



# STREIFZÜGE

## DURCH DAS SCHANFIGG

Das Bergtal Schanfigg gilt als Geheimtipp für alle, die gerne auf entschleunigte Art und Weise Bewegung, Kultur und Genuss kombinieren.

Der ideale Ausgangspunkt dafür findet sich mit dem Sonnenberg Hochwang. Hier treffen sich der Schanfigger Höhenweg und der Dörferweg Schanfigg, der über ein 52km-langes Wegnetz alle Dörfer im Tal verbindet.

Beide Wanderwege verlaufen auf unterschiedlicher Höhe quer durch's Schanfigg und führen durch blühende Biodiversität in Richtung Kulturangebote und gemütliche Genussmomente.

Text: Carla Gabrí Fotos: Arosa Tourismus

### WALTENSBURGER MEISTERWERKE IN DER SCHANFIGGER RIVIERA

Folgt man dem Dörferweg Schanfigg von Fatsché am Sonnenhang Hochwang aus Richtung Chur, so erreicht man in gut zwei Stunden das beschauliche Dörfchen Lülen. Hier empfiehlt sich ein Abstecher in die ganzjährig geöffnete Kirche St. Zeno, in der sich Wandmalereien des Waltensburger Meisters finden. Die Fresken, der im Jahr 1084 erbauten, denkmalgeschützten Kirche, wurden im Zuge des reformierten Bilderverbots überdeckt und erst im Jahr 1926 freigelegt. Wer noch mehr wissen möchte, der schliesst sich am besten einer Kirchenführung an. Die ausgebildete Kirchen- und Kulturführerin Sidonia Kasper erzählt vom bildnerischen Werk des Waltensburger Meisters, wobei sie auch über seine Einbettung in die Geschichte, Kultur und Landschaft Graubündens referiert. Im Anschluss empfiehlt sich ein entspannter Dorfspaziergang entlang der sonnenverbrannten Holzhäuser mit ihren schmucken Gärten. Lülen ist klimatisch derart mild, dass Trauben, Kiwis und Aprikosen gedeihen, weshalb das Dorf im Volksmund auch «Schanfigger Riviera» genannt wird.

### BIODIVERSITÄTS-EXKURSIONEN UND BOKASHI-WORKSHOPS IM BIOGARTEN SCHANFIGG

Von Lülen aus lässt sich entweder auf die andere Tal-seite nach Praden, Richtung Chur nach Castiel oder zurück in Richtung Arosa ins Nachbardorf Pagig wandern. Schätzt man Natur und Biokultur, empfiehlt sich der Weg nach Pagig. Je nach Jahreszeit erspähst man das Frühlings-Fingerkraut oder blau blühende Enziane, zudem darf man sich inmitten der stillen Natur über die Gesänge der Tannenmeise, des Goldhähnchens, des Zaunkönigs oder des Kolkrabens erfreuen. Wer gerne gemeinsam auf Entdeckungstour geht, der kann sich auch einer Exkursion der Arbeitsgruppe Biodiversität anschliessen. Dieses Jahr stehen Themen wie die Schanfigger Vogelwelt, Bergblumen/Moore oder heimische Genuss- und Heilpflanzen im Fokus. In Pagig angekommen, anbietet sich passend dazu ein Besuch im Biogarten Schanfigg. Der von Evie Sprecher und Hanspeter Mohler bewirtschaftete Garten liegt an einem sonnigen Südhang auf 1300 Höhenmeter. Hier finden sich Kräuter, Gemüse, Salat, Kartoffeln und Lebensmittelhanf in Bio-Qualität. Wer nicht nur schauen möchte, der nimmt am besten an einem ihrer Workshops teil, etwa zum Thema Bokashi, bei dem man grad selbst mit Hilfe von effektiven Mikroorganismen Dünger herstellen kann.

← Walsersiedlung Strassberg  
im Fondei.



