



# Winterkarte

Ferietrips – Gästeprogramm Winter



### Impressum

**Herausgeber**  
Gäste-Information Val Müstair  
Via Val Müstair 33  
CH-7532 Tschiers  
Tel +41 81 861 88 40  
val-muestair.ch  
info@val-muestair.ch  
Mo – Fr: 09:30 – 11:30, 15:30 – 17:30

**Auskunft**  
Informationen über die aktuellen Öffnungszeiten finden Sie online: val-muestair.ch/öffnungszeiten

**Kartengrundlage**  
outdooractive Kartografie  
Geoinformationen © Outdooractive  
© OpenStreetMap (oDbL) – Mitwirkende (www.openstreetmap.org/copyright)

**Gäste-Information Müstair / Klosterladen**  
Tel +41 81 861 88 40  
November – April:  
Werktage: 10:00 – 12:00 / 13:30 – 16:30  
Sonn- und Feiertage: 13:30 – 16:30

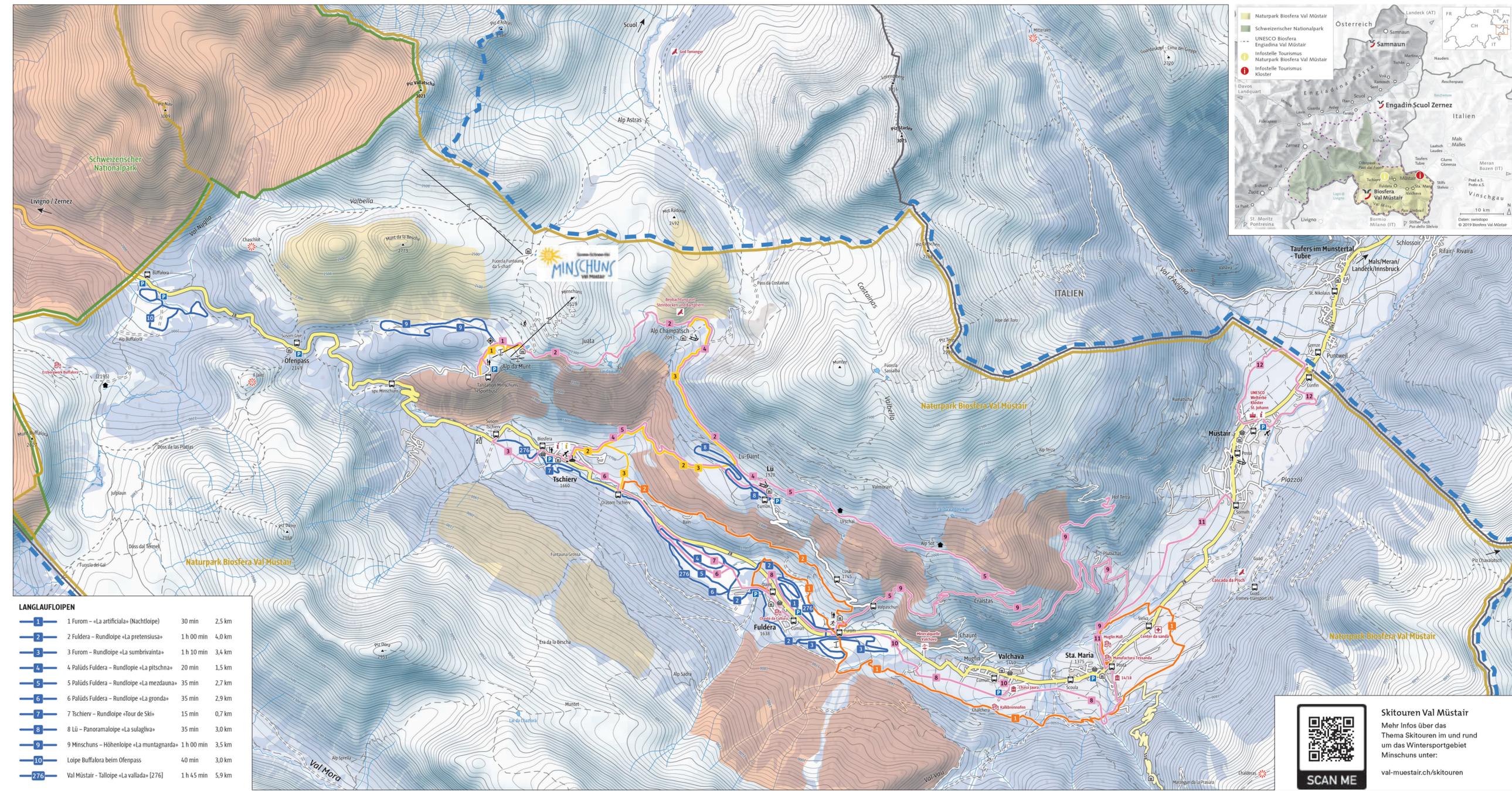
**Alle Angaben nach bestem Wissen, jedoch ohne Gewähr. Änderungen vorbehalten.**

November 2024 – 5. Auflage: 6 500 Stück

**Gestaltung und Konzeption**  
pm maps gmbh  
Kinoweg 6  
CH-8887 Mels  
info@pm-maps.ch  
www.pm-maps.ch

Region online  
val-muestair.ch

**Bildrechte**  
Tourismus Engadin Scuol Samnaun Val Müstair AG, Andrea Badrut, Aline Oertli, Jürg Wirth, Niklaus von Rotz, Marco Cadonau, Dominik Täuber, Mayk Wendt.



