

DAS WANDERN

MAGAZIN DER SCHWEIZER WANDERWEGE

Beim Wandern Insekten aufspüren



21 | 2025 | CHF 13.50



Schweizer
Wanderwege

Dardagny GE

Beschaufliches Auengebiet
am Fluss Allondon

Hardwald BL

Die Zukunft bringt
Hitze und Trockenheit

Antimückenkleider

Effektiver Schutz vor
den Plagegeistern

BEST FIT FOR YOUR ADVENTURES



Air Revolution
4.6 Men



MEINDL

Shoes For Actives

Bissige Besucherin

Liebe Wanderinnen, liebe Wanderer

So ganz gelingen will mir dieses Lächeln fürs Foto nicht. Ich stehe auf einer Trockenwiese unterhalb Jeizinen VS, die Sonne brennt, rund um mich herum krabbeln Käfer, hüpfen Heuschrecken, fliegen Schmetterlinge, Wespen, Bienen. Auf meinem Handrücken hat es sich eine Rotflügelige Schnarrschrecke bequem gemacht. Und in

aller Seelenruhe begonnen, mit ihrem Mundwerkzeug meine Haut aufzuritzen.

Wandern eignet sich vorzüglich, um Insekten in ihrem Lebensraum zu beobachten. Es braucht nur Geduld und Aufmerksamkeit. Für dieses Magazin haben wir fünf Wandervorschläge ausgewählt, wo Sie die kleinen Tierchen mit hoher Wahrscheinlichkeit antreffen werden – am besten bei sonnigem Wetter, denn viele Insekten sind wärmeliebend. Wespen und Heuschrecken etwa fühlen sich an den trockenen Südhängen des Walliser Rhonetals wohl. Fürs Beobachten von Käfern entführen wir Sie in den Solothurner Jura, für jenes von Schmetterlingen auf die Berner Seite der Gastlosen. Im Freiburgischen tauchen wir ein in die Welt der Wasserinsekten.



Redaktionsleiter Rémy Kappeler auf einer Trockenwiese bei Jeizinen VS.

Bild: Severin Nowacki

Natürlich findet man diese Insekten nicht nur dort. Unsere Tipps helfen Ihnen, ein eigenes Beobachtungsplätzchen zu finden. Um dort eine Welt zu entdecken, die am Verschwinden ist: In den letzten 30 Jahren sind weltweit fast drei Viertel der Biomasse an Fluginsekten verloren gegangen. Ob als Bestäuber, Nahrungsquelle für andere Tiere oder Aasfresser – Insekten sind fürs Bestehen der Biodiversität eminent wichtig, wie mir Wespenexperte Adrien von Virag auf der Wanderung bei Ausserberg erklärt hat. Das hat mich nachdenklich gestimmt.

Lernen Sie also auf unseren Wanderungen die faszinierende Welt der Insekten kennen. Sie werden staunen – das garantiere ich Ihnen.

A handwritten signature in black ink, which appears to be 'Rémy Kappeler'.

Ihr Rémy Kappeler
redaktion@das-wandern.ch

Titelseite: Singendes Männchen
des Gewöhnlichen Heidegrashüpfers

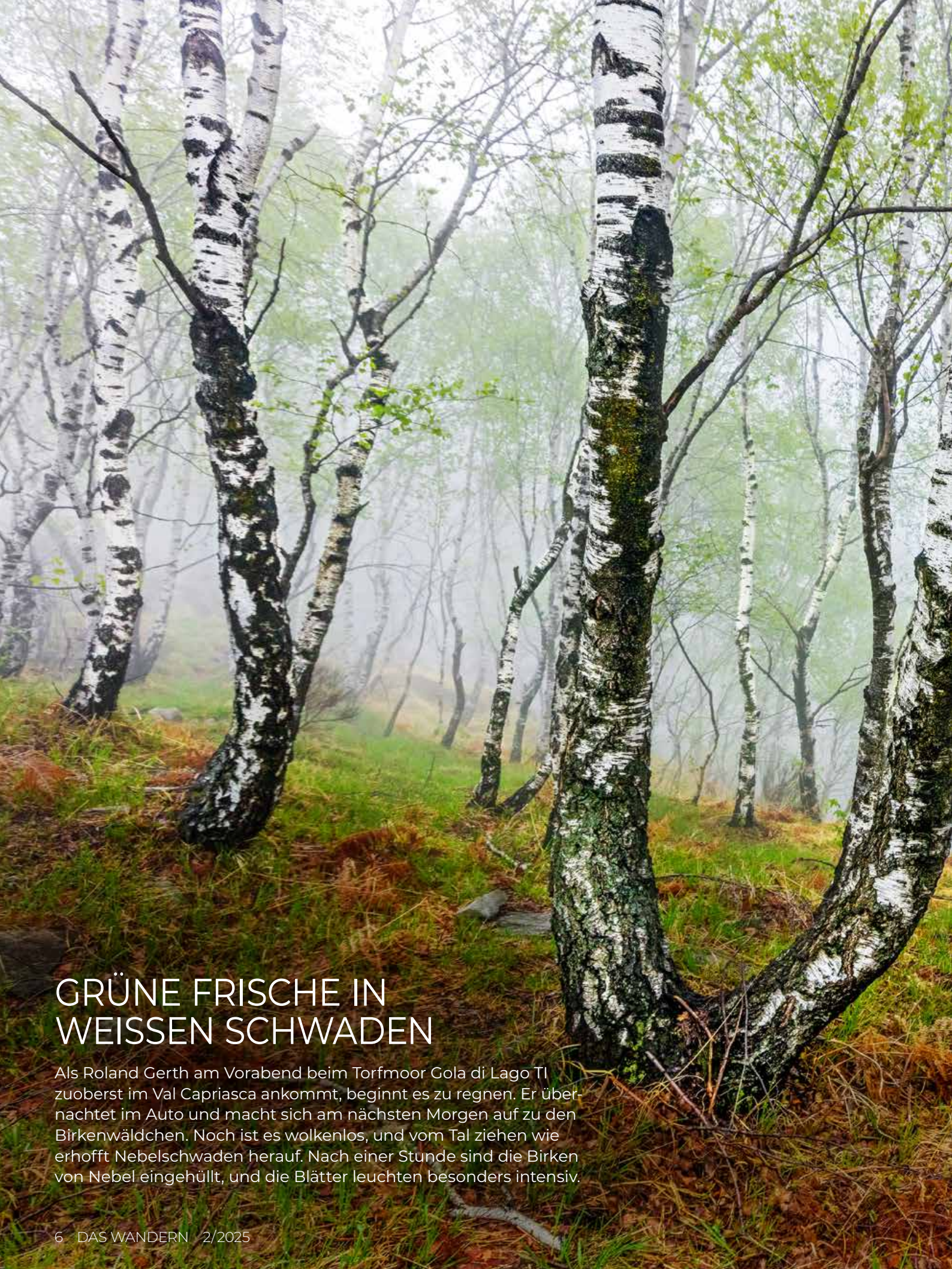
Bild: Christian Roesti

BLÜHENDE KNOLLEN

Jedes Jahr im April die Krokusblüte am Niederhorn BE zu besuchen, hat bei den Naturfotografen Stefan und Sandra Grünig-Karp Tradition. Dabei wurden die beiden auch schon gefragt, wer denn all die Zwiebeln in den Boden gesteckt habe. Die Gärtnerin ist hier Mutter Natur, ohne menschliches Zutun.







GRÜNE FRISCHE IN WEISSEN SCHWADEN

Als Roland Gerth am Vorabend beim Torfmoor Gola di Lago TI zuoberst im Val Capriasca ankommt, beginnt es zu regnen. Er übernachtet im Auto und macht sich am nächsten Morgen auf zu den Birkenwäldchen. Noch ist es wolkenlos, und vom Tal ziehen wie erhofft Nebelschwaden herauf. Nach einer Stunde sind die Birken von Nebel eingehüllt, und die Blätter leuchten besonders intensiv.







ZARTES LEBEN

Zwischen Granitsteinen und Geröll am Pass da Costainas GR blitzt das kleine saftige Blatt hervor und lässt Fotografin Claudia Alini innehalten. Sieben Millimeter klein ist es – oder hier nun eben ganz gross. Nachdem die Natur einige Monate von Schnee bedeckt war und sich über den Winter ausruhen konnte, erwacht sie nun wieder. Und zeigt zunehmend ihre weiche Seite.

MAI 2025

INHALT



52 PLAFFEIEN FR
Erfrischende Wanderung entlang der Sense



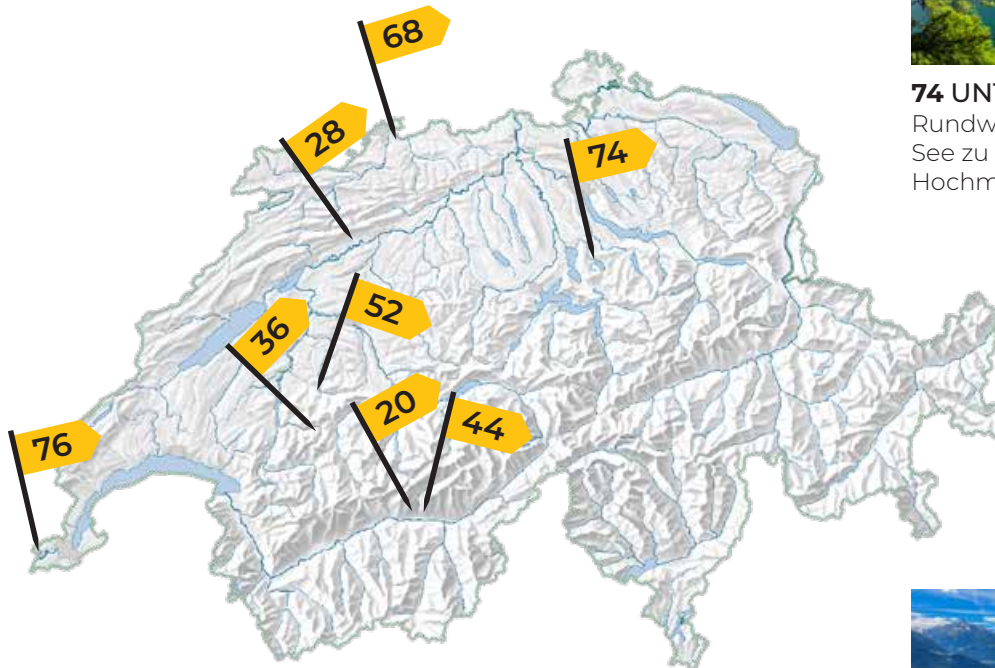
68 HARDWALD BL
Stadtnahe Uferwanderung zur grünen Waldinsel



28 WOLFSSCHLUCHT SO
Waldwanderung ins ehemalige Brandgebiet



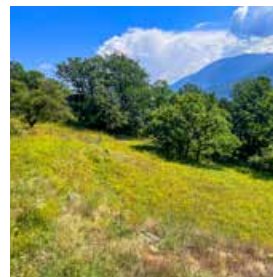
74 UNTERÄGERI ZG
Rundwanderung vom See zu versteckten Hochmooren



76 DARDAGNY GE
Vielfältige Wanderung durch den ländlichen Westen Genfs



36 GASTLOSEN BE/FR
Rundwanderung entlang der Saanenländer Dolomiten



20 JEIZINEN VS
Sonniger Aufstieg über naturnahe Trockenwiesen



44 HOHTENN VS
Steile Tour an der Walliser Südrampe

20 INSEKTEN BEOBACHTEN

Das Auge auf die Kleinen richten: Auf der Suche nach der seltenen Kreuzschrecke im Wallis, Ausschau haltend nach Käfern im solothurnischen Waldbrandgebiet und umzingelt von filigranen Schmetterlingen bei den Gastlosen BE/FR.



Kleine Goldschrecke

SCHWERPUNKT «INSEKTEN»

- 20 Gipfelgespräch in Jeizinen VS**
mit Hannes Baur: «Wir wollen eine der seltensten Heuschrecken der Schweiz aufspüren»
- 28 Wolfsschlucht SO**
Recyclingmeister im Miniformat
- 36 Gastlosen BE/FR**
Flatterhafte Schönheiten
- 44 Hohtenn VS**
Warum Wespen nützlich sind
- 52 Plaffeien FR**
Die Strömung bestimmt ihr Leben
- 54 Erfolgreich Insekten beobachten**
- 57 Insektenbücher**
- 58 Hintergrund**
Krabber knabbern

WANDERREPORTAGEN

- 68 Hardwald BL**
«Der Wald braucht uns nicht, aber wir ihn»
- 74 Unterägeri ZG**
Das Tal der Kinderheime
- 76 Dardagny GE**
Unberührte Natur am Allondon
- 78 Elba IT**
Inselwandern

MENSCHEN

- 17 Angetroffen**
Berni Litscher in Balgach SG



82 KLEIDER MIT INSEKTENSCHUTZ

Mit Textilien statt Spraydose gegen Mücken und Zecken vorgehen.

- 67 Kolumne «verwandert»**
Wandern ist Publizieren
- 71 Angetroffen**
Oliver Imfeld an der Kantonsgrenze LU/BE

AUS DER WANDERWELT

- 12 Panorama**
Neues zum Wandern
- 19 Wunschmagazin**
Die grosse Abstimmung
- 82 Praktisch**
Schutz vor Insekten
- 86 Marktplatz**
Neue Wanderausrüstung
- 90 Warum eigentlich ...**
... werden die Ziele manchmal unterschiedlich geschrieben?

- 78 WEITWANDERN AUF ELBA IT**
Auf der dreitägigen Grande Traversata Elbana in einem Meer aus Blüten baden.



SERVICE

- 56 Impressum**
- 89 Leserangebot**
Rhombus-Magnete
- 91 Acht Wandervorschläge**
Sammelkarten zum Heraustrennen

DIE KIRSCHBLÜTE

Vergängliche Schönheit

Kirschbäume blühen meist nur ein bis zwei Wochen im Frühling.

Folgen des Klimawandels

Durch steigende Temperaturen beginnen viele Bäume bereits Ende März oder Anfang April zu blühen. Die Wildkirsche blüht heute beispielsweise durchschnittlich elf Tage früher als noch vor 1950.

Farbenspiel

Kirschblüten gibt es in verschiedenen Farbtönen – von strahlendem Weiss über zartes Rosa bis hin zu einem kräftigeren Pink.

Kirschblütenwanderungen

Besonders viele Kirschbäume blühen im Kanton Basel-Landschaft (Fricktal und Laufental) sowie im Kanton Zug.

Auf Insekten angewiesen

Kirschbäume benötigen Pollen von einem anderen Kirschbaum, um Früchte zu bilden. Diese Bestäubung wird vor allem von Bienen und Hummeln übernommen.





Jubiläum

DER NATUR VERPFLICHTET

100 Jahre gibt es die Naturfreunde Schweiz schon. Die Organisation ist heute zwar keine Arbeiterbewegung mehr wie bei ihrer Gründung, immer noch orientieren sich ihre Angebote aber an kleinen Einkommen. Die Freiwilligenorganisation fördert mit zahlreichen Naturfreundehäusern den sanften Tourismus und engagiert sich mit Kursen und Exkursionen in der Umweltbildung.

➡ naturfreunde.ch

«Wir befinden uns in einem globalen Artensterben eines Ausmasses, das sich mit dem letzten Massensterben vor sechzig Millionen Jahren vergleichen lässt, als die Dinosaurier von der Erdoberfläche verschwunden sind.»

Aus der Sonderausstellung «Insektensterben – Alles wird gut»
des Naturhistorischen Museums in Bern (noch bis zum 31.5.2025)

Die geführte Wanderung

UNTERWEGS MIT LISA

Am Samstag, 17. Mai, organisiert Wanderleiterin Lisa Eberhard für Menschen mit Schilddrüsenkrebs und ihre Angehörigen einen kostenlosen Wandertag. Es ist ein Herzensprojekt von ihr, da die 34-Jährige selbst von der Krankheit betroffen ist. Mit der geführten Wanderung möchte die Marketingleiterin eine Möglichkeit zum persönlichen Austausch schaffen und diesen mit Bewegung in der Natur verbinden. Sie ist sich sicher: «Wenn man etwas gemeinsam unternimmt – zum Beispiel eine Wanderung –, entsteht automatisch eine Verbindung.»

Die Route führt von Pfäffikon SZ über den Etzel nach Schindellegi. «Die Wanderung ist gut erreichbar, und den Waldweg ab Pfäffikon kennen wahrscheinlich die meisten noch nicht.» Die Teilnehmenden dürfen sich freuen: Lisa wird für alle ein kleines Dessert mitnehmen.

➡ wildtrektours.ch



Lisa Eberhard





Wanderblog

«WHERE IS THE MOUNTAIN?»



Olivia Grimm,
Dreikäsehoch
der Schweizer
Wanderwege

«Raclette ist lecker – am besten schmeckt es draussen mit toller Aussicht, Sonnenschein und phänomenaler Begleitung. All das war vorhanden, und der Käse war hervorragend – nicht zu mild und auch nicht zu stinkig. Neben dem Käseschmelzen mit dem Racletteöfeli der Schweizer Wanderwege haben wir zudem eine alternative Zubereitungsmethode getestet. Mehr über das Rezept, das Racletteöfeli, den Käse und den Titel des Beitrags erfahrt ihr im Blog.»

➔ blog.schweizer-wanderwege.ch

Leseraufruf

FRAGEN UND GEWINNEN

Kennen Sie schon unsere Rubrik «Warum eigentlich ...?» auf der letzten Seite? Dort beantworten Experten und Expertinnen spannende Fragen zum Thema Wandern und Wanderwege, zum Beispiel, weshalb die Wegweiser gelb sind (Magazin 3/2024). Haben Sie auch eine Frage? Teilen Sie uns diese mit. Jede beantwortete Leserfrage wird mit einem Sitzkissen der Schweizer Wanderwege belohnt.

➔ redaktion@das-wandern.ch



33 Wanderetappen

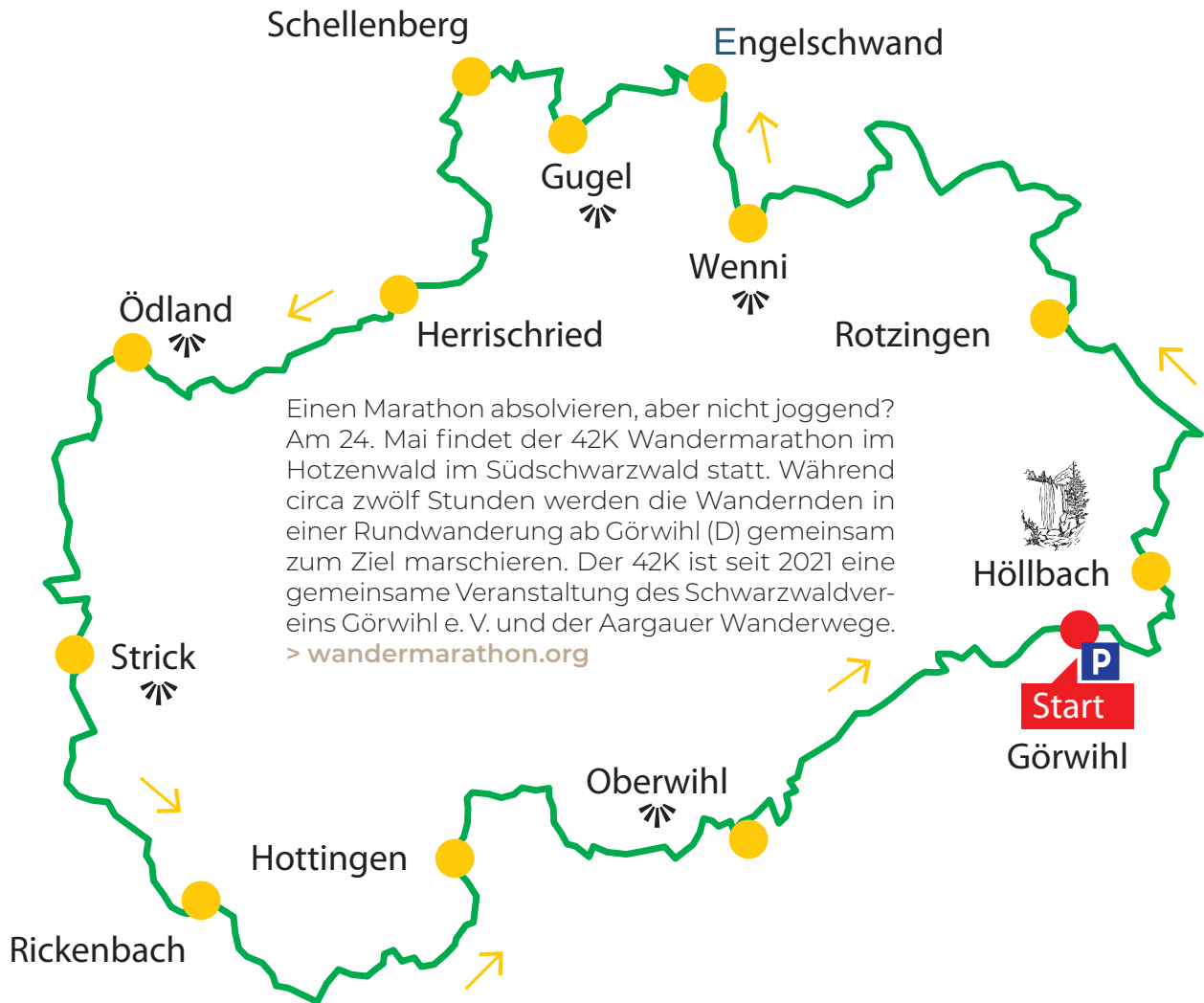
DIE WAADT UMRUNDEN

Ob Jura, Mittelland oder Alpen – das Waadtland bietet von allem etwas. Ab diesem Frühling kann auf der Via Valdensis, der ehemaligen Ronde vaudoise, der ganze Kanton umwandert werden. 33 Etappen mit einer Gesamtlänge von 533 Kilometern haben Jean-Marie Bugnon von Vaud Rando und sein Team frisch signalisiert. Die Weitwanderung führt vom Genfersee über den Col de Bretaye nach Yverdon und über den Chasseron bis ins Vallée de Joux.

