest einer durch Gletschererosion freigelegten Karsthöhle dar. An den Tschingelhören und am Piz Segnas sieht man die Überschiebungsfäche besonders gut. Von der Römerzeit bis in die 60er Jahre unseres Jahrhunderts wurde am «Landesplattenberg» von Engi Schiefer abgebaut.

Abstecher vom Bahnhof Schwanden zur Lochsite: rechtsseitig der Kleintalstrasse folgen, bis das Trottoir endet. Der Leitplanke entlang (Vorsicht!) noch rund 150 m weiter, bis auf der anderen Strassenseite ein unscheinbarer hölzerner Wegweiser den steilen Pfad zur Lokalität anzeigt. Gleicher Weg zurück – für Kinder nicht geeignet. Nachher Fahrt mit Bus (oder PW) nach Elm, Station (ehemaliger Bahnhof der Sernftalbahn). Von hier aus kleiner Abstecher ins Dorf Elm. Von der Kirche aus sieht man das Martinsloch besonders gut, ein Felsenfenster im Südosten, durch welches zweimal im Jahr die Sonne auf die Kirche scheint. Wieder zurückgehend zweigt man vor der alten Station nach rechts ab bis zur Brücke über den Sernf. Gleich nach dieser Brücke sieht



man besonders gut in die Abrissnische des Elmer Bergsturzes. Von hier aus talauswärts dem signalisierten Suworowweg folgen, am Äschenstein (Überrest des Bergsturzes) vorbei, bis man vor Matt auf die Kantonsstrasse trifft. Dieser nach rechts folgen und in die Abzweigung zum Dorf. Von hier geht nach links der Suworowweg wieder weiter über den Sernf und nach rechts bis zu einer hübschen Familienfeuerstelle am Waldrand. Dem Weg weiter folgend gelangt man zu einer Wegkreuzung in der Nähe der Sernf-

brücke, die als Treffpunkt für Führungen (anmelden bei Rhyner Sport, Elm) zum alten Schieferbergwerk «Landesplattenberg» gilt. Nach der normalerweise über zweistündigen Besichtigung (steiler Weg, gutes Schuhwerk wichtig) kann man sich über die Sernfbrücke zur Bushaltestelle an der Kantonsstrasse begeben (Bus nach Schwanden Bhf SBB oder nach Elm zum eigenen PW).

Geeignet für Familien (Kinder ab 10 Jahren) außer Abstecher zur Lochsite. Im Landesplattenberg ist es feucht-glitschig, gute Trittfestigkeit ist angebracht.

Beste Jahreszeit: ganzes Jahr, im Herbst lässt die fehlende Belaubung geologische Formationen besser erkennen.

## Wald

### Klöntal

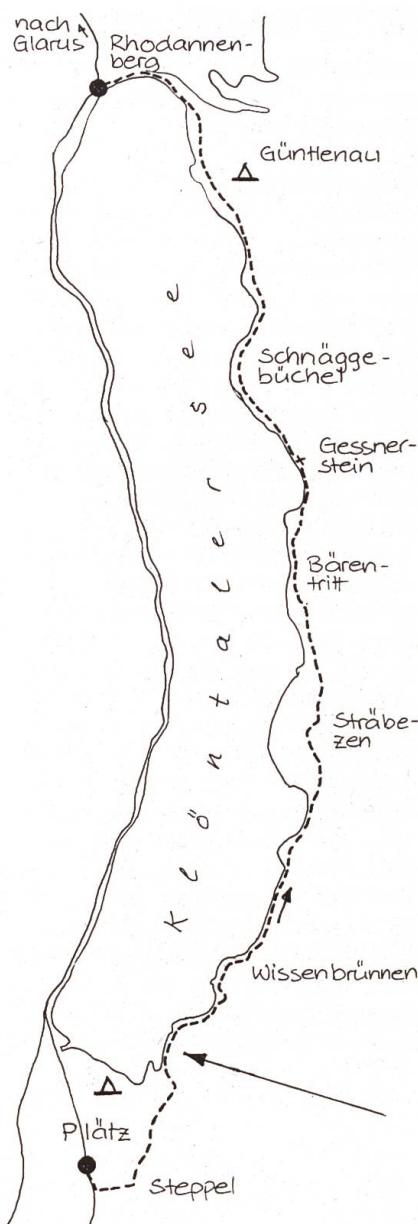
Wanderzeit: 2½ Std.

Schattig-feuchtes Klima am rechten Klöntalerseeufer und starke Beeinflussung durch alljährliche Lawinen- und Runsenniedergänge fördern Auen- und Schluchtwald-Gesellschaften.