### LANGLAUFLOIPEN

1	1 Furom – «La artificia» (Nachtloipe)	30 min	2,5 km
2	2 Fuldera – Rundloipe «La pretensusa»	1 h 00 min	4,0 km
3	3 Furom – Rundloipe «La sumbrivainta»	1 h 10 min	3,4 km
4	4 Palüds Fuldera – Rundloipe «La pitschna»	20 min	1,5 km
5	5 Palüds Fuldera – Rundloipe «La mezzauna»	35 min	2,7 km
6	6 Palüds Fuldera – Rundloipe «La gronda»	35 min	2,9 km
7	7 Tschier – Rundloipe «Tour de Ski»	15 min	0,7 km
8	8 Lü – Panoramaloipe «La sulagiva»	35 min	3,0 km
9	9 Minschuns – Höhenloipe «La muntagnarda»	1 h 00 min	3,5 km
10	Loipe Buffalora beim Ofenpass	40 min	3,0 km
276	Val Müstair – Talloipe «La vallada» [276]	1 h 45 min	5,9 km

Masstab 1:32000 1 cm in der Karte entspricht 320 m in der Natur

0 500 1000 2000 m

- ### TOPOGRAFIE
- Landesgrenze
  - Höhenlinien
  - Schweizerischer Nationalpark
  - Naturpark Biosfera Val Müstair
  - UNESCO Biosfera Engadina Val Müstair
  - Wildruhezonen rechtsverbindlich
  - Wildruhezonen empfohlen
- ### STRASSEN UND WEGE
- Kantonsstrasse (Hauptstrasse)
  - Gemeindestrasse
  - Forstweg
  - Fussweg
- ### AKTIVITÄTEN
- Langlaufloipen
  - Schittwege
  - Winterwanderwege
  - Schneeschuhwanderung
- ### ORTE VON INTERESSE
- Gäste-Information
  - Naturpark-Büro
  - Gipfel / mit Kreuz
  - Aussichtspunkt
  - Brunnen / Quelle
  - Bushaltestelle
  - Parkplatz
  - Restaurant (im Ort)
  - Après-Ski-Bar
  - Hütte
  - Dorfladen (im Ort)
  - Spital
  - UNESCO Welterbe Kloster St. Johann
  - Kulturelles Highlight
  - Museum
  - Natürliches Highlight
  - Skigebiet Minschuns
  - Skiift
  - Langlaufzentrum Furom
  - Eisplatz
  - Curling
  - Sportausrüstung
  - Miete von Schlitten
  - Lawinentrainingsanlage

### WINTERWANDERWEGE

1	Minschuns Talstation (Era Sot) – Alp da Munt	20 min	0,9 km
2	Senda Alp da Munt – Alp Champatsch – Lü Cumün [356]	2 h 10 min	6,0 km
3	Tschier Süsom – Tschier Biosfera	20 min	1,1 km
4	Tschier Biosfera – Lü – Alp Champatsch – Lü Cumün	3 h 30 min	9,5 km
5	Tschier Biosfera – Lü – Craistas – Fuldera Furom Langlaufzentrum	3 h 45 min	11,0 km
6	Fuldera Daint – Tschier Biosfera	55 min	3,6 km
7	Fuldera Daint – Rundwanderung	55 min	3,6 km
8	Sta. Maria Posta – Valchava – Fuldera Cumün	2 h 00 min	7,0 km
9	Sta. Maria Posta – Alp Terza – Fuldera Furom	4 h 25 min	13,7 km
10	Valchava Cumün – Fuldera Furom Langlaufzentrum	55 min	3,0 km
11	Sta. Maria Posta – Müstair Somvih	50 min	3,2 km
12	Kloster St. Johann – Clüs – Fradetsch – Kloster St. Johann	1 h 00 min	3,5 km

### SCHLITTELWEGE

1	Bergrestaurant Alp da Munt – Minschuns Talstation (Era Sot)	5 min	0,9 km
2	Lü Daint – Tschier Biosfera	20 min	2,7 km
3	Alp Champatsch – Lü – Tschier Orasom	40 min	5,6 km

### SCHNEESCHUHWANDERUNGEN

1	Senda da Fuors – Bärenpfad Fuldera Daint – Sta. Maria [581]	4 h 30 min	10,6 km
2	Schneeschuhweg Tschier – Fuldera	1 h 35 min	4,4 km