## BRÜCKENSCHLAGEN UND LANDFRAUEN-FLAIR IM KULTURHOTSPOT LANGWIES

Von Pagig aus lässt sich dem Dörferweg zurück nach Fatschél bis rüber nach Langwies folgen. «Z Lengwies», wie die Einheimischen sagen, lässt sich bestens in Kulturgeschichte und gelebte Land- und Dorfkultur eintauchen. Im ehemaligen Schulhaus findet sich das Kulturhuus Schanfigg, in dem sich Einheimische und Gäste zu Vorträgen, Lesungen, Filmabenden und Kunst- und Kulturausstellung treffen, ganz nach dem Motto: lokal – überraschend – aufgeschlossen. Wie sich in Langwies Lokalkultur und Weltoffenheit verbinden, zeigt sich auch am ikonischen Langwieser Viadukt. Die 1912 erbaute, 283 Meter lange und 62 Meter hohe Stahlbetonbrücke gilt noch heute als weltbekannte Pionierarbeit der Extraklasse und beeindruckt sowohl bei der Überquerung mit der Rhätischen Bahn, als auch als Fotosujet, das von jeder Perspektive aus eine elegante Figur macht. Dass zuletzt auch die lokale Küche fest zum Kulturerbe gehört, unterstreicht der Hofladen der Hofmetzgerei Sonnenrüti. Dahinter steht mitunter Kathrin Sprecher, die Gewinnerin der 5. Staffel «Landfrauenküche» und Autorin des Kochbuchs «Kathrins Natura-Beef Fleischküche». Im Hofladen mit 24h-Direktverkauf finden sich dementsprechend viele gluschtige Spezialitäten, darunter Trockenfleisch aus der eigenen Trocknerei, aber auch ausgewählte Schanfigger-Spezialitäten, wie Johannisbeer-Balsamico, hausgemachte Chili-Nudeln oder Langwieser Löwenzahnhonig.



## ALPENROSEN AUF MEDERGEN UND BERGHEUET IM FONDEI

Schlussendlich lässt sich auf dem Dörferweg weiter bis nach Arosa laufen. Für alle, die es nochmals richtig wissen wollen, anbietet sich der Schanfigger Höhenweg, der von Arosa aus über drei Etappen zurück nach Chur führt. Auf dem Höhenweg erreicht man zuerst die mit Alpenrosen übersäte Walser Streusiedlung Medergen. Mit etwas Glück bekommt man im gleichnamigen Bergbeizli Alpenrosen eine Wähe aus Mederger Rhabarber oder aber eine der exklusiven Mederger Lammbratwürste, die es nur hier gibt. Die Qualität überrascht nicht, wirtet hier doch Migga Fallett, die ihrerseits die allererste «Landfrauenküche»-Staffel im Jahr 2007 gewann.

Entscheidet man sich weiterzuwandern, erreicht man die Hochtäler Sapün und später das Fondei. Hier lockt ein Abstecher an den herrlich erfrischenden Grünsee, oder aber ein Spaziergang durch die Walser Streusiedlung Strassberg. Mit seinen typischen Holzstrickbauten gilt sie als walserisches Juwel, wo sich besonders während den Walser Kulturtagen vom 9. bis 13. August Walserkultur hautnah erleben lässt. Dann locken lebhaft Vorträge zur Walserkultur und Aktivitäten wie das Bergheuen, das Schaukäsen oder aber der Liecht-Henggert bei Kerzenschein und Schanfigger Birnbrot. Diese Vielseitigkeit zeigt einmal mehr, dass im Schanfigg Kultur, Natur, Bewegung und Genuss wie von selber ineinanderfließen – und das ganz bodenständig und offen: «Willkomma bin ünsch im Schanfigg».

- 1 Schmuckstück Medregen.
- 2 Kulturschatz Waltensburger Meisterwerke.
- 3 Dorfansicht Lünen. (Bild: Nina Homberger)
- 4 Dörferweg mit Sicht auf Peist. (Bild: Urs Homberger)
- 5 Feines aus dem Hofladen Sonnenrüti. (Bild: ninamattli.ch)
- 6 Exkursion mit Horst Kleinlogel. (Bild: Ursula Meisser)

### HIGHLIGHTS

**17. Juni, 21./28. Juli und 4. August 2023:** Workshops und Führungen im Biogarten Schanfigg in Pagig

**22. Juli und 7. Oktober 2023:** Begleitete Dörferwanderung von Calfreisen, resp. Tschierschen nach Lünen und Kirchenführung «Waltensburger Meisterwerke» in Lünen

**9. bis 13. August 2023:** «Walser Kulturtag» im Schanfigg

**17. Juni und 9. Juli:** Exkursionen der Arbeitsgruppe Biodiversität zum Thema Botanik und Heimische Heil- und Genusspflanzen auf der Peister Alp und auf der Alp Farur

#### MEHR INFOS UNTER

- [arosa.swiss/schanfigg](https://arosa.swiss/schanfigg)
- [arosa.swiss/veranstaltungenkalender](https://arosa.swiss/veranstaltungenkalender)
- [arosa.swiss/walserkulturtag](https://arosa.swiss/walserkulturtag)