Mit Postauto zum Plätz, über die Chlü zum Steppel und von da entlang des Wanderweges am Hangfuß des Glärnischmassivs durch den geschützten (Bundesinventar) Auenwald zum See. Von hier durch Turinermeister- und Hirschzungen-Ahornwälder zu den Sträbezen. Weiter über den Bärentritt (Versteinerungen im Felsschutt!) am Gessner-Denkmal vorbei zu den Badestränden von Schnäggебüchel und Güntlenau. Über den Damm zurück zum Rhodannenberg (Postauto-Haltestelle).

Geeignet für Familien (Kinder ab 6 Jahren)

Beste Jahreszeit: Frühsommer (Flora) bis Herbst (Stimmungen, Pilze). Im Sommer lässt sich die Exkursion mit Picknick und Badeplausch verbinden.



## Wald

### Gandwald, Elm

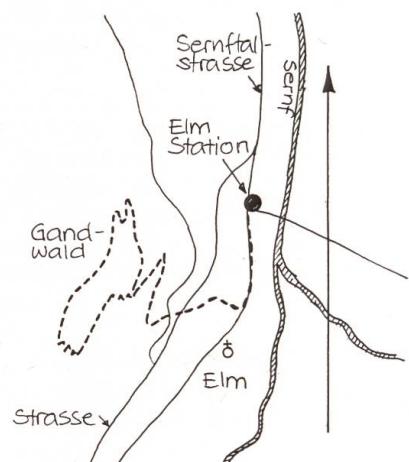
Wanderzeit: 1½ Std.

Streckenweise prächtige Steinplattenwege (alter Kurhausweg) durch schönen, geschützten Turinermeister-Ahornwald. Urtümlicher wilder Vegetationsaspekt, üppiger Türkenschlüssel-Bestand.

Vom Bahnhof Elm (Bushaltestelle) entlang der Dorfstrasse zum imposanten Grosshaus, rechts an diesem vorbei über ein Strässchen zur Umfahrungsstrasse. Diese überqueren (Vorsicht!), danach auch die Meliorationsstrasse. Ab hier ist der Rundgang beschildert.

Geeignet für Familien (Kinder ab etwa 8 Jahren).

Beste Jahreszeit: Sommer (Blüte der Türkenschlüssel) und Herbst (Verfärbung des Ahornlaubs).

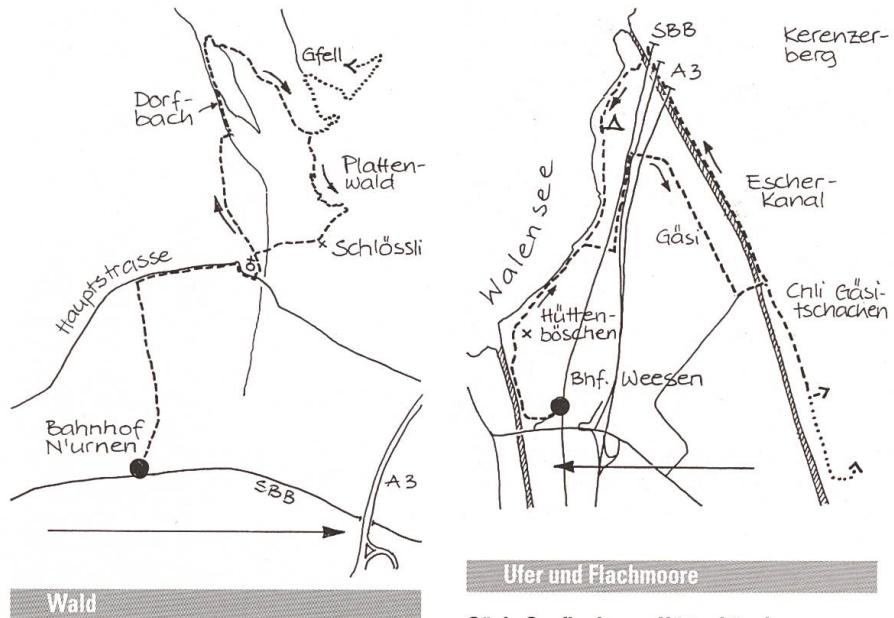


## Wald

### Etzelstock, Haslen

Wanderzeit: 4 Std.

