

Bergwanderwoche im Schnalstal, Südtirol: 4. – 11. Oktober 2025

Auch für das Jahr 2025 hat Albert Germann wieder die Aufgabe übernommen, eine Herbstwanderwoche zu organisieren. Diesmal geht es ins Schnalstal im Südtirol. Erneut ist das Interesse an dieser Ferienwoche gross. Mit 14 Teilnehmenden ist das Lager ausgebucht.

Samstag, 4. Oktober 2025: Anreise und Einlauftour

Am frühen Morgen des 4. Oktober 2025 besteigen 9 erwartungsfrohe Teilnehmende in St. Gallen den Zug Richtung Südtirol. Unterwegs stossen 5 weitere Bergclübler dazu, so dass die Gruppe ab Sargans vollzählig ist. Durch den Vereina-Tunnel geht es nach Zernez, und von dort im Postauto über den Ofenpass ins Val Müstair und weiter hinunter ins Vinschgau im Südtirol nach Mals. Hier heisst es erneut umsteigen auf den Zug für die Fahrt südwärts nach Naturns. Es ist eindrücklich zu sehen, wie intensiv das ganze Vinschgau landwirtschaftlich genutzt wird. Die Apfelernte ist zur Zeit in vollem Gang. Auf einer Fläche von rund 5'200 Hektaren werden im Vinschgau jährlich über 300'000 Tonnen Äpfel geerntet. In Naturns heisst es ein letztes Mal umsteigen auf den Bus, der uns ins Schnalstal fährt nach einem kleinen Ort mit dem ungewöhnlichen Ortsnamen Unser Frau. Hier liegt das Hotel Firn, in welchem wir für eine Woche untergebracht sein werden.

Um ca. 14:00 Uhr sind wir nach einer rund 7-stündigen Fahrt am Ziel. Es bleibt wenig Zeit für den Zimmerbezug, denn um 14:45 Uhr startet die Einlauftour. Albert führt uns vom Hotel weg über gut ausgebaute Wanderwege und zum Teil durch lichte Lärchenwälder talwärts nach Karthaus. Es ist trocken, aber der Himmel ist bedeckt, und es begleitet uns ein unangenehm kühler Wind. Nach rund 2 ½ Stunden erreichen wir Karthaus, wo wir die Anlagen des ehemaligen Kartäuser Klosters besichtigen, bevor wir uns zum Aufwärmen in ein nahegelegenes Café flüchten. Die Rückfahrt zum Hotel verzögert sich dann um rund 1 ½ Stunden, weil der Bus wegen eines Verkehrsunfalls auf der Zufahrtstrasse lange blockiert war. Eben rechtzeitig auf das Nachtessen schaffen wir es zurück ins Hotel, wo wir uns kulinarisch verwöhnen lassen. Wohl müde von der langen Reise und der ersten Wanderung ziehen sich danach bald alle Teilnehmenden auf ihre Zimmer zurück für die wohlverdiente Nachtruhe.

Konstantin Egli



Hotel Firn im Schnalstal



Unser Frau

Sonntag, 5. Oktober 2025

Kurzras (2011 müM)–**Finailhof** (1973 müM)–**Vernagt** (1700 müM)–**Unser Frau** (1508 müM)
Tagesdaten: Distanz: 11 km / Aufstieg 140 Hm / Abstieg 680 Hm / Gehzeit 4.5 Std.

Mit dem öffentlichen Bus, der direkt vor unserem Hotel hält, gelangen wir nach Kurzras. Es ist der höchstgelegene Weiler im Tal. Hier beginnt unsere Wanderung.

Starke Windböen treiben kleine Schneeflöckchen vom Berg. Der Betrieb der Seilbahn ins Skigebiet ist wegen der Böen eingestellt. Auf dem Parkplatz stehen Kleinbusse von Skiclubs verschiedener Nationen. Wie werden sie heute wohl trainieren?

Unser Weg führt von hier aus in stetem Auf und Ab, zwischen 2000 und 1900 Metern über Meer, durch lichte Lärchenwälder zum Finailhof.

Dankbar, uns hier an der Wärme verköstigen zu können, treten wir in die gemütliche Stube ein.

Der Finailhof wurde erstmals 1290 erwähnt. Der Holzblockbau stammt aus dem fünfzehnten und sechzehnten Jahrhundert. Bis 1967 wurde auf dieser Höhe (1974 m ü. M.) noch Getreide angebaut.