### AutoDaPosta Regional Sportbus Fahrplan 2024/2025

	Müstair – Minschuns	Minschuns – Müstair					
Müstair cumün	8:36	10:36	12:50	15:20	12:11	14:11	17:11
Müstair closta	8:37	10:37	12:51	15:21	12:10	14:10	17:10
Müstair posta	8:43	10:43	12:57	15:27	12:06	14:06	17:06
Sta. Maria Selve	8:47	10:47	13:01	15:31	11:59	13:59	16:59
Sta. Maria cumün	8:50	10:50	13:04	15:34	11:58	13:58	16:58
Sta. Maria scoula	8:51	10:51	13:05	15:35	11:56	13:56	16:56
Valchava cumün	8:53	10:53	13:08	15:38	11:54	13:54	16:54
Lü	8:16	10:08	12:08	14:32	12:16	14:42	17:42
Fuldera Furom	8:22	10:20	12:14	14:38	12:08	14:32	17:32
Fuldera Furom	8:57	10:57	13:12	15:42	11:51	13:51	16:51
Fuldera cumün	8:58	10:58	13:13	15:43	11:51	13:51	16:51
Fuldera Daint	9:00	11:00	13:14	15:44	11:49	13:49	16:49
Tschier Orasom	9:02	11:02	13:16	15:46	11:47	13:47	16:47
Tschier Platz	9:03	11:03	13:17	15:47	11:45	13:45	16:45
Tschier Biosfera	9:04	11:04	13:18	15:48	11:45	13:45	16:45
Tschier Süsom	9:07	11:07	13:21	15:51	11:41	13:41	16:41
spv. Minschuns	9:10	11:10	13:24	15:54	11:37	13:37	16:37
Zermes	8:15	10:23	12:23	15:33	12:21	14:21	17:21
spv. Minschuns	8:49	11:07	13:07	15:07	11:40	13:40	16:40
Minschuns	9:16	11:16	13:30	16:00	11:32	13:32	16:32

Gruppen bitte am Vorabend anmelden: Tel +41 81 858 51 66  
A: Montag – Freitag ohne allg. Feiertage  
von 18:10 – 20:12, 6:1 – 20:2, 10:3 – 2:6, 19:5 – 27:4, 11:8 – 13:10, 20:10 – 13:12  
ohne 18:4, 21:4, 29:5, 9:6

### Kompletter Fahrplan auf sbb.ch

#### Täglicher Shuttle-Service

Sie benötigen eine Verbindung ausserhalb der PostAuto Fahrpläne? Oder zu einem bestimmten Startort für Ihre Wanderung, Ski- oder Schneeschuhtour? Wir helfen Ihnen gerne weiter.

Preise auf Anfrage (je nach Anzahl Passagiere)  
Roman Oswald  
+41 79 265 45 45  
shuttle@romex-transport.ch  
romex-transport.ch

Unter anderem fahren wir folgende Ziele an:

- Quad
- Punt Teal

### Wintersportgebiet Minschuns

21. Dezember 2024 – 23. März 2025

Das hochgelegene Wintersportgebiet Minschuns (bei 2700 m ü. M.) erschliesst mit drei Skiliften 25 km abwechslungsreiche Abfahrten und ist für Wintersportler\*innen ein kleines aber feines Paradies. Nach einer Stärkung im Restaurant Alp da Munt – dem Herzstück des Wintersportgebietes und dem Ziel des beliebten «Dreikönigsrennen» – können zwei Talabfahrten gewählt werden. Die Abfahrt nach Tschier oder die Abfahrt über die Alp Champatsch – Lü – Tschier, welche sich mit einem Zwischenstopp im Restaurant Alp Champatsch gut kombinieren lässt. Mehr Infos unter minschuns.ch.

### Dreikönigsrennen

04.01.2025

Skigebiet Minschuns

NEU: Teil des Dynamit-Vinschgauer

### Schneesport-Abend

Jeden Mittwoch Abend können Wintersportler\*innen von 17:00 – 21:30 über die Platte 10 Talabfahrt Tschier – Minschuns zum Bergrestaurant Alp da Munt hochgehen. Ab 18:00 kann man auf den Pisten 1, 2 oder 3 weiter bis zur Spitze Minschuns aufsteigen und abfahren (insbesondere interessant für einen intensiven Trainingsabend). Nach einer Stärkung im Restaurant Alp da Munt (geöffnet bis 20:30 Uhr / Fondue auf Vorbestellung), fahren die Teilnehmenden nach und nach zurück ins Tal. Keine Beleuchtung (Stirnlampe obligatorisch), keine Pistenrettung direkt an der Strecke, Versicherung ist Sache der Teilnehmenden.

### Vermietung von Sportausrüstung

**Aventuras**  
• Müstair (Hauptgeschäft)  
+41 81 858 55 59  
• Minschuns (Ski Alpin)  
+41 81 858 53 35  
• Fuldera Furom (Langlaufzentrum)  
+41 81 858 55 77

**Muglin Sport**  
• Tschier  
+41 81 850 39 66

### Bergrestaurant Alp da Munt

Öffnungszeiten des Skigebietes  
+41 81 858 55 51

### Bergrestaurant Alp Champatsch

26.12.24 – Ende März,  
11:00 – 16:00 (bei schlechter Witterung 15:00)  
+41 81 858 56 02 / +41 79 766 80 20

### Center da Passlung

Langlaufzentrum Fuldera Furom – Vermietung | Verkauf | Service – Café & Sonnenterrasse – Langlaufunterricht – Ticketverkauf (Loipe und Kinderskiift)  
info@aventuras.ch  
+41 81 858 55 77  
Mo – So / 9:00 – 16:30  
Sa 7.12.2024 – So 16.3.2025

### Kinderskiift Fuldera

10:00 – 14:00 Uhr  
Samstag, Sonntag und Mittwoch  
Sa 7.12.2024 – Mi 18.12.2025  
Mi 8.1.2025 – Mi 19.2.2025  
täglich  
Sa 22.12.2024 – So 5.1.2025  
Sa 22.2.2025 – So 2.3.2025  
Bei guten Schneeverhältnissen wird der tägliche Betrieb von Mo 3.3. – So 9.3.2025 fortgesetzt.