➔ viavaldensis.ch

Wanderevent

ZWÖLF STUNDEN WANDERN



Appenzellerland

ZEITREISE

Von heilenden Bädern bis zu Wintersportträumen: Das neue Buch zum 125-Jahre-Jubiläum von Appenzellerland Tourismus AI beleuchtet die bewegte Geschichte des Vereins. Von Beginn an hat sich der Verein stark für das Wandern eingesetzt – und tut dies noch heute.

➔ appenzell.ch/buch



Whatsapp-Kanal der Schweizer Wanderwege

WANDERNEWS DIREKT AUFS HANDY



Täglich benutzen 89 Prozent der Schweizer Bevölkerung WhatsApp. Damit ist die App der meistgenutzte Messengerdienst der Schweiz und bietet eine gute Plattform, um unkompliziert Informationen zu teilen. Zum Beispiel auch Wanderinformationen: Die Schweizer Wanderwege haben jetzt einen WhatsApp-Kanal. Wer ihn abonniert, erhält Wandertipps, Event-Updates und spannende Neuigkeiten direkt auf das Smartphone.

➡ schweizer-wanderwege.ch/whatsapp



Für engagierte Vereine

GEMEINSAM GUTES TUN

Am 24. Mai findet der «Tag der guten Tag» von Coop statt. Es geht darum, gemeinsam Gutes zu tun. Davon soll die lokale Bevölkerung profitieren oder sich sogar daran beteiligen, zum Beispiel an Clean-ups von Wanderwegen. Coop unterstützt teilnehmende Vereine mit Geschenkkarten im Wert von 500 Franken.

➡ taten-statt-worte.ch

Anzeige



WIR WANDERN ONLINE



WUSSTEN SIE SCHON, ...
... dass Sie in unserem Online-magazin Wanderreportagen nach Regionen filtern können?



Lesen Sie DAS WANDERN jederzeit und von überall auf das-wandern.ch



Bilder: zVg Freepik

ANGETROFFEN IN BALGACH SG

Berni Litscher

Text und Bild: Christiana Sutter

WO?

In den Reben oberhalb Balgach bei der Infotafel Nr. 12. Sie ist eine von 23 Tafeln, die diesen Frühling entlang des neuen Rheintaler Industriewegs montiert werden. Der Standort dieser Tafel bietet Ausblicke aufs Rheintal, auf das benachbarte Österreich und ins Alpsteingebirge.

WER?

Berni Litscher ist im Vorstand des Vereins Industrieweg Rheintal. Er ist für den Bereich Signalisation verantwortlich und hilft bei der Installation der Infotafeln mit. Der Bernecker engagiert sich auch bei den St. Galler Wanderwegen als Regionsleiter und kümmert sich gemeinsam mit den technischen Mitarbeitern um die Signalisation und Markierung der Wanderwege im Rheintal.

WAS?

Der Industrieweg Rheintal führt von Rheineck nach Rüthi – oder umgekehrt. Er ist 40 Kilometer lang, hält sich weitgehend an den Rheintaler Höhenweg und lässt sich in drei Etappen erwandern. Ein- und Ausstiegsorte sind Rheineck, Heerbrugg, Altstätten und Rüthi.

Das Rheintal war in der Vergangenheit bekannt als armes Überschwemmungsgebiet. Anhand von Text-, Bild-, Film- und Tondokumenten zeigt der Themenweg, wie sich das Tal aus der Armut befreit hat und dank Schaffenskraft und Innovation zu Wohlstand gelangte. Heute ist das Rheintal ein weltoffener Lebens- und Wirtschaftsraum mit florierenden, weltweit führenden Technologiefirmen. Mit seinen vielen Wanderwegen ist es zudem ein Erholungsgebiet.



Berni Litscher hat bei der Installation der Infotafeln des Industriewegs Rheintal mitgeholfen.

WARUM?

Die Idee dieses Industriewegs entstand 2023 auf einer Wanderung, die der Verwaltungsratspräsident der Alpha Rheintal Bank zusammen mit zwei Kollegen unternommen hat. Inspiriert von der reichen Industriegeschichte des Tals, entwickelten sie ein Konzept, diese Geschichte entlang des Rheintaler Höhenwegs erlebbar zu machen. Ein Verein wurde gegründet, und das Projekt nahm Fahrt auf. «Der Industrieweg ist

ein Wanderweg für Kopf, Herz und Fuss», fasst es Berni Litscher zusammen. Am 10. Mai 2025 wird der Industrieweg offiziell beim Schloss Weinsten oberhalb von Marbach eröffnet.

WAS MITNEHMEN?

«Es braucht nur wenig», meint Berni Litscher: Genügend Zeit, um die Informationen zu verarbeiten, die Natur zu geniessen sowie die Umgebung wahrzunehmen.

Wetterfest und flexibel



Die Lemar 3-Lagen Regenjacke für Herren von rukka bietet perfekten Schutz bei wechselhaftem Wetter. Dank der wasserdichten und atmungsaktiven Membrane bleibst du bei Regen trocken und komfortabel. Die Unterarmbelüftung sorgt für optimale Luftzirkulation und verhindert Überhitzung bei intensiven Aktivitäten. Das leichte, strapazierfähige Material ermöglicht dir uneingeschränkte Bewegungsfreiheit. Die Jacke lässt sich kompakt verstauen und ist somit ideal für spontane Wanderungen und Outdoor-Abenteuer. Mit dieser Regenjacke bist du bei jedem Wetter bestens gerüstet – funktional, zuverlässig und bequem.

Die Lemar Herren Regenjacke von rukka ist jetzt online erhältlich – bestelle sie direkt auf rukka.ch und erlebe höchsten Komfort und Schutz bei jedem Wetter! CHF 199.–, rukka.ch

CAS Outdoor Education



Tauche ein in unvergessliche Naturerlebnisse!

Mit unseren zertifizierten Weiterbildungen verbinden wir Erlebnispädagogik, Umweltbildung und Natursport. Lerne, mehrtägige Outdoor-Touren für Gruppen zu planen und zu leiten – die perfekte Qualifikation für Pädagog:innen, Umwelt- und Tourismusfachleute.



zhaw.ch/iunr/outdoor-education-summer



zhaw.ch/iunr/outdoor-education-winter

ERST ZEICHNEN, DANN WANDERN MIT UNSEREM ROUTENPLANER



Für Abonnent:innen
von DAS WANDERN
kostenlos

- Zwischenziele werden automatisch beschriftet
- Alle gezeichneten Routen werden in Ihrem Profil gespeichert
- Mittels QR-Codes können Sie die Routen unkompliziert in die Swisstopo-App übertragen



Jetzt Benutzerprofil auf schweizer-wanderwege.ch erstellen und loslegen!



 **MADE IN AUSTRIA**

Funktion, Innovation & Nachhaltigkeit:
Unzerbrechliche Brillen, perfekt für
Alltag, Reisen & Sport.



TÜV SÜD analyzed sustainability
64.49% · www.gloryfy.com/green

DIE GROSSE ABSTIMMUNG

☞☼ Sie entscheiden, wo wir wandern!



Liebe Leserin, lieber Leser

Was für eine Freude ist es, dass so viele von Ihnen an der Wanderwunsch-Umfrage im letzten Magazin teilgenommen haben. Dutzende interessante Themenvorschläge und Wanderwünsche sind bei uns eingegangen. Diese haben wir im Team sorgfältig geprüft und präsentieren Ihnen hier unsere Favoritenliste.

Die 10 Favoriten

REGIONALE WÜNSCHE

1. **Prättigau/Rätikon GR**
2. **Zürcher Weinland / Schaffhausen ZH/SH**
3. **Rund um den Urnersee UR**
4. **Freiburger Sensebezirk FR**
5. **An der Sprachgrenze:
zwischen Crans-Montana und Leukerbad VS**

THEMATISCHE WÜNSCHE

6. **Geschichten rund um Feuerstellen**
7. **Weitwanderungen**
8. **Tiere am Wanderweg**
9. **Zu historischen Hotels wandern**
10. **Wandern am Wasser:
Gletscher, Bäche und Stauseen**

**Stimmen Sie jetzt
für 3 Vorschläge ab:**



Teilnahmeschluss: **21. April 2025**
Im nächsten Magazin präsentieren wir Ihnen das Ergebnis der Abstimmung. Das Wunschmagazin wird im Sommer 2026 erscheinen.

Alternativ können Sie uns
Ihre **drei Favoriten** per Post mitteilen:
Redaktion DAS WANDERN
Monbijoustrasse 61, 3007 Bern

«Wir wollen eine der seltensten Heuschrecken der Schweiz aufspüren»

Hannes Baur macht immer und immer wieder dieselben Wanderungen. «Ich entdecke stets etwas Neues», erklärt der Heuschreckenexperte aus Bern. So auch im Aufstieg nach Jeizinen VS, auf der Sonnenseite des Rhonetals, wo er auf der Suche nach der Kreuzschrecke etwas erspührt, das er noch nie gesehen hat.

Die Hinterflügel der Kreuzschrecke sind dezent gelb. Erst wenn sie springt, sieht man diese in ihrer ganzen Pracht.

GIPFELGESPRÄCH

MIT HANNES BAUR





Das Weibchen der Westlichen Beisschrecke ist auf felsigem Boden gut getarnt.



Hannes Baur fängt, was ihn neugierig gemacht hat.

Text: Rémy Kappeler
Bilder: Severin Nowacki

«Der Höhepunkt der Tour, die Kreuzschrecke, hat sich letzte Woche leider nicht zeigen wollen. Hoffe, wir haben dann mehr Glück. Wir werden aber viele weitere Arten sehen, die interessant sind.» Hannes Baur widmet sich seit seiner Kindheit den Heuschrecken, und seine Mail vor unserem Interviewtermin verspricht viel. Und so ist es: Kaum sind wir in Gampel losgewandert, hüpfte die erste Heuschrecke davon. Rot blitzen ihre Flügel auf, als sie in einem weitgezogenen Bogen wegspringt. Ich bin entzückt über die erste Attraktion. «Eine Rotflügelige Ödlandschrecke», sagt der Kenner routiniert. «Lasst uns zügig weitergehen, wir werden heute noch Hunderte Ödlandschrecken sehen.»

Hannes Baur, warum wandern wir von Gampel hinauf nach Jeizinen?

Wir wollen hier die Kreuzschrecke aufspüren. Sie ist eine der seltensten Heuschrecken der Schweiz und kommt nur noch an wenigen Stellen im Wallis vor. Hier stösst sie an die Nordgrenze ihrer Verbreitung. Im Süden – zum Beispiel in Frankreich, Spanien oder Italien – ist sie noch häufig anzutreffen. Untersuchungen der Universität Bern haben gezeigt, dass die Walliser Populationen genetisch eigenständig, aber auch verletzlich sind.

Warum?

Die Untersuchungen haben auch gezeigt, dass die Populationen der Kreuzschrecke im Wallis stark zurückgegangen sind. Je kleiner eine Population ist, desto geringer ist ihre genetische Vielfalt. Damit ist sie auch gefährdeter. Man kann

sich das so vorstellen: Verändert sich die Umwelt – zum Beispiel durch steigende Temperaturen –, fehlen in kleinen Populationen vielleicht diejenigen Individuen, die solche Ereignisse überstehen. Dadurch steigt das Risiko, dass eine Art an einem Ort ausstirbt. Mit einer grösseren Vielfalt des Genpools ist also gewährleistet, dass die Art als Ganzes überlebt.

Kann man denn nicht einfach Kreuzschrecken aus Südfrankreich hier aussetzen, um die Art zu erhalten?

Wenn wir dies tun, zerstören wir vermutlich den Genpool der hiesigen Schrecken: Sie paaren sich mit den neuen, nach ein paar Jahren gibt es vielleicht nur noch eine Mischform. Oder, wenn wir Pech haben, breitet sich die fremde Population auf Kosten der einheimischen aus.



Der Verkannte Grashüpfer ist kaum vom Braunen Grashüpfer und dem Nachtigall-Grashüpfer zu unterscheiden.

Wie erkenne ich denn die Kreuzschrecke?

Sie hat auf dem Halsschild eine charakteristische x-förmige Zeichnung. Der Körper ist entweder braun oder grün. Die Hinterflügel sind jedoch dezent gelb mit schwarzem Band. Wie bei den anderen Heuschrecken mit farbigen Hinterflügeln ist das Weibchen deutlich grösser als das Männchen.

Also machen wir uns auf der trockenen, spärlich bewachsenen Sonnseite des Rhonetals auf die Suche. Immer mehr Insekten springen herum, je länger wir wandern. Es gibt einiges zu lernen: Sind die Hinterflügel blau mit dunklem Band, handelt es sich um eine Blauflügelige Ödlandschrecke – ohne dunkles Band um eine Blauflügelige Sandschrecke. Sind die Flügel rot mit Band, ist es eine Rotflügelige Ödlandschrecke. Die leicht rötlichen Flü-



Blauflügelige
Ödlandschrecke

gel ohne Band gehören der Italienischen Schönschrecke: Diese hat zudem oben auf dem Rücken oft zwei helle Längsstreifen. Während der Körper der Sandschrecke sandfarbig ist, können Ödlandschrecken hellgrau, grau oder hellbraun gefärbt sein. Je nachdem, wo sie sich während der Entwicklung aufhalten, erhalten sie eine andere Farbe. Auf ehemaligen Brand-

Ganz schön knifflig, die Heuschreckenart zu bestimmen.

Ja, neben der Farbe muss man auch andere Merkmale berücksichtigen. Bei den Ödlandschrecken kann man sich am Vorkommen orientieren: die roten sind mehr am Felsen, die blauen mehr am Boden zu finden. Nach dem Flug zeigen beide auffällige Bewegungen mit den Hinterbeinen. Damit versu-



Vorsichtig spannt Hannes Baur die Flügel der Rotflügeligen Ödlandschrecke auf. Sie wird dabei nicht verletzt.

Zur Person



Mit 13 Jahren bekam Hannes Baur seinen ersten Insektenkasten geschenkt, mit 15 verquante er sein Goldvreneli, um ein teures Insektenbestimmungsbuch zu kaufen: Das Herz des 61-jährigen Berners schlägt schon lange für Heuschrecken und parasitäre Wespen. Als bald arbeitete der gelernte Primarlehrer in verschiedenen entomologischen Sammlungen, seit über 30 Jahren im Naturhistorischen Museum Bern, wo er für die Insektensammlung zuständig ist. Er ist zudem Vizepräsident des Entomologischen Vereins Bern.



Rotflügelige
Schnarrschrecke

chen sie, die Aufmerksamkeit eines Partners zu erlangen, der möglicherweise gleich in der Nähe sitzt. Sandschrecken sind überaus wenige Flieger.

Weshalb haben die Heuschrecken farbige Flügel?

Zur Abschreckung. Ruhen sie, sind sie gut getarnt an den Untergrund angepasst. Bei Gefahr fliegen sie auf und zeigen ihre Flügel, was den Angreifer überrascht und ablenkt. Das gibt der Heuschrecke Zeit, zu fliehen und sich wieder zu tarnen.

Das Bestimmen der Heuschrecken fällt mir und dem Fotografen nun bereits



Bei der Paarung ist die grelle Farbe der Rotflügeligen Ödlandschrecken nicht zu sehen.

leichter. Oft greift Hannes Baur zum Netz, pirscht sich an und schwingt es schnell über das Insekt. Routiniert greift er dann hinein und nimmt den «Heugümper» zwischen Daumen und Zeigefinger. So lässt sich das Tier problemlos fixieren. Der Experte zieht die farbigen Flügel vorsichtig auseinander und erklärt uns die Eigenheiten, bevor er die Schrecke wieder freilässt. Zurück auf seinen Fingern bleibt ein gelbes Abwehrsekret, das die Heuschrecken absondern – es ist für menschliche Finger ungefährlich.

Bald betreten wir das Habitat der Kreuzschrecke. Jetzt heisst es: «Augen auf!» Doch es zeigt sich auch heute weit und breit kein solches Tier. «Hier sollten sie eigentlich sein», murmelt Hannes Baur mehrmals, mit zügigem Tempo vorausschreitend, während wir uns in der Bestimmung und Beobachtung einzelner Schrecken versuchen. «Ich glaubs nicht, ich glaubs einfach nicht!», hören wir Hannes Baur weiter vorne plötzlich rufen. Wir schliessen zu ihm auf. «Das habe ich noch nie ge-

sehen! Da finde ich eine Eidechse mit einer Heuschrecke zwischen den Zähnen – ausgerechnet mit einer Kreuzschrecke!», ruft der Forscher. Flugs fängt er die Eidechse mit dem Netz, stiehlt ihr die Beute und untersucht sie genauer. Er zeigt uns den grünen, im Vergleich zum Körper mächtigen Kopf der Schrecke. Dann wirft er den Fang wieder der Eidechse hin, die ihn sich nach anfänglichem Zögern schnappt und – ohne sich von unseren neugierigen Blicken stören zu lassen – mit dem Verzehr weiterfährt.

Sie haben diese Wanderung schon Dutzende Male gemacht. Wie wir gesehen haben, wird sie Ihnen nie langweilig.

Nein, ich entdecke stets etwas Neues. Einige Wanderungen habe ich schon als Kind mit meinem Vater viele Male gemacht – auch er hatte ein grosses Interesse an Insekten. Ich mag mich noch gut erinnern, als ich bei Hohtenn mit 13 Jahren zum ersten Mal eine Gottesanbeterin

gesehen habe. Diese Schrecke hält ihre Vorderbeine so, als würde sie beten. Damals gab es weder Internet noch Handys, man wusste auch noch nicht so genau, wo man die seltenen Gottesanbeterinnen findet. War das aufregend!

Sie sind oft auch mit einem bestimmten Ziel unterwegs.

Ja, derzeit bin ich auf der Suche nach einer seltenen Erzwespe. Ich möchte ein Exemplar davon fangen und genetisch untersuchen.

Wir wollen nicht glauben, dass die Kreuzschrecke im Maul der Eidechse die einzige am heutigen Tag gewesen sein soll. Am Wegrand stehen nun Flaumeichen, Waldgrillen beginnen zu singen. Plötzlich fliegt ein grünes Etwas vorbei und landet im Gras. Beim näheren Hinsehen entpuppt sich ein Teil eines Halmes als Gottesanbeterin. Neugierig schaut der dreieckige Kopf des Männchens in unsere Richtung. «Sie sind entfernte Verwandte von Heu-



Auf einer Trockenwiese bei Oberi Zälg leben viele Grashüpfer.

schrecken», erklärt uns Hannes Baur. Fast schon geben wir unsere Suche nach einer lebenden Kreuzschrecke auf. Doch dann, kurz vor Jeizibärg, ist es so weit. Sie hüpf von der Strasse ins steile Gelände, wo wir sie einfangen können. Das weisse Kreuz leuchtet auf dem Rücken zwischen hellgrünen Stellen, die dunkel gebänderten, gelblichen Flügel glänzen in der Sonne, die roten Hinterbeine sind gut sichtbar – ein Prachtsexemplar haben wir da gefunden und damit unser Tagesziel mehr als erreicht.

Wie kommt es, dass es heute so schwierig war, eine Kreuzschrecke zu finden?

Die Populationen der Kreuzschrecken nehmen im Spätsommer rasch ab, deshalb hat es jetzt wohl nur noch wenige. Die adulten Tiere haben ihre Eier gelegt und damit ihre Aufgabe erfüllt, sie sterben. Im nächsten Frühling schlüpfen dann die Jungen, die mehrere Nymphenstadien durchlaufen.

Während des Wachstums häuten sie sich mehrmals, erhalten Flügel und werden geschlechtsreif.

Dafür hören wir jetzt gerade viele Grillen.

Ja, das sind Waldgrillen. Sie haben einen zweijährigen Lebenszyklus, während die anderen Heuschreckenarten einen einjährigen haben. Dadurch gibt es zu jeder Jahreszeit Waldgrillen in verschiedenen Stadien – sogar im Winter hört man sie singen, solange kein Schnee liegt. Sie gehören zu den häufigsten Heuschrecken der Schweiz. Sie zu beobachten, ist aber schwierig, weil sie klein und im trockenen Laub gut getarnt sind.

Die Exkursion geht dem Ende entgegen, wir nähern uns dem Bergdorf Jeizinen. Bei Oberi Zälg betreten wir eine Trockenwiese, es riecht aromatisch, zahlreich leuchtet der Gelbe Zahntrost im Sonnenlicht. Hunderte von Heuschrecken hüpfen herum,

viele davon sind Grashüpfer. Hannes Baur fängt auch hier einige, erklärt ihre Eigenheiten, ihre Gesänge. Wiederum ist für Laien die Bestimmung nicht einfach: Der Braune Grashüpfer, der Nachtigall-Grashüpfer und der Verkannte Grashüpfer sehen beispielsweise fast gleich aus, sie sind alle braun. Und doch können Insektenfans sie voneinander unterscheiden, erklärt Hannes Baur vielsagend: «Der unterschiedliche Gesang verrät sie.»

Wie diese drei Grashüpfer singen, hören Sie auf das-wandern.ch.

◆
Rémy Kappeler war vom ersten Schritt an begeistert von den roten und blauen Heugümpeln. Auf der Wanderung schärfte sich der Blick des Redaktionsleiters von DAS WANDERN und so konnte er schliesslich vier Arten voneinander unterscheiden – zumindest ab und zu.



Nur selten zu beobachten: Eine Eidechse hat eine Kreuzschrecke gejagt.

«Der unterschiedliche
Gesang verrät die Grashüpfer.»