Die Knödelsuppe und der Apfelstrudel sind köstlich. Aufgewärmt und satt geht es weiter, immer wieder mit Blick auf den smaragdgrünen Stausee, nach Vernagt. So wie es öfter bei Stauseen vorkommt, ist auch hier eine Kirche im Wasser verschwunden.

Über den Staudamm geht es weiter auf die andere Talseite.

Wieder wandern wir durch Lärchenwälder, die sich bis heute nur ganz wenig verfärbt haben, bis zu unserer Unterkunft.

Trotz Kälte und Wind hat Albert uns mit dieser Tour aus dem Haus gelockt und uns damit ein schönes Erlebnis in der Bergwelt vom Schnalstal ermöglicht.

Agnes und Gabi

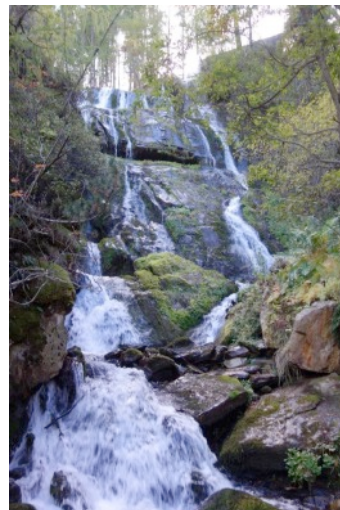
Montag, 6. Oktober 2025

Unser Frau - Mastaun Alm - Mastaunpichele - Lafetz Alm - Unser Frau

Tagesdaten: Distanz 9 km / Aufstieg 850 Hm / Abstieg 850 Hm / Gehzeit 4.5 Std.

Der Blick aus dem Fenster verspricht einen schönen Herbsttag. Gestärkt vom feinen Frühstück starten wir um neun Uhr beim Hotel Firn. Der Wanderweg führt erst durch die Häuser von Unser Frau und durch ein Hotel mit Blick in die Küche. Beim Dorfausgang beginnt die Steigung, immer stetig bergauf auf schönen Wiesen- und Waldwegen. Nach einer Stunde erreichen wir die Mastaun Alm. Der kalte Wind bläst uns um die Ohren, so dass wir gerne die Mütze aufsetzen und die Handschuhe anziehen. Nun beginnt der steile Aufstieg im Zickzack durch den Wald. Die Lärchen sind schon gelb und wir können immer wieder den Blick ins Tal werfen. Nach 90 Minuten Aufstieg, welcher uns trotz der Kälte Schweißperlen auf die Stirne treibt, erreichen wir das Mastaunpichele, mit 2'285 m ü.M. der höchste Punkt der heutigen Tour. Einfach wau, diese Aussicht hier in die Berge, den Nock, zur Grawand und zur Finailalm. Die Farbenpracht der Wälder und die Rundumsicht entschädigen uns für unsere Anstrengung im steilen Aufstieg. Nach einer längeren Pause an der Sonne wandern wir über Alpweiden zur Lafetz Alm. Hier geniessen wir eine ausgiebige Mittagspause an der Sonne. Die Jausestation der Lafetz Alm ist gut besucht und bietet eine grosse Auswahl von Essen und Getränken. Allmählich verschwindet die Sonne hinter den Bergen, es wird kühl, und wir machen uns auf den Weg zum Hotel zurück. Einige folgen dem steil abfallenden Wanderweg, während die anderen die gelenkschonende Fahrstrasse unter die Füsse nehmen. So erreichen die beiden Gruppen fast gleichzeitig das Hotel. Diese traumhafte Wanderung bleibt uns lange in Erinnerung.

Elsbeth Eisenhut



Dienstag, 7. Oktober 2025

Katharinaberg (1245 m ü.M.) – Partleid – Giggelberg (1565 mü.M.)

Tagesdaten : Distanz 14 km / Aufstieg 950 Hm / Abstieg 650 Hm / Gehzeit 6 Std↓

Wir nehmen den Bus um 8.15h und fahren bis Katharinaberg. Das Dorf mit markantem Kirchturm liegt wunderschön auf einer Kanzel im vorderen Schnalstal. Von hier aus hat man einen guten Blick auf das bereits besonnte Dorf Karthaus auf der gegenüberliegenden Talseite.

