



# FLIMS X LAAX

## WANDER GUIDE

### Get more mountain

Download the official LAAX app

- Mobile Ordering
- Live Information
- Tickets
- E-Shuttle
- Leaderboards
- Local Tips
- Points

### Wanderservices

Digitale über-Stock und Stein dank Stecken-Sharing, neuer digitaler Wander-Map und neuen Sitz- und Verweilmöglichkeiten entlang der Wanderverwege.

QR Code: Wanderservices

### Trinkwasserstellen

Auf der LAAX App findest du alle Trinkwasserstellen der Region.

### Stecken-Sharing

Mit dem Stecken-Sharing können hölzerne Wanderstöcke an den Verteil- und Rückgabestationen gratis ausgeliehen werden. Dein Lieblingsstück kann auch via LAAX App oder an der Gästeeinfahrt gekauft werden.

### Digitale Wander-Map

Hier findest du die TOP 10 der Wanderrouten und die schönsten Ausflugsziele in der Region.

### Bergbahnen

Live-Informationen zu den aktuell geöffneten Bahnen findest du in der LAAX App oder unter [live.laax.com](http://live.laax.com)

QR Code: Live Info

### Naturführungen

Unterwegs mit dem Ranger, der Heilpflanzenexpertin, dem Wildhüter oder dem GeoGuide Sardona kannst du die Natur rund um Flims Laax Falera beim Wandern entdecken. Bis Ende Oktober finden jeweils samstags die geführten Wanderungen zu einem Naturthema statt.

QR Code: Digital Flyer

Das komplette Programm sowie die Anmeldeinformationen findest du online auf [flims.com/naturfuehrungen](http://flims.com/naturfuehrungen)

### Bergfrühling

Entdecke alle Angebote, die du schon im Mai nutzen kannst. Änderungen vorbehalten.

QR Code: Bergfrühling

### Rheinschlucht

#### 600m ü. M.

Die Rheinschlucht zwischen Reichenau und Ilanz wird nicht umsonst als «Swiss Grand Canyon» bezeichnet. Sie gehört zu den wohl spektakulärsten Landschaften in Graubünden und ist sogar in den Alpen einzigartig. In der wilden Schlucht erlebst du beim River Rafting Adrenalin pur oder unvergessliche Wanderungen entlang an schroffen Felsformationen.

QR Code: Rheinschlucht

Der Flimsrer Bergsturz hat vor rund 9500 Jahren das Naturmonument geschaffen. Heute ist die wilde Schlucht Heimat von seltenen Wasservögeln, Bibern und faszinierenden Orchideen.

Beachte das Betretungsverbot ausgediehrer Kiesbänke während der Brut- und Aufzuchtzeit vom 1. April bis 15. Juli.

### Valendas – Versam

So abwechslungsreich hast du die Rheinschlucht noch nie erlebt. Mit dem Cabrio Rheinschlucht/Ruinaulta-Bus bis Valendas-Sagogn Bahnhof und dann zu Fuss oder gemütlich weiter per RhB-Erlebniszug, öffnest dir dieser Teilabschnitt eine einmalige Sicht auf die Rheinschlucht. Diese Route bringt eindrücklich zu Tage, warum die Rheinschlucht auch «Swiss Grand Canyon» genannt wird. Tickets für die Ruinaultatur (inklusive Bus und Bahn) gibt es an den Gästeeinfahrten in Flims, Laax und Falera zu kaufen.

- 1h 15 min | 4.5 km | 110 m | 125 m

### Rheinschlucht Rundwanderung

Der Weg führt vorbei am Caumasee und durch den «Grand Canyon» der Schweiz. Auf der Aussichtsplattform «Il Spiz» wird man mit einem spektakulären Ausblick in die Rheinschlucht belohnt. Tipp: Grillsachen einpacken – es gibt verschiedene Grillplätze, die direkt am Rhein liegen und faszinierende Ausblicke bieten.

- 6h 50 min | 20 km | 655 m | 655 m

### Rheinschlucht-Bus

Erlebe die Rheinschlucht mit dem Ruinaulta-Bus. Dieser verbindet die beiden Täler und verschiedene Ausgangspunkte für Wanderungen in und um die Rheinschlucht. Er verkehrt ab Laax und fährt über Sagogn – Valendas nach Imtschalt und zweimal am Tag über Valendas-Versam – Bonaduz – Reichenau bis nach Tamins. Bitte beachte die Reservationspflicht für die begehrten Plätze.