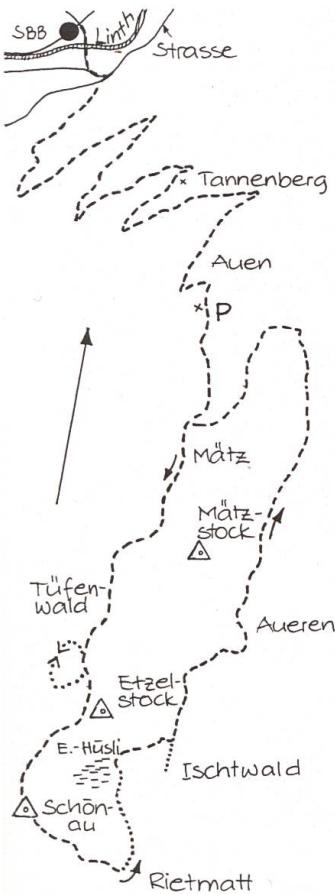
Tüfenwald und Ischtwald sind urtümliche, fast unberührte Gebirgsfichtenwälder; das Hochmoor beim Etzelhäusli ist noch relativ jung. Daneben Flachmoore und farbenprächtige Borstgrasrasen.



Mit PW von Haslen zum Auen (Ende asphaltierte Strasse, Parkplatz), von dort dem alten Alpweg über die Mätz zum Tüfenwald (schönes Flachmoor zwischen Weg und Wald!). Nach der Schneeschmelze viele kleine Seelein. Nach Abstecher zum Tüfenwald Aufstieg zur Schönau (Aussicht, Borstgrasrasen), von dort über Rietmatt zum Etzelhäusli (kein markierter Weg). Dem schmalen Weglein entlang dem Ischtwald (Abstecher nur für gute Berggänger, da steil und weglos) zur Alp Aueren. Das Fahrsträsschen führt zurück zum Parkplatz.

Geeignet für Familien (Kinder ab etwa 8–10 Jahren), anspruchsvoll

Beste Jahreszeit: Frühsommer bis Herbst, reiche Flora im Sommer, mystische Licht- und Farbverhältnisse im Herbst



### Plattenwald, Niederurnen

Wanderzeit: 1½ Std.

Riedwiese noch im Dorf Niederurnen als Überrest der ehemals versumpften Linthebene, Eichenmischwald beim «Schlössli» und ein besonders interessanter Lindenmischwald mit nacheiszeitlichen Relikten sind die Attraktionen dieser Exkursion.

Vom Bahnhof Nieder- und Oberurnen durchs Dorf geradeaus bis zur Hauptstrasse (kurz davor interessante Riedwiese linkerhand). Dieser rechts folgen bis zur Abzweigung nach links vor dem Dorfbach zur Seilbahnstation Niederurnen–Morgenholz. Bei der Seilbahnstation den Dorfbach überqueren und am hangseitigen Ufer entlang bis zur Holzbrücke. Dort dem schmalen Weglein durch das Wäldchen (Turinermeister, Orchideen) nach oben zur Alpstrasse (Aussicht über obere Linthebene und Walensee). Dieser weiter folgen bis in den Wald. Beim Austritt aus dem Wald der schmalen Wegspur (Richtung Restaurant Schlössli) rechts folgen. Variante/Abstecher: der Strasse weiter folgen bis zum Gfell, dort dem Wanderweg entlang nach Norden in die seltene Waldgesellschaft mit den Überresten der subtropischen, nacheiszeitlichen Flora (Schmerwurz, Turinermeister, Zykamen, Pimpernuss) und zurück (ca. 1 Std.). Der Weg zum Schlössli führt durch einen Eichenmischwald mit Stechpalmen. Vom Schlössli durch den Weinberg («Burgwegler») zurück zur Hauptstrasse und zum Bahnhof.

Geeignet für Familien (Kinder ab 6 Jahren)

Beste Jahreszeit: Frühling bis Herbst

### Ufer und Flachmoore

#### Gäsi–Seefleksen–Hüttenböschen

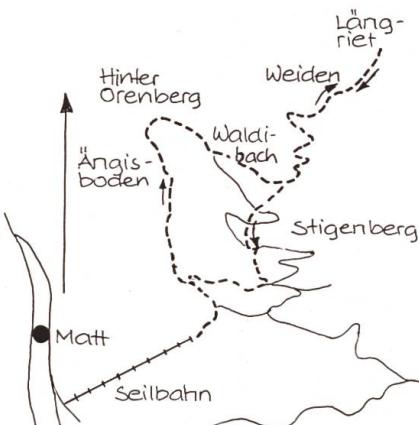
Wanderzeit: 1½ Std.

Verschiedene Überreste der Vegetation der ehemals versumpften Linthebene. Im Winter viele gefiederte Gäste aus dem hohen Norden, im Sommer seltene Brutvögel, Amphibien, Schmetterlinge und Libellen.