Wir folgen heute dem Meraner Höhenweg (Markierung Nr. 24), der in 5-8 Etappen den Naturpark Texelgruppe umrundet. Unsere Talseite liegt noch im Schatten, aber der Wind der Vortage hat sich gelegt und die Temperatur ist angenehm. Wir steigen zuerst etwas an und dann geht's in stetigem Auf und Ab durch lichte Lärchenwälder und durch steile Wiesenhänge bis zum Linthof, etwas oberhalb der Seilbahn Unterstell. Auf einem Felsvorsprung am Eingang zum Schnalstal zeigt sich Schloss Juval von Reinhold Messner. Dann weitet sich der Blick auf das Vinschgau, im Osten auf die Ortlergruppe und im Westen auf die Sarntaler Alpen. Nach kurzer Pause geht's weiter und nach einem weiteren Anstieg erreichen wir den Pirschhof zur Mittagsrast. Eine bunte und immer noch reiche Blumenpracht ziert die sonnengeschwärzten im ortstypischen Stil mit Lärchenholz gebauten Häuser. Es ist dies ein weiterer uriger Gasthof, der eine feine Auswahl an heimischen Spezialitäten anbietet. Mein Schwarzplentener Riebl (Schmarrn mit Buchweizenmehl) war köstlich!

Nun folgt die „Schlucht der 1000 Stufen“, die Schlüsselstelle des heutigen Tages. Besonders gut zum Vorschein kommt hier die gute Arbeit der Erbauer des Meraner Höhenweges, wie sie die Einschnitte, Täler und Steilstufen mit Hängebrücken, Stufen und vielen Sicherungen versehen haben. Zum Schluss folgt nochmals ein gemütlicher Abschnitt durch schattige Wälder und offene Hänge zur Bergstation der Seilbahn Giggelberg, die uns ins Vinschger Dorf Rabland führt und von da geht's zurück mit dem von SchülerInnen vollgepackten 261er-Bus nach Unser Frau.

Es war ein wunderbarer, höchst abwechslungsreicher und eindrucklicher Wandertag mit viel warmer Sonne, guter Fernsicht und Tiefblick die steilen Hänge hinunter auf die geometrisch angelegten Obstplantagen und Siedlungen im Vinschgau. Danke Albert!

Luzia Forster



Mittwoch, 8. Oktober 2025

Kurzras – Lazaunhütte – Kurzras

Tagesdaten: Distanz 7 km / Aufstieg 460 Hm / Abstieg 460 Hm / Gehzeit 2.5 Std.

Ab der Haltestelle nahe beim Hotel nehmen wir um 8:45 Uhr den Bus, der uns bis Kurzras am Ende des Tals auf 2011 m ü.M. bringt.

Von da startet die frohgelaunte Wandergruppe bei schönstem Wetter und nur noch wenig Wind die heutige Tour..

Stetig steigend dem Bach entlang führt der gut ausgebaute Wanderweg Richtung Lazaunhütte . Schnell werden die Jacken in die Rucksäcke verstaut, da auch auf gut 2000 m ü.M. die Sonne herrlich wärmt .Das Bergpanorama ist beeindruckend. Selbst mir fehlen die Worte. Die Kameras werden gezückt, und es werden zahlreiche Fotos von den schneebedeckten Bergen und gelben Lärchen gemacht. Beim Lazaunsee genießen wir die Mittagspause und stärken uns mit dem im Rucksack mitgebrachten Proviant. Albert erklärt uns die vielen Bergspitzen rund um uns. Überraschenderweise hat die Lazaunhütte, die auf 2'427 m ü.M. und nahe der aktuellen Schneegrenze liegt, geöffnet. So können wir auch unsere Gelüste nach Kaffee oder Ähnliche noch stillen.

Dann beginnt der Abstieg nach Kurzras auf einer anderen Route. Dort besteigt ein Teil der Gruppe den Bus zurück zum Hotel. Der Rest der Gruppe, der noch nicht genug hat, steigt zu Fuss weiter ab nach Gerstgras und nimmt von dort den Bus zurück nach Unser Frau zum Hotel .

Mir und der ganzen Gruppe hat diese Tour sehr gefallen.

Cäcilia Zweifel



Donnerstag, 9.10.2025

Kurzras (2011m ü.M.) – **Bergl Alm** (2214 m ü.M.) – **Vernagt** (1700 m ü.M.)

Tagesdaten: Distanz 11 km / Aufstieg 300 Hm / Abstieg 750 Hm / Gehzeit 4.5 Std.