- ### Legenden
- 25 km präparierte Skipisten  
1/1a Minchuns  
2 Crap Nair  
3 Marmels  
4 Funtauna da S-charl  
5 Vallatscha  
6 Valbella  
7 Verbindungs piste  
8 Motta Lischa  
9 Era Sot  
10 Talabfahrt Tschier
- ### Skilifte
- A Era Sot – Alp da Munt  
B Alp da Munt – Minschuns  
C Funtauna da S-charl  
D Kinderskiift Alp da Munt  
Kinderskiift Fuldera
- ### Langlaufloipe
- 11 Höhenloipe «la muntagnarda» (Plau da l'Aua, 2,3km auf 2180 m ü.M.)
- ### Skiaufstiegsroute
- 12 Minschuns – Alp Champatsch – Lü – Tschier (markiert aber nicht kontrolliert)
- ### Winterwanderweg
- 13 Era Sot – Alp da Munt – Alp Champatsch – Lü – Tschier
- ### Projekt
- 8er-Kabinenlaufbahn Tschier – Alp da Munt

### Skischule Val Müstair

sdsm@bluewin.ch  
skischule-valmuestair.ch  
+41 79 349 17 31

– Gruppenunterricht von Mo – Fr  
– Privatunterricht täglich  
Talstation Minschuns  
+41 81 858 51 09

### Stories

Detail Pitsch  
Skischulleiter  
Augustin Oswald

### Skitouren Val Müstair

Mehr Infos über das Thema Skitouren im und um das Wintersportgebiet Minschuns unter:  
val-muestair.ch/skitouren

## Allega im Naturpark Biosfera Val Müstair!

Die Biosfera Val Müstair ist ein Regionaler Naturpark von nationaler Bedeutung und bildet gemeinsam mit dem Schweizerischen Nationalpark und Teilen der Gemeinde Scuol das erste hochalpine UNESCO Biosphärenreservat der Schweiz.

In dem sonnigen Hochtal Val Müstair produzieren 80 Prozent der lokalen Landwirte rein biologisch. Das facettenreiche Handwerk des Tales arbeitet traditions- und qualitätsbewusst. Die Region bietet eine einmalige Kultur- und Naturlandschaft. Besondere Juwelen zeichnen uns aus: Das UNESCO Welterbe Kloster St. Johann, die Handweberei Tessanda, die vielen Museen, sowie die typischen Bündner Dörfer – umrahmt von einer spektakulären Gebirgslandschaft.

Vom Talgrund des Rombachs bis hinauf zu den höchsten Gipfeln bieten vielseitige Lebensräume hervorragende Bedingungen für eine grosse Zahl an Wildtieren. Dieses ausgewogene Zusammenspiel von Ökologie und Ökonomie soll auch langfristig die Lebensgrundlage für die einheimische Bevölkerung garantieren.

### Nachhaltigkeit

Die Ferienregion Biosfera Val Müstair setzt auf eine nachhaltige Entwicklung. Zusammen mit der Ferienregion Engadin Scuol Zernez wurde sie als «Nachhaltiges Reiseziel» ausgezeichnet und ist Teil des «Swistainables»-Programms. Diese Auszeichnung verstehen wir auch als Versprechen an unsere Gäste, weshalb wir uns für eine nachhaltigung einsetzen. Mehr Informationen: val-muestair.ch/nachhaltigkeit

**Gästekarte:** Fragen Sie Ihren Gastgeber nach der Gästekarte Val Müstair und profitieren Sie von kostenlosem öv sowie Vergünstigungen auf Erlebnissen in der ganzen Region. Mehr Informationen: val-muestair.ch/gaestekarte

### Interaktive Karte

Jede Tour dieser Winterkarte ist auch online mit detailliertem Wegbescrieb, Höhenprofil und Bildern einsehbar. Mittels Tourenplaner-Tool können Sie selber individuelle Wanderungen und weitere Wintererlebnisse planen.

Die interaktive Karte finden Sie online unter:

maps.engadin.com

Wir freuen uns, wenn Sie Ihre Wintermomente auf den Social-Media-Plattformen teilen – #biosferavalmuستير und #valmuستير.

Nun wünschen wir Ihnen bellas vacanzas – schöne und unvergessliche Ferien! Ihr Team der Ferienregion Biosfera Val Müstair und des Naturparks Biosfera Val Müstair



### Allgemeine Bemerkungen und Hinweise:

- Die Ausgangspunkte und Ziele der Wanderungen sind alle gut mit öffentlichen Verkehrsmitteln erreichbar. Die ausführlichen Fahrpläne für die Verbindungen finden Sie auf sböb.ch sowie in unseren Gäste-Informationen.
- Wildruhezonen beachten: Während der kalten Wintermonate braucht das Wild besonders viel Ruhe. Deshalb dürfen zur Schonung des Wildes die markierten Wege in Wild- und Naturruhezonen (rot und gelb markierte Gebiete vorne auf der Karte) nicht verlassen werden und Hunde sind an der Leine zu führen. Grundsätzlich gelten die Wildruhezonen vom 20. Dezember bis Ende April oder gemäss Aushang. Bitte beachten Sie die Signalisation vor Ort. Informationen unter wildruhe.gr.ch und respektiere-deine-grenzen.ch
- Loipen- und Wegsperrungen aufgrund der Schnee- und Wetterlage sind unbedingt zu befolgen.
- Bitte denken Sie daran, Abfälle mitzunehmen und zu entsorgen.
- Änderungen vorbehalten, Hinweise nehmen wir gerne entgegen.

