

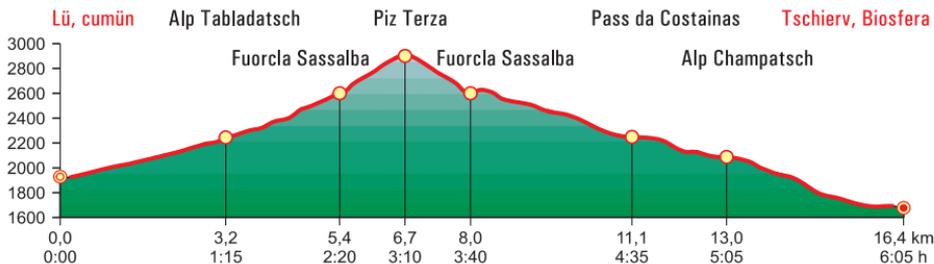


Lü, cumün > Tschierv, Biosfera

	Lü, cumün	0 h 00 min	
	Alp Tabladatsch	1 h 15 min	
	Fuorcla Sassalba	2 h 20 min	
	Piz Terza	3 h 10 min	
	Fuorcla Sassalba	3 h 40 min	
	Pass da Costainas	4 h 35 min	
	Alp Champatsch	5 h 05 min	
	Tschierv, Biosfera	6 h 05 min	

Escursione in montagna

	T2	
	Difficile	
	6 h 5 min	
	16,4 km	
	1070 m	
	1320 m	
	luglio - ottobre	
	459T Nationalpark	





Mit der Kraft süsser Sonnenscheiben zum Piz Terza

Zu einer Wanderung gehört etwas Süsses. Dafür gibt es im Val Müstair Schaibiettas, Haferflocken-Guetzli in Form einer Sonnenscheibe. Ihre Geschichte führt man sich am besten erst nach dem Genuss zu Gemüte.

Einst mussten die Mädchen und Buben im Frühling die Weiden am Piz Terza säubern und die alten Kuhfladen zerreiben. Die Arbeit stank den Kindern gewaltig. Das bemerkten auch die Feen des Tals, und sie beschliessen, süsse Schaibiettas auf den Weiden zu verstecken. Die Kinder waren fortan nicht mehr zu halten, die Weiden im Nu für den Alpsommer bereit.

Die auf einem alten Rezept basierenden Schaibiettas und die Kuhfladengeschichte wurden eigens kreiert, um das Val Müstair bekannter zu machen. Die Reise ins Bündner Südtal lohnt sich aber ohnehin: Es lockt eine einfache Tour auf einen Fast-Dreitausender, mit Aussicht über das Unterengadin, den Vinschgau und zum Ortler, dem höchsten Berg Tirols. Nach dem Start im urtümlichen Dorf Lü werden die Alpen Valmorain und Tabladatsch erklommen, viele alte Lärchen leisten Gesellschaft. Über steile Weiden erreicht man sodann

den tiefblauen Bergsee auf der Fuorcla Sassalba. Im letzten Teil schlängelt sich der Weg elegant zwischen Felsblöcken hindurch zum Gipfel des 2908 Meter hohen Piz Terza. Der Berg steht just auf der Grenze zu Italien.

Zurück bei der Fuorcla Sassalba beginnt das lang gezogene Tal der Clemgia, deren Wasser einen fast bis zum Pass da Costainas begleitet. Vorbei an der Alp Champatsch folgt der Abstieg dem Bergbach Aua da Laider entlang nach Tschierv – durch einen Lärchenwald, der im Oktober golden leuchtet.

Daniel Fleuti, 2019

INFO

Erreichbar ist «Lü, cumün» mit dem Bus ab Zernez und Fuldera. Zurück ab «Tschierv, Biosfera».

Pension Hirschen Lü, 081 858 51 81,
www.hirschen-lue.ch
Restaurant «La Posa» Alp Champatsch,
079 766 80 20
Hotel Al Rom Tschierv, 081 858 55 51,



Blick ins Tal der Clemgia kurz vor dem Pass da Costainas.
Bilder: Daniel Fleuti



Viel Platz und Aussicht auf dem Piz Terza.