Mit dem Bus um 08.45Uhr fahren wir vom Hotel hoch nach Kurzras, der letzten Haltestelle im Schnalstal. Nachdem sich alle für die Wanderung eingerichtet haben, legen wir los mit unserer heutigen Wanderung. Moderat führt uns der Weg in die Höhe zu unserem ersten Stundenhalt auf der schönen moorigen Hochebene. Bei wärmendem Sonnenschein können wir die verdiente Pause genießen. Alsdann führt der Weg über sanfte Wege durch Wald und Weiden zur Bergl Alm, wo wir uns verpflegen können, die einen vor dem Restaurant im Freien, die andern an der Wärme im Innern des Gebäudes. Mit gestärkten Mägen setzen wir unsere Wanderung fort. Zwei Wanderinnen trennen sich unterwegs von der Gruppe, um den Weg hinunter ins Tal zur Bushaltestelle Gerstgras in Angriff zu nehmen. Der Rest führt die Tour in sanftem Auf und Ab Richtung Vernagt-Stausee weiter. Schon bald beginnt der Abstieg zum See, welcher aufgrund des Gefälles und der Wegbeschaffenheit unsere gesamte Aufmerksamkeit einforderte. Nach 4 Std. 20 Min. erreichen wir den Staudamm des Sees und somit rechtzeitig den Bus hinunter zum Hotel. Zwei unentwegte Frauen haben noch weiteren Wanderbedarf und nehmen den weiteren Abstieg bis hinunter zu unserer Unterkunft unter die Füsse, wo auch sie später wohlbehalten ankommen.

Max Schweizer





Freitag, 10. 10. 2025

Es ist unser letzter Wandertag, sonnig und mit angenehmer Temperatur. Da die Ambitionen und Interessen verschieden sind, beschliessen wir, uns an diesem Tag in drei Gruppen aufzuteilen. Nach dem gewohnt ausführlichen Morgenessen besteigen zwei Gruppen um 9:45 Uhr den Bus bei unserem Hotel und fahren zum Vernagt-Stausee. Gruppe 1 steigt in Vernagt aus. Die Gruppe 2 fährt weiter bis Kurzras. Auch die dritte Gruppe fährt etwas später im Bus nach Kurzras.

Gruppe 1: Ursula, Konstantin, Kurt, Bruno Rundwanderung um den Vernagt-Stausee

Es ist wieder ein herrlicher sonniger Tag, und wir beginnen die Wanderung auf der Sonnenseite. Der smaragdgrüne Vernagt-Stausee erstreckt sich über eine Fläche von rund 100 ha und wird vom Schnalser Bach gespeist. Der See liegt auf knapp 1700 Meter. Der Damm hat eine Höhe von 65 Meter.

Am Ufer entlang führt ein idyllischer Weg, der natürlich besonders schön ist, wenn sich die Lärchen verfärben. Es geht auf und ab über eine erste Hängebrücke. Hinten am See verabschiedet sich Ursula, denn sie möchte zum Finailhof hochwandern.

Wir kommen beim Wendepunkt hinten am See auf eine steile Holztreppe und eine zweite Hängebrücke. Auf der Schattenseite geht es durch herrliche Waldpfade wieder zurück Richtung Vernagt. Wir geniessen die wechselnden Farben des Sees und die sonnigen Berge. Wir nehmen es gemütlich und nach ca. 2,5 Stunden und ca. 8 km sind wir wieder in Vernagt.

Was nun mit dem angebrochenen Nachmittag. Wir planen zwischen Vernagt und Unser Frau noch eine Wanderung Richtung Westen an Bauernhöfen vorbei. Wir beschliessen, den Weg bis zum Startpunkt dieser Wanderung, der bei der zweiten Haltestellen unterhalb von Vernagt liegt, im Bus zurück zu legen. Dann verpassen wir diese Haltesstelle und schon sind wir bei unserem Hotel.

Also lassen wir diese Wanderung und kommen zum Schluss, dass jeder sein Nachmittagsprogramm selber gestalten soll. Ötzi-Museum, Lesen, Kaffee trinken steht nun auf dem Programm. Es war ein herrlicher Abschlusstag im Schnalstal.

Bruno Ledergerber



Gruppe 2: Albert, Cili, Max, Annelies, Pia

Aufstieg von Kurzras (2011 müM) auf den Gipfel des Grawand (3212 müM) und Rückkehr in der Gondelbahn

Dank dem Ehrgeiz von uns 5 Ambitionierten und dank idealer Wetterverhältnisse können wir die von Albert gewünschte „Königstour“ in Angriff nehmen. Per Bus geht's wiederum nach Kurzras, wo wir den Aufstieg von rund 1'200 Höhenmetern beginnen. Wir kommen zügig voran. Der wunderbare Wanderweg bringt uns schon um 10.15 Uhr auf die Berghütte «Schöne Aussicht», auf 2845 m.