### Zustand Wege und Loipen

Wir bitten Sie um Verständnis, wenn die Wander- und Schlittelwege sowie Loipen nach Schneefällen nicht sofort begehbar bzw. noch nicht gespurt sind. Detaillierte Informationen erhalten Sie an allen Gäste-Informationstellen oder online unter val-muestair.ch/infrastruktur

**Schneeschuhwanderung**
Ob eine anspruchsvolle Winterwanderung, Schneeschuh- oder Skitour: Unsere lokalen und kompetenten Guides führen Sie sicher durch die Winterwelt Val Müstair. Kontaktdaten finden Sie unter val-muestair.ch/guides

### Sicherheit

Touren im winterlichen Gebirge bergen Risiken. Absetts gesicherter Pisten und Wege sind Sie eigenverantwortlich unterwegs. Dafür braucht es eine fundierte Ausbildung und eine entsprechende Ausrüstung inklusive Lawinen-Notfallausrüstung. Informieren Sie sich vor jeder Tour über das Wetter und die Lawinen-gefahr. Gratis App White-Risk / slf.ch

<b>Regionalspital Center da sandà Val Müstair, Sta. Maria:</b>	+41 81 851 61 00
<b>Notruf CH:</b>	144
<b>Europäischer Notruf:</b>	112
<b>Rettungshelikopter Rega:</b>	1414
<b>Aktueller Strassenzustand:</b>	strassen.gr.ch
<b>Autoverlad Vereina:</b>	+41 81 288 37 37



**(G)astronomisches Erlebnis**  
Fr, 27.12.24, S.1., 7.2., 14.2.25  
Mo, 30.2.24 & 6.1.25

Geniessen Sie ein feines Sternzucker-Menü in der heimeligen Pension Hirschen in Lü. Danach machen Sie unter fachkundiger Anleitung einen «Augen-Spaziergang» unter freiem Sternenhimmel und dürfen einen Blick durch das Teleskop des Observatori astronomic werfen, durch das Sie ferne Sternbilder und Galaxien entdecken können.

- Start: 17:30 Pension Hirschen, Lü / Ende: 20:30 Observatori astronomic, Lü
- Warme wintertaugliche Kleidung, hohe Winterwänderschuhe
- Erwachsene 49.00, Kinder 7 bis 12 Jahre 25.00, inkl. regionales 3-Gang-Sternzucker-Menü (inkl. Getränke), Sternenhimmelführung und Observatorium
- Mind. 4, max. 8 Personen
- Bis am Vortag 17:00 bei der Gäste-Information Val Müstair, Tel. +41 81 861 88 40 oder unter val-muestair.ch/erlebnisse. Sollte der Himmel für Sternzucker nicht klar genug sein, wird die Führung am Vorabend abesagt.
- Tipp: Wer Lust hat, kann auf der beleuchteten Schlittelpeste von Lü nach Tschieriv hinunterschlagen (Schlittenmens in der Pension Hirschen).

### Lawinentrainingsanläge Minschuns

Täglich, 21.12.24 – 25.2.25

An der Anlage kann die Lawinenverschütten-Suche mit LVS Geräten und Lawinen-sondern selbständig geübt werden. Sie ist während der ganzen Winterstation in Betrieb und öffentlich sowie kostenlos zugänglich. Infobroschüren sind am Schalter der Sportbahnen erhältlich.

- 5 Min. von der Talstation Wintersportgebiet Minschuns (ausgeschuldet)
- Tiefschneetaugliche Kleidung (funktionelle Winterhose/-jacke) und Schuhe (hohe Winterstiefel, Ski- oder Schneeschuhe), Lawinenausrüstung (LVS, Sonde, Schaufel)
- Kostenlos
- Nicht erforderlich



**Ein Stück Val Müstair verschenken**  
Der Gutschein wird an über 180 Einlösestellen im Val Müstair, im Unterengadin und in Samnau akzeptiert.  
val-muestair.ch/gutschein



Wir hören unseren Atem und das Knirschen unserer Schuhsohlen im Schnee – mehr nicht. Um uns herum breitet sich der alpine Winter aus. Wildspuren führen vom Anvenwald über die Ebene und verschwinden hinter der Kuppe – auch Tiere suchen die Abgeschlossenheit. Das Gefühl für Zeit und Distanzen haben wir unterwegs wohl verloren. Hier draussen brauchen wir nichts anderes als einen schmalen Winterwanderweg, hin und wieder einen Wegweiser und die Gewissheit, dass wir immer komfortabel zurückkehren können – der Rest ist pure Wildnis, weit weg vom Alltag.

### Hinweise für die Winterwanderwege:

- Markierungen: Winterwanger-Wegweiser sind offiziell pink oder mit einem Schneestern gekennzeichnet.
- Die Winterwanderwege sind mehrheitlich Flur- oder Waldwege, welche maschinell präparierten werden. Gute Ausrüstung, rutschfeste Schuhe sowie Stöcke werden empfohlen.
- Auf den meisten Winterwanderwegen gibt es bei guten Schneeverhältnissen streckenweise die Möglichkeit, Schlitten zu fahren.
- Vorsicht: Wegabschnitte können teilweise vereist sein.