Hannes Baur,
Heuschreckenexperte



Grünes Heupferd

Im Land der Heuschrecken von Jeizinen

Gampel, Dorf – Jeizinen

Mehr Info zum Wandervorschlag **Nr. 2239** unter [schweizer-wanderwege.ch](https://www.schweizer-wanderwege.ch)



Öffnen in der
SwissTopo-App



Wanderung

schwer	T1
2 h 40 min	6,1 km
880 m	0 m
Juli bis September	

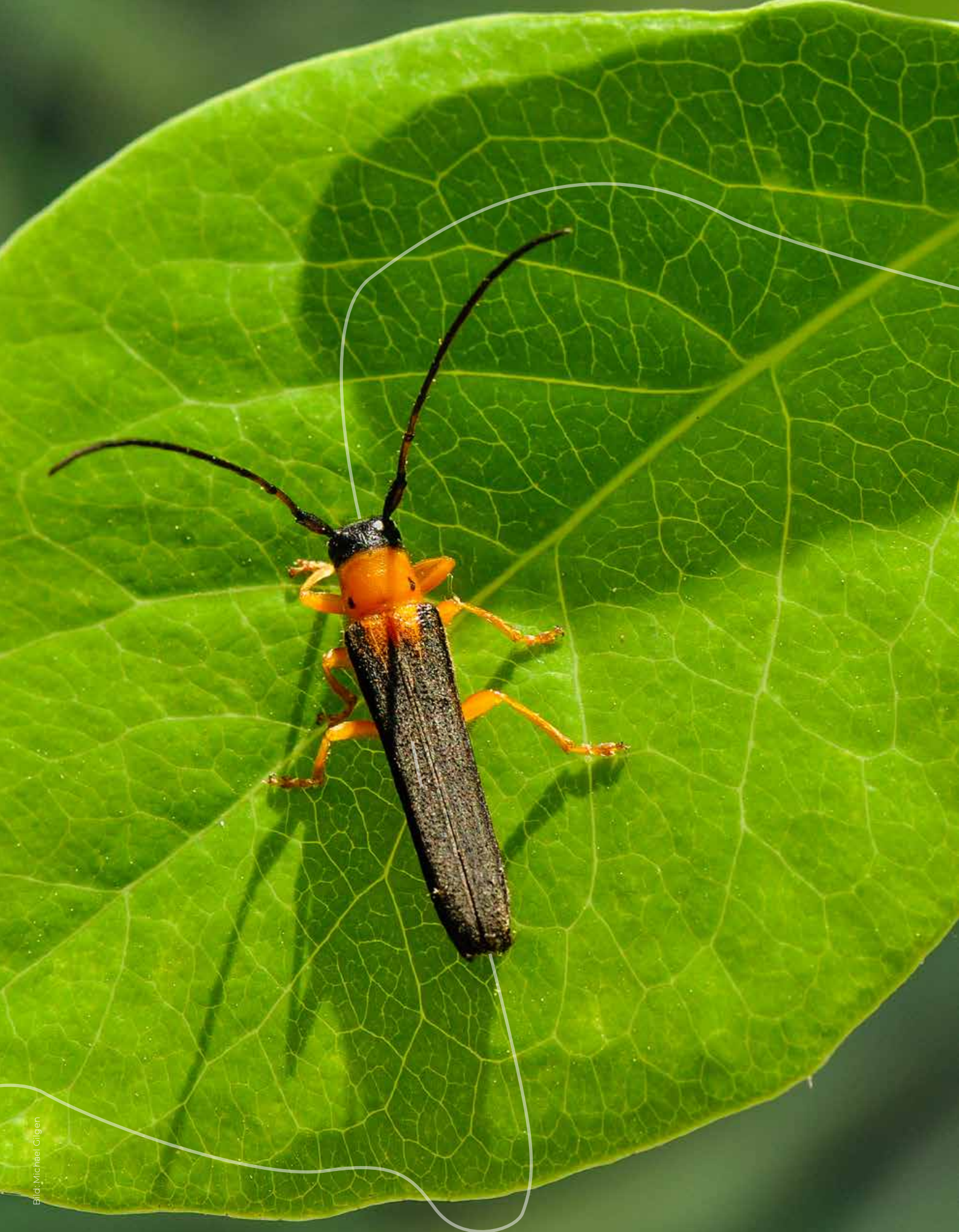


Recyclingmeister im Miniformat

Oberhalb der Solothurner Wolfsschlucht hat ein Waldbrand den Lebensraum der lokalen Käferpopulation drastisch verändert. Biologin Lea Kamber erklärt bei einem Besuch, weshalb Käfer als Zersetzer für das Ökosystem unverzichtbar sind.

Text: Patricia Michaud
Bilder: Severin Nowacki

Der Geissblatt-Linienbock kommt
typischerweise in Waldbrandgebieten vor.





Ein Schock für die Natur war der Waldbrand 2023. Doch das Leben erholt sich langsam. Für die Käfer eine Chance.



Wenn sie einen Streifzug durch die Natur machen, gehen die meisten Leute aufrecht, mit erhobenem Haupt und Blick in die Ferne. Lea Kamber hingegen ist meist gebeugt unterwegs, die Augen auf den Boden geheftet: «Hat man einmal damit begonnen, sich die Natur ganz aus der Nähe anzuschauen, zieht einen die Schönheit des Kleinen immer mehr in den Bann – das Problem ist nur, dass man darüber manchmal das ›Big Picture‹ vergisst!» So habe sie auch schon eine atemberaubende Aussicht verpasst, wie die Biologin mit einem Schmunzeln zugibt.

Lea Kamber ist eine der wenigen Käferexpertinnen der Schweiz. Ausgerüstet mit einem Netz, verschiedenen Fallen und über 30 Jahren Know-how durchkämmt sie Wälder, Wiesen und Böschungen und lässt ihre Erkenntnisse in Projekte zur Erforschung, zum Monitoring und zum Schutz dieser besonders vielfältigen Insektenart einfließen.



Goldhaariger Halsbock

«Die Natur verhält sich
dynamisch und
chaotisch zugleich.»

Lea Kamber, Käferexpertin



Lea Kamber leert eine Falle, um den lokalen Bestand an Holzkäfern zu bestimmen.

Für den gemeinsamen Ausflug hat uns die Bernerin vorgeschlagen, sie im Gebiet oberhalb der Wolfsschlucht zu treffen, zwischen den beiden Solothurner Gemeinden Weltschenrohr und Herbetswil. Im Herbst 2023 hat hier ein Brand fast sechs Hektar Naturwald verwüstet. Die kantonalen Behörden beschlossen daraufhin, den betroffenen Bereich fünf Jahre lang wissenschaftlich untersuchen zu lassen, um Aufschluss darüber zu erhalten, wie die Natur imstande ist, sich ohne forstliche Eingriffe nach so einem einschneidenden Ereignis wieder zu erholen.

EINIGE VERSCHWINDEN, ANDERE KOMMEN

Käfer sind in den meisten Lebensräumen zu finden, ob in der Stadt, auf dem Land, in den Bergen oder an Gewässern. «Aber nicht alle Arten fühlen sich in jeder Umgebung wohl», weiss Kamber und fügt an: «Diese Insekten spielen eine wichtige Rolle im Ökosystem. Die meisten von ihnen sind Zersetzer, verwerten also organische Abfälle – zum Beispiel totes Holz – und geben sie als Humus in den Naturkreislauf zurück. Zudem bilden sie die Nahrungsgrundlage zahlreicher Vögel und kleiner Säugetiere.» Von den insgesamt rund 30 000 bis 40 000 in der Schweiz bekannten Insektenarten zählen etwa 6500 zu den Käfern, unterteilt in 200 Familien. Zum Vergleich: «Säugetierarten gibt es hierzulande nur gerade 100», sagt die Biologin.

Nach einem gut einstündigen Aufstieg durch die üppige Schlucht und den friedlichen Wald erwartet uns ein scharfer Kontrast: Hier, am Fuss der kleinen Krete, die den leider nur allzu treffend benannten Vorderen Brandberg überragt, ist das Grün einem Schwarz gewichen. Nur wenige Bäume haben den Flammen standgehalten, doch auch ihre Stämme sind verkohlt. Lea Kamber nähert sich einem der Überlebenden und zieht an einem Ast, an dem eine Schnur festgebunden ist. Daran hängt eine mit einer rosafarbenen Flüssigkeit gefüllte Plastikflasche mit einem Trichter; darüber sind vier Plexiglaswände im Kreuz angeordnet – eine Käferfalle, die Kamber nach einem kurzen Check wieder an ihrem Platz befestigt: «Von April bis Juli leere ich meine Fallen alle zwei Wochen.»

Von diesen Fallen gibt es zwei Arten: an Bäumen aufgehängte für Holzkäfer und im Boden vergrabene für Laufkäfer. Kamber hat sich auf die erste Kategorie spezialisiert, arbeitet aber eng mit ihrem Kollegen Wer-

ner Marggi, einem ausgewiesenen Fachmann für Laufkäfer, sowie Spinnenexperten zusammen. «Wir untersuchen vor allem, welche Arten nach einem so verheerenden Brand in ihrem Lebensraum komplett verschwinden, welche sich in der veränderten Landschaft nach einer Weile wieder ausbreiten und welche sich sogar neu ansiedeln», erklärt die Biologin und betont: «Die Natur verhält sich dynamisch und chaotisch zugleich.» Viele Lebewesen sind in der Lage, sich den Auswirkungen von Bränden, Stürmen oder Überschwemmungen anzupassen, für manche sind solche Ereignisse sogar überlebenswichtig.

KOLLATERALSCHÄDEN

Um den lokalen Bestand an Käfern – und anderen Insekten – vor und nach dem Brand vergleichen zu können, hat Kamber auch einige Dutzend Meter weiter oben, in einem vom Feuer verschonten Waldstück, mehrere Fallen aufgestellt. Zurück im Labor bestimmt und sortiert sie die eingefangenen Insekten und tauscht sich gegebenenfalls mit anderen Fachleuten aus. «Es sieht so aus, dass die Brandfläche zu klein ist, als dass sie negative Auswirkungen auf die zwei Käfergruppen hätte. Das haben wir auch so erwartet», bilanziert Kamber.

«Leider sind unsere Fallen für die Tierchen tödlich, weil sie in der Konservierungsflüssigkeit ertrinken – ein notwendiges Übel, um ganze Populationen besser schützen zu können.» Wenn immer möglich benutzt die Forscherin deshalb stattdessen ein grosses Netz, mit dem sie über Äste und Büsche streift. So kann sie ihre kleinen Gefangenen, nachdem sie sie fotografiert hat, wieder gesund und wohlbehalten in die Natur entlassen.

Als ob sie den Vorgang demonstrieren wollte, setzt die Mittfünfzigerin einen schwarz glänzenden Käfer sanft zurück auf das Blatt eines Strauches. Die Behutsamkeit, mit der sie die feingliedrigen Insekten über ihre Finger laufen lässt, erinnert fast schon an den Umgang mit einem Haustier.

Gebänderter Pinselkäfer



WENN ZWEI SICH STREITEN ...



Neben ihrer Arbeit oberhalb der Wolfsschlucht ist Lea Kamber auch in mehrere andere Forschungsprojekte involviert. Eines davon, das im Kanton Bern stattfindet, fokussiert sich auf den Schutz des Hirschkäfers, «der grössten Käferart der Schweiz. Sie ist auf der Roten Liste als «verletzlich» eingestuft, sowohl hierzulande als auch in ganz Europa. Grund dafür ist die Zerstörung seines Lebensraums, insbesondere durch eine zu intensive Nutzung der Wälder.»

Ihre namensgebenden, geweihartigen Kieferzangen nutzen die bis zu acht Zentimeter langen Männchen, um mit Rivalen um Baumharz oder die Gunst eines Weibchens zu kämpfen. Nicht immer aber sahnt der Gewinner ab: Kleinere Exemplare, die nicht mit prächtigen Zangen imponieren können, schleichen sich während des Kampfes still und leise zum Weibchen und begatten dieses.

«Früher war der Hirschkäfer überall im Kanton Bern zu finden, zumindest bis zu einer Höhe von 600 Metern, und auch in der Stadt. Mittlerweile existieren jedoch nur noch zwei isolierte Metapopulationen, eine beim Bielersee und eine um Interlaken.» Ziel des Projekts ist unter anderem die Aufzucht und Aussiedlung der gefährdeten Käfer.

Entdeckt hat sie ihre Leidenschaft für die kleinen Krabbler während des Studiums: «Ein Nachbar besass eine beeindruckende Sammlung, die er mir und meinem Mann gerne zeigte und später sogar vermachte.» Was ihr an Käfern besonders gefällt? «Sie sind mir einfach sympathisch, auch weil sie weniger pompös daherkommen als Schmetterlinge.» Letztere, verrät sie mit einem Augenzwinkern, werden von der – sehr überschaubaren – Gemeinschaft der Käferexperten scherzhaft auch «Tussi-Motten» genannt.



Lea Kamber hält einen Laufkäfer (rechts) sowie einen auf diesem Bild nicht klar erkennbaren Käfer behutsam auf den Fingern.

Für Laien, die selbst auf Käfersafari gehen möchten, hat Kamber ein paar nützliche Tipps: «Viele Arten werden von Blumen angezogen, insbesondere von weissen Doldenblütlern, auf denen sie gut sichtbar sind.» Andere sind wahre Meister der Tarnung und leicht mit totem Holz zu verwechseln – um sie zu entdecken, braucht es daher etwas Geduld und ein scharfes Auge. Und keine Sorge: Käfer können weder beißen noch stechen.

ANSTECKENDES KÄFERFIEBER

Wir verabschieden uns von Lea Kamber, die noch einige weitere Fallen zu kontrollieren hat, und machen uns auf den Weg in Richtung des Bergrestaurants Vorder Brandberg. Als wir noch einmal zurückschauen, sehen wir, dass die Forscherin bereits wieder im Laub kauert, den Blick auf den Boden gerichtet. Aber auch uns hat mittlerweile das Käferfieber gepackt, und so halten wir auf dem Rest der Wanderung über Mieschegg und Hinter Brandberg bis nach Welschenrohr immer wieder inne, um uns von der Schönheit des Kleinen verzaubern zu lassen.

Patricia Michaud schaut beim Wandern – trotz all den faszinierenden Käfern am Boden – immer noch lieber in die Ferne, am liebsten auf die Gipfel der Berner und Freiburger Voralpen. Die freie Journalistin ist Politik- und Wirtschaftsredaktorin, schreibt aber auch über Wissenschaft, Gesellschaft, Kultur und Wandern.

Auf Käfersafari oberhalb von Welschenrohr

Herbetwil, Wolfsschlucht – Welschenrohr, Zentrum

Mehr Info zum Wandervorschlag **Nr. 2240** unter schweizer-wanderwege.ch



Öffnen in der
Swistopo-App



Wanderung

- schwer T1
- 4 h 10 min 11 km
- 830 m 760 m
- Mai bis Juli



NEW



SKYLINE 12 | 20 | 30

- › Ausgezeichneter Tragekomfort
- › Praktische Organisation
- › Wetterfest dank Regenhülle

Die neuen Skyline-Rucksäcke wurden speziell für Wanderungen entwickelt. Dank des ergonomischen Air Flow-Rückensystems bieten sie exzellenten Tragekomfort. Die grosse Reissverschlussöffnung, das Fach für ein Trinksystem und praktische Taschen innen und aussen sorgen für vielfältige Verstaumöglichkeiten. Eine Regenhülle schützt bei Nässe.

Das bluesign®-zertifizierte Material besteht aus robustem, recyklierten Polyester.

SWISS
DESIGN

exped.com

WRIGHTSOCK – FÜR MEHR KILOMETER, OHNE BLASEN. GARANTIERT.

Jetzt profitieren
& testen!

20% AUF ALLES

Code **BLASENFREI25**
Gültig bis 31.05.2025

WRIGHTSOCK.

SAG DEN BLASEN DEN KAMPF AN!

Blasen können auch die schönste Wanderung zur Qual machen. Doch keine Sorge, wir haben die Lösung: das ausgeklügelte Anti-Blasen-System von Wrightsock. Unsere bewährten Socken sind dein Geheimnis für schmerzfreie Abenteuer.

Warum Wrightsock?

- ✓ **Doppellagiges Anti-Blasen-System:** Reduzierte Reibung und schützt deine Füsse vor Blasen.
- ✓ **Atmungsaktivität:** Die REPREVE®-Fasern halten deine Füsse trocken und frisch. Egal, wie weit du wanderst.
- ✓ **Langlebig und komfortabel:** Für anhaltenden Tragekomfort und bessere Dämpfung auf jedem Trail.

www.wrightsock.ch



Der Goldene Scheckenfalter ist eine von etwa 200 in der Schweiz lebenden Tagfalterarten. Man erkennt diese an ihren keulenförmig verdickten Fühlern.

Flutterhafte Schönheiten

Alpwiesen sind wahre Schatztruhen der Artenvielfalt. An sonnigen Sommertagen blüht es auf ihnen in allen Farben – und über ihnen flattern Dutzende Schmetterlingsarten. Auf einer Rundwanderung an den Gastlosen mit dem Schmetterlingsexperten Martin Albrecht.

Text: Simon Koechlin, Bilder: Sam Buchli

Die Sonne brennt auf die blumenreichen Wiesen unterhalb der markanten Kalkfelsen der Gastlosen im Grenzgebiet der Kantone Bern, Freiburg und Waadt. Es ist Schmetterlingswetter. Zu Dutzenden tanzen sie über die Matten, segeln im Wind und saugen an Blüten. Martin Albrecht steht am Wegrand etwas unterhalb der Alp Obere Ruedersberg auf der Berner Seite der Gipfel. Er hat einen der Falter ins Visier genommen und lässt das Netz in seiner Hand mit einer schwungvollen Bewegung durch die Luft sausen.

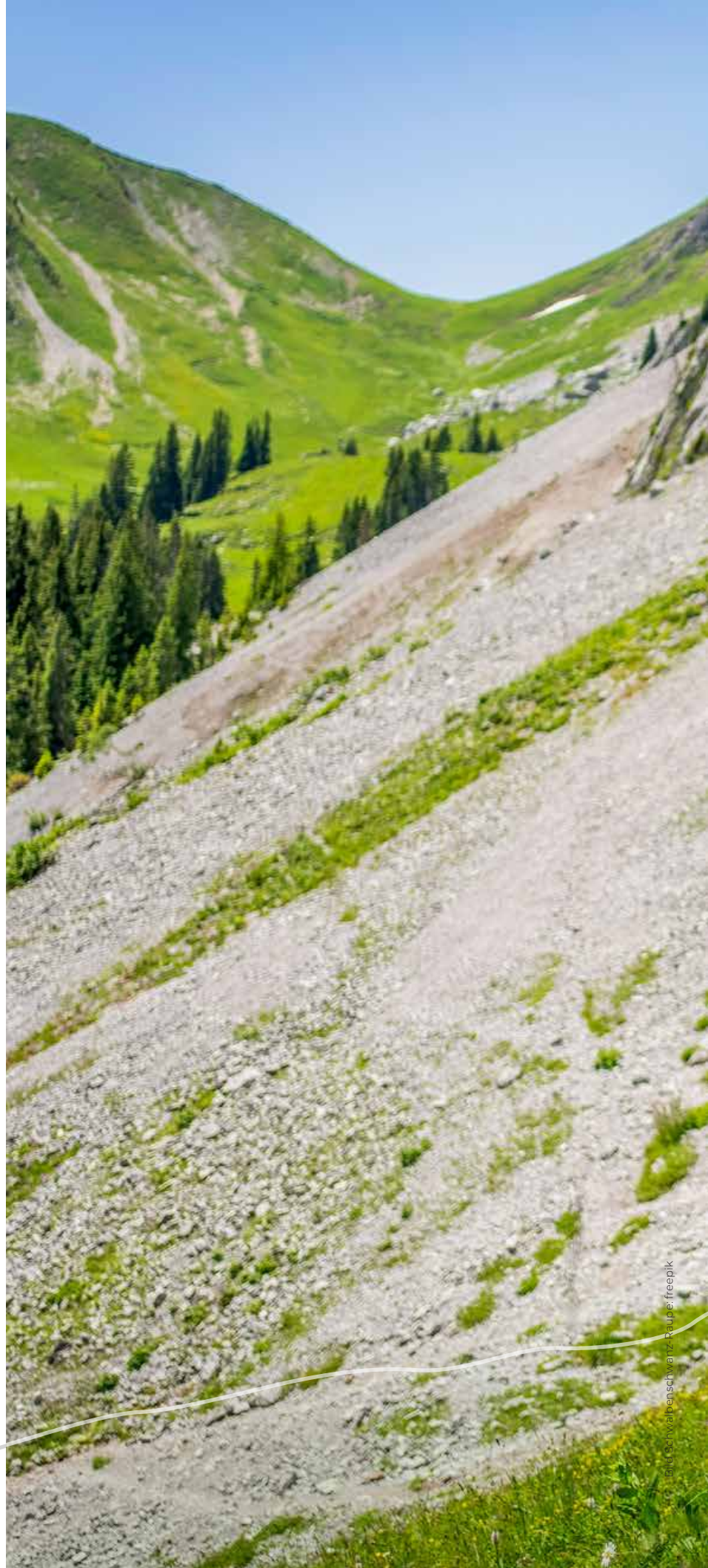
Erwischt! Mit routinierten und vorsichtigen Bewegungen stülpt Albrecht ein durchsichtiges Plastikröhrchen über seinen Fang, um ihn zu begutachten. Es ist ein kleiner Schmetterling mit bräunlichen Hinterflügeln und orangen Vorderflügeln, auf deren Spitze ein augenähnlicher Fleck zu sehen ist. «Das ist das Kleine Wiesenvögelchen, ein häufiger Tagfalter», sagt Albrecht. «Es gehört zu den Augenfaltern – und wie bei allen Augenfaltern ernähren sich seine Raupen von Gräsern.»

TAGAKTIVE NACHTFALTER

Martin Albrecht ist Schmetterlingsexperte. Hauptberuflich in der Informatik tätig, beschäftigt er sich seit seiner Kindheit mit Faltern. Heute arbeitet er beispielsweise beim Biodiversitäts-



Schwalbenschwanzraupe





Unter der Wandflue hat Martin Albrecht
einen Schmetterling entdeckt.

monitoring Schweiz mit, das seit über 20 Jahren die Vielfalt von bestimmten Pflanzen- und Tiergruppen erhebt. Dieses vom Bund finanzierte Programm soll aufzeigen, wie sich die Biodiversität in der Schweiz über die Zeit verändert. Spezialistinnen und Spezialisten zählen dafür in regelmässigen Abständen die Arten auf einer bestimmten Fläche oder einem genau vorgegebenen Wegstück. Gezählt und bestimmt werden zum Beispiel die Vögel, die Gefässpflanzen, die Moose, die wirbellosen Tiere in Fließgewässern – und die Tagfalter.