Der Blick zu unserem eigentlichen Ziel, dem Grawand, macht uns klar: Der weitere Aufstieg ist wegen der steilen Eisflanke (Skipiste links im Bild) zu gefährlich. So sind wir gezwungen, auf der gleichen Route zu Fuss wieder abzusteigen, anstatt mit der Gondelbahn runter vom Grawand.



Pia Hollenstein

Gruppe 3: Margrit, Elsbeth, Gabriella

In der Gletscherbahn von Kurzras auf die Grawand und zurück

Nach einigen mehr oder weniger anspruchsvollen Touren in dieser Wanderwoche entscheiden sich heute wir drei Frauen für eine einfache Erholungstour.

Bei strahlendem Wetter bringt uns der Bus bis Kurzras. Von dort geht es mit der Gletscherbahn auf die Grawand, wo ein Hotel und Restaurant die Gäste zum Verweilen einladen.

Gleich hinter der Bergstation liegt die Alpin Arena, in der auch im Sommer Ski gefahren werden kann. Hier ist viel Betrieb.

Verschiedene Nationen von Ski-Teams sind auch heute am Trainieren. Grössere Kinder und Jugendliche mit ihren Trainern üben sich im Slalomfahren. Es scheint, dass es diesen Nationalmannschaften an Nachwuchs nicht fehlt!



Nach wenigen Metern auf Schnee und Eis geht es von der Bergstation der Bahn über

190 Treppenstufen aus Stahl bis zur Grawandspitze und dem Ötzi Peak auf 3250 müM.

Die Aussicht oben lässt keinen Wunsch offen. Sonne, Schnee, blauer Himmel, 360 Grad Rundblick auf verschneite Berge, Täler und Gletscher. Einfach nur traumhaft!

Hier dehnt sich der Schnalstaler Gletscher aus, und weiter hinten, nahe der Similaunhütte am Tisenjoch liegt die Fundstelle der Gletschermumie Ötzi, markiert mit einer Steinpyramide.

Für uns gehört selbstverständlich auch eine Rast im Restaurant dazu, bevor es wieder mit der Seilbahn runter nach Kurzras geht. In Kurzras entscheiden wir uns für die ca. 2 ½ stündige.

Wanderung über den Alpenweg, durch den Lärchen- und Arvenwald, nach Vernagt. Dort kommen wir gerade rechtzeitig an, um die letzten Kilometer noch mit dem Bus zurückzulegen.

Ein herrlicher Abschlusstag unserer wunderbaren Tourenwoche im Schnalstal.

Margrit Germann

Samstag, 11. Oktober 2025: Rückreise

Der Tag der Rückreise nach Hause ist angebrochen. Wie schnell doch diese Woche verging, und wieviel haben wir doch in den vergangenen 7 Tagen erlebt. Die ersten Tage war das Wetter noch stürmisch und eher kalt. Aber wir hatten die ganze Woche keinen Regen und doch recht viel Sonnenschein. Die Stimmung in der Gruppe war wie gewohnt gut und im Hotel Firn waren wir gut aufgehoben.

Um 7:30 Uhr stärken wir uns ein letztes Mal am gut bestückten Frühstücksbuffet. Zwei Teilnehmende reisen direkt nach dem Frühstück ab. Der Rest der Gruppe besteigt um 9:15 Uhr mit Gepäck beladen den Bus für die Fahrt nach Naturns. Dort bleibt Zeit für einen Dorfrundgang oder für den Einkauf von verschiedenen lokalen kulinarischen Spezialitäten. Dann bringt uns der Zug nordwärts durch das Vinschgau bis Mals. Es ist sonnig und angenehm warm und die Lärchenwälder auf beiden Talseiten sind nun schon an vielen Orten gelb gefärbt. Unterwegs grüsst im Westen der Ortler mit seiner schneebedeckten Kappe wie ein Postkartenbild. Bei Müstair überqueren wir im Bus die Landesgrenze. Ab Zernez geht es dann ohne Zwischenfälle im Zug weiter, und wir erreichen zur geplanten Zeit St. Gallen.

Wir können zurückblicken auf eine sehr gelungene Tourenwoche in einer Gegend, die den meisten unbekannt war. Dies verdanken wir Albert Germann, der die ganze Woche in gewohnt souveräner Art organisiert und geleitet hat.

Dafür herzlichen Dank, Albert.

Konstantin Egli