### Aussichtsplattformen und Hängebrücken

Entlang der Rheinschlucht befinden sich sieben Aussichtsplattformen, welche den «Swiss Grand Canyon» erlebbar machen. Unter den Plattformen Aix in Valendas, Crap Sognon in Sagogn, Islabord in Versam, Spitz in Bonaduz/Versam, Wackenu in Trin/Bonaduz und Zault in Trin, ist die «Il Spiz» in Conn sicherlich die Aussergewöhnlichste. Neben der fantastischen Aussicht auf die Krümme Waag kannst du im Restaurant Conn die legendären Birnen-Ravioli geniessen. Die im Jahr 2010 erstellte filigrane Hängebrücke bei der Station Trin verbindet das rechte mit dem linken Rheinufer. Mit einer Länge von 105 Meter und einer Gebreite von 1.8 Meter gehört sie zu den längsten Hängebrücken in Graubünden.

### Wald & Seen

#### 1100m ü. M.

In den Wäldern und rund um die Seen von Flims Laax Falera auf 1100m ü. M gibt es einiges zu entdecken. Von Rundwanderungen bis Erlebnispfade ist alles dabei.

### Caumasee Rundwanderung

Einfache Wanderung von Flims Waldhaus nach Conn. Unterwegs lädt der Caumasee zum Baden ein. Fühl dich dank warmen Seetemperaturen und der einmaligen türkisblauen Farbe wie in der Karibik. Rückweg zu Fuss oder mit der Pferdekutsche.

- 1h 10 min | 3.6 km | 100 m | 100 m

### Baumwipfelpfad

Die «Senda dil Dragun», der längste Baumwipfelpfad der Welt, verbindet nicht nur die beiden Ortsteile Laax Murschetg und Laax Dorf. Der 1.56 Kilometer lange Steg bietet unseren kleinen und grossen Gästen die Möglichkeit, den Laaxer Wald auf Augenhöhe mit den Baumwipfeln zu erleben. Mit einer Rutschbahn, fünf Erlebnisorten, vier Plattformen mit Sitzmöglichkeiten sowie fünf Kugelhahn-Installationen ist der Baumwipfelpfad ein einzigartiges Naturerlebnis für die ganze Familie.

- 30 min | 1.5 km | 28 m | 28 m

### Laaxersee Rundgang (Audiowalk)

Rund um den Laaxersee erwartest dich ein unterhaltsamer, spannender Spaziergang, verbunden mit einer mit Geräuschen und Musik unterlegten Geschichte. Mit einem Kopfhörer ausgestattet folgt man einer unbekannteren Route.

- 30 min | 1.2 km | 10 m | 10 m

### Kulinarik-Trail

«Wald & Wasser»  
Der Kulinarik-Trail in Flims versüsst deine Wanderung mit einem ausgezeichneten, mehrgängigen Menü. Ein Weg – drei Lokale. Auf diesem Kulinarik-Trail lernst du neben den landschaftlichen auch die kulinarischen Attraktionen unserer Region kennen.

QR Code: Kulinarik-Trail

- 3h 30 min | 11.8 km | 345 m | 345 m

### Foxtrail

Foxtrail – die spannende Schnitzeljagd erwartet dich mit drei kniffligen Trails in Flims, Laax und Falera, welche deinen Aufenthalt in den Bergen zu einem unvergesslichen Abenteuer werden lassen.

### Connbächli

Entlang des Connbächlis macht Wandern auch den Kleinsten richtig viel Spass. Mit einem selber gebastelten Connshiffli wird der Spaziergang nach Conn zum Abenteuer.

Bausatz erhältlich an den Gästeeinfahrten Flims, Laax und Falera.

- 1h 30 min\* | 5 km | 135 m | 135 m

\* Reine Gehzeit Erwachsene

### Bergwelten

#### 1600m ü. M.

Unterhalb der Baumgrenze findest du grüne Wiesen, plätschernde Bergbäche und eine Vielfalt an alpinen Kräutern und Blumen. Lass dich vom traumhaften Panorama begeistern und geniessen Bündner Spezialitäten in den Berghütten.

### Trutg dil Flem

Der prämierte Flimsrer Wasserweg führt dich von der Quelle des Bachs Flem auf dem unteren Segnesboden durch einmalige Schluchtenlandschaften bis ins Dorfzentrum von Flims hinab. Du überquerst dabei sieben bis ins Dorfzentrum angelegte Brücken des berühmten Bündner Brückenbauers Jörg Conzett. Von diesen aus kannst du die bizarren Felsformationen der Schluchten des Flemns besonders gut betrachten und dem Rauschen des Bergbachs lauschen.