Alle Details der Winterwanderwege finden Sie hier: val-muestair.ch/winterwandern



Es scheint, als hätte man dieses Tal extra für den Langlauf konzipiert: Wir gleiten über der berühmten ehemaligen Tour de Ski Sprintstrecke Richtung Fuldera über die Talloipe, links von uns schlingt der skil Springstrecke Richtung Fuldera ein weites Talwärts, rechts bietet der schattige Wald eine willkommene Erholung, vor uns wechseln sich teils sanfte, teils anspruchsvolle Anstiege mit langgezogenen Kurven in der Ebene ab – ein perfektes Intervalltraining in der Heimat von Langlaufprofis. Inmitten der winterlichen Idylle läuft es sich wie von selbst und wir freuen uns auf die sonnige Restaurantterrasse beim Langlaufzentrum Furom. Oder hängen wir noch eine weitere Runde an? Oder steigen wir um aufs PostAuto? Denn oben in Lü und Minschuns warten ja noch die Höhenloipen inmitten unberührter Natur...



Entdecken Sie 223 Loipenkilometer im Dreiländereck.

1 Ticket für 8 Langlaufgebiete.

val-muestair.ch/langlaufen

### Hinweise für die Loipen:

- Markierungen: Beachten Sie bitte die offiziellen Markierungen mit Hinweisen für Loipenbenutzer.
- Sichern Sie sich Ihr Loipenticket ganz bequem: Sie können es in der Gäste-Information Tschieriv oder im Langlaufzentrum Fuldera Furom erwerben. Noch einfacher geht es jedoch mit der langlauf.ch App oder online unter val-muestair.ch/langlaufen. Holen Sie sich Ihr Ticket sofort und starten Sie Ihr Abenteuer im Schnee!
- Der Loipenspass ist lediglich auf den Langlaufloipen gültig, der öv ist nicht im Ticket enthalten.
- Die Loipeninfrastruktur ist geöffnet von 9:00 - 16:00 Uhr. Um die Präparierung zu gewährleisten, bitten wir Sie diese Zeiten einzuhalten (Ausnahme Nachtloipe: Diese setzt die Verwendung einer Stirnlampe voraus).

Alle Details zum Langlaufen finden Sie hier: val-muestair.ch/langlaufen

## 2 Senda Alp da Munt – Alp Champatsch – Lü Cumün [356]



Der aussichtsreiche und sonnige Höhenweg führt durch eine tief verschnittene Landschaft vom Skigebiet Minschuns via Alp Champatsch in das Dörfchen Lü. Ein Dorf, das sich optimal eignet um Sterne zu beobachten.

Der Winter-Panoramaweg beginnt bei der Talstation des Skigebiets Minschuns. Das gepflegte, familienfreundliche Skigebiet ist mit eine der sonnigsten Ecken der Schweiz. Vier Skilifte erschliessen das Gebiet mit mehreren Abfahrten. Das hochgelegene Minschuns gilt zudem als sehr schneesicher.

In einem leichten Anstieg führt der Winterwanderweg zuerst durch einen Wald und später entlang der Skipiste bis zur Alp da Munt auf 2213 m ü. M. Fast eben verläuft er dann wetter bis zum Lai da Juata, begleitet vom Panoramablick über die Alpen des Val Müstair und zum Orler. Vom Alpsee führt der Weg durch Arvenwälder im leichten Abstieg bis zur Alp Champatsch, deren ursprüngliche Gebäude heute im Freilichtmuseum Ballenberg stehen. Hier laden die Sonnenterrasse und der herrliche Ausblick auf das Val Müstair zu einer Rast. Von der Alp geht es entweder zu Fuss oder mit dem mitgebrachten Schlitten (Schlittenmiete auf der Alp Champatsch möglich) hinunter nach Lü. Nach der Ankunft in Lü kann der Weg weiter talwärts verlagert werden bis nach Tschieriv.

<b>Quickfacts</b>	<b>mittel</b>		
<span>🕒</span> 2 h 10 min	<span>⬆️</span> 60 m	Erlebnis	★★★★★
<span>↔️</span> 6,0 km	<span>⬆️</span> 300 m	Landschaft	★★★★★
<span>📏</span> <span>1</span> <span>2</span> <span>3</span> <span>4</span> <span>5</span>		<b>Tour online</b>	

Winterwanderweg	<b>1</b>	<b>leicht</b>	<span>🕒</span> 20 min	<span>⬆️</span> 97 m	Erlebnis	★★★★★
<b>Minschuns Talstation (Era Sot) – Alp da Munt</b>			<span>↔️</span> 0,9 km	<span>⬆️</span> 0 m	Landschaft	★★★★★
			<span>↔️</span> 30 min	<span>⬆️</span> 300 m	Erlebnis	★★★★★
			<span>↔️</span> 9,5 km	<span>⬆️</span> 472 m	Landschaft	★★★★★

Winterwanderweg	<b>4</b>	<b>mittel</b>	<span>🕒</span> 3h 30 min	<span>⬆️</span> 300 m	Erlebnis	★★★★★
<b>Tschieriv Biosfera - Lü - Alp Champatsch - Lü Cumün</b>			<span>↔️</span> 9,5 km	<span>⬆️</span> 472 m	Landschaft	★★★★★
			<span>↔️</span> 30 min	<span>⬆️</span> 97 m	Erlebnis	★★★★★
			<span>↔️</span> 0,9 km	<span>⬆️</span> 0 m	Landschaft	★★★★★

Langlaufloipe	<b>1</b>	<b>leicht</b>	<span>🕒</span> 30 min	<span>⬆️</span> 22 m	Technik	★★★★★
<b>1 Furom - «La artificiaa» (Nachtloipe)</b>			<span>↔️</span> 2,5 km	<span>⬆️</span> 22 m	Kondition	★★★★★
			<span>↔️</span> 30 min	<span>⬆️</span> 22 m	Technik	★★★★★
			<span>↔️</span> 2,5 km	<span>⬆️</span> 22 m	Kondition	★★★★★