In der Schweiz leben ungefähr 200 Tagfalterarten, dazu kommen ungefähr 3800 Nachtfalter. Gemeinsam bilden sie die Insektengruppe der Schmetterlinge. Nacht-

falter kann man auch tagsüber zu Gesicht bekommen, wie Albrecht mit dem nächsten Schwung seines Fangnetzes beweist. Im Röhrchen flattert nun ein schwarzer Falter. «Ein Schwarzspanner», sagt Albrecht. Als sich das Insekt beruhigt hat, deutet er auf dessen feine, gleichmässige Fühler. «Sie sind vorne nicht keulenförmig verdickt, daran lassen sich Nachtfalter von Tagfaltern unterscheiden.»

TAUSENDE TAGFALTER

Auf der Rundwanderung von der Birematte über den Ruedersberg hoch zum Pass Wolfs Ort und über Venners Chöpfli wieder hinunter liegt das Hauptaugenmerk aber auf den Tagfaltern. Und davon gibt es jede Menge. Alle paar Schritte fängt Martin Albrecht ein neues

Exemplar. Manche Arten, wie das Kleine Wiesenvögelchen oder der orange-schwarz gefärbte Kleine Fuchs, sind auch im Mittelland häufig.

Andere sind auf höhere Lagen spezialisiert und typische Bewohner von Alpweiden. Zum Beispiel das Alpen-Wiesenvögelchen, das Albrecht auf einer Wiese findet. Es ähnelt dem Kleinen Wiesenvögelchen, ist aber etwas kontrastreicher gefärbt und besitzt auf den Unterseiten der Hinterflügel eine ganze Reihe von Augenflecken.

ARTENVIELFALT VERSCHWINDET

Auf Alpweiden und -weiden hat es Tagfalter in Hülle und Fülle. «Das liegt vor allem daran, dass es hier noch magere Wiesen mit gros-



Die blühenden Bergwiesen auf einem Hochplateau unterhalb der Gastlosen sind ein Paradies für Insekten.

ser Pflanzenvielfalt gibt», sagt Albrecht. Früher gab es die auch im Mittelland, bevor die grossflächige Düngung die meisten in Fettwiesen verwandelte, auf denen nur noch wenige anspruchslose Pflanzen wachsen. Er beobachtete zunehmend, dass auch in höheren Lagen Gülle auf Wiesen ausgebracht werde, um ein bisschen mehr Ertrag aus den Flächen zu holen, sagt Albrecht. «So verschwinden sehr schnell Flächen, die einst eine enorme Artenvielfalt aufwiesen.»

Auf dem Obere Ruedersberg steigt der Weg an in Richtung der mächtigen Wandflue. An einer Böschung sitzen gleich drei kleine Schmetterlinge auf einer Pflanze. Es handelt sich um eine Paarung, eines der beiden Männchen ist überzählig und wird vom anderen verscheucht. «Das ist der Schwarzfleckige Ameisenbläuling, eine spannende Art», sagt Albrecht. Seine Larven entwickeln sich zuerst auf Thymian oder Oregano. Nach ein paar Wochen verlassen sie ihre Futterpflanze und warten darauf, dass sie von Ameisen gefunden werden. Diese halten die Larve, wohl aufgrund von Duftstoffen, für eine Artgenossin und bringen sie ins Ameisennest. Dort ernährt sich die Bläulingsraupe von Ameiseneiern und -larven, bis sie sich im kommenden Frühjahr in einen Falter verwandelt.

VIOLETT-BLAUES JUWEL

Martin Albrecht hat einen Bachlauf entdeckt, an dessen Ufer ganze Heerscharen von Schlangenkötterich-Pflanzen ihre rosaroten, ährenförmigen Blüten in die Sonne strecken. Er schlägt einen kurzen Abstecher vor, um einen Schmetterling aufzuspüren, den er dort vermutet.

Tatsächlich dauert es nicht lange, bis der Gesuchte im Plastikröhrchen flattert. Es ist der Blauschillernde Feuerfalter, ein kleiner



Schwalbenschwanz

Schmetterling, dessen Flügeloberseite zwischen der orangen Grundfarbe wunderbar violett-blau schillert. «Ein kleines Juwel», sagt Albrecht. «Er ist schweizweit selten und braucht grosse Schlangenkötterich-Bestände, damit sich seine Larven entwickeln können.»

DIE GIPFELBALZ

Der nächste Teil der Rundwanderung ist der anstrengendste. Der Wandflue entlang steigt der Wanderweg zackig empor. Auf den Wiesen blüht es in allen Farben. Albrecht entdeckt einen Apollo-Falter, der durch die Luft segelt. Das Gelände ist zu steil, um dem prächtigen, weissen Schmetterling mit seinen schwarzen Flecken und rot gefüllten Ringen nachzustellen.

Nach ein paar Kurven durch ein lichtetes Wäldchen ist der Anstieg geschafft: Flach führt der Weg nun über Kalkschutt.

Zwei grosse, gelb-schwarze Schmetterlinge gaukeln über einer Matte mit Wald-Storchenschnabel und Roten Lichtnelken. Es sind zwei Exemplare des wohl bekanntesten Tagfalters der Schweiz: des Schwalbenschwanzes. Für Albrecht ist es keine Überraschung, diese Art hier zu finden. Die Männchen von Tagfaltern haben nämlich unterschiedliche Strategien, um Weibchen zur Begattung zu finden, wie er erzählt. Bei manchen Arten patrouillieren sie ganz gezielt zu möglichen Futter- oder Nektarpflanzen. Bei anderen besetzen sie Reviere und warten auf besonnten Zweigen auf eine



Martin Albrecht sucht zwischen Pflanzenblättern nach Schmetterlingslarven.



Ein Kleines Wiesenvögelchen landet im Röhrchen zum Beobachten. Es ist ein Augenfalter.

mögliche Partnerin. Beim Schwalbenschwanz lässt sich ein drittes Phänomen beobachten: die sogenannte Gipfelbalz. Die Männchen fliegen an markanten Erhebungen empor und warten dort darauf, dass die Weibchen an diesen «Balzplätzen» nach Partnern suchen.

KEINE SCHATTENFREUNDE

Nach einigen Hundert Metern ist der höchste Punkt der Rundwanderung erreicht – der Wolfs Ort, der den Übergang zur Freiburger Seite der Gastlosen markiert.



Eine Nachtfalterlarve auf einer Orchidee.

Ein paar Wolken sind aufgezo-gen, der Wind frischt auf. Sofort wirken die Wiesen wie verlassen. Mit Wind könnten Schmetterlinge im Gebirge zwar gut umgehen, sagt Albrecht. «Aber im Schatten stellen sie ihre Aktivität ziemlich rasch ein.»

Hier und da flattert noch ein einsamer Falter – Albrecht sieht jeweils schon von Weitem, dass es sich um eine Art handelt, die er bereits bestimmt hat.

Der letzte Fund des Tages liegt dann ganz prosaisch auf der Strasse. Es ist die behaarte Raupe eines Alpen-Ringelspinners, die wohl auf der Suche nach einer neuen Futterpflanze oder einer geeigneten Stelle zur Verpuppung ist. Ihre Haare sehen ganz schön gefährlich aus. Doch Albrecht winkt ab. «Sie brennen nicht», sagt er, nimmt ruhig die Raupe auf und legt sie an eine geeignete Stelle am Strassenrand.

Simon Koechlin arbeitet als freier Journalist und Kommunikator. Er ist Biologe und hat in seinem Garten schon mehrere Hundert Insektenarten fotografiert. Trotzdem: Die Fülle an Schmetterlingen auf der Wanderung hat ihn verblüfft.

Schauen Sie sich auf das-wandern.ch die farbenfrohe Schmetterlings-Bildstrecke an.

TIPP



► Die Gastlosen bieten genügend Wandermöglichkeiten für einen mehrtägigen Aufenthalt. Eine Übernachtungsmöglichkeit ist die SAC-Hütte Grubenberg, die von der Wanderroute aus leicht zu erreichen ist. In der nahegelegenen Alphütte produziert ein Käser im Sommer Alpkäse – und lässt sich jeweils morgens bei der Arbeit über die Schulter schauen.

grubenberg.ch

Filigrane Gäste an den Gastlosen

► Abländschen, Jaungrund – Abländschen, Jaungrund

Mehr Info zum Wandervorschlag **Nr. 2241** unter schweizer-wanderwege.ch

Bergwanderung

mittel

T2

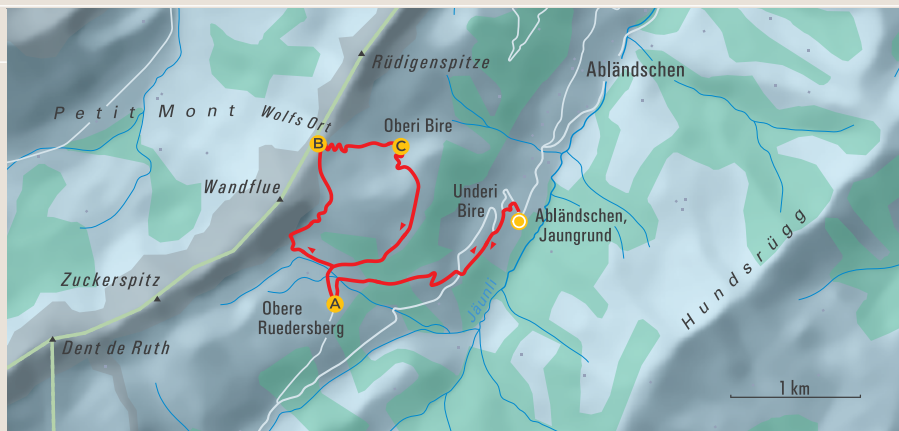
3 h 15 min

8,9 km

635 m

635 m

Juni bis August



Öffnen in der
Swistopo-App





schon ab
CHF 1176

Waldhotel Wanderwochen

Geführte Wander - und Erlebnisferien mit Aktivprogramm

**Jeweils Samstag bis Samstag
14.06. - 12.07.2025 & 16.08. - 27.09.2025**




Enjoy the Little Things!

Waldhotel Wanderwelt - mehr als Ferien!

Bewegung, Erlebnis und Gemeinschaft sind die drei Eckpfeiler unserer Wander – und Erlebnisferien. Entdecken Sie mit unseren erfahrenen, heimischen Wanderleiter*Innen die herrliche Natur in und um Davos. Damit jeder in seinem eigenen Tempo wandern kann, bieten wir jeden Tag drei geführte Wanderungen auf unterschiedlichen Niveaustufen (leicht, mittel, sportlich).

Inklusivleistungen:

- 7 Nächte in der gebuchten Zimmerkategorie
- Willkommensapéro mit Ihren Wanderleitern und Gastgebern
- Reichhaltiges Waldhotel Frühstücksbuffet
- täglich frisches 3-Gang Menu im Rahmen der Halbpension
- jeweils 3 geführte Wanderungen an 5 Tagen
- Aktivitätenprogramm gemäss auf der Webseite
- Benutzung von Wellness & Spa
- Bergbahnpass im Rahmen der geführten Touren
- Freie Fahrt mit den Ortsbussen (ohne Seitentäler)
- kostenloser Hotelshuttle
- kostenfreier Aussenparkplatz

Berg-Beizli-Führer

Der beliebte Guide mit 1253 Berg-Beizli-Tipps.

Der beliebte Guide mit 1253 originellen und attraktiven Bergrestaurants, Métairies, Buvettes, Grottos und bewarte Alp- und SAC-Hütten, die auf herrlichen Höhen gelegen, bequem zu Fuss oder mit dem Rad erreichbar sind.

Aktuell: «Richi's kulinarischer Guide» mit Haus-Spezialitäten und 1–3 Gabeln.

Taschenbuch: 488 Seiten (inkl. 28 Kartenseiten), alle Restaurants mit farbigen Bildern.




Bestellschein

Senden Sie mir gegen Rechnung mit Einzahlungsschein:

_____ Ex. Buch/Bücher «Berg-Beizli-Führer» à CHF 39.–*

_____ Ex. Buch/Bücher «Land-Beizli Guide» à CHF 39.–*

* + Porto und Versand

Name _____

Strasse _____

PLZ/Ort _____

E-Mail _____

Einsenden an:

Spillmann Verlag
Baslerstrasse 104
8048 Zürich
044 401 44 66/079 414 90 60

info@bergbeizli.ch
info@landbeizli.ch
www.landbeizli.ch
www.bergbeizli.ch

Land-Beizli Guide

1149 einsame und alleinstehende Landbeizli an Wanderwegen.

Der völlig neuartige Guide, alles in Farbe mit 1149 Restaurants, Landgasthöfen, Waldschenken, Grotti (Tessin), Buvettes, Métairies (Westschweiz), Bauernwirtschaften sowie Busch-, Wein- und Besenbeizen.

Aktuell: «Richi's kulinarischer Guide» mit Haus-Spezialitäten 1–5 Gabeln.

Taschenbuch: 440 Seiten (inkl. 32 Kartenseiten), alle Restaurants mit farbigen Bildern.




Die Riesenschlupfwespe hat einen langen Legebohrer, mit dem sie ihre Eier ins Holz legen kann.



Warum **Wespen** nützlich sind

Wespen sind nur lästige Plagegeister – oder doch nicht? Auf einer Wanderung an der Walliser Südrampe erklären Nina König und Adrien von Virag die unglaubliche Vielfalt dieser faszinierenden Insekten – und deren Rolle für das Gleichgewicht des Ökosystems.

Text und Bilder: Rémy Kappeler

Auf einer Mauer sind die Wespen einfach zu beobachten: Nina König und Adrien von Virag beim Kreuz oberhalb Hochtenn.





Gichtwespe

Der Stich sitzt. Wie eine heisse Nadel bohrt sich der Schmerz in den Finger. Und auch die Wut auf die Wespe ist innert Sekunden da. Warum muss sich dieses Viech ausgerechnet am unteren Rand des Tellers aufhalten? Noch bevor die Wespe das Weite suchen kann, decke ich sie innerlich mit wüsten Beleidigungen ein. Und schleudere ihr hinterher: Wozu brauchst es dich überhaupt, du aggressives Ding?

«Diese Frage wird uns immer als Erstes gestellt», erklärt Adrien von Virag. Der Biologe arbeitet im Gebiet der Honigbienenforschung und widmet sich in seiner Freizeit den Wespen. So verteidigt er diese auch gleich: «Wespen sind nicht aggressiv, nur sehr hartnäckig, wenn es ums Fressen geht. Aber ja: Geraten sie in Not, stechen sie zu.» Und schiebt – als Imker, der er auch ist – nach: «Wenn aber ein Insekt aggressiv ist, dann die Honigbiene. Sie kann dich aus dem Nichts heraus angreifen, grundlos.»

DER TRICK MIT DER SONNE

In der Schweiz gibt es rund 6500 Käferarten, 7500 Fliegenarten und bis zu 8800 Wespenarten. «Wespen sind somit die artenreichste Insektengruppe der Schweiz, wahrscheinlich gar weltweit», erklärt die Biologin Nina König. Auch sie beschäftigt sich in ihrer Freizeit viel mit Wespen. Das junge Expertenduo aus Bern hat sich aufgemacht, um mich zu überzeugen, wie faszinierend Wespen sind. Und warum die Welt sie braucht.

Die Wanderung an der Walliser Südrampe oberhalb von Ausserberg eignet sich gut dafür. Der Südhang ist der Sonne stark ausgesetzt, doch der Morgen ist jung und die Hitze hält sich noch in Grenzen an diesem Junitag. Die Vegetation ist saftig-grün, der Himmel stahlblau. Das sind Bedingungen, die Wespen lieben. Entsprechend kreucht und fleucht es um die Wandernden herum. Aber auch andere Lebewesen sind da: Kaum gestartet, flattert ein Schneehuhn erschrocken davon. Eidechsen verstecken sich raschelnd in Spalten.

Es geht aufwärts, der Blick ist zu Boden gerichtet, und alle paar Meter finden sich Insekten, die genauer untersucht werden wollen. Nina zückt ihr weisses Insektennetz und schwingt es über die Grashalme, wo eine Wespe fliegt. Dann stülpt sie sich die Öffnung des Netzes über den Kopf und hält es gegen die Sonne. «Insekten fliegen dem Licht entgegen. Mit dieser Technik kann ich gefahrlos ins Netz hineingucken, um zu sehen, was ich gefangen habe», erklärt Nina. Und mit einem durchsichtigen Röhrchen jenes Tier vorübergehend einfangen, das sie genauer anschauen will.

VON WESPEN UND BIENEN

Doch bald wird klar, dass das Unterscheiden von Wespen und Bienen nicht so einfach ist. Adrien erklärt. Es sei nicht immer möglich, Bienen und Wespen alleine an den Farbmustern zu unterscheiden. Oft seien Bienen aber haariger, damit Pollen an ihren Körpern und Beinen kleben blieben. Ein Grossteil der Wespen hingegen interessiere

sich nicht für Pollen und brauche deshalb keine Behaarung.

Doch auch Wespen sind nicht gleich Wespen. Die Vielfalt, die es in den nächsten Stunden zu sehen gibt, ist gross. Schnell ist klar: Es gibt nicht nur die Deutsche Wespe mit ihren knallgelb-schwarzen Streifen, die uns Menschen im Sommer oft plagt. «Viele Wespen sind wenige Millimeter klein und sehen für Laien aus wie winzige Mücken oder Fliegen», sagt Adrien.

VIelfÄLTIGE EINzelGÄNGERINNEN

Besonders interessiert sind Adrien und Nina an parasitischen Wespen. Diese leben nicht in Kolonien, sie sind Einzelgängerinnen. Sie legen ihre Eier in oder auf andere Insek-

ten oder Spinnen – die Larven ernähren sich dann später von ihrem Wirt. «Parasitische Wespenarten sind enorm vielfältig, und viele davon noch gar nicht erforscht», erklärt Adrien. Schlupfwespen zum Beispiel haben ihren Stechapparat zu einem Legebohrer umfunktioni-ert; dieser wird vor allem zum Eierlegen benutzt. Wegwespen hingegen haben einen Giftstachel, mit dem sie ihre Beute lähmen.

Auf der Wanderung erkennen wir vor allem drei Wespenfamilien: Die Wegwespen rennen oft nervös am Boden herum, sind eher klein und dunkel gefärbt; die vordere Hälfte ihres Hinterteils ist manchmal rot. Grabwespen haben eine eindrücklich dünne, langgezogene Taille; ihr Hinterleib ist oft

schwarz mit rotem oder gelbem Muster. Schlupfwespen kommen in verschiedenen Grössen und Farben vor. Sie sind oft sehr schlank mit langen Antennen und haben meist einen langen Legestachel.

Weg- und Grabwespen kann man gut bei der Jagd oder beim Graben auf sandigen oder steinigen Böden beobachten, Schlupfwespen viel eher auf Blüten, Totholz oder im Flug.

GESCHICKTE JÄGERIN

Wespen ernähren sich von Nektar. Ihre Larven versorgen erwachsene Weibchen mit tierischen Proteinen, indem sie Spinnen und Insekten jagen. Und das ist ziemlich anspruchsvoll. An einer besonders sandigen Stelle findet Nina

Anzeige



Ich stelle meinen Leichnam der Wissenschaft zur Verfügung. Die Transplantation ausgeschlossen. Bitte mich anrufen und mich anmelden. Eine sehr wichtige

**PRO
SENECTUTE**
GEMEINSAM STÄRKER

Unterschrift:

K. Fremdes Blut



Zum Shop

www.docupass.ch
Telefon 044 283 89 89



einfach, sicher, geregelt
Docupass

eine Kreiselwespe, die hektisch und scheinbar ziellos über kargem Boden herumschwirrt: «Da es hier keine Blüten hat, muss die Wespe ein anderes Ziel haben: den Nestbau oder die Jagd», weiss Nina. Und genau so ist es: An einer besonders sandigen Stelle beginnt die Kreiselwespe, eine Nisthöhle zu graben. Sie fliegt immer wieder vom Nest weg, kehrt kurz darauf zurück und arbeitet weiter. Sobald das Loch grösser ist, kriecht sie hinein und befördert schwungvoll Sand aus der Höhle.

Ist diese genug gross, beginnt die Jagd. Das geht schnell, und das Beobachten, geschweige denn das Filmen des Aktes ist schwierig. In diesem Fall hat die Wespe eine Schwebfliege erwischt. Innert Sekundenbruchteilen hatte sie das Opfer mit einem Stich ins Nervensystem gelähmt – das Insekt war chancenlos und wird nun von der Wespe abtransportiert. Das Beutetier ist grösser als die Wespe, diese kann nur zentimeterweise mit ihm fliegen. «Sie sucht ihr Loch», erklärt Nina, während sie filmt, und man hat den Eindruck, dass die Wespe vergessen hat, wo sie es angelegt hat. Doch dann findet sie es und verschwindet mit der Beute. Später wird sie es wieder verlassen und gut verschliessen.

Was im Loch drinnen passiert, bleibt vor den Blicken der Beobachtenden verborgen: Die Wespe legt ein Ei auf das noch lebende Beutetier. Wenn etwa eine Woche später die Wespenlarve schlüpft, ernährt sie sich von ihrem Wirt, was mit dessen Tod endet. Bald darauf verlässt die junge Kreiselwespe die Höhle – und der Zyklus beginnt von vorne.

DIE WELT BRAUCHT WESPEN

So geht ein spannender Tag dem Ende entgegen, die Faszination für Wespen hat auch mich gepackt. Doch die Frage bleibt: Wo-



Extensiv genutzte Wiesen sind gut für die Vielfalt von Wespen und anderen Insekten.

für braucht es Wespen in der Natur? «Sie sind Teil der Biodiversität», erklärt Adrien am Bahnhof Hohtenn, während wir auf den Zug warten. «Jedes Insekt hat in der Natur seinen Platz und sorgt dafür, dass das Ökosystem einigermaßen im Gleichgewicht bleibt.» Parasitische Wespen zum Beispiel sind die natürlichen Gegenspieler zu pflanzenfressenden Insekten, etwa Raupen. Gibt es Erstere nicht mehr, nimmt die Population der Raupen zu, sie fressen zu viele Pflanzen, die für andere Tiere wiederum essenziell sind. Diese Kettenreaktionen sind für das Ökosystem problematisch, können es aber auch für die Landwirtschaft sein: Wenn an einem Ort beispielsweise Schlupfwespen verschwinden, vermehren sich die Maiszünsler stark und schaden den Maispflanzen.