Vom Bahnhof Weesen dem Autobahnzubringer entlang zum Linthkanal, diesem entlang zum See. In Hüttenböschen Reste eines ehemaligen gallorömischen Tempels, umgeben von einem ersten Schutzgebiet mit verschilfeten Flächen und Kleinseggenriedern. Dem See entlang, nach dem Steg nach rechts. Dem kanalisierten Bächlein folgend Bahnlinie unterqueren, anschliessend auf dem Fahrsträsschen Abstecher nach rechts zu den ehemaligen, heute trockenen Fischzucht-Weiher (vielfältige Flora und Fauna). Dem Fahrsträsschen entlang wieder zurück, bis eine Unterführung (nach rechts) die Unterquerung der Autobahn ermöglicht. Diesem Strässchen entlang durch ein Wäldchen, bis linkerhand eine Brücke den Escherkanal zu überqueren erlaubt. Nun Abstecher nach rechts zum Chli Gäsitschachen mit verschiedenen kleinen Feuchtgebieten, anschliessend zurück und der Strasse entlang parallel zum Escherkanal Richtung See. Unter Autobahn und Bahnlinie zur ehemaligen Eisenbahnbrücke über den Kanal zum Campingplatz Gäsi. Immer dem Ufer entlang auf die ursprüngliche Route und zurück zum Bahnhof Weesen.

Geeignet für Familien (Kinder ab 6 Jahren)

Beste Jahreszeit: Juni bis August (Vegetation), Winter (Vögel)



### Hoch- und Flachmoore, Feuchtwiesen

#### Weissenberge

Wanderzeit: 3 Std.

Mehrere Flachmoore von nationaler und regionaler Bedeutung, einzige Streusiedlung im Kanton. Artenreiche Mager- und Heuwiesen mit grosser Artenvielfalt. In den Flachmooren saure Kleinseggenrieder und Kalk-Kleinseggenrieder, die in unserem Kanton besonders selten sind.

Von Matt aus mit der Seilbahn in die Weissenberge, dann dem Fussweg folgend bis zur ersten Brücke. Nach dieser nach links dem steilen Fussweg folgend zu den Ängisböden (Flachmoore). Im Hinter Orenberg nach rechts (schwache Wegspur) Richtung Waldibach durch sehr artenreiches Flachmoor. Dem Fussweg und später dem Fahrsträsschen folgend ins Gebiet Weiden/Längriet (Flachmoor von nationaler Bedeutung). Das Fahrsträsschen (auch Abkürzungen möglich) führt wieder zur Bergstation der Seilbahn hinunter.

Geeignet für Familien (Kinder ab 8 Jahren), Picknick-Pause an Schweizer Familie-Feuerstelle (signalisiert) möglich.

Beste Jahreszeit: Juli bis September

Vom Restaurant Obersee (Haltestelle «Obersee-Taxi» ab Bahnhof Näfels, tel. Reservation empfohlen) zurück zur Abzweigung des Strässchens zum Lochberg. Diesem folgend zum Boggenberg (oberster Hof), von dort gemäss Wegweiser auf Wiesenpfad zum Boggenmoor (Weg nicht verlassen!) zur Rossweid. Von hier auf dem schwierig zu findenden feuchten Pfad zum Schattenstafel am Rand des Grossmoos. Nach dem Steg rechts zum Parkplatz am Ende der Schwänditalstrasse. Der Strasse folgen zum kleinen Schulhaus. Fussweg nach rechts Richtung Eggberg/Näfletenberg. Von hier steil durch prächtigen Wald zum Restaurant Äschen (Haltestelle «Obersee-Taxi», falls angemeldet). Variante mit PW: Parkieren beim Äschen, von dort der Oberseestrasse entlang zur Abzweigung der Strasse in den Lochberg (ca. 20 Min.).

Geeignet für Familien (Kinder ab 8 Jahren), etwas weitläufig auf der Schwänditalstrasse.

Beste Jahreszeit: Frühsommer (Orchideen!) oder August (Moorenzian, Moosbeere). Im Herbst sind die verfärbten Moose besonders reizvoll.