QR Code: Entdecke mehr

- 4h | 14.3 km | 75 m | 1079 m

### Hochtal Bargis

Das Hochtal von Bargis liegt zwischen dem Flimsrerstein und dem Piz Mirutta. Durch das Hochtal führt ein Rundweg vorbei an saftigen Alpwiesen und eindrucksvollen Felswänden. Der Bach lädt zum erfrischenden Verweilen ein. Im Anschluss an die Wanderung wartet das Berghaus Bargis mit seinen regionalen Spezialitäten auf dich.

- 45 min | 2.5 km | 48 m | 48 m

### Strudeltöpfe Alp Mora

Die Strudeltöpfe nahe der Alp Mora gehören zu den schönsten und aussergewöhnlichsten Naturformationen in unserer Destination. Hier hat der Melienbach über Jahrtausende grosse Wannen ausgewaschen, die sich wie Perlen aneinanderreihen. Kristallklares, türkisfarbenes Wasser fällt in der knapp 20 Strudeltöpfe nach der Schneeschmelze und lädt in den Sommermonaten zum Baden ein. Vom 29. Juni bis 31. August fährt mindestens und samstags ein Shuttle-Bus von Trin nach Purcs. Weitere Informationen findest du unter [flims.com/alp-mora](http://flims.com/alp-mora).

- 7h 40 min | 18 km | 873 m | 1549 m

### Hubertus Bogenpark

Im Bogenpark Hubertus kannst du deine Treffsicherheit mit dieser schon in der Steinzeit verwendeten Jagdwaffe und der neuen Kletterart. Zudem erfährst du viel über die traditionelle Jagd in Graubünden und Wildtiere und die Natur unserer Region.

- 2h | 4.6 km | 10 m | 574 m

### Kulinarik-Trail

«Berg & Sicht»  
Eine wunderbare Aussicht vor Augen und kulinarische Freuden auf dem Teller: Diese Mischung macht den Kulinarik-Trail «Berg & Sicht» aus. Entlang eines Panoramawanderwegs und des Trutg dil Flem kommt man in den Genuss eines erstklassigen 5-Gang-Menüs.

- 6h | 17.3 km | 617 m | 726 m

### Hochgebirge

#### 2000m ü. M.

Die alpine Naturlandschaft in Flims Laax Falera zeichnet sich durch spezielle Felsformationen wie das Martinsloch oder die Tschingelhörner aus. Speziell für Kletterer ist das Gebiet ausgezeichnet geeignet, aber auch Wanderer kommen auf ihre Kosten.

QR Code: UNESCO Welterbe Tektonikarena SARDONA

### Segnes Trek

Der Segnes Trek ist eine alpine 6-Tages-Weitwanderung mit abwechslungsreichen Etappen und Natur-Highlights wie den Segnesböden, Tschingelhörnern und den Strudeltöpfen auf der Alp Mora. Die Wanderung startet in Reichenau am Rhein und führt über die Ringelspitzhütte nach Bargis, und weiter bis zum Segnes-pass, ins Glarnerland bis zur Martinsmadhütte und retour via Segnes-hütte bis nach Flims. Viel Bergluft erwartet dich: 4 von 5 Übernachtungen sind auf über 2000m und der höchste Punkt ist auf 2760m. Geniesse das Gipfel-Panorama auf über 3000m hohen Bergen wie dem Ringelspiz, Piz Sardona und Piz Segnas. Der Segnes Trek ist ein alpines Wandererlebnis im weltweit einzigartigen UNESCO-Welterbe Tektonikarena Sardona.

- Informationen findest du unter: [segnes-trek.com](http://segnes-trek.com)

### UNESCO-Welterbe Tektonikarena Sardona

Du hast dich schon immer gefragt, wie die Entstehung der Alpen abgelaufen ist? Dann bist du in der Tektonikarena Sardona am richtigen Platz. An kaum einem anderen Ort kannst du die Geschichte der Alpen und ihre Entstehung so anschaulich nachvollziehen. Aus diesem Grund wurde die Tektonikarena Sardona im Jahr 2008 in das UNESCO-Welterbe aufgenommen. Insgesamt ist das Gebiet 32800 Hektar gross.

### Besucherpavillon Sardona

Täglich geöffnet und sonntags von den GeoGuides Sardona betreut.