Adrien macht einen Vergleich mit dem Spiel Jenga: Aus einem

Turm aus aufeinandergeschichteten Hölzchen zieht man nach und nach Hölzchen heraus. Lange sieht man nichts, bis man gerade dieses eine Hölzchen entfernt und der Turm krachend zusammenbricht. «Wir befinden uns derzeit in diesem Zusammenbruch der Biodiversität», sagt Adrien. «Was in Zukunft kommt, ist ungewiss und wird auch für den Menschen bedrohlich.»

Zwei Wochen später. Ich werde im Tessin von einem Insekt gestochen, in der Hektik sticht das Tier gar zweimal zu. Weh tun die Stiche immer noch, auch jucken sie noch tagelang. Aber die Wut über die vermeintliche Täterin ist verschwunden.

Das Video der nestgrabenden Kreiselwespe finden Sie auf das-wandern.ch.



Wegwespe

Rémy Kappeler gruselte es bei der Erzählung, was die parasitischen Wespen ihren Beutetieren antun. Gleichzeitig war der Redaktionsleiter von DAS WANDERN höchst beeindruckt über deren Geschicklichkeit.

TIPP



► Spinnen sind keine Insekten, sondern Spinnentiere. Die Veränderliche Krabbenspinne kann auf dieser Wanderung beobachtet werden. Sie jagt nach blütenbesuchenden Insekten aller Arten – oft sind diese ein Mehrfaches grösser als die Spinne selbst. Um die Beute anzulocken, ahmt sie mit ihrem Gelb die Narbe einer Blüte nach. Setzt sich das Insekt, packt die Spinne blitzschnell mit ihren beiden dornenbewehrten Vorderbeinpaaren zu.

Auf Wespensuche an der Südrampe

Hohtenn – Hohtenn

Mehr Info zum Wandervorschlag **Nr. 2242** unter schweizer-wanderwege.ch



Öffnen in der
SwiStopo-App



Bergwanderung

mittel

T2

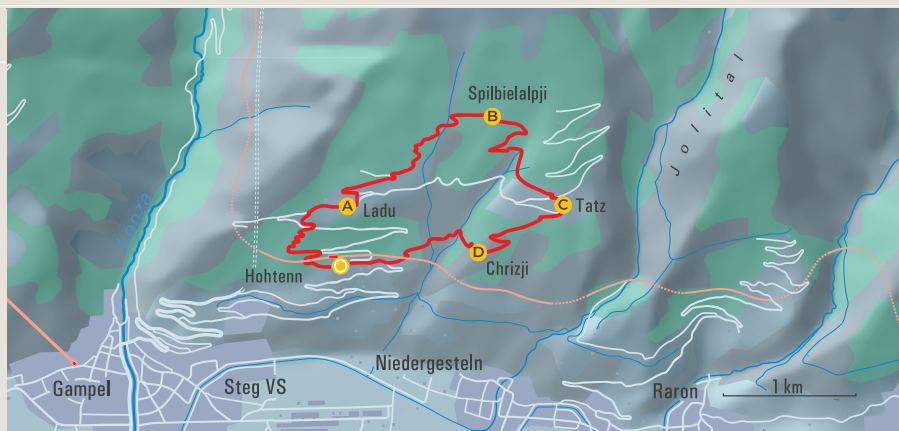
3 h 25 min

7,6 km

720 m

720 m

Juni bis August



Wandern

Abwechslungsreiche Ideen
für Familien

Jetzt
Wanderkarte
bestellen!

[post.ch/
wandern](https://post.ch/wandern)

Hauptpartnerin der



Schweizer
Wanderwege



DIE STRÖMUNG BESTIMMT IHR LEBEN



Kriebelmückenlarven haben sich an die Bedingungen unter Wasser angepasst.

Text: Elsbeth Flüeler

Leicht haben es die Wasserinsekten, die in Fließgewässern leben, nicht. Die Strömung bestimmt ihr Leben, und diese kann mitunter sehr heftig sein. Darum verstecken sie sich unter Steinen im wenig durchströmten Gewässerbett. Auch ihre Körper sind an die besondere Herausforderung ihres Lebensraums angepasst. Abgeflachte Körper, blattförmige Kiemen, gut ausgebildete Krallen und Saugnapfe helfen ihnen zu überleben.

So weit, so gut. Wenn da nicht der Mensch wäre. Weit mehr als die Natur machen heute wir Menschen den Wasserinsekten zu schaffen. Wir verbannen das

Wasser in enge Kanäle, wo sie sich nicht verstecken können, da es keine Randbereiche und Steine gibt. Wir stauen Wasser, um Energie zu gewinnen, und wir legen die Bäche trocken. Auch die Auen, die artenreichsten Lebensräume, sind selten geworden. Und da ist die Landwirtschaft, die mit Gülle und Pestiziden den Lebensraum der Insekten gefährdet.

Die Folge davon: Die Hälfte der in der Schweiz bekannten 1850 Arten von Wasserinsekten sind vom Aussterben bedroht. 47 Prozent der 499 Arten von Eintagsfliegen, Steinfliegen und Köcherfliegenlarven stehen auf der Roten Liste (Stand 2012). Das Vorkommen

dieser Wasserinsekten sagt darum auch etwas über den Zustand des Gewässers aus: Je häufiger sie anzutreffen sind, desto gesünder das Gewässer.

Die Sense, die im Berner Gantrisch- und dem Freiburger Schwarzseegebiet entspringt, zählt zu den letzten ursprünglichen Gewässern nördlich der Alpen. Hier leben 160 Arten der in der Schweiz lebenden Stein- und Eintagsfliegen sowie Köcherfliegenlarven.



Steinfliege

AUF EINEN BLICK WASSERINSEKTEN

NUR EINEN TAG

Die Larve der Eintagsfliege lebt im schlammigen Untergrund. Man erkennt sie an den drei fadenförmigen Schwanzanhängen. Aus ihr schlüpft nach zwei Jahren die flugfähige, aber nicht geschlechtsreife Subimago. Minuten bis wenige Stunden später häutet sie sich zum Insekt mit nach wie vor drei Schwanzanhängen. Von nun an tickt die Uhr. Ein bis vier Tage müssen für die Fortpflanzung reichen. Die Männchen bilden Hochzeitsschwärme, in welche die Weibchen hineinfliegen. Danach legt das Weibchen die Eier ins Wasser und stirbt.



Eintagsfliege: ausgeschlüpftes Insekt und Larve haben drei Schwänze.

UNTER DER LUPE

Um Wasserinsekten zu beobachten, braucht es ein Sieb oder ein Netz, ein Becken und eine Lupe sowie einen sicheren Zugang zum Bach. Unter den Steinen verstecken sich die Larven. Aber Achtung: Sie sind lichtscheu und brauchen kühles, frisches Wasser. Darum stellt man das Becken in den Schatten und lässt die Tiere bald wieder frei.

► infofauna.ch
► waldzeit.ch



Köcherfliege: Ein Jahr lang lebt die Larve im Köcher.

SEIDENPANZER MIT STEINCHEN

Die Larve der Köcherfliege ist, anders als bei der Eintagsfliege, dem fertigen Insekt absolut unähnlich. Die Larve spinnt um ihren Körper herum einen Köcher, einen mit Steinchen und Pflanzenzeilen aufgebauten Seidenpanzer. Nach einem Jahr verpuppt sich die Köcherfliegenlarve und kriecht an Land. Dort schlüpft das Insekt aus der Puppenhaut aus und setzt sein Leben in der Luft fort.

Abenteuer an der ursprünglichen Sense

► Zollhaus – Plaffeien, Dorf

Mehr Info zum Wandervorschlag **Nr. 2243** unter schweizer-wanderwege.ch



Öffnen in der
SwissTopo-App



◆ Wanderung

- 👤 leicht 🏠 T1
- 🕒 2 h 5 min ↔ 7,5 km
- 📏 175 m ⬇️ 195 m
- 📅 Januar bis Dezember
- 👨‍👩‍👧‍👦 für Familien geeignet



Erfolgreich Insekten beobachten

1. Fröh Morgens beobachtet man Insekten am besten, wenn sie ihre Verstecke verlassen und die Sonne suchen – dann sind sie noch träge.



1.

2. Geduldig sein, ist Trumpf: sich einfach mal hinsetzen und ruhig picknicken. Oft kommen die Insekten von alleine.



2.

3. Berühren oder nicht? Wer nicht weiss, wie es geht, beobachtet besser nur. Einige Insekten stechen, andere sondern Sekret ab. Aber meistens sind sie harmlos.



3.

4. Extensiv genutzte Räume bieten Insekten viel Platz. Also nicht auf grünen Wiesen und in aufgeräumten Landschaften suchen.



4.

5. Lange Ärmel und Hosenbeine sowie Hut schützen vor Zecken und der Sonne.



5.

6. Funde melden: Wer besondere oder besonders viele Insekten findet, kann sie melden auf inaturalist.org oder infofauna.ch. Hier können die Funde mit anderen Naturfreunden geteilt und diskutiert werden. (ohne Bild)

1. Heuschrecken (Reportage S. 20–27)

Für wann planen: Juli/August

Wann gehen: frühmorgens, bei wolkenlosem Himmel und an der Sonne

Wo suchen: auf offenen, sonnigen und trockenen Sandflächen oder Felsen, im Wald und an Waldrändern

Was mitnehmen: Netz, Lupendöschen zum Beobachten



1.

2. Käfer (Reportage S. 28–34)

Für wann planen: Mai/Juni

Wann gehen: an warmen Tagen mit wenig Wind

Wo suchen: im Wald, auf grossen weissen Doldenblütlern

Was mitnehmen: Netz, Lupendöschen zum Beobachten



2.

3. Schmetterlinge (Reportage S. 36–42)

Für wann planen: Juni/Juli

Wann gehen: Wetter muss sehr schön sein, keine Wolken

Wo suchen: auf mageren Wiesen mit grosser Pflanzenvielfalt, keine Landwirtschaft

Was mitnehmen: Netz, Lupendöschen zum Beobachten



3.

4. Wespen (Reportage S. 44–50)

Für wann planen: Juni/Juli

Wann gehen: frühmorgens, bei wolkenlosem Himmel und an der Sonne

Wo suchen: auf sandigen Böden, sonnig

Was mitnehmen: Netz, Lupendöschen zum Beobachten



4.

5. Wasserinsekten (Reportage S. 52–53)

Für wann planen: Mai/Juni

Wann gehen: bei klarem Wasser

Wo suchen: unter Steinen in Bachbetten

Was mitnehmen: kleines Becken, um die Tiere an einem schattigen Plätzchen genauer beobachten zu können



5.







Kombipreis:
 Tageskarte TVZG
 (alle Zonen),
 inkl. Menü ab
 CHF 22.00

Zugerberg-Hit

Gönnen Sie sich eine kurze Auszeit und profitieren Sie von unserem Kombi-Angebot für Bus, Bahn und Menü. Mehr Infos unter zbb.ch

Zuggerbergbahn AG | 041 728 58 60

IMPRESSUM 44. Jahrgang, 2/2025, erscheint sechsmal jährlich in Deutsch und Französisch ISSN 2813-9577 | **Herausgeber:** Schweizer Wanderwege, +41 31 370 10 20, redaktion@das-wandern.ch, das-wandern.ch | **Verlagsleitung:** Thomas Gloor | **Redaktionsleitung:** Rémy Kappeler, Angelika Imhof (Stv.) | **Mitarbeit in dieser Ausgabe:** Sam Buchli (Foto), Michael Dubach (Kartografie), Barbara Graber, Elsbeth Flüeler, Miroslaw Halaba, Simon Koechlin, Patricia Michaud, Severin Nowacki (Foto), Ava Slappnig, Heinz Staffelbach, Nathalie Stöckli, Christiana Sutter | **Anzeigen:** Fachmedien – Zürichsee Werbe AG, Tiefenastrasse 2, 8640 Rapperswil, **Verkauf:** Marc Schättin, 044 928 56 17, Verena Tschopp, 044 928 56 54, daswandern@fachmedien.ch, fachmedien.ch | **Druck:** Stämpfli AG, Bern | **Gestaltung Produktion:** Medianovis AG Zürich, medianovis.com | **Abonnemente:** Aboservice DAS WANDERN, Monbijoustrasse 61, 3007 Bern, +41 31 370 10 20, abo@schweizer-wanderwege.ch, das-wandern.ch | **Spendenkonto Schweizer Wanderwege:** PC 40-14552-5 / **IBAN:** CH48 0900 0000 4001 4552 5

Hauptpartnerinnen Schweizer Wanderwege:



die Mobiliar



gedruckt in der
schweiz



PUBLIREPORTAGE

Wanderferien an den schönsten Orten der Schweiz

Die Feriendörfer und -anlagen der Schweizer Reisekasse (Reka) sind ideal für ein Wanderwochenende in der Natur. Sie liegen in unmittelbarer Nähe zu Wanderrouten und bieten ein gemütliches Zuhause. Viele der Anlagen sind zudem zertifizierte Wanderhotels, das heisst im Besitz eines Qualitätslabels von hotelleriesuisse.

Wie wäre es mit einer Wanderung entlang des Aletschgletschers oder dem Matterhorn? Oder doch lieber den Caumasee umrunden, die Rheinquelle besuchen oder einen Schweizer Nationalpark erkunden? Die Reka-Ferienunterkünfte liegen in nächster Nähe zu diesen und vielen weiteren Wanderhighlights und sind oft nur ein paar Gehminuten von den Bergbahnen entfernt. Sie verbringen Ihren Aufenthalt in einer gemütlichen Ferienwohnung und entspannen nach

der Wanderung auf dem eigenen Balkon oder der eigenen Terrasse. Auf Wunsch können Hoteldienstleistungen wie Bettenbezug, Frottierwäsche und Frühstück oder Brotservice gegen Gebühr bezogen werden. Die Gastgeber betreuen die Gäste persönlich und halten jede Menge Tipps zur Region bereit. Einem erholsamen und erlebnisreichen Ausflug steht also nichts mehr im (Wander-)Weg.

Profitieren Sie jetzt von CHF 50.– Rabatt bei der Buchung Ihrer Ferienwohnung. Informationen und Buchungsbedingungen unter reka.ch/wandertipps

reka



Reka-Feriendorf Zinal



Gemütliche Ferienwohnung in der Reka-Ferienanlage Scuol



Reka-Ferienhaus Legendär Zermatt

INSEKTENBÜCHER

Heuschrecken

BILDBAND ZUM STAUNEN



Es ist fast schon ein Familienalbum der Heuschrecken, dieses Buch. Die zahlreichen imposanten Nahaufnahmen verschiedener Entwicklungsstadien lassen beim Durchblättern Gruseln und Neugier gleichzeitig aufkommen. Beschrieben sind alle 109 in der Schweiz vorkommenden Arten.

Dieter Thommen, «Jugendstadien der Heuschrecken der Schweiz», Haupt Verlag, 416 Seiten, ISBN 978-3-258-08209-7

Schmetterlinge

FARBENFROHE FLATTERER



Das Buch präsentiert die 160 häufigsten tagaktiven Arten Mitteleuropas. Die wissenschaftlichen Zeichnungen zeigen die Falter in Originalgrösse und heben die wesentlichen Merkmale hervor, damit die Tiere im Feld besser bestimmt werden können. Ergänzt mit Bildern und Hinweisen zu den Raupen.

Edelgard Seggewisse, Hans-Peter Wymann, «Schmetterlinge entdecken, beobachten, bestimmen», Haupt Verlag, 376 Seiten, ISBN 978-3-258-07891-5

Schlupfwespen

FASZINIERENDES GRUSELKABINETT

Schlupfwespen sind todbringende Parasiten. Eindrückliche Fotos dokumentieren ihr Tun – ein schauerliches Vergnügen – und das stark unterschiedliche Aussehen dieser Wespen. Standardisierte Zeichnungen helfen beim Bestimmen. Die Texte sind spannend und verständlich formuliert, Beobachtungstipps runden das Buch ab.

Siegfried Keller, Hannes Baur, Armin Coray, «Schlupfwespen – ihre geheimnisvolle Welt beobachten und verstehen», Haupt Verlag, 240 Seiten, ISBN 978-3-258-08378-0



Käfer

UMFANGREICHES STANDARDWERK

Käfer sind die artenreichste Tiergruppe der Erde. Über 1000 Arten sind auf den Schautafeln dieses Buches vierfarbig und filigran gezeichnet, ergänzt von beeindruckenden Nahaufnahmen. Viele Infos sind zu lesen, leider in etwas kleiner Schrift. Ein kompetentes Standardwerk für Fachleute und für interessierte Laien.

Matthias Helb, Karl Wilhelm Harde, «Der Kosmos Käferführer», Kosmos Verlag, 368 Seiten, ISBN 978-3-440-17165-6



Wasserinsekten

KLASSIKER, IM HEUTE ANGEKOMMEN

Seit 1954 begleitet dieser Gewässerführer Naturfans auf Exkursionen nahe ihrem Wohnort. Er stellt 400 Tiere und Pflanzen mit detailgetreuen Zeichnungen vor. Auch ihre Lebensräume werden – inklusive der Auswirkungen des Klimawandels – beschrieben. Ein Lesebuch, das sich zum Mitnehmen eignet. Wolfgang Engelhardt, Peter Martin, Klaus Rehfeld, «Was lebt in Tümpel, Bach und Weiher?», Kosmos Verlag, 336 Seiten, ISBN 978-3-440-15900-2



Krabbler knabbern

Auf dem Weg in den Mund:
die Wanderheuschrecke.

Was weltweit für Milliarden von Menschen normal ist, gilt hierzulande noch als Mutprobe: Insekten essen. Doch wie schmecken Mehlwürmer, Grillen & Co. wirklich – und inwiefern eignen sie sich als Wandersnack?

Text und Bilder: Angelika Imhof

Es braucht Überwindung zuzubeissen. Heute stehen Mehlwürmer, Heuschrecken und Grillen auf dem Picknickplan. Gesund sind sie: Insekten haben hohe Nährwerte und sind reich an Proteinen, Omega-3-Fettsäuren, Ballaststoffen, Vitaminen sowie Mineralstoffen. Aber ob sie auch schmecken?

Ich kneife die Augen zusammen und stecke mir einige *Tenebrio molitor* in den Mund – getrocknete, gepfefferte Mehlwürmer. Sie knacken und schmecken nussig. Als Nächstes sind die Paprika-Grillen an der Reihe. Auch hier schaue ich nicht genau hin. Für einmal isst das Auge nicht mit.

NICHT VOM WEG IN DEN MUND

Die Entomophagie, wie der menschliche Verzehr von Insekten auch genannt wird, ist in asiatischen und afrikanischen Län-

dern seit Jahrtausenden fester Bestandteil der Ernährung. Weltweit essen circa zwei Milliarden Menschen regelmässig Insekten. Die Auswahl lässt sich sehen: Rund 2000 Insektenarten sind essbar. Nur drei davon sind in der Schweiz als Lebensmittel bewilligt: Heuschrecken, Mehlwürmer und Grillen. Aus Hygienegründen werden in der Schweiz nur Speiseinsekten aus kontrollierter Aufzucht auf den Markt gebracht und nicht etwa wild gefangene Tiere. Auch Wandernde sollten sich während ihren Insektenwanderungen

nicht spontan eine Heuschrecke in den Mund stecken. Einerseits um das Insektensterben nicht weiter zu begünstigen, andererseits aus gesundheitlichen Gründen: Frei lebende Insekten sind Wildtiere, die sich teilweise von Abfällen ernähren und von gefährlichen Parasiten oder Bakterien befallen sein können.

GUT FÜR GESUNDHEIT UND UMWELT

Deshalb greifen mein Testpartner und ich lieber noch einmal in die Tüte als ins Gras: Zum Dessert gönnen wir uns eine ungewürzte Wanderheuschrecke. Der Name passt ausgezeichnet. Das Tier ist vier bis fünf Zentimeter lang, seine getrockneten Augen kleben wie kleine Schokoladetröpfchen am Körper. Wir entfernen Flügel und Sprungbeine, da sie ungeniessbar sind, und kauen. Ziemlich trocken und fad. Dann doch lieber noch ein paar geröstete Grillen mit Paprikagewürz.

Während der Snackpause wird schnell deutlich, wie nahrhaft Insektenfood ist. Bereits 50 Gramm Insekten genügen, um satt zu machen. Das liegt daran, dass Insekten im Schnitt 60 Gramm Eiweiss (Protein) pro 100 Gramm Trockenmasse liefern. Das ist zwei- bis dreimal so viel wie bei Rindfleisch, Lachs oder Kichererbsen.

Der Nährstoffgehalt ist aber nur eines von zwei Argumenten, die für Insektennahrung sprechen. Das andere Argument ist die gute Ökobilanz: Im Vergleich zu Fleisch benötigt die Zucht von Insekten viel weniger Wasser, Platz und Futter, wodurch weniger Treibhausgase entstehen. Da Insekten auch mit Lebensmittel-Überresten gefüttert

Insekten transformieren Abfall in Superfood.

werden können, kann man gar sagen: Insekten transformieren Abfall in Superfood.

Ausserdem ist der essbare Anteil eines Insekts höher als beim Fleisch: Von den meisten Insekten können 80 Prozent des Tieres verspeist werden – vom Rind sind es beispielsweise nur 40 Prozent.

DIE SCHWEIZ ALS PIONIERIN

In der EU ist der Verkauf von Insektennahrung seit 2021 zugelassen, in

der Schweiz sogar seit 2017. Die beiden grössten Player hierzulande sind Entomos und Essento. Während Entomos sich auf die Verarbeitung von Insekten konzentriert, betreibt Essento auch eine eigene Insektenzucht in Deutschland. Auf dem Onlineshop gourmetbugs.ch werden alle Insektenprodukte, die in der Schweiz hergestellt und verarbeitet werden, zentral vertrieben – von Mehl über Pasta bis zu Burgern und Snacks.

IN DER NISCHE

Den Mainstream haben die Speiseinsekten indes noch nicht erreicht. «Leider hat sich der Markt seit 2017 nicht stark verbessert», sagt Jean-Yves Cuendet, Inhaber von Entomos. «Es dauert wohl noch lange, bis sich essbare Insekten etablie-



Eine Handvoll gefriergetrockneter Mehlwürmer.

ren werden – ich rechne mit bis zu zehn Jahren. Erst wenn der Druck grösser wird, auf alternative Eiweisse umzustellen, wird der Markt wachsen», vermutet er.