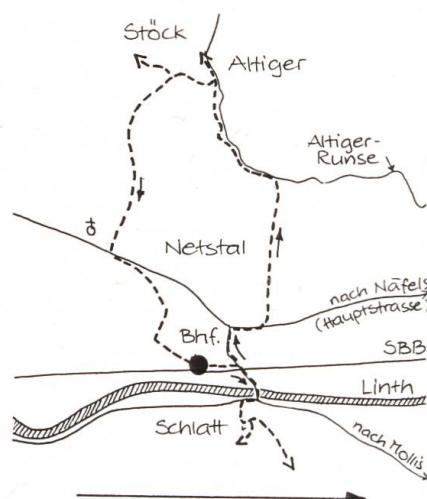
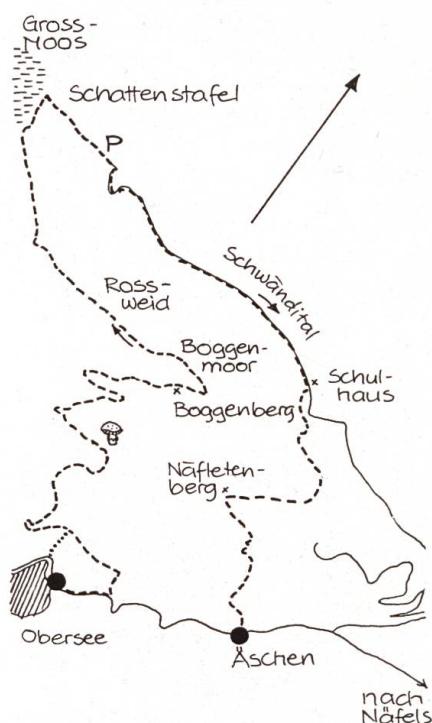
### Magerwiesen, Hecken

#### Schlatt–Altiger–Netstal

Wanderzeit: 2 Std.

Letzte Restflächen der «traditionellen Kulturlandschaft», artenreiche Magerwiesen, in denen auch durch Lawinen heruntergebrachte Vertreter der alpinen Rasen blühen können (Altiger). Viele Insektenarten; Hecken und Waldränder sind hier ürtümlich.

Vom Bahnhof Netstal aus in Richtung Mollis die Bahnlinie und die Linth überqueren. Nach der Brücke ca. 100 m nach rechts. Bereits befindet man sich am Rand der Magerwiese des Schlatt. Auf dem steilen Fussweg in Richtung Schlattstein (Gletscherfindling aus dem Tödgebiet, seit 1908 unter Schutz) und darüber hinaus gelangt man weiter ins Gebiet und kann in Ruhe nach Blumen und Schmetterlingen Ausschau halten. Nach diesem Abstecher anschliessend wieder retour über Linth und Bahnlinie, aber geradeaus weiter zur Hauptstrasse. Dieser knapp 200 m Richtung Näfels folgen. Nach links zweigt ein Fahrsträsschen ab, das zur



### Hochmoore, Magerwiesen

#### Boggenberg–Grossmoos

Wanderzeit: 4 Std.

Das Grossmoos und vor allem das Boggenmoor sind Hochmoore mit typischer Vegetation, umgeben von Flachmooren, Feucht- und Magerwiesen (bewirtschaftet). Sie sind allerdings sehr trittempfindlich, also bitte auf den Wegspuren bleiben!

Altiger-Runse führt. Entlang der Runse führt ein Fussweg zur Magerwiese Stöck (oft bis Juni noch Altschnee!). Rückweg: Fussweg (alte Geiss-Gasse) in Richtung Schulhaus/Kirche. Von hier über die Hauptstrasse zum Bahnhof zurück.

Geeignet für Familien (Kinder ab 6 bis 8 Jahren), auch jeweils nur eine «Hälfte» möglich.

Beste Jahreszeit: Juni, Juli

chen (Aussicht!). Von hier der Strasse entlang wieder abwärts nach Ennenda und nach der Brücke über die Linth durch den Volksgarten (Arboretum) zurück zum Bahnhof.

Geeignet für Familien (Kinder ab 0 Jahren)

Beste Jahreszeit: Juni, Juli

Variante (nicht kinderwagentauglich): Nach der Sturmiger Brücke auf ungefähr gleicher Höhe weiter taleinwärts ins Ätzgen, von dort hinunter nach Ennenda (zusätzlich 1 Std.)

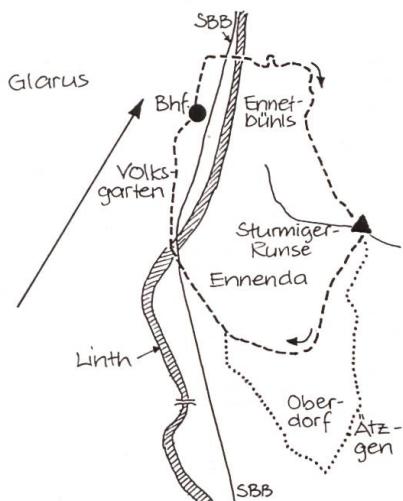
## Magerwiesen

### Ennetrösligen, Ennenda

Wanderzeit: 1½ Std.