Langlaufloipe	<b>2</b>	<b>mittel</b>	<span>🕒</span> 1 h 00 min	<span>⬆️</span> 70 m	Technik	★★★★★
<b>2 Fuldera – Rundloipe «La pretensiusa»</b>			<span>↔️</span> 4,0 km	<span>⬆️</span> 70 m	Kondition	★★★★★
			<span>↔️</span> 1 h 00 min	<span>⬆️</span> 70 m	Technik	★★★★★
			<span>↔️</span> 4,0 km	<span>⬆️</span> 70 m	Kondition	★★★★★



Langlaufloipe	<b>7</b>	<b>schwer</b>	<span>🕒</span> 15 min	<span>⬆️</span> 25 m	Technik	★★★★★
<b>7 Tschieriv – Rundloipe «Tour de Ski»</b>			<span>↔️</span> 0,7 km	<span>⬆️</span> 25 m	Kondition	★★★★★
			<span>↔️</span> 15 min	<span>⬆️</span> 25 m	Technik	★★★★★
			<span>↔️</span> 0,7 km	<span>⬆️</span> 25 m	Kondition	★★★★★

Die einzigartige ehemalige Weltcupstrecke ist in Tschieriv für alle LangläuferInnen während der Winteraison offen. Nutzen Sie die Chance und laufen Sie auf der Loipe, auf der die Weltelite um den Sieg gekämpft hatte.



**Wildtiere im Winter**  
Freitags, 27.12.24 – 21.2.25  
Mittwochs, 29.1. – 5.3.25

Viele Wildtiere leben im Winter versteckt und sind nur selten zu sehen. Doch dank dem geübten Auge unserer Guides können Gämsen, Steinböcke und vielleicht sogar Steinadler und Bartgeier beobachtet werden. Zudem lernen die Teilnehmenden Spuren und Fährten lesen und erfahren, mit welchen Tricks die Tiere im Winter überleben. Leichte Wanderung auf gespurten Winterwegen (ca. 1h).

- Start und Ende: Talstation Wintersportgebiet Minschuns / 9:20 – 11:30 (Start- und Endzeit sind auf den Sportbus abgestimmt)
- Wintertaugliche Kleidung, hohe Winterwänderschuhe
- Erwachsene 15.00 (ohne Gästekarte 20.00) / Kinder 7 bis 15 Jahre 5.00 / Familie 30.00 (ohne Gästekarte 40.00) / Gäste Biosfera-Partnerbetriebe kostenlos
- Mind. 4 Personen
- Bis am Vortag 17:00 bei der Gäste-Information Val Müstair, Tel. +41 81 861 88 40 oder unter val-muestair.ch/erlebnisse



Langlaufloipe	<b>8</b>	<b>schwer</b>	<span>🕒</span> 35 min	<span>⬆️</span> 30 m	Technik	★★★★★
<b>8 Lü - Panoramaloipe «La sulagliva»</b>			<span>↔️</span> 3,0 km	<span>⬆️</span> 30 m	Kondition	★★★★★
			<span>↔️</span> 35 min	<span>⬆️</span> 30 m	Technik	★★★★★
			<span>↔️</span> 3,0 km	<span>⬆️</span> 30 m	Kondition	★★★★★

Langlaufloipe	<b>9</b>	<b>schwer</b>	<span>🕒</span> 1 h 00 min	<span>⬆️</span> 77 m	Technik	★★★★★
<b>9 Minschuns - Höhenloipe «La muntagnarda»</b>			<span>↔️</span> 3,5 km	<span>⬆️</span> 77 m	Kondition	★★★★★
			<span>↔️</span> 1 h 00 min	<span>⬆️</span> 77 m	Technik	★★★★★
			<span>↔️</span> 3,5 km	<span>⬆️</span> 77 m	Kondition	★★★★★



Langlaufloipe	<b>10</b>	<b>schwer</b>	<span>🕒</span> 40 min	<span>⬆️</span> 25 m	Technik	★★★★★
<b>Loipe Buffalora beim Ofenpass</b>			<span>↔️</span> 3,0 km	<span>⬆️</span> 25 m	Kondition	★★★★★
			<span>↔️</span> 40 min	<span>⬆️</span> 25 m	Technik	★★★★★
			<span>↔️</span> 3,0 km	<span>⬆️</span> 25 m	Kondition	★★★★★

Es erwartet Sie eine tief verschnittene Landschaft beim Schweizerischen Nationalpark. Es ist keine konstante Präparierung der Loipe gewährleistet. Die Loipe wird auf privater Basis präpariert und finanziert (kollekte: Gasthaus Buffalora).