«Am erfolgversprechendsten sind längerfristig jene Produkte, bei denen die Insekten nicht sichtbar sind, aber die dennoch mit wertvollem Eiweiss angereichert sind», sagt Cuendet, «also Produkte wie Pasta, Riegel oder Brote.» Momentan handelt es sich bei Insektenfood aber noch um Premiumprodukte mit Preisen im oberen Segment: 200 Gramm Protein-Granola mit Grillenpulver kosten zum Beispiel rund zehn Franken.

Ein grösseres Potenzial haben die Insekten aktuell als Tierfutter, um beispielsweise Soja zu ersetzen. Man spricht dann von «Feed» statt von «Food».

FAVORIT PROTEINRIEGEL

Bleibt die Frage, wie tauglich die Insektennahrung als Wandersnack ist. Überzeugen konnten mich vor allem die Proteinriegel von Essento. Diese mit Grille angereicherten Stängel gibt es in verschiedenen Geschmacksrichtungen wie Beere-Mandel oder Kakao. Sie schmecken gut und verlangen von Anfängern nicht viel Überwindung. Zudem erhalten sie nicht nur Proteine, sondern auch etwas Zucker, was während des Wanderns für eine schnelle Energieaufnahme sorgt. Was auch eine Möglichkeit ist: Aus Insektenmehl und Ruchmehl sowie weiteren Zutaten eigene Proteinriegel herzustellen. ◆

Wandersnacks im Test



① Crunchy Paprika Snack

Geröstete Grillen mit Paprikagewürz
Preis: 3.70 Franken

➤ essento.food

Fazit: Knackig und würzig, geschmacklich ähnlich wie Chips. Etwas kleinteilig und daher etwas schwieriger zu essen als andere Produkte.

② Crunchy Pepper Snack

Geröstete Mehlwürmer mit rosa und schwarzem Pfeffer
Preis: 3.70 Franken

➤ essento.food

Fazit: Gute Konsistenz und lecker gewürzt. Etwas kleinteilig und daher etwas schwieriger zu essen als andere Produkte.

③ Grillen, Mehlwürmer, Wanderheuschrecken

Getrocknet, aus der EU
Preis: 5.90, 4.90, 9.90 Franken

➤ gourmetbugs.ch

Fazit: Etwas geschmacklos und trocken – die gewürzten Insekten überzeugen mehr.

④ Raw Cacao und Berry Almond Protein Bar

Mit Grillenpulver aus der EU
Preis: je 2.95 Franken

➤ essento.food

Fazit: Äusserst nahrhaft, schön sämig und nicht zu trocken. Die Insekten sind weder sicht- noch schmeckbar. Praktisches Produkt für eine Wanderung.

LOWA
simply more...

OUTDOOR FOOTWEAR HIGHLIGHTS 2025



MADDUX
PRO GTX MID

Für Abenteuerlustige und Adrenalinjunkies ist der MADDUX PRO GTX MID das Ticket zu unvergleichlicher Performance und Agilität am Berg. Seine Passform beeindruckt wie die einer zweiten Haut, die scharf profilierte LOWA® FAST HIKING-Sohle liefert hervorragenden Grip. Das bewährte Zwischensohlensystem aus LOWA® DYNAPU® als auch das leichte, atmungsaktive Ripstop-Obermaterial gewährleisten ein sportliches Mass an Flexibilität und Stabilität.

BEREIT FÜR UNENTDECKTE PFADE?



BASED IN BAVARIA
MADE IN EUROPE
QUALITY SINCE 1923



RANDIR GTX MID



Bergwandern hat sich als eine der beliebtesten Trendsportarten etabliert. Der neue RANDIR GTX MID bietet hierfür mit seinem frischen, sportlichen Design eine moderne Neuinterpretation klassischer Trekkingschuhe. Die gedämpfte Zwischensohle aus LOWA® DYNAPU®+ und der sportlich gestaltete, spoilerartige Kragen kommen auch bei der jüngeren Generation so richtig gut an.

LOWA
simply more...



BASED IN BAVARIA
MADE IN EUROPE
QUALITY SINCE 1923



RANDIR GTX MID Ws

Die verarbeitete GORE-TEX-Membran hält die Füße trocken und sorgt dank ihrer Atmungsaktivität für ein angenehmes Innenschuhklima. Die weit nach vorne gezogene Zwei-Zonen-Schnürung inkl. Klemmhaken und X-LACING Light machen den speziell auf die weibliche Anatomie abgestimmten RANDIR GTX MID Ws zum Vorreiter einer völlig neuen Generation leichter, wiederbesohlbbarer Wanderschuhe.



ALL TERRAIN RUNNING



**LOWA WEITERHIN
SPONSOR DES
MADRISA TRAILS
KLOSTERS**

Highlight-
Clip 2024:



FORTUX GTX | FORTUX GTX Ws

Ein Laufschuh zur Bewältigung richtig langer Distanzen, der auch bei Wind und Wetter eine sehr gute Figur macht. Diese und noch viel grössere Herausforderungen meistert der neue FORTUX GTX wie auch der FORTUX GTX Ws auf ganz bequeme Weise. Dank seines dezenten, athletischen Designs fällt der Trailschuh kaum aus der Rolle, aber dennoch auf.



KALOYA

LT

KALOYA

LT_Ws

Dank ihres leichten Aufbaus und der minimalistischen Konstruktion bietet der KALOYA LT bzw. KALOYA LT Ws aussergewöhnliche Flexibilität. Der natürliche Komfort des auch optisch ansprechenden Sohlensystems und die hohe Atmungsaktivität des ungefütteten Obermaterials sorgen für eine perfekte Passform, hervorragende Laufeigenschaften und ein überaus angenehmes Tragegefühl auch an heissen Sommertagen. Dank ihrer Waschbarkeit sind die KALOYA-Modelle leicht zu pflegen und trocknen schnell.

LOWA
Kids

„WIR GEHÖREN
EINFACH
ZUSAMMEN.“



MADDOX
PRO GTX MID JR



MADDOX
PRO GTX LO JR



Die Modelle MADDOX PRO GTX MID JR bzw. MADDOX PRO GTX LO JR überzeugen mit ihrem erwachsenen, sportlichen Look und einem ausgeprägten Mass an Funktionalität Jung und Alt. Eltern werden ein besonderes Augenmerk auf beste Qualität und eine hohe Langlebigkeit des Schuhs legen. So sorgen robuste Kappen an Fersen- und Zehenpartie für eine hohe Abriebfestigkeit und Widerstandsfähigkeit. Eine wasserfeste GORE-TEX-Membran gewährleistet darüber hinaus jederzeit trockene Füße.



Wandern ist Publizieren



Ava Slappnig hat Germanistik, Gender Studies und Kulturpublizistik studiert. Sie arbeitet als Aufsicht im Kunstmuseum Bern und als Journalistin im Kulturbereich. Neben den offiziellen Wanderwegen erkundet sie auch mal Diskurse, Ideen und gesellschaftliche Phänomene.

Zu jeder Kolumne gestaltet die junge visuelle Gestalterin Leonie Jucker aus Bern eine Illustration.

Vor einigen Wochen hatte ich ein eher ungewöhnliches Wandererlebnis und damit eine neue Erkenntnis. Das kam so: Ich habe an der Kunsthochschule eine Projektwoche mitorganisiert, und am Ende dieser Woche haben wir uns mitten in der Nacht versammelt und sind gemeinsam durch die Stadt gewandert. Als Gruppe konnten wir uns breit machen und die leeren Strassen einnehmen – mir und vielen anderen Menschen steht das normalerweise nicht zu. Die nächtliche Stadt ist mir in der Regel zu gefährlich, aber in diesem Kontext hat sich der gesamte Raum auf einmal verwandelt und wir konnten ihn neu besetzen.

Es gibt ein künstlerisches Konzept, das heisst «Public Fiction». Dort geht es um die Frage, wie Fiktion als Mittel zur Konstruktion von öffentlichen Wahrnehmungen genutzt werden kann. Das klingt jetzt recht wild, aber schliesslich ist beispielsweise auch der Wert von Geld die kollektive Einigung auf eine Fiktion. In der Öffentlichkeit gibt es bekanntlich Regeln, wie wir uns zu verhalten

haben. Dazu gehört auch, in welche Kreise wir gehören und wo sich diese Kreise überschneiden. Wie und wann wir uns wohlfühlen. Wo wir Zugang erhalten und wo nicht.

In dieser Nacht am Ende der Projektwoche habe ich wieder gemerkt: Zum Glück wandern wir. Wandern ist auch eine subversive Methode, sich die Öffentlichkeit anzueignen und sich langsam, aber stetig Zugang zu verschaffen. Zugang zu unterschiedlichen Öffentlichkeiten. Seit meinem Studium beschäftige ich mich immer wieder mit der Praxis des Publizierens – und auch damit, was es heisst, in der Öffentlichkeit zu publizieren. Die Künstlerin und Forscherin Eva Weinmayr macht darauf aufmerksam, dass Publizieren, also Öffentlich-Machen, nicht unbedingt die Festschreibung von Wissen in ein Objekt sein muss, sondern auch ein Prozess bleiben kann. Ein Gespräch, ein Spaziergang vielleicht, eine kleine Bewegung. Genau das passiert auch beim Wandern. Ich positioniere meinen Körper in der Öffentlichkeit, hinterlasse Spuren. Und publiziere.



«Der Wald braucht uns nicht, aber wir ihn»

Der Hitzesommer 2018 hat im Hardwald eindeutige Spuren hinterlassen. Jeder fünfte Baum war gravierend geschädigt oder tot – im Bild eine Waldföhre.

Der Hardwald zwischen Muttenz und Birsfelden BL ist Erholungsraum für viele. Doch der Klimawandel fordert ihn heraus. Revierförster Christian Kleiber und sein Team wollen den Wald für kommende Generationen fit trimmen.

Text: Nathalie Stöckli

Er ist eine Art Insel, ein grüner Fleck auf der Landkarte zwischen Muttenz und Birsfelden, eingerahmt von Industrie, Autobahn, Wohnquartier, Rangierbahnhof und Rhein – der Hardwald. Darin wird gejoggt, Gassi gegangen, grilliert und gewandert. Hier treffen sich die Waldspielgruppe und die spazierenden Gäste des nahen Boutiquehotels. Der Wald reinigt und kühlt die Luft, spendet Schatten und versorgt die Bevölkerung mithilfe der angelegten Versickerungsgräben mit Trinkwasser.

Der Hardwald hatte schon früh wichtige Funktionen für die Menschen, wie ein Blick in das Buch «Heimatkunde Muttenz» zeigt: Die Kelten nutzten ihn als Bestattungsort, und für die Römer hatte die Strasse durch den Hardwald nach Augusta Raurica eine zentrale Bedeutung. Diente er ab dem 16. Jahrhundert als Weidewald zur Viehhaltung, wurde im Laufe der Zeit die Forstwirtschaft immer wichtiger, um den Holzvorrat zu steigern. Nebst den Funktionen veränderte sich auch seine Fläche, die sich in den letzten 200 Jahren auf rund 200 Hektare halbiert hat.

ZU BESUCH BEIM WALDMANAGER

Das beliebte Naherholungsgebiet ist der Arbeitsplatz von Revierförster Christian Kleiber. Im Auftrag der Besitzerin, der Bürgergemeinde der Stadt Basel, kümmert sich der 51-Jährige gemeinsam mit seinem Team um den Forstbetrieb.

Dazu gehört die Pflege und Nutzung des Waldes wie die Holzfällerei, Aufforstungen und Neuanpflanzungen. Zusätzlich übernehmen die Mitarbeitenden Unterhaltsarbeiten an Wegen, Strassen und Erholungseinrichtungen wie Bänken, Vitaparcours und Grillstellen.

Der Werkhof liegt am Rande des Waldes, wo der Revierförster vor der gemeinsamen Begehung an diesem verregneten Nachmittag zu einem Kaffee einlädt. Neben den Tassen legt er ein Bild vom Wald aus der Vogelperspektive hin: «Raten Sie, in welcher Jahreszeit dieses Bild aufgenommen wurde.» Aufgrund der bräunlichen Farbe könnte man auf Herbst tippen, doch es ist vom Sommer.

«Dem Wald ist es zu heiss und er hat zu wenig Wasser.» Seit 2003 sei jedes zweite Jahr zu trocken gewesen. Das mache den Bäumen zu schaffen: «Viele sind so geschwächt, dass auch ein nasser Winter nicht viel nützt.» Weil der Wald auf Kieseinstein liegt, kann der Boden das Wasser schlecht speichern, es si-

ckert durch. Die Folge: Die Bäume werden schwach und fangen an zu brechen. Aus Sicherheitsgründen müssen sie dann gefällt werden.

Fehlen Bäume, dann wirkt sich das auch auf die umliegenden Bäume negativ aus: «Ohne Nachbarbäume sind sie plötzlich der prallen Sonne ausgesetzt, bekommen einen Sonnenbrand und sind dem Wind schutzlos ausgeliefert – ein Todesurteil.» Eine weitere Folge der Klimaerwärmung sind neue Schädlinge, die sich im Wald ansiedeln und den Bäumen zu schaffen machen.

LÜCKENHAFTE WALDFLÄCHE

Kleiber ist seit zwölf Jahren Revierförster. Er habe in dieser Zeit schon einige Krisen erlebt. Doch jene, die der Hitzesommer 2018 auslöste, steckt ihm noch immer in den Knochen: «Es ist schwierig mitanzuschauen, wie das kaputt geht, was man pflegt und aufbaut.» Dann steht er auf und schlägt vor, nach draussen zu gehen, um die Hitzeschäden anzuschauen.



«Ob die Bemühungen fruchten, wird sich in 30 Jahren zeigen», sagt Christian Kleiber.

Es geht nur kurz bis zu einer Lichtung. Doch es ist keine normale Lichtung, sondern eine Folge des Hitzesommers vor sieben Jahren. «Wie ein Emmentaler», kommentiert Kleiber die Löcher, wo einst gesunde Bäume standen. Rund 8000 Bäume waren betroffen, vor allem ältere Buchen, die im Hardwald verbreitet sind. Insgesamt wurde jeder fünfte Baum gravierend geschädigt oder starb. Weil die dünnen, abgestorbenen Bäume umstürzen oder Kronenteile abbrechen konnten, war der Wald ein Jahr lang gesperrt – zuerst teilweise und später komplett.

In dieser Zeit fällte das Team viele Bäume, um den Wald für Besuchende wieder möglichst sicher zugänglich zu machen. Doch ein Restrisiko ist geblieben: «Der Wald ist ein Naturraum. Das Betreten ist grundsätzlich immer mit Risiken verbunden und geschieht auf eigene Verantwortung», sagt Kleiber.

Zu den Sicherheitsaspekten kam der finanzielle Schaden – der Ernteausfall. Denn abgestorbenes Holz ist innen schwarz und unbrauchbar. Kleiber holt etwas aus, um das Ausmass aufzuzeigen: «Der Kanton legt fest, wie viele Bäume die Forstwirtschaft jährlich nutzen darf. Es darf nicht mehr geerntet werden, als nachwächst. Das zerstörte Holz entspricht einer Erntemenge von zehn Jahren, die einfach futsch ging.»

BÄUME FÜR DIE ZUKUNFT

Dennoch zeigt sich Kleiber vorsichtig zuversichtlich: «Die Trockenheit kann auch eine Chance für die Diversität des Waldes sein.» Denn auf den lückenhaften Flächen wächst bereits neue Hoffnung. In den letzten sechs Jahren hat das Forstteam auf 17 Hektaren mehrere Tausend Bäumchen gepflanzt: Arten wie Eiche, Baumhasel, Schneeballblättriger Ahorn, Hopfenbuche, Edelkastanie oder Elsbeere, die mit den wärmeren und trockeneren Bedingungen weniger zu kämpfen haben. Das Ziel ist, den Wald fit für die Zukunft zu machen. Damit er seine Funktionen auch für künftige Generationen erfüllen kann.

«Der Wald braucht uns nicht, aber wir ihn», sagt Kleiber. «Die Natur kommt mit den Veränderungen auch allein klar. Aber wir Menschen wünschen vom Wald Schutz vor Naturgefahren, sauberes Trinkwasser, CO₂-Abbau, Erholungsmöglichkeiten sowie die Ressource Holz.» Deshalb forsten Kleiber und seine Mitarbeitenden auf. Die neuen Bäume haben sie wie auf einem Schachfeld auf je zehn mal zehn Meter gesetzt. «Pro Quadrat kommt eine andere Baumart, so dass nur kleinere Flächen ausfallen, falls etwas schiefgeht.» Auch haben sie die Pflanzen eng aneinander angelegt, damit sie im gegenseitigen Buhlen um genug Licht schneller in

die Höhe wachsen. «Ob die Bemühungen fruchten, wird sich in den nächsten 30 Jahren zeigen.»

Auf dem Rückweg zum Werkhof zeigt Kleiber auf eine Alteiche. «Diese lassen wir bewusst stehen, für den gefährdeten Mittelspecht. Denn der Wald ist nicht nur ein Erholungsgebiet für uns Menschen – er ist vor allem ein wichtiger Lebensraum für Tiere und Pflanzen.»

TIPP



► Zu Beginn der Wanderung ist das Gemäuer des Kastells Kaiseraugst mitten im Quartier zu bestaunen. Es zählt zu den wichtigsten, heute noch sichtbaren Baudenkmälern der römischen Koloniestadt Augusta Raurica und wurde erbaut, um die Nordgrenze des Römischen Reiches gegen germanische Angriffe zu sichern. Es kann besichtigt werden.

Auf dem Uferweg zum Baseltbieter Hardwald

► Kaiseraugst – Birsfelden, Hard

Mehr Info zum Wandervorschlag **Nr. 2244** unter [schweizer-wanderwege.ch](https://www.schweizer-wanderwege.ch)



Öffnen in der
Swistopo-App



Wanderung

- leicht T1
- 2 h 15 min 9,1 km
- 120 m 115 m
- April bis August



ANGETROFFEN AN DER KANTONSGRENZE LU/BE

Oliver Imfeld

Text: Patricia Michaud

WER?

Oliver Imfeld mag es, in Bewegung zu sein, ob mit dem Zug – als Lokführer für die SBB – oder mit eigener Muskelkraft, zu Fuss oder auf dem Velo, und das in der Regel über lange Distanzen. Manchmal kombiniert er auch beides, «zum Beispiel eine Fahrt im öffentlichen Verkehr mit einer Wanderung», sagt der 51-Jährige.

WAS?

Im Juni 2020 umrundete der Ex-Triathlet aus dem luzernischen Sursee schwimmend, laufend und radfahrend seinen Wohnkanton. Dafür brauchte er 26 Stunden, verteilt auf zwei Tage. Mit seiner «Grenztour Luzern» sammelte er 7640 Franken Spenden für die Luzerner Wanderwege.

WO?

Der Kanton Luzern grenzt an die Kantone Nidwalden, Obwalden, Bern, Aargau, Zug und Schwyz. Auf seiner Tour mit Start in Kehrsiten und Ziel in Hammetschwand absolvierte Imfeld über 340 Kilometer – 10 Kilometer im Wasser, 42 Kilometer laufend und 288 Kilometer auf dem Mountainbike und Rennvelo – mit insgesamt 13600 Höhenmetern.

WARUM?

Drei Jahre zuvor hatten zwei Luzerner bereits ein ähnliches Abenteuer bestritten, allerdings statt schwimmend im Kajak und über vier Tage. «Ich fragte mich, ob es wohl möglich wäre, die Umrundung in nur zwei Tagen zu schaffen», erinnert sich Oliver Imfeld. «Ausserdem fand ich, dass mich das Meistern dieser Herausforderung endlich zu einem «echten» Luzerner machen würde», scherzt der gebürtige Obwaldner.



Auf dem Brienzergrat tankte Oliver Imfeld auf. Auf dem anspruchsvollen Grat verläuft die Luzerner Kantonsgrenze zu Bern.

DIE SCHÖNSTEN MOMENTE?

Während der zwei Tage entlang der Grenze entdeckte Imfeld viele reizvolle Wanderrouten, manche davon stark frequentiert und andere der breiten Öffentlichkeit offenbar kaum bekannt. Seine Tour unterteilte er in 23 Abschnitte, deren Attraktivität er mit einer Note von 1 bis 10 bewertete. Eine 9,5 erhielten von ihm die Etappen Greppen–Räbalp–Chänzeli–Rigi Staffelhöhe sowie Rigi Staffelhöhe–Rigi First–

Hinder Dosse–Fälmisegg–Vitznau. Die Höchstnote ging an die Teilstücke Brienzer Rothorn–Älgäuw–Licka und Obermatt–Hammetschwand: «Nachdem ich auf dem Gipfel des Brienzer Rothorns meine erste Motivationskrise hatte, konnte ich auf dem prächtigen Brienzergrat wieder voll auf tanken.» Der Schlussabschnitt der «Grenztour Luzern» auf dem Felsenweg hinauf zum Bürgenstock biete derweil «einen der schönsten Ausblicke des Landes».

Brücken und Stege für die Schweiz



Natur, Erholung, Bewegung – Wandern eröffnet neue Perspektiven. Die Mobiliar Genossenschaft ist Hauptpartnerin der Schweizer Wanderwege. Bisher wurden finanzielle Beiträge für die Sanierung von 77 Brücken und Stegen gesprochen. So helfen wir, das Wegnetz attraktiv und sicher zu halten. Damit Wandern auch zukünftig Horizonte erweitert.

mobiliar.ch/wandern

**Was immer kommt –
wir engagieren uns für
die Zukunft der Schweiz**

die Mobiliar

Gemeinsam anpacken

von Florian Knapp

Ob beim Instandsetzen von Wanderwegen oder dem Entfernen invasiver Pflanzen – gemeinnützige Arbeit bringt nicht nur Freude, sondern stärkt auch die Gemeinschaft.

Neophyten jäten oder gemeinsam einen Wanderweg Instand setzen. Was im ersten Moment vielleicht nicht sonderlich attraktiv tönt, hat Thomas Fleischli, Mitarbeiter der Mobiliar begeistert. Er machte mit Kolleginnen und Kollegen einen Wanderweg in Risch-Rotkreuz wieder begehbar. Die Mobiliar gewährt ihren Mitarbeitenden der Direktionsstandorte bis zu zwei freie Tage pro Jahr für gemeinnützige Einsätze. «Ich habe es sehr genossen, als Abwechslung zum Büroalltag wieder einmal eine körperliche Tätigkeit auszuüben. Am Abend war ich kaputt, aber auch sehr zufrieden», so Fleischli.

