

Vom ewigen Eis der Bernina zu den Rebbergen im Veltlin

Autor(en): [s.n.]

Objektyp: **Article**

Zeitschrift: **Gesundheitsnachrichten / A. Vogel**

Band (Jahr): **53 (1996)**

Heft 9: **Wie man sich bettet, so liegt man : was braucht man für einen erholsamen Schlaf?**

PDF erstellt am: **30.04.2024**

Persistenter Link: <https://doi.org/10.5169/seals-558289>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern. Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Vom ewigen Eis der Bernina



Smaragdgrüne Seen, verschwenderische Bergblumenpracht, gemütliche Hütten, italienisches Flair und die roten Waggons des Berninaexpress, das sind die Charakteristika des Val di Poschiavo, eines der vier italienischsprachigen Randtäler Graubündens. Für eine Wanderwoche im Herbst genau das Richtige: (noch) ein Geheimtip erster Klasse!

... zu den Rebbergen im Veltlin

Da geraten Eisenbahnfans ins Schwärmen: Kreisviadukt der Rätischen Bahn bei Brusio.

Rechts: Blick von Miralago über den Lago di Poschiavo nach Le Prese im Norden. Der Spaziergang rund um den See dauert bei gemütlichem Tempo zirka zwei Stunden.



Ob auf alten Schmugglerpfaden ins Veltlin oder von Alp zu Alp von den Gletschermühlen der Bernina in den malerischen Hauptort Poschiavo oder über spektakuläre Trassen und Viadukte, durch Kehrtunnels und Lawingalerien mit der Rätischen Bahn - der südwestliche Ausläufer Graubündens bietet schier unerschöpfliche Möglichkeiten für Wandervögel, von gestählt bis ungeübt, in intakter Natur. Bis 1797 gehörte der italienische Nachbar Veltlin zu den Drei Bünden, seither holt man sich den berühmtesten Bündner Wein schlückchenweise aus Italien zurück. Die Klimazonen und Landschaften, die man auf der 25 km langen, gut 2000 Meter nach Süden abfallenden Strecke vom ewigen Eis zu den Palmen passiert, ist geprägt von Kontrasten.

Heilkräuter zu Berg und zu Tal

In der Ebene zwischen Poschiavo und Le Prese dehnen sich die Anpflanzungen der Puschlaver Heilkräuter-Cooperative aus. Das Expe-



riment des alpinen Heilkräuteranbaus haben ein paar Landwirte von Poschiavo und Brusio als Selbsthilfeprojekt 1980 ins Leben gerufen, um die wirtschaftliche Lage im Tal zu verbessern. Thymian, Spitzweigerich, Wermuth, Pfefferminz, Brennessel, Salbei, Zitronenmelisse, Schafgarbe und Goldrute werden nach den Richtlinien der VSBLO kultiviert, d.h. ohne Dünger, synthetische Unkrautvertilgungs- und Pflanzenschutzmittel. Inzwischen umfasst der Kräuteraanbau sechs Hektar Land und 25 Bauern, die die Kräuter auch im Tal verarbeiten, trocknen, aussortieren und verpacken. Neben dem Tourismus sind die biologischen Puschlaver Kräuter zur wichtigsten Erwerbsquelle des Tals geworden, Industrie hat sich dort nicht angesiedelt.

Wanderungen zwischen Enzian und Edelweiss

Die mit Abstand schönste Wanderung nach unserem Geschmack führt durch das Val da Camp zum Lagh da Val Viola. Das sich bei Sfazu an der Berninastrasse eröffnende Hochtal zählt zu den Schweizer Naturdenkmälern von nationaler Bedeutung. Die Vielfalt der alpinen Flora und das intensive Türkisblau der vielen Seen auf über 2000 m Höhe, besonders des Lagh Saoseo, sind, ohne zu übertreiben, überwältigend. Auf dem sanft ansteigenden Weg kommt man an Maiensässen, bewirtschafteten Alpen, Viehweiden, Bächen, Wasserfällen und bunten Bergwiesen vorbei. Und mit etwas Glück lassen sich die Steinböcke im Val Viola sehen, von wo ein alter Pfad nach Italien hinübergeht. Die Tour dauert etwa fünf Stunden inkl. Rückweg.

GN-Tip: Albergo-Ristorante-Grotto in Miralago

6⁰⁰ Uhr morgens in Richtung Italien: mit quietschenden Rädern rattern die roten Waggons der Rhätischen Bahn vorbei. 6³⁰ Uhr, die Räder rattern in Richtung St. Moritz. Der See erstrahlt in der glitzernden Morgensonne, ein wunderbarer Wandertag beginnt. Unten wartet ein reichhaltiges Frühstück, das uns für den langen Tag stärkt. Kein Buffet, sondern freundlich serviert, fast so privat wie zuhause. Vier Zimmer und vielleicht bald sechs haben Béa Krähenbühl und Richard Hunziker für ihre Gäste restauriert. Mit viel Liebe und Grosszügigkeit, jedes Zimmer hat seinen eigenen Charme. Ristorante, Grotto, Ruderboote, Fahrräder und eine reizende Sonnenterrasse runden das Angebot dieses Kleinods ab, das sich an das Südende des Puschlaver Sees schmiegt. Nur der Berninaexpress – die Station liegt vor der Tür – schiebt sich zwischen Haus und See. Das kleine «Albergo Miralago» hat uns so begeistert, dass wir diesen Tip an Sie weitergeben wollen. • IS

Eine kleine Auswahl weiterer lohnenswerter Aufstiege und Ausblicke: Von Le Prese nach San Romero und zurück nach Miralago (5-6 Std.), von Alp Grüm über Cavaglia nach Poschiavo (6 Std.), von Brusio nach Tirano (2 Std.).



Die Angebote sind im Vergleich zur Leistung sehr fair: 3 Nächte mit Halbpension für 2 Pers.: Fr. 450.– bzw. Fr. 600.– Reservation unter Tel. 0041/ (0)81/ 839 20 00 oder Fax (0)81/ 839 20 11

