



# WANDERN AUF HÖHENWEGEN

## Gebirgskämme und Höhenzüge als Wanderattraktion

Wandern liegt im Trend und somit sind auch Höhenwege den Wandernden ein Begriff. Verwendet man das Wort «Höhenweg» bei der Google-Suche, so erscheinen über 1,5 Millionen Einträge zum Thema. Jede Tourismusregion, jeder Kanton und jedes Land wirbt dabei mit den Höhenwegen in ihren Gebieten.

Text und Bilder Werner Forrer

← Auf Muottas Muragl.

Was ist überhaupt ein Höhenweg? Womit lässt sich ein solcher am besten umschreiben? Ist ein Höhenweg eine geschützte Bezeichnung für einen speziellen Wanderweg? Sind Panoramawege, bei welchen rund halb so viele Einträge auf Google angezeigt werden, das Gleiche wie Höhenwege? Ich suche nach Antworten im deutschsprachigen Duden und finde Folgendes:

*Höhenweg: Substantiv, maskulin – [markierter] Weg auf dem Gebirgskamm oder an einem Höhenzug entlang, Mehrzahl – die Höhenwege*

→ Auf dem Ellhorn (Fläscher Berg) mit Blick auf den Rhein.

*Panoramaweg: Substantiv, maskulin – Weg, in dessen Verlauf sich ein bemerkenswerter Panoramablick bietet, Mehrzahl – die Panoramawege*

Die beiden Einträge ergeben keine klaren Aussagen. Ein Höhenweg kann auch ein Panoramaweg sein und umgekehrt. Also suche ich weiter, frage bei Wikipedia nach und erfahre Folgendes (gekürzte Version):

Höhenwege sind Wanderwege, die auf einem Gebirgskamm oder parallel zu ihm und daher relativ eben verlaufen. Vor dem Bau der Eisenbahnnetze dienten Höhenwege dem regionalen und überregionalen Verkehr. Deren Ursprung lässt sich oft bis in germanische beziehungsweise keltische Zeiten zurückverfolgen. Die Höhenwege hatten den Vorteil, dass sie trockener waren als die Wege im Tal und keine Bäche und Flüsse überquert werden



mussten. Seit dem 19. Jahrhundert wurden in den Gebirgen Höhenwege oft von alpinen Vereinen angelegt und stellten meist die schnellste Verbindung zwischen Schutzhütten dar, da sie grössere Höhenverluste weitgehend vermeiden. Ebene Höhenwege wurden zudem an den Hängen angelegt, von denen jeweils steile Stichwege in Serpentina zu den nächsten Siedlungen verliefen. So vermied man den Wegverlauf im Tal, konnte Waren einen guten Teil des Wegs mit dem Fuhrwerk transportieren und nur die Stichwege mussten zu Fuss oder mit einem Lasttier bewältigt werden.



### Von einem Tal in das andere

Meine gesicherte Erkenntnis ist jedenfalls, dass die Bezeichnung Höhenweg nicht klar definiert ist und daher nach Belieben verwendet werden kann. Was aber unterscheidet einen Höhenweg von einem «normalen» Wanderweg in den Bergen? Das wollte ich von einigen Wanderern ein bisschen genauer wissen. Während der Rast auf einer kürzlich durchgeführten Wanderung mit einer Gruppe habe ich die Frage gestellt, was sie bei der Begehung eines Höhenwegs erwarten würden. Nach anfänglichem Zögern fielen dann Begriffe wie «ein Höhenweg verläuft auf einem Berg Rücken», «ein Höhenweg führt von einem Tal in ein anderes», «auf einem Höhenweg fühlt man sich wie im Flugzeug», «ein Höhenweg verläuft über der Baumgrenze», «auf einem Höhenweg lässt sich die Siedlungsstruktur sehr gut beobachten», «ein Höhenweg bietet ein tolles Panorama», «auf einem Höhenweg gibt es wenig Höhenunterschiede», «ein Höhenweg verbindet Kulturen». Diese Liste lässt sich noch beliebig erweitern mit ähnlichen Aussagen. Klar ist jedoch, dass Höhenwege bekannt und bei Wanderern beliebt sind.

Betrachte ich die von meiner Wandergruppe gemachten Aussagen bezüglich Definition von Höhenwegen etwas genauer, dann stelle ich fest, dass ich in der Vergangenheit schon oft auf solchen unterwegs war. Dabei habe ich mir wohl eher keine Gedanken gemacht, ob der soeben begangene Weg zur Kategorie Höhenweg gehört oder nicht. Ein wenig anders sieht das aus, wenn ich im Frühsommer im Rahmen meiner Wegkontrolle als Bezirksleiter auf einem Teilstück des Prättigauer Höhenwegs unterwegs bin. Dieser vor allem im Sommer und Herbst viel begangene Weg mit der grünen Routenmarkierung Nr. 72 führt in vier Tagesetappen vom Bahnhof Landquart bis zur Bergstation der Madrisabahn in Klosters. Auf dieser Wanderung finden sich zahlreiche der genannten Aussa-

↖ Auf dem Ellhorn (Fläscher Berg) mit Gonzen.