«Sardona Aktiv» App  
Auf der «Sardona Aktiv» App findest du eine grosse Auswahl an informativen Themenwegen und Wanderungen, wobei du alles rund um die eindrückliche Geologie und Natur des UNESCO-Welterbe Tektonikarena Sardona erfahren kannst.

### Nagens – Segnesboden – Scansinas

Von Nagens aus folgt man dem Weg sanft ansteigend in Richtung Grauberg. Auf dem darauf folgenden Abstieg (gute Trittsicherheit erforderlich) bis auf den unteren Segnesboden lässt sich das einzigartige Panorama des UNESCO-Welterbes Tektonikarena Sardona geniessen. Die Wasserläufe in der Hochebene wechsellagernd ständigen ihren Verlauf, sodass das Flachmoor, das etwa die Hälfte dieses Schwemmböden einnimmt, neue Muster bildet. Neue Seen entstehen – und verschwinden wieder. Die Kulisse bereichern die Tschingelhörner, die weiter oben mit ihren einzigartigen Felsformationen in den Himmel ragen.

- 2h 30 min | 8.3 km | 120 m | 350 m

### Klettern

Neben dem Klettergarten auf dem unteren Segnesboden, befindet sich auf 2350 Metern, unweit des oberen Segnesbodens der neue Klettergarten «Crapla Igna» für Einsteiger und Fortgeschrittene. Das kleine aber feine Kletterparadies hat 42 Routen und zeichnet sich durch soliden Kalkfels, feine Strukturen wie Wasserrinnen und kleine Chickenhäuser sowie durch bis zu 20 Meter langen Routen aus. Ein Klettervergnügen in den Schwierigkeitsgraden von 3a bis 6b erwartet dich.

### Klettersteig Pinut

Das Begehen des Klettersteigs Pinut hoch auf den Flimsrerstein ist ein Naturerlebnis mit Nervenkitzel. Durch Höhlen, über Leitern und Treppen geht es über drei beinahe senkrechte Felsstufen in Richtung Hochebene. Der Klettersteig Pinut ist der älteste, noch bestehende Klettersteig der Schweiz. Bereits 1739 wurde er schriftlich zum ersten Mal erwähnt. In seiner heutigen Form existiert er seit 1907. Im Jahr 2007 wurde er vollumfänglich renoviert.

- 4h | 5.7 km | 1928 m | 565 m

### Routen

Spazieren Wandern Bergwandern Alpinwandern

Nr.	Tour	Zeit	km	m	m
1	Baumwipfelpfad <b>Family</b>	30 min	1.5	28	28
2	Senda romantica (Romanisch-Lehrpfad)*	2h	6.8	81	400
3	Caumasee Rundwanderung*	1h 10 min	3.6	100	100
4	Crestasee Rundwanderung*	1h 15 min	4.6	92	92
5	Laaxersee Rundgang* (Audiowalk)	30 min	1.2	10	10
6	Connbächli <b>Family</b>	1h 30 min	5	135	135
7	Hochtal Bargis <b>Family</b>	45 min	2.5	48	48
8	Falera – Laax*	1h	3.8	26	200
9	Senda Sagogn	1h	3.5	95	95
10	Lag Prau Pulatè-Rundweg	30 min	1.9	62	62
11	Staderas – Salums – Staderas	1h 40 min	5.6	183	165
12	Falera – Laax Murschetg (Planetenweg) <b>Family</b>	1h 15 min	3.9	55	55
13	Rheinschlucht Rundwanderung	6h 50 min	20	655	655
14	Bargis – Flims	1h 30 min	4.9	0	478
15	Kulinarik-Trail «Wald und Wasser»	3h 30 min	11.8	345	345
16	Valendas – Versam <b>Family</b>	1h 15 min	4.5	110	125
17	Falera – Curinus – Alp Dadens – Falera <b>Family</b>	3h 40 min	10.8	610	610
18	Crap Sogn Gion – Fuorcla – Alp Nagens	2h 45 min	9.5	365	600
19	Strudeltöpfe Alp Mora	7h 40 min	18	873	1549
20	Kulinarik-Trail «Berg & Sicht»	6h	17.3	617	726
21	Bargis – Cassos – Flims	7h	17.7	1147	1600
22	Nagens – Segnesboden – Scansinas	2h 30 min	8.3	120	350
23	Hubertus Bogenpark <b>Family</b>	2h	4.6	0	574
24	Trutg dil Flem	4h	14.3	75	1079
25	Senda panoramica Naraua	5h 20 min	11	1022	140
26	Senda panoramica Nagens	3h 20 min	8.2	70	900
27	Klettersteig Pinut <b>Family</b>	4h	5.7	928	565
28	Laaxer Stöckli	4h	10.9	580	820

\* Kinderwagen tauglich  
Hinweis: Die Nummern der Legende stimmen nicht mit den Nummern auf den Tafeln im Gelände überein.