Jäten schweisst zusammen

Ein anderes Team entfernte in einem Wald in Bern unter fachkundiger Anleitung gebietsfremde Pflanzen, im Fokus Goldrute und Berufkraut. Die Erwartungen von Christoph Müller Berva, Mitarbeiter der Mobiliar Tochter Protekta, sind erfüllt: «Corporate Social Volunteering – also von der Firma unterstütztes soziales Engagement – ist eine tolle Idee. Ich hoffe, dass auch andere dank diesem Angebot Freude an gemeinnützigen Tätigkeiten entwickeln.» Beim Jäten habe sich das Team zudem nochmals anders kennengelernt und sei weiter zusammengewachsen.

Wertvoller Einsatz

Engagements für die Natur, in Vereinen, in der Care-Arbeit oder in politischen Milizämtern sind wertvoll – für die Einzelnen, aber auch für die Gemeinschaft. Hier kommen Menschen zusammen, setzen sich gemeinsam für eine Sache ein und tragen letztlich dazu bei, dass die Gesellschaft gestärkt wird.



Mitarbeitende der Mobiliar sanieren einen Wanderweg in Risch-Rotkreuz.



Ein weiteres Team der Mobiliar jätete in Bern gebietsfremde Pflanzen.

Gesellschaftsengagement der Mobiliar

Die Mobiliar, Hauptpartnerin der Schweizer Wanderwege, setzt sich mit ihrem Gesellschaftsengagement auf vielfältige Weise für die Schweiz ein: Sie ermöglicht und initiiert Projekte in den Bereichen Kultur, Nachhaltigkeit und Wirtschaft. Mehr Informationen:

> mobiliar.ch/engagement

DAS TAL DER KINDERHEIME



Blick von der Dachsflue auf das Ägerital mit Unter- und Oberägeri.

Text und Bilder: Angelika Imhof

Idyllisch gelegen ist es, das Dorf Unterägeri: Auf 729 m ü. M. am westlichen Ende des Ägerisees, am Lauf der Lorze und nördlich des Rossbergmassivs, das mit dem Wildspitz den höchsten Gipfel des Kantons Zug besitzt. Eine solche Landschaft muss der Gesundheit guttun – das dachten sich wohl auch die Ärzte der letzten beiden Jahrhunderte und gründeten im Ägerital zahlreiche Kinderheime, die sich der Genesung und Erholung von Kindern verschrieben. 1934 gab es in Unterägeri zwölf Kinderheime und ein Tuberkulosesanatorium

mit Kinderabteilung. Zeitweise hielten sich hier rund 600 Kinder zur Kur auf – dem gegenüber stand eine Einwohnerschaft von 3000 Personen.

Von dieser kinderreichen Zeit ist heute nicht mehr viel zu spüren. Tatsächlich bilden nun die 50- bis 54-Jährigen die grösste Bevölkerungsgruppe im Dorf (Stand 2022). Das Kinderheim Bossard-Hürlimann ist eines der wenigen, das noch besteht. Es wurde 1896 an der damaligen Kirchgasse, heute Zugerstrasse 15, für die «bleichsüchtige Jugend der Städte» gegründet. Schnell

gewann die Institution an Beliebtheit – und schon bald trafen die ersten Gäste aus Europa und ab 1908 sogar aus den USA ein. Während die meisten anderen Kinderheime ab den 1960er-Jahren nach und nach verschwanden, da die Nachfrage durch Faktoren wie eine verbesserte Vorsorge, medizinische Fortschritte und soziale Entwicklungen sank, hat sich das einstige Kinderheim erfolgreich den neuen Bedürfnissen angepasst. Es wird heute in der vierten Generation als Privatschule Bossard geführt, die sich auf Sprachförderung spezialisiert.

AUF EINEN BLICK UNTERÄGERI ZG

TRAGISCHES FLIEGERUNGGLÜCK

1926 musste ein Militärdoppeldecker südlich von Unterägeri notlanden, da ein kleiner Defekt vorlag. Die Einheimischen versammelten sich neugierig um das Flugzeug, da ein solches Ereignis nicht alltäglich war. Beim erneuten Startversuch auf der Wilbrunnenstrasse kam der Flieger von der Startbahn ab und verletzte drei Jungen tödlich. Noch heute erinnert eine Marmorsäule am Wanderweg an die tragisch verstorbenen Kinder.



Gedenksäule für die verstorbenen Kinder.

WURST WIE IN ITALIEN

An der Zugerbergstrasse 12 steht ein unauffälliges, seitlich mit Efeu zugewachsenes Haus, das 1893 vom Metzger Albert Iten erbaut wurde. Er nutzte es für die Produktion von Wurstwaren wie Salami, Salametti und Mortadella. Bald war die Salamifabrik rundherum bekannt und war laut dem Eigentümer die «erste grösste leistungsfähigste Fabrik dieser Branche in der Schweiz».



Unauffällige Salamifabrik.

ALPWIRTSCHAFT MIT SÜSSEM GENUSS



Zu empfehlen: der Lebkuchen mit Nidle.

Auf dem höchsten Punkt der Wanderung befindet sich die Alpwirtschaft Brandalp, direkt neben der Brandhöchi. Sie ist umgeben von einem ökologisch wertvollen Flachmoor, dem Naturschutzgebiet Rossallmig, in dem sich Baumpieper und Kuckuck wohlfühlen. Die Wirtschaft ist von Mitte Mai bis Ende Oktober geöffnet.

➡ brand-alp.ch

Vom Ägerisee hinauf zu den Hochmooren

► Unterägeri, Zentrum – Unterägeri, Zentrum

Mehr Info zum Wandervorschlag **Nr. 2245** unter schweizer-wanderwege.ch



Bergwanderung

mittel T1

4 h 10 min 14 km

470 m 470 m

Mai bis Oktober



UNBERÜHRTE NATUR AM ALLONDON



Der Allondon fliesst durch ein Auengebiet von nationaler Bedeutung.

Text und Bilder: Miroslaw Halaba

Naturfreunde kommen im Tal des Allondon voll auf ihre Kosten. Der in Frankreich entspringende und in der Schweiz in die Rhone mündende Fluss im Genfer Westen ist Ursprung und Lebensader einer Auenlandschaft, deren grosse biologische Vielfalt ihr das Prädikat «von nationaler Bedeutung» eingebracht hat. «Der Allondon ist einer der letzten naturbelassenen Flüsse des Kantons», erklärt Mélanie Pesse vom Naturzentrum von Pro Natura Genève. «Seine Böschungen wurden nicht verbaut, was das Entstehen zahlreicher

Naturräume mit hoher Biodiversität begünstigt hat.»

Die reizvolle Umgebung zieht viele Ausflügler an, sodass auch der Wanderweg entlang des idyllischen Wasserlaufs meist gut frequentiert ist. Ein von der Genfer Sektion von Pro Natura geführtes Naturzentrum empfängt jedes Jahr Hunderte von Besuchern und Besucherinnen, die den Schönheiten des Auengebiets auf der Spur sind. Ein Lehrpfad informiert über die lokale Tier- und Pflanzenwelt sowie über die Regeln, die es zu ihrem Schutz zu beachten gilt. Für Betrieb in der Gegend sorgt

ausserdem ein Campingplatz, der vom Wanderweg gequert wird.

Das Neben- und Miteinander der verschiedenen Nutzungen funktioniert «ziemlich gut», findet Pesse. Im Lauf der Jahre eingeführte Verhaltensregeln und der Einsatz von «Naturbotschaftern» sensibilisieren die Öffentlichkeit für den Schutz des empfindlichen Ökosystems. Diese Massnahmen kämen, betont die Vertreterin von Pro Natura, auch den Wanderern und Spaziergängerinnen zugute, die so ungestört die Ruhe und Beschaulichkeit der Natur geniessen können.

AUF EINEN BLICK GENFER WESTEN

ÜBERRASCHEND MODERN

Dafür, dass Satigny die grösste Weinbaugemeinde des Kantons Genf ist, trifft man auf dem Weg durch das Dorf erstaunlich viele moderne Gebäude an, insbesondere in der Umgebung des Bahnhofs. Laut Robert Preisig vom örtlichen Geschichtsverein war es

die Ankunft der Eisenbahn im 19. Jahrhundert, die den Grundstein für die Entstehung eines Geschäftsviertels legte. Um mit den Mobilitätsbedürfnissen Schritt zu halten, entwickelt sich das Quartier kontinuierlich weiter. So ist etwa bis 2027 der Bau von rund 60 neuen Wohnungen sowie von Geschäften geplant.



Beim Bahnhof Satigny.

IKONISCHE ECKTÜRME

In Dardagny lohnt sich ein Besuch des Schlosses und dessen Garten im Herzen des Dorfs. Entstanden ist das prächtige Gebäude – heute Sitz der Gemeindeverwaltung – ab 1655 aus der schrittweisen Verbindung zweier befestigter Häuser. Besonderes Merkmal des rechteckigen Schlosses sind seine vier quadratischen Ecktürme. Nachdem es lange nicht unterhalten wurde, wäre es um 1915 fast abgerissen worden.



Das Schloss von Dardagny.

WEIN DEGUSTIEREN

Es gibt zahlreiche gute Gründe, die Rebberge von Dardagny oberhalb der Rhone zu erkunden. «Sie sind gut mit dem öffentlichen Verkehr erreichbar, und es gibt zwei interessante Lehrpfade», erklärt Jonathan Brunet von Genève Terroir. Zudem werden hier viele verschiedene Weine produziert, die man in einem kleinen, jeweils am Wochenende geöffneten Weinkeller in der Nähe des Bahnhofs degustieren kann.

Ursprüngliche und kultivierte Natur

► Dardagny, château – Satigny

Mehr Info zum Wandervorschlag **Nr. 2246** unter [schweizer-wanderwege.ch](https://www.schweizer-wanderwege.ch)

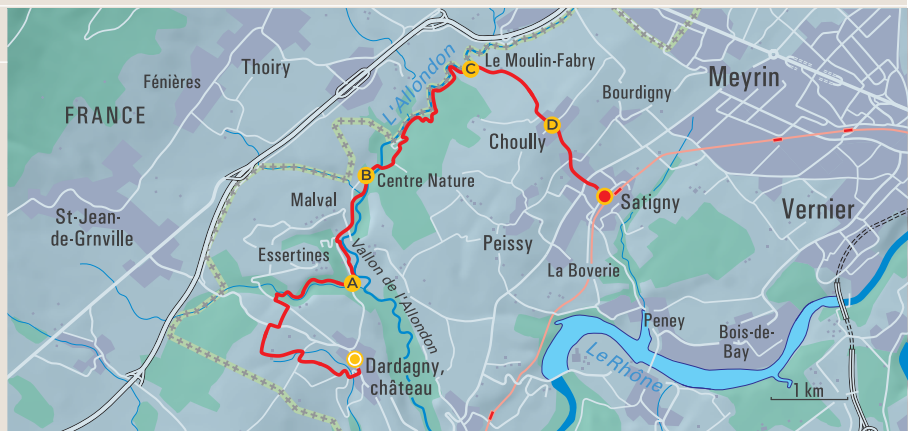


Öffnen in der
SwissTopo-App



◆ Wanderung

- mittel T1
- 2 h 60 min 11,5 km
- 305 m 320 m
- April bis Oktober
- für Familien geeignet



Inselwandern auf **Elba**

Auf der dreitägigen Grande Traversata Elbana (GTE) lässt sich die Vielfalt Elbas auskosten: küstennahe Ebenen, weite Wälder und kühle Berge mit Meerblick auf alle Seiten.

Am ersten Tag, bei der Cima del Monte,
mit Blick auf die Bucht von Portoferraio.



Text und Bilder: Heinz Staffelbach

«Allora, liebe Freunde, un ultimo caffè?», schlägt Michele, unser Wanderführer vor. Es ist ruhig hier, frühmorgens in Cavo, und jetzt, Mitte April, sind erst wenige Touristen auf der Insel Elba. Zum Glück ist die Osteria Mokambo schon geöffnet, und so gönnen sich alle unseres vierköpfigen Wandergrüppchens noch einen Espresso und ein Dolce. Das kann nicht schaden, denn die heutige Wanderung soll etwa sieben Stunden lang sein.

Es ist die erste Tagesetappe der Weitwanderung Grande Traversata Elbana – kurz GTE. Anhand einer grossen Infotafel erklärt uns Michele die drei Etappen, und wie sie vom Nordosten der Insel zu den Küsten im Südwesten verlaufen. An vielen Abschnitten hat Michele selbst mitgearbeitet und Wegmarkierungen angebracht.

Immer wieder zeigt er unterwegs auf Pflanzen am Wegrand – die Zistrosen, den Schopf-Lavendel oder die Stern-Anemone – und erläutert, wie sie in der Küche oder als Heilmittel verwendet werden können. Nach etwas mehr als einer Stunde Marschzeit stehen wir auf dem 344 Meter hohen Monte Grosso, und man spürt, was die Faszination der GTE ausmacht: über den Bergrücken einer überschaubaren Insel zu wandern und beinahe rundherum das Meer zu sehen, zudem im Osten das italienische Festland und weit im Westen die Küste Korsikas.

EIN DUFTBAD

Hinzu kommt das intensive Blühen im Frühling. Das Blütenmeer nimmt man oft am intensivsten mit geschlossenen Augen wahr – etwa, wenn man mit der Hand sanft über einen Rosmarinstrauch streift und die Finger an die Nase hält ... welch würziger Duft ... etwas Fichte ist da drin und auch Kampfer, charaktervoll und doch harmonisch. Etwas weiter vorne am Weg: ein Schopflavendel – diese balsamische Frische, diese waldigen Noten. Die Geruchsreise ändert ihren Charakter später im Jahr. Im April und Mai, da blüht der Pfriemenginster, und ein lieblicher, an Jasmin erinnernder Duft liegt dann über der Macchia. Auch die schneeweisse Montpellier-Zistrose blüht zu dieser Zeit vielenorts. In der Nase entfaltet sie einen süsslichen und etwas harzigen Duft, mit leichten Honig- und Zitrusaromen.

DAS VERSCHWINDEN DER WÄLDER

Die Vegetation auf der etwa 18 mal 30 Kilometer grossen Insel vor der toskanischen Küste hat bei Weitem nicht immer so ausgesehen wie heute. Vor Tausenden von Jahren war sie fast durchwegs von mächtigen, bis 20 Meter hohen Steineichen

bewachsen. Doch ab 2000 v. Chr. erlitt sie dasselbe Schicksal wie meistenorts im Mittelmeerraum: Menschen holzten die Wälder ab, um ihre Häuser zu heizen, Schiffe zu bauen und die Schmelzöfen ihrer Erzgruben am Laufen zu halten. Allmählich verschwand der Wald und wich einem zwei bis vier Meter hohen Buschwerk, der Macchia. Dann kamen weidende Tiere, und wo diese zu intensiv am Werk waren, degradierte die Macchia weiter – zur Gariga. Hier überleben nur noch niedrige Sträucher, und die meisten davon besitzen besondere Schutzeinrichtungen gegen Beweidung und Brände. Heute gibt es auf Elba aber auch wieder grössere, aufgeforstete Gebiete aus Schirm-, See- und Aleppokiefern.

DER BESTE ZEITPUNKT

Was die Pflanzenfreundin und den Wanderer besonders interessiert: Wann ist die beste Zeit, um auf Elba den Blumenfrühling zu erleben? Die Zeitspanne ist recht lang. Bereits im März blühen mehr als 100 Arten. Im April klettert dieser Wert auf über 200 und erreicht im Mai mit fast 300 Arten das Maximum. Im Juni sind es zwar noch immer über 200 Arten, nur ist dann schon mit heissen Tagen und

viel Schweiss zu rechnen. Besonders für Orchideenfreunde bietet die Insel viel, kommen hier doch mehr als 40 Orchideenarten vor.

Viele Blumen und Pflanzen auf Elba werden seit langer Zeit durch den Menschen verwendet. Fast 90 Arten haben eine wissenschaftlich erwiesene heilende Wirkung, und beinahe 60 Arten werden in der elbanischen Küche eingesetzt. Die Drüsige Bergminze, der Lorbeer, die Rundblättrige Minze oder der Rosmarin sind beliebte Kräuter, aus anderen wird Marmelade, Likör oder Sirup hergestellt.

EIN ALPINER ABSCHLUSS

Es ist unterdessen Mittag am dritten Tag; wir haben den 839 Meter hohen Pass beim Monte Capanne erreicht. Ein kalter Wind treibt Wolkenfetzen über die felsige Landschaft, und wir ducken uns beim Picknick hinter ein paar grosse Steine. Trotzdem ist der Abstieg nach Pomonte für viele nochmals ein Höhepunkt der dreitägigen Wanderung. Durch eine raue Gebüschlandschaft mit freistehenden Felsbrocken geht es allmählich bergab. Auf einer kleinen Hochebene kommen wir an einigen alten Caprili vorbei, in denen die Ziegenhirten früher ihre



Stern-Anemone



Pfriemenginster



Italianische Gladiolus

Tiere einstellten, molken und in kuppelartigen Steinhütten Käse herstellten. Das Meer gleisst in der nachmittäglichen Sonne, und schliesslich erreichen wir das mildere Pomonte unten am Meer.

Heinz Staffelbach behauptet zwar, er sei sportlich, hat sich aber kurz vor dieser Wanderung die Achillessehne überdehnt. Stretching sei Dank hat er es trotzdem nach Pomonte geschafft. Und Pomonte wäre auch sein Wunschort, würde der Biologe, Fotograf und Autor mal eine Auszeit brauchen.



Montpellier-Zistrose

GUT ZU WISSEN



Es gibt wohl keine bessere Art, Elba mit all seinen Facetten kennenzulernen, als auf einer dreitägigen Weitwanderung. Die Grande Traversata Elbana (GTE) durchquert die Insel und führt von ihrem nordöstlichen Zipfel bei Cavo ganz in den Westen, nach Pomonte (ein alternativer Endpunkt im Westen ist Patresi, allerdings mit etwas längerer Gesamtstrecke). Damit wandert man durch alle Landschaften – Weinberge, schattige Täler, lichte Föhrenwälder und über 1000 Meter hohe und schroffe Berge. Auch der Genuss kommt nicht zu kurz: leckere Spezialitäten aus der einheimischen Küche, gute Weine und pittoreske Dörfer und Städtchen. Und ein erfrischendes Bad im Meer hat ebenfalls mehrmals Platz auf dieser Wanderung. Von den Hügel- und Bergzügen bieten sich oft fantastische Blicke auf das Meer zu beiden Seiten der Insel. Am schönsten ist das Wandern auf Elba im Frühling: Dann sind die Temperaturen angenehm, und Felder und Macchia erblühen dann in ihrem schönsten Blumenkleid.

- **Anreise:** Mit dem Zug nach Piombino Marittima, dann mit der Fähre nach Portoferraio, Hotels in Portoferraio.
- **1. Wandertag:** Mit dem Aliscafo (Schnellboot) von Portoferraio nach Cavo. Dann auf der GTE via Cima del Monte (515 m) und beim Monte Castello via die Wege 205, 218 und 225 nach Porto Azzurro. Länge: 20 km, je 930 m Auf- und Abstieg, ca. 7 Std., Schwierigkeit T3. Übernachten: in Porto Azzurro (zahlreiche Hotels)
- **2. Wandertag:** Von Porto Azzurro auf dem Weg 209 oder 210 zurück zur GTE und nun via Colle Reciso und Colle di Procchio nach Sant'Ilario. Länge: 24 km, 920 m Aufstieg, 770 m Abstieg, ca. 7 Std., Schwierigkeit T2. Übernachten: in Sant'Ilario.
- **3. Wandertag:** Von Sant'Ilario zurück zur GTE und nun via Monte Perone und dem Pass Le Filicaie nach Pomonte. Länge: 13 km, 720 m Aufstieg, 870 m Abstieg, ca. 6 Std., Schwierigkeit T2. Übernachten in Pomonte oder mit dem Bus zurück nach Portoferraio.
- **Weitere Infos:** Zum GTE mit korrektem Routenverlauf: caielba.it
- **Gute Onlinekarte:** Avenza App, mit Karte «Isola d'Elba – Carta ufficiale del Parco – 4LAND 2022»
- **Zu Elba Tourismus:** visitelba.info

Wandern im Norden



Lapland & Helsinki

14.–24. Juni 2025
ab CHF 3690



Irlands Nordwesten

15.–22. Juni & 27. Juli – 03. August 2025
ab CHF 2390



Schweden

16.–24. August & 13.–21. September 2025
ab CHF 3790

Mehr Informationen & buchen:
www.imbach.ch/norden



IMBACH

wandern weltweit

Bleibt mir vom Leib!

Insektenstiche sind in unseren Breitengraden zum Glück meist harmlos. Guter Schutz vor Mücken und Zecken ist trotzdem ratsam. Wie die chemische Keule aus der Spraydose umgangen wird, zeigt der Test des Teams der Schweizer Wanderwege.



Die Zecke Gemeiner Holzbock kann für den Menschen problematische Krankheiten übertragen.

Text: Barbara Graber

Stechmücken verursachen weltweit jährlich den Tod von etwa 725 000 Menschen. Während hierzulande ein Mückenstich meist nur juckt, steigt in wärmeren Gegenden das Risiko, dass Mücken mit ihrem Stich potenziell gefährliche Infektionskrankheiten wie Malaria oder Zika-Fieber übertragen.

Doch auch bei uns sind Insekten nicht ohne: In der Schweiz verursachen sie 53 Prozent aller gemeldeten Unfälle in Zusammenhang mit Tieren. Dabei handelt es sich vor allem um Biss- und Stichverletzungen, wie die Schweizerische Unfallversicherungsanstalt Suva auf ihrer Website berichtet. Folgen davon sind meist Schwellungen, Rötungen und Juckreiz. In zehn Prozent aller Zeckenstiche kam es zu Erkrankungen. Diese rund 21 500 Fälle jährlich führen zu Kosten von etwa 20 Millionen Franken und zu drei bis vier Todesfällen infolge schwerer, allergischer Reaktionen.



Gemeine Stechmücke

TROPISCHE KRANKHEITEN RÜCKEN NÄHER

Hierzulande droht die grösste Gefahr aus der Insektenwelt vor allem vom Gemeinen Holzbock, einer Zeckenart, die als Überträger der Krankheiten Lyme-Borreliose und Frühsommer-Meningoenzephalitis (FSME) bekannt ist.