Magerwiesen schönster Ausprägung und gut ausgebaute Wege (kinderwagengängig), gute Aussicht sind die Anziehungspunkte dieses Rundgangs.

Vom Bahnhof Glarus talauswärts bis zur Brücke über die Linth nach Ennetbühls, 100 m nach der Brücke steil nach links («Chilchenstutz») und wieder der Strasse entlang (rechts haltend) Richtung Sturmigen. Vor der Brücke über die Sturmiger-Runse links und rechts des Strässchens schöne Magerwiesen mit vielen Insekten (Schmetterlingshaft). Nach der Brücke oberhalb der Strasse schön ausgeprägte Magerwiese mit Ruhebänk-



## Alpine Rasen, Flachmoore

### Obererbs–Wichlenmatt–Wichlen–Elm

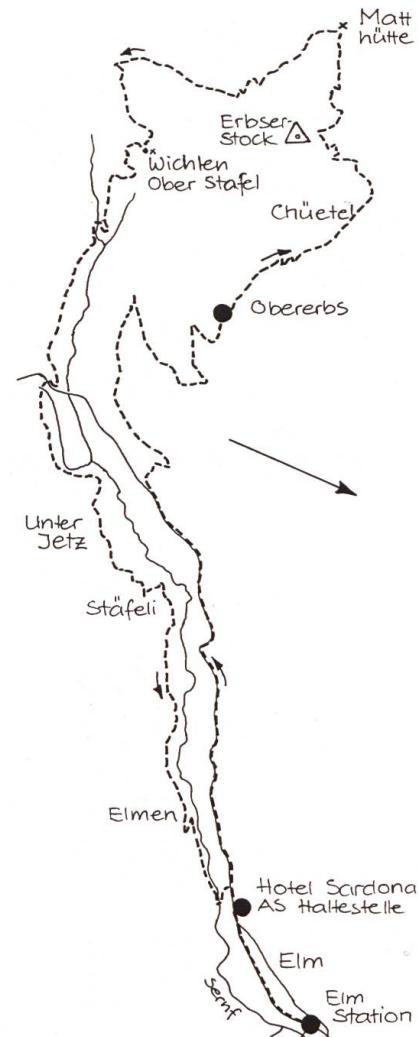
Wanderzeit: 5 Std.

Schöne Alpweiden, ausgedehnte alpine Rasen auf meist basenarmen Böden in der subalpinen und unteren alpinen Stufe. Auch Schuttfluren, Felsspaltenfluren, Borstgrasrasen und Flachmoore.

Mit dem Bus der Autobetriebe Serntal (zwei Fahrten am Morgen, nur bei Bedarf ab Mitte Juni bis Ende Okt., 055 642 17 18) nach Obererbs. Steiler Weg zum Chüetel (Borstgras- und Horstseggenrasen). Im Chüetel wird etwa die potentielle Waldgrenze überschritten. Weiter durch schöne alpine Rasen zum höchsten Punkt der Wanderung (2161 m) am Übergang zur Wichlenmatt beim Erbserstock (Aussicht auf den Kessel der Wichlenmatt). Ab hier Abstieg über Horstseggenrasen und Milchkrautweiden zur kleinen Matthütte. Nach kurzen Abstechern zu den Bächen der Wichlenmatt lassen sich auch Schuttpflanzen und Sumpfwiesen beobachten. Von der Matthütte Abstieg zur Wichlenalp (Schutt- und Felsspaltenfluren am Weg). Schöne Flachmoore an der Strasse nach Wichlen. Von dort über Alpweiden nach Unter Jetz und weiter bis Elm (Bushaltestelle beim Hotel Sardona oder durch das Dorf zur Haltestelle Elm Station).

Geeignet für Familien (Kinder ab 10 Jahren)

Beste Jahreszeit: Ende Juni bis Herbst, grösste Pflanzenvielfalt im Juli



## Alpine Rasen, Schuttfluren

### Gumen, Braunwald

Wanderzeit: 1½ Std.

Vielzahl von interessanten Lebensräumen auf kleinstem Raum: Blaugrashalde, Felsspalten- und Schuttfluren, Borstgrasrasen, urtümliche Fichtenwälder und Moore verschiedenster Art.