↑ Auf dem Weg Richtung Septimerpass, Blick zurück ins Oberhalbstein.





↑ Auf Muottas Schlarigna (oberhalb Pontresina).

↗ Auf dem Barthümeljoch mit Blick ins Prättigau.

← Auf Muottas Muragl.

gen wieder. So wird zum Beispiel die Weinbaukultur der Bündner Herrschaft mit der Kultur der Walser verbunden und aussichtsreiche Stellen mit tollen Panoramen sowie hoch über der Baumgrenze führende Wege erfreuen die Wanderer.

### Ein Beispiel: die Via Sett

Eine Mehrtageswanderung, die zweifellos noch einiges mehr beinhaltet als die bisher genannten Attribute, ist die Via Sett. Diese überaus abwechslungsreiche Tour mit den grünen Routenklebern Nr. 64 darf mit Bestimmtheit in die Kategorie Höhenweg eingeschlossen werden. So verbindet der Weg, der durch drei Sprachräume führt, die beiden Alpenstädte Chur und Chiavenna (Italien) miteinander. Historische Bauten können am Start- und Zielort sowie auch unterwegs bewundert werden. Namensgeber der Via Sett ist der Septimerpass, der bereits zur Römerzeit zu einem der wichtigsten Alpenübergänge von Nord nach Süd zählte. Eindrücklich präsentiert sich auch die Naturlandschaft. Sind in den höheren Lagen Nadelwälder mit Lärchen und Arven anzutreffen, so finden sich im Bergell und in der Valchiavenna eindruckliche Kastanienselven. Historische Wegeanlagen sind ebenso zu sehen wie archäologische Orte und Kirchen. Spuren hinterlassen haben auch der Maler Giovanni Segantini, der im Surses eine ehemalige Wirkungsstätte besass sowie der Künstler und Bildhauer Giovanni Giacometti, dessen Atelier in Stampa besucht werden kann. Für das nahtlose Bewandern aller sechs Etappen ist eine gute Kondition erforderlich, müssen doch rund 160 Kilometer und gegen 9000 Höhenmeter auf- und abwärts bezwungen werden. Die Bergwege sind jedoch gut zu begehen und bieten keinerlei technische Schwierigkeiten. Es lohnt sich aber auch, einfach einzelne Etappen zu absolvieren und sich so mehrmals mit den Schönheiten und Besonderheiten dieser Weitwanderung auseinanderzusetzen.

### Höhenwege im ganzen Kanton

Die Suche nach Höhenwegen im Kanton Graubünden ist einfach. Zahlreiche Destinationen bieten auf der jeweiligen Homepage Wandervorschläge

zum Ausdrucken oder zum Download an. Ein Klassiker in der Region Davos-Klosters ist bestimmt die Wanderung ab Mittelstation der Parsennbahn bis zum Gotschnagrät. Der Startpunkt beim Bergrestaurant Höhenweg, der Name verrät es bereits, deutet auf eine aussichtsreiche Tour hin. Nach einem kurzen Aufstieg verläuft dieser einfach zu begehende Höhenweg vorwiegend horizontal bis zum Schlussumstieg zur Bergstation der Gotschnabahn. Unterwegs fühlt man sich tatsächlich ab und zu wie am Fensterplatz in einem Flugzeug, wenn tief unter uns der Davosersee in satten Blautönen schimmert. Das Panorama hält ebenfalls, was es verspricht, es ist kaum möglich, sich alle Gipfel namentlich zu merken.

Alle Höhenwege, die diesen Namen verdienen – und das sind mit Sicherheit viele – aufzuzählen, dürfte kaum möglich sein. Sie sind nicht nur im Prättigau, im Oberhalbstein, in der Landschaft Davos oder im Bergell zu finden, sondern genauso in den übrigen Regionen und Tälern in unserem schönen Wanderkanton. Machen Sie sich auf, schnüren Sie selbst Ihre Wanderschuhe, Sie werden es nicht bereuen. Rechnen Sie dabei immer genügend Zeit ein für Ihre Tour, damit ausreichend davon zum Betrachten der Schönheiten übrig bleibt. Ich selbst bin immer wieder aufs Neue fasziniert, was es alles zu sehen und zu erleben gibt. Auch auf Wegen und Routen, die ich schon oft begangen habe, entdeckte ich jedes Mal etwas, was bisher verborgen schien oder einfach nicht wahrgenommen wurde. Ich wünsche Ihnen viel Freude und Genuss bei Ihrer nächsten Wanderung auf einem Höhenweg irgendwo in Graubünden. Mit Sicherheit werden auch Sie einen schönen Tag erleben und viele Erinnerungen mit nach Hause nehmen.

**Autor** Werner Forrer ist selbstständiger Wanderleiter mit eidg. Fachausweis und Vorstandsmitglied der BAW Bündner Wanderwege. Seit 2017 verfasst er die Wandertipps in der «Terra Grischuna». Er lebt in Igis.  
[info@wanderbaer.ch](mailto:info@wanderbaer.ch)

**Online** [www.wanderbaer.ch](http://www.wanderbaer.ch), [www.baw-gr.ch](http://www.baw-gr.ch)