Unter den Mücken bereitet die Verbreitung der invasiven, exotischen Tiger- und Buschmückenarten Sorge. Sie können Infektionskrankheiten übertragen, die bislang vorwiegend in den subtropischen und tropischen Zonen kursierten. Die Infektionserreger rücken der Schweiz näher: So sind bereits Fälle von Dengue- und Chikungunya-Fieber im Süden von Frankreich und am Gardasee dokumentiert. Noch sind gemäss Bundesamt für Gesundheit die in der Schweiz bekannten Populationen aber nicht mit Viren infiziert.

SO SCHÜTZT MAN SICH

Es ist somit ratsam, sich gegen Zecken zu schützen. Aber auch harmlose Mücken können einen Wandertag vermiesen. Beim Schutz unterscheidet man zwischen chemischen, pflanzlichen und physischen Massnahmen. Letztere – zum Beispiel lange Kleidung – sollten wenn möglich chemischen Massnahmen vorgezogen werden.

Nackte Stellen müssen mit chemischer Abwehr, sogenannten Repellents, geschützt werden. Sie enthalten starke aromatische Stoffe, die diese unerwünschten Organismen effektiv abstossen. Die Produkte können sparsam aufgetragen werden. Hände, Augen und Mund werden dabei ausgespart.

Die Wahl des Sprays sollte auf ein Produkt ohne den hochwirksamen Schutz DEET fallen. Dieser steht unter Verdacht, Allergien auszulösen, greift Kunstfasern und Leder an und ist unwirksam gegen Zecken. Der alternative Wirkstoff, Icaridin, schneidet hier zwar besser ab, tötet aber bereits in geringen Mengen Lurchlarven in Gewässern. Die bessere Wahl ist ein Spray, der auf pflanzlichen, ätherischen Ölen basiert.

So oder so: Mückenspray sollte erst eine Viertelstunde nach dem Sonnenschutz aufgetragen werden, da sonst der Geruch der Sonnencreme jenen des Mückenschutzes übertüncht.

DEN MÜCKEN AUSWEICHEN

Doch es geht auch mit weniger Spray. Schon die Wahl von Wanderoute und -ziel kann das Risiko senken, von Insekten gestochen zu werden. Mücken sind Morgenmuffel, sie werden erst gegen Abend aktiver. Sie lieben stehende Gewässer sowie feuchte, kühle und windstille Orte. Auf sonnigen, luftigen Wegen trifft man sie hingegen kaum an.

Guten physischen Schutz bieten der Verzicht auf parfümierte Produkte wie Sonnencreme, Shampoo und Waschmittel und das Tragen langer, heller Kleidung. Oder aber eng gewebte Stoffe, durch die die Mücken nicht hindurchstechen können.

INTEGRIERTER INSEKTENSCHUTZ

Anbieter von Outdoorkleidern haben für ihre Produkte unterschiedliche Lösungen gefunden. Auf eng

gewebte Gewebe setzen Fjällräven mit dem Material G-1000, Jack Wolfskin mit Texashield Pro und Royal Robbins mit Mosquito Protection Technology.

Andere vertrauen chemischen bzw. pflanzlichen Mitteln und versprechen dabei Unterschiedliches: Craghoppers behandelt seine Nosilife-Linie seit 2024 ausschliesslich mit pflanzenbasiertem Zitroneneukalyptusöl. Der Schutz hält während der gesamten Lebensdauer. Der deutsche Hersteller Vaude bietet eine Auswahl an Bekleidung, die Insekten- und UV-Schutz vereint. Die pflanzliche Imprägnierung mit Geraniol, aus Zitronengras gewonnen, kann bei Bedarf mit einem entsprechenden Spray erneuert werden. Columbia setzt bei seiner neuen Linie Insect Shield auf die chemische Behandlung mit synthetischem Permethrin. Es soll bis zu 70 Waschgänge halten.

AUTSCH! WAS NUN?

Sind Mücken frei von Krankheitserregern, hinterlassen sie zum Glück lediglich eine juckende Einstichstelle. Bei Symptomen wie Schüttelfrost, Fieber, Gliederschmerzen und Erbrechen sollte eine Arztpraxis aufgesucht werden.

In der Notfallapotheke dürfen Mittel zur Behandlung von Stichen nicht fehlen. Ob eine Antihistaminsalbe, ein kühlendes Gel, ein Homöopathieroller oder ein Wärmestift ist Geschmackssache. Schliesslich hält auch die Natur noch Tricks bereit: Fehlt das Mittel im Rucksack, hilft es, die Stichstelle mit Spitzwegerich einzureiben oder zu kühlen. ♦

MYTHEN UND FAKTEN RUND UM INSEKTEN

Licht zieht Mücken an.

Falsch. Einige Insekten wie Motten reagieren zwar darauf, Mücken gehören jedoch nicht dazu – sie sehen schlecht. Sie sprechen hauptsächlich auf Gerüche wie Schweiß und Parfüm an. Am meisten reagieren sie auf Kohlendioxid (CO₂), das Menschen ständig ausatmen.

Zitrone und Lavendel helfen gegen Mücken.

Umstritten. Ätherische Öle, dazu gehören auch diejenigen aus Eukalyptus, Pfefferminze, Melisse, Sandel- und Zedernholz, gelten als sanfte Mittel zur Insektenabwehr. Ihr Duft überdeckt den eigenen Körpergeruch und gefällt Insekten weniger.

Mücken stehen auf süßes Blut.

Falsch. Süßes Blut gibt es nicht. Vermutlich aber ist entscheidend, wie Atem und Schweiß eines Menschen zusammengesetzt sind. Offenbar werden Menschen mit Blutgruppe 0 häufiger gestochen als solche mit A oder B. Hingegen ist die Behauptung falsch, dass Frauen häufiger gestochen werden.

Es gibt Kleidung, die besonders gut gegen Mücken hilft.

Richtig. Insekten stehen vor allem auf dunkle Klamotten. Deshalb: helle, langärmelige Oberbekleidung und helle lange Hosen sowie helle Socken bevorzugen.

Vitamin B1 wirkt gegen Mücken.

Umstritten. Das Vitamin B1 mit dem Namen Thiamin hat einen charakteristischen Geruch, der Mücken abstoßen soll. Die Wirksamkeit ist wissenschaftlich nicht bewiesen.

Mückenarmband, Piepser und UV-Licht halten Mücken fern.

Umstritten. Alle Produkte zeigen im Test keine Wirkung.

Wer Alkohol trinkt, wird mehr gestochen.

Wahr. Denn beim Konsum von Alkohol weiten sich die Blutgefäße der Haut, wodurch mehr Wärme abgegeben wird. Wer mehr Wärme abgibt, den finden die Insekten leichter. Ausserdem regt Alkohol den Vorgang des Schwitzens an. Und Schweiß lieben Mücken besonders.



EUKALYPTUS- ZITRONEN- GRAS-ÖL

Die leicht isolierende Fleecejacke ist mit Eukalyptus-Zitronengras-Öl ausgerüstet. Praktisch: grosse Taschen auf beiden Seiten, Ärmel mit dezenten Daumenschlitzen, Reissverschlüsse mit Schnürchen. «Von der Behandlung mit dem Öl ist absolut nichts zu riechen. Die Jacke ist eine gute Wahl zum Wandern.»

craghoppers.com



«Ich finde die Jacke extrem leicht und angenehm zu tragen. Die Insektenabwehr ist ein «nice to have».

Vera In-Albon,
digitale Kommunikation

Craghoppers
Nosilife Anya
Schutz: pflanzlich
Material: Polyester
(42% davon recycelt)
Preis: 105 Franken



PFLANZLICHER WIRKSTOFF

Das leichte Hemd aus recyceltem Polyester ist mit Greenfirst behandelt. Das ist eine auf Pflanzen basierte Imprägnierung mit dem Wirkstoff Geraniol zum Schutz vor Insekten. Der Tester fühlt sich wohl darin: «Der Stoff fühlt sich anfangs etwas steif an, wird aber schnell weich.»

vaude.com



«Normalerweise trage ich keine Hemden. Da man es lang- oder kurzärmelig tragen kann, finde ich es als Sonnen- und Insektenschutz aber eine gute Idee.»

Michael Dubach, Kartografie

Vaude Rosemoor II
Langarmshirt
Schutz: pflanzlich
Material: recyceltes Polyester
Preis: 90 Franken



DICHT GEWEBT UND LEICHT

Die feinen Stacheln vom Mücken finden nahezu keinen Weg durch die dicht gewebte Bluse aus Polyester. Die Testerin findet die leichte, luftige Bluse sehr bequem. Praktisch ist die mit Reissverschluss verschliessbare Tasche rechts unten. Die Bluse kann als Midlayer oder als Baselayer an warmen Tagen getragen werden. «Mir war zuerst nicht klar, wie sie Insekten abhalten soll. Die Informationen dazu dürften etwas ausführlicher sein.»

royalrobbins.com



«Der Tragekomfort ist angenehm und der Insektenschutz sehr subtil – man merkt davon nichts beim Tragen.»

Angelika Imhof,
Redaktion DAS WANDERN

Royal Robbins Expedition Pro 3/4 Sleeve

Schutz: physisch
Material: recyceltes Polyester
Preis: 110 Franken



EIN HEMD FÜR ALLE FÄLLE

Die Ärmel des Hemds lassen sich gut hochkrempeln und befestigen, die drei Brusttaschen bieten Stauraum für kleine Dinge. «Der Stoff fühlt sich sehr technisch an. Ich finde ihn etwas unangenehm auf der Haut», meint der Tester. Das Hemd ist mit Eukalyptus-Citriodora-Öl behandelt – dies wird auf dem Kartonetikett gut und auf Deutsch erklärt.

craghoppers.com



«Das Hemd ist sehr leicht und dünn, es eignet sich eher für heisse Regionen statt fürs Wandern. Dazu finde ich ein Merino-shirt geeigneter.»

Michael Roschi,
Geschäftsleitung

Craghoppers Adventure Langarmshirt III

Schutz: pflanzlich
Material: Polyester, teilweise recycelt
Preis: 130 Franken



HEMDBLUSE MIT BARRIERE

Der sehr dicht gewebene Stoff aus Polyester bildet eine natürliche Barriere gegen Mückenstiche. Das hat seinen Preis, findet unsere Testerin: «Für mich ist der Stoff unangenehm steif, knisternd und wenig atmungsaktiv.» Die beiden verschliessbaren Brusttaschen sind praktisch. Der Kragen lässt sich aufstellen und mit einem Knopf am Hals dicht schliessen.

jack-wolfskin.ch



«Ich finde den Stoff unangenehm und den Preis zu hoch. Gefallen hat mir, dass der hochgeklappte Kragen den Hals gut schützt.»

Evelyn Zaug,
Mittelbeschaffung

Jack Wolfskin Barrier Longsleeve Shirt

Schutz: physisch
Material: Polyamid, Lyocell, Viskose
Preis: 149 Franken



CHIC UNTERWEGS

Das Hemd kommt ohne Schnickschnack aus – und es hat Stil. Zudem scheitern die Mücken am dicht gewebten Stoff aus recyceltem Polyester. «Den Stoff finde ich leicht, sanft und sehr angenehm zu tragen. Trotz Schwitzen riecht das Hemd nicht unangenehm», bilanziert der Tester. Ein Hemd für warme Tage, sowohl auf einer Wanderung als auch für die Freizeit.

royalrobbins.com



«Meine 15-jährige Tochter hat beim Frühstück gefragt, warum ich so chic angezogen sei. Und gestaunt, als ich sagte, dass ich wandern gehe.»

Rémy Kappeler,
Redaktion DAS WANDERN

Royal Robbins Amp Lite II Longsleeve

Schutz: physisch
Material: recyceltes Polyester
Preis: 110 Franken



GÄNZLICH AUS MINZE UND BOHNEN

Das R5 Greenmint Shirt Long von Radys ist zu 100 Prozent aus nachwachsenden Materialien: Das Funktionsshirt besteht aus Zellulosefasern mit Minzextrakten. Damit es langlebiger ist, wird es mit 18 Prozent Polyamidfasern aus Castorbohnen ergänzt. Das Plus: Das Material kratzt nicht auf der Haut und hat antibakterielle Eigenschaften, sprich ist geruchshemmend.

Preis: 100 Franken

➔ radys.swiss

EINE BRILLE, DIE MITDENKT

Von der glasklaren Brille zur Sonnenbrille: Die Rev-Sportbrille von React dunkelt ihre Gläser innert eines Sekundenbruchteils ab und wird genauso schnell wieder hell. Sie tut dies mit Solarenergie und ohne Batterie. Beim Glas kann aus verschiedenen Farben ausgewählt werden, auch eine Korrektur durch ein Optikgeschäft ist möglich. Neu gibt es die Brille auch als Modell mit durchgehendem Rahmen.

Preis: 339 Franken

➔ react-swiss.com



JEDEM WETTER TROTZEN

Mit der Mountain Jacket Style Blaueis von Schöffel kann das Wetter machen, was es will. Die wasserdichte Dreilagengame ist aus einem Vierwegestretchmaterial und einer Dermizax-Membrane hergestellt. Durch ihre Atmungsaktivität, den Zweiwegereissverschluss sowie die Unterarmbelüftung lässt sich das Klima regulieren.

Preis: 359 Franken

➔ schoeffel.com



AUS KUNST WIRD OUTDOOR

In der Ostschweiz sieht man die Kunstwerke von Drü Egg auf Häuserfassaden und in einem angesagten Kaffeehaus. Nun haben es die Illustrationen des St. Galler Künstlers auch auf Kleidungsstücke von Rukka geschafft. Detailreich ist das Bild auf der Front des Rafi-Funktions-T-Shirts, auch mit vielen Wander-szenen. Preis: 35 Franken

➡ rukka.ch



AUF DIE SOCKEN MACHEN

Robust und langlebig: So preist Darn Tough ihre seit Kurzem auch in der Schweiz erhältlichen Socken an. Zum Beispiel die Light Hiker Micro Crew aus feiner, nachhaltiger Merinowolle. Mesheinsätze auf der Oberseite und Polsterungen für die Achillessehnen sorgen für Bequemlichkeit. Die Socken werden in Vermont in den USA hergestellt, die Marke bietet eine lebenslange Garantie. Preis: 35 Franken

➡ darntough.ch



AB IN DIE HOSEN

Mit der Lite Standard Zip-Off Pant kann das Abenteuer beginnen: Die Wanderhose von Haglöfs ist grösstenteils aus recyceltem Polyamid, sehr leicht und strapazierfähig. Die Zip-Hose bietet Bewegungsfreiheit und ist atmungsaktiv. Zwei Vordertaschen sowie eine Oberschenkeltasche mit Reissverschluss bieten viel Platz für Wanderkarte und Weiteres. Preis: 160 Franken

➡ alpineoutfitters.ch

WETTBEWERB

Drei Paar Wanderschuhe von Lowa zu gewinnen

DAS WANDERN verlost unter den Leserinnen und Lesern drei Paar Wanderschuhe von Lowa. Der Maddox Pro GTX LO SL ist ein passender Begleiter für Wanderabenteuer, selbst in anspruchsvollem Gelände. Entwickelt für Geschwindigkeit und Agilität, kombiniert er leichtes Design mit robuster Haltbarkeit. Eine reaktionsschnelle Dämpfung und verbesserte Traktion verleihen dem Fuss Kontrolle. Leichtes, aber trotzdem langlebiges Material sorgt dafür, dass die Freude am Schuh lange anhält. Preis pro Paar: 190 Franken.



➡ Am Wettbewerb teilnehmen bis 1. Juni 2025: schweizer-wanderwege.ch/wettbewerb
➡ Infos zum Produkt: lowaathome.ch

FULDERA im VAL MÜSTAIR



Idealer Ausgangspunkt für:
Traumhafte Wanderungen in der Biosfera Val Müstair, im Schweizer Nationalpark und im benachbarten Vinschgau im Südtirol. Beachten Sie unser Aktivprogramm unter www.hotel-staila.ch/aktivitäten

Ausgezeichnete Küche mit regionalen Bio- und Fleischprodukten sowie Bündner Spezialitäten.

Hotel Landgasthof Staila Fuldera

Via Cumünala 27, 7533 Fuldera
Telefon +41 (0)81 858 51 60
info@hotel-staila.ch, www.hotel-staila.ch



POSCHIAVO ... das Unerwartete!

Poschiavo „Hiking“

Wanderwoche mit Claudio Zanolari
Bergwandern in der Valposchiavo. Entdecken Sie die Vielfalt dieses Tales, durch welches die Berninabahn ihre Schlingen zieht.
14.-20.09.2025 ■ DZ : 1120.00 ■ EZ : 1240.00

Poschiavo „Relax ■ **RELAX XL“

*2 oder **6 Nächte mit feinen Abendessen,.... Datum, frei wählbar. Erleben Sie hautnah die atemberaubende Bergwelt des Valposchiavo!
*DZ = 368.00 ■ *EZ = 408.00
**DZ = 848.00 ■ **EZ = 968.00

Poschiavo „Wine“

2 Rebbergwanderungen, Weinkellerbesichtigungen, Degustationen, feine/typische Abendessen,....
21.-24.09. ■ 02.-05.10. ■ 16.-19.10.2025

Für weitere Informationen über unsere Angebote stehen wir Ihnen jederzeit gerne zur Verfügung

ALBERGO CROCE BIANCA***

Fam. Zanolari ■ CH - 7742 Poschiavo
Tel + 41 81 844 01 44 ■ www.croce-bianca.ch



HOTEL CENTRAL

★★★ SUPERIOR

GR

Baurorcha 19 - Valchava

info@centralvalchava.ch · T +41 81 858 51 61

Mitten im traumhaften Wander- und Schneeparadies von Val Müstair beim Schweizer Nationalpark bietet Ihnen das beliebte Hotel Central vielfältige Tourenwochen im Sommer und im Winter an. Geniessen Sie die Gemütlichkeit und den Komfort unserer 20 alpin, modern eingerichteten Zimmer in Lärchen- und Arvenholz. Erholen Sie sich zwischendurch in unserer kleinen Wellness-Oase und lassen Sie sich verwöhnen von unserer Küche mit regionalen Bio- und Fleischprodukten aus dem Biosfera Val Müstair. Weitab jeder Hektik erleben Sie bei uns noch den Zauber der Ruhe, Einfachheit und Gastfreundschaft. Ihr Gastgeber Andreas Pobitzer gibt Ihnen gerne weitere Auskünfte.

Gruppenpreise auf Anfrage.





ALPINE TREKKINGTOUREN

... von Hütte zu Hütte mit Eurotrek.

Kommen Sie mit uns ein Stockwerk höher. Bei Eurotrek Alpin finden Sie die schönsten Hüttentreks der Schweiz und erleben die Schweizer Bergwelt von ganz oben. Nach den Touren von Hütte zu Hütte, lassen Sie in einem charmanten Hotel die Seele baumeln.

» Informieren Sie sich über unsere Hüttentouren!
www.eurotrek.ch/alpin





©Switzerland Tourism / Philippe Woodfili

044 316 10 00 | eurotrek@eurotrek.ch | www.eurotrek.ch

Sich erinnern leicht gemacht



Bestellen Sie im Onlineshop:
shop.schweizer-wanderwege.ch

Wandern macht hungrig – umso wichtiger ist es, ein nahrhaftes Wanderpicknick dabeizuhaben. Damit beim Einkaufen nichts vergessen geht, schreibt man sich am besten einen Einkaufszettel: Banane, Apfel, Nüsse, Schokolade und Müsliriegel sorgen unterwegs für Energie. Nun wird der Zettel mit den rhombusförmigen Magneten an den Kühlschrank geheftet und beim nächsten Einkauf in die Tasche gesteckt.

Jetzt wieder erhältlich: Die Rhomben-Haftmagnete sind drei auf fünf Zentimeter gross und auf der Rückseite mit einem leistungsstarken Magnet versehen.

Als Leserin und Leser von DAS WANDERN erhalten Sie die Rhomben-Haftmagnete der Schweizer Wanderwege mit einem Rabatt von 20 Prozent für 15.20 Franken statt 19 Franken, exkl. Versandkosten. Das Angebot ist gültig solange Vorrat.

WARUM EIGENTLICH ...

... werden die Ziele manchmal unterschiedlich geschrieben?



Anruf bei Adrian Wüest, stv. Technischer Leiter der Luzerner Wanderwege:

«Das sollte eigentlich nicht der Fall sein. Die Beschriftung auf den Wegweisern richtet sich nach den 1:25000er-Landeskarten, das ist so festgelegt. Hat man nur die Papierkarte vor sich, ist das relativ unmissverständlich. Zu etwas mehr Verwirrung können die Onlinekarten auf map.geo.admin.ch führen, wo man rein- und rauszoomen kann. Da können die Ortsnamen je nach Massstab variieren.

Manchmal verwenden die Einheimischen andere Schreibweisen als auf den Wegweisern oder sie sprechen einen Ortsnamen anders aus. Im Entlebuch steht auf der Karte beispielsweise «Rossfuhren», aber die Einheimischen sagen «Rossfure». Bei Willisau gibt es ein «Honegg», umgangssprachlich wird aber von «Honig» gesprochen. Oder dann der Fall am Pila-

tus: Auf dem Wegweiser war der Ort «Kanapee» aufgeführt. Alle Einheimischen wussten genau, welcher Ort gemeint war, aber der Name ist auf keiner Landeskarte zu finden. Er hat sich auf den Wegweiser geschlichen. Inzwischen wurde dieser ersetzt. Oftmals melden sich die Leute vor Ort bei uns, wenn ein Name ihrer Meinung nach nicht richtig geschrieben ist: Es kommt ein gewisser Lokalpatriotismus zum Vorschein. Das kann auch mal emotional werden. Aber man muss eine Regel haben, sonst würden alle Wegweiser einfach irgendwie angeschrieben – immerhin haben wir rund 7800 davon im Kanton Luzern.

Wegweiser haben eine Lebensdauer von circa 30 Jahren. Aber es kann auch geschehen, dass man sie früher ersetzen muss, zum Beispiel wegen Vandalismus oder Beschädigung durch Fahrzeuge oder Bäume.»

Vorschau

Das WANDERN 3/2