Winterwanderweg	<b>5</b>	<b>mittel</b>	<span>🕒</span> 3 h 45 min	<span>⬆️</span> 485 m	Erlebnis	★★★★★
<b>Tschieriv Biosfera - Lü - Craistas - Fuldera Furom Langlaufzentrum</b>			<span>↔️</span> 11,0 km	<span>⬆️</span> 608 m	Landschaft	★★★★★
			<span>↔️</span> 3 h 45 min	<span>⬆️</span> 485 m	Erlebnis	★★★★★
			<span>↔️</span> 11,0 km	<span>⬆️</span> 608 m	Landschaft	★★★★★

Winterwanderweg	<b>6</b>	<b>leicht</b>	<span>🕒</span> 55 min	<span>⬆️</span> 64 m	Erlebnis	★★★★★
<b>Fuldera Daint - Tschieriv Biosfera</b>			<span>↔️</span> 3,6 km	<span>⬆️</span> 20 m	Landschaft	★★★★★
			<span>↔️</span> 55 min	<span>⬆️</span> 64 m	Erlebnis	★★★★★
			<span>↔️</span> 3,6 km	<span>⬆️</span> 20 m	Landschaft	★★★★★

Winterwanderweg	<b>7</b>	<b>leicht</b>	<span>🕒</span> 55 min	<span>⬆️</span> 25 m	Erlebnis	★★★★★
<b>Fuldera Daint - Rundwanderung</b>			<span>↔️</span> 3,6 km	<span>⬆️</span> 25 m	Landschaft	★★★★★
			<span>↔️</span> 55 min	<span>⬆️</span> 25 m	Erlebnis	★★★★★
			<span>↔️</span> 3,6 km	<span>⬆️</span> 25 m	Landschaft	★★★★★



Langlaufloipe	<b>276</b>	<b>mittel</b>	<span>🕒</span> 1 h 45 min	<span>⬆️</span> 154 m	Technik	★★★★★
<b>Val Müstair - Talloipe «La vallada» [276]</b>			<span>↔️</span> 5,9 km	<span>⬆️</span> 100 m	Kondition	★★★★★
			<span>↔️</span> 1 h 45 min	<span>⬆️</span> 154 m	Technik	★★★★★
			<span>↔️</span> 5,9 km	<span>⬆️</span> 100 m	Kondition	★★★★★

Die Loipe zwischen Fuldera und Tschieriv schlingt sich in einer angenehmen Steigung abwechslungsweise durch Tannen- und Lärchenwälder dem malerischen Rombach entlang.



Unter uns knirscht der Schnee und wir sinken ein. Jedoch nicht so weit wie wir uns dies mit normalen Winterschuhen im Tiefschnee gewohnt sind. Unsere etwas überdimensionalen Schuhe, die «Schneeschuhe», lassen uns durch die abgeleitgen Seitentäler wandern. Weit weg von gespurten und präparierten Wegen zeichnen wir Schritt für Schritt eine neue Spur in den tiefen Schnee. Die Stille, welche uns dabei umgibt, verschlängt uns die Sprache. Aber müssen wir überhaupt sprechen oder überhören wir dadurch nur das, was uns die Natur zu erzählen hat?

### Hinweise für die Schneeschuhtouren:

- Schneeschuhtouren werden auf eigene Verantwortung unternommen.
- Die Konsultation des Lawinenberaters (slf.ch) vor Antritt der Tour wird dringend empfohlen.
- Empfohlen mit Guide: Geführte Schneeschuhwanderungen während der Saison.

Alle Details der Schneeschuhtouren finden Sie hier: val-muestair.ch/schneeschuh



Lamatrekking im Sommer und Winter. © Jody Wirth		Story zum Ferientipp	
<b>Lamatrekking Schnuppertour</b> Di, 11., 12., 19., 26.2., 12.3.25			
Das Lamatrekking ist eine lustige und unterhaltsame Wanderung für Familien und Tierliebhabende. Begleitet von Isidor Sepp und seinen Lamas erkunden die Teilnehmenden das winterliche Val Müstair.			
<span>📍</span> Müstair, Hof Punnetta (gegenüber Camping Muglin), 13:00 – ca. 15:00			
<span>📍</span> Wintertaugliche Kleidung, festes Schuhwerk			
<span>👤</span> Erwachsene 20.00 (ohne Gästekarte 40.00), Kinder bis 16 Jahre kostenlos, Familien 30.00 (ohne Gästekarte 50.00)			
<span>👤</span> Mind. 2 Erwachsene			
<span>📍</span> Bis am Vortag 17:00 bei der Gäste-Information Val Müstair, Tel. +41 81 861 88 40 oder unter val-muestair.ch/erlebnisse			
<span>📍</span> Isidor Sepp, eidg. dipl. Wanderleiter und Landwirt			



**Geführte Schneeschuhwanderungen**  
Di, 31.12.24, 21., 28.1., 4.2., 18.2., 25.2., 4.3., 11.3.25  
Do, 26.12.24, 21., 16.1., 23.1., 30.1., 6.2., 13.2., 20.2., 27.2., 6.3.25

Auf keinen Sehnen erleben die Teilnehmenden die Einsamkeit und Stille der unberührten Winterlandschaft und erfahren dabei Interessantes über Leben und Kultur im Val Müstair.

- Val Müstair, Ort wird bei Anmeldung mitgeteilt / 9:00 – ca. 15:30 (Marschzeit ca. 4.5 h)
- Wintertaugliche Kleidung, Schneeschuhe, Skistöcke, LVS, Sonde, Schaufel, Proviant; Miete bei der Anmeldung oder im Sportgeschäft Aventuras in Müstair möglich.
- Erwachsene 30.00 (ohne Gästekarte 40.00), Kinder 7 bis 15 Jahre 10.00
- Mind. 4 Personen
- Bis am Vortag 17:00 bei der Gäste-Information Val Müstair, Tel. +41 81 861 88 40 oder unter val-muestair.ch/erlebnisse



Winterwanderweg	<b>9</b>	<b>mittel</b>	<span></span>
-----------------	----------	---------------	---------------