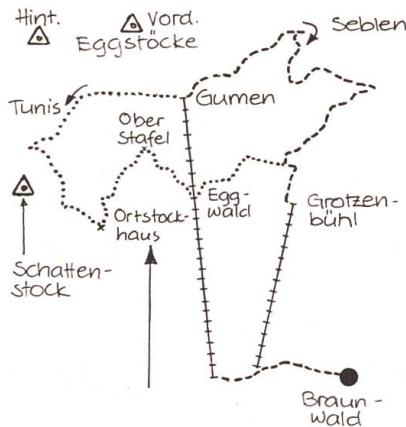
Von Braunwald mit der Sesselbahn (055 643 15 93) zum Bergrestaurant Gumen. Dem Weg folgend zum Seblengrat, von dort hinunter zum Rotberg/Längwiti. Hier Wanderweg verlassen und nach Osten abbiegen zum Gwaggetriet (im Entstehen begriffenes Hochmoor) und zum Fichtenwald. Der Alpmauer am Waldrand talwärts folgen zum gut ausgebauten Weg, welcher zum Grotzenbühl (weitere Hochmoore, allerdings landwirtschaft-

lich stark beeinflusst) führt. Vom Grotzenbühl mit der Gruppen-Umlaufbahn zurück nach Braunwald.

Geeignet für Familien (Kinder ab 8 Jahren)

Beste Jahreszeit: Frühsommer bis Herbst

Variante: Vom Gumen Wegspur durch Blaugrashalden und Kalkschuttfluren zum Tunis. Kurzer Abstecher westwärts entlang der Abzweigung Richtung Bützi zu eindrücklichen Felsblöcken mit artenreichen Fels-spaltenfluren. Danach weiter Richtung Schattenstock zum Ortstockhaus (Flachmoor mit vielen Wollgräsern vor dem Ortstockhaus, unterhalb schöner Borstgrasrasen). Von hier über guten Weg zum Oberstafel und in steilerem Abstieg über Eggwald zur Strasse nach dem Grotzenbühl.



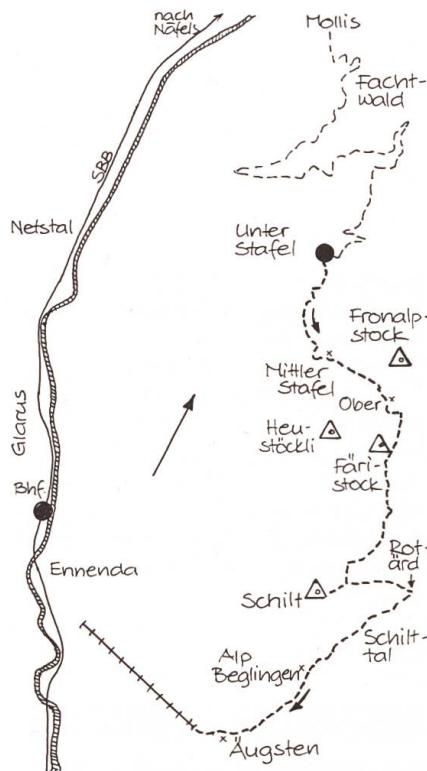
#### Alpine Rasen, Schutt- + Felsspaltenfluren

##### Fronalp-Schilt-Augsten

Wanderzeit: 5 Std.

Vorwiegend Kalk-Flora, seltener Flora saurer Böden, viele geschützte Pflanzen der subalpinen und alpinen Stufe. Blaugrashalden, ausgedehnte Schutt- und Felsspaltenfluren, Horstseggen- und Borstgrasrasen.

Vom Bahnhof Näfels/Mollis mit Fronalp-Taxi (055 612 24 43, anmelden) zum Unter Stafel Fronalp. Von hier über Wanderweg oder



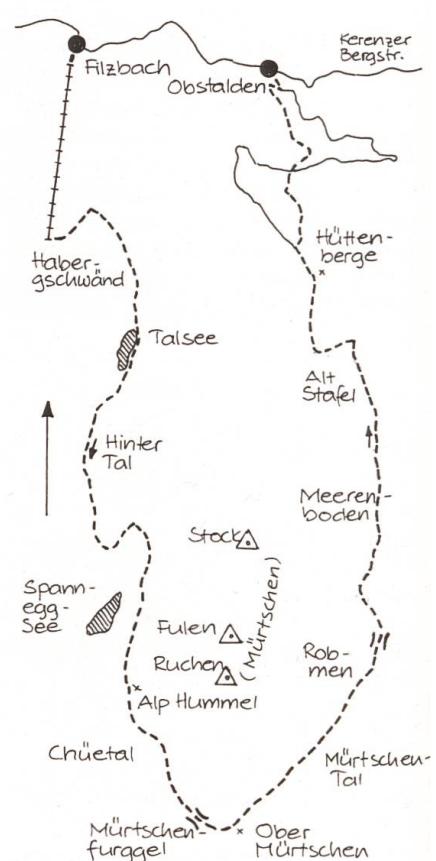
#### Alpine Rasen, Schuttfluren

##### Habergschwänd-Talalp-Ober Mürtschen-Obstalden

Wanderzeit: 6 Std.