Empfehlungen für Familien sind mit **Family** gekennzeichnet.

### Mutterkuhhaltung

Naturnahe Nutztierhaltung in unserer Destination führt dazu, dass sich Wanderwege und Weiden kreuzen. Die Weidflächen am Berg wechseln im Laufe des Sommers. Offizielle Hinweistafeln «Kuhmäter schützen ihre Kälber» informieren im Gelände über den Aufenthalt von Mutterkühen. Kühe und besonders Mutterkühe reagieren mit natürlichem Instinkt auf Eindringlinge wie Wandernde, Bikende, Joggende oder Hundehaltende. Mutterkühe und Herdenschutzhunde können online getrackt werden.

QR Code: Tracking

### Herdenschutzhunde

Wolf und Luchs sind wieder heimisch. Deshalb schützen Hirten ihre Tiere mit Herdenschutzhunden. Diese sind im Bargistal und auf der Alp Mora anzutreffen. Wenn sich dir ein Herdenschutzhund bellend nähert und dir den Weg versperrt, ist das eine natürliche Reaktion. Beachte Folgendes:

- Bleibe ruhig und gib dem Hund Zeit festzustellen, dass du keine Gefahr für seine Herde darstellst.
- Bist du mit dem Bike unterwegs, steige ab und schiebe das Rad.
- Halte Distanz zu den Tieren und umgehe diese nach Möglichkeit.
- Folgt dir der Hund beim Weitergehen, ignoriere ihn.
- Hunde an der Leine führen und im Notfall losslassen.
- Versuche nicht, mit deinem Hund eine geschützte Herde zu durchqueren, sondern umgehe diese. Kehre im Zweifelsfall um.

### hikeo.ch – Digitales Wandern

Wanderungen ins Blaue hinaus haben ein Ende. Mit hikeo.ch bist du über die beste Wanderzeit, Distanz und Höhenmeter sowie Anschlüsse am Zielort bestens informiert. Einfach den Wegweiser fotografieren und alle Informationen über deine Wanderung erhalten.

QR Code: hikeo.ch

### Mängelmeldung

Mängel an Wegeinfrastruktur und Beschilderung direkt und einfach melden.

QR Code: Mängelmeldung

### Bergbahnen

Folgende Bahnen haben im Sommer geöffnet:

- Flims – Plau – Scansinas – Nagens
- Laax – Crap Sogn Gion
- Falera – Curinus
- Flims – Foppa – Startglets

Live-Informationen zu den aktuell geöffneten Bahnen findest du in der LAAX App oder unter [live.laax.com](http://live.laax.com)

### Transport

#### Flims Laax Falera Shuttle

Das gesamte ÖV-Angebot zwischen Flims, Laax und Falera sowie alle Ortsbusse sind mit Gästekarte, Bergbahnticket oder Einheimischenausweis kostenlos nutzbar.

#### Kostenpflichtige Shuttle Routen

- Alp Mora Shuttle: Mittwoch und Samstag: 29.6.–31.8.24\*\*
- Bargis Shuttle: Täglich: 18.5.–20.5.24/25.5.–20.10.24\*
- Nagens Shuttle: Täglich: 22.6.–20.10.24\*
- Rheinschlucht/Ruinaulta-Bus: Laax – Sagogn – Valendas – Tamins – Ilanz – Tamins: 29.6.–25.8.24; Freitag/Samstag/Sonntag: 30.8.–20.10.24\*
- Bergführung Cabrio Shuttle (Sagogn – Versam Station): 9.5.–12.5. | 18.5.–20.5. | (Sa./So.) 25.5.–9.6.24.\*

\* 50% Rabatt mit der Digitalen Gästekarte, \*\* 30% Rabatt mit der Digitalen Gästekarte

Informationen zu den Betriebs- und Fahrzeiten Nagens und Sbb.ch sowie in der LAAX App abrufen. Tickets für den Weg zwischen Reichenau – Flims – Falera – Ilanz und Ilanz in den Postauto zwischen Tamins – Flims – Falera – Ilanz und Ilanz in den Postauto Saftien / Tenna Post inkl. Rheinschlucht-Bus Laax – Valendas – Imtschalt – Tamins.

QR Code: RbH Rhein