Fast alle Lebensräume der subalpinen Stufe: Blaugrashalden, Schutt- und Felsspaltenfluren, Horstseggen- und Borstgrasrasen. Das Mürtschental wurde aufgrund seines Pflanzenreichtums und seiner besonderen Schönheit ins Bundesinventar der schützenswerten Landschaften aufgenommen.

Von Filzbach mit der Sesselbahn (055 614 11 68) ins Habergschwänd, von dort über Alpweiden und Wald zum Vorder Tal. Weiter dem Talsee entlang über Alpweiden ins Hintertal. Jetzt steil aufwärts nach Spanegg. Entlang schöner Kalkschuttfluren (Blick zum Span-



eggsee) zur Alp Hummel. Hier leicht links über alpine Rasen und Schuttfluren zur Mürtschenfurggel (höchster Punkt der Wanderung, 1840 m). In leichtem Abstieg zur oberen Mürtschenalp, dann auf gleicher Höhe bleibend am südwestexponierten Hang entlang nach Robmen. Von hier aus Abstieg zur Alp Meerenboden und recht steil zum Alt Stafel. Anschliessend dem Weg über Alpweiden zur Brücke über den Meerenbach zu den Hüttenbergen. Der Abstieg nach Obstalden (Postauto-Haltestelle) erfolgt entweder über die gute Fahrstrasse oder über markierte Abkürzungen durch Wiesen und Wald.

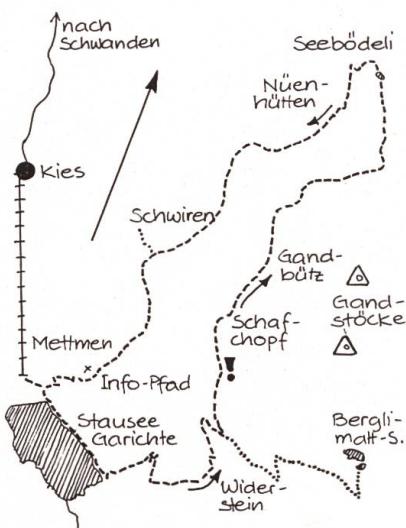
Geeignet für Familien (Kinder ab 10 Jahren), anspruchsvoll

Beste Jahreszeit: Ende Juni bis Herbst (erste Hälfte Juli grösste Pflanzenvielfalt)

schwierig zu finden) mit Hochstauden und Gebüsch («Tros») zur Schwirenen. Hier lohnt ein kurzer Abstecher zu den kleinen Flachmooren über der Schwirenenwand (Aussicht!). Nachher dem Weg entlang zur Mettmenalp, wo sich unterhalb des Naturfreundehauses der Hochmoor-Informationspfad befindet. Kurzer Aufstieg zurück zur Bergstation der Luftseilbahn Kies-Mettmen.

Geeignet für gute Berggänger, Kinder erst ab mind. 10 Jahren (führen!)

Beste Jahreszeit: Frühsommer bis Herbst



#### Alpine Rasen, Hochmoore

#### Garichte–Widerstein–Seebödeli–Schwiren

Wanderzeit: 4 Std.

Sehr grosse Vielfalt an interessanten Lebensräumen im ältesten Jagdbanngebietgebiet Europas (Wildbeobachtungen!), dem Freiberg: Flachmoore, Hochmoore, Alpine Rasen auf Siliat (Verrucano), Schutt- und Felsspaltenfluren.

Mit Postauto ab Schwanden ins Kies, von dort mit Seilbahn (055 644 20 10) zum Bergrestaurant Mettmen. Vorerst führt der Weg entlang des Stauesees über den Seitendamm bis zur Wegabzweigung Berglimatt/Wildmad. Steil aufwärts an Borstgrasrasen vorbei zu den Kletterblöcken im Widerstein. Von hier ist ein ebenfalls steiler Abstecher zum Berglimattsee möglich (ca. 1½ Std., farbenprächtige alpine Rasen). Vom Widerstein über Mörderchöpf und Schafchopf ist der Weg («Stierenweg») stark ausgesetzt und rutschungsgefährdet (Vorsicht, vor allem mit Kindern!). Weiter durch Gandbütz zum Seebödeli (ganzer Weg mit Schuttfluren, Horstseggen- und Borstgrasrasen in wildem Wechsel). Vom Seebödeli retour durch verschiedene Lawinenzüge (zum Teil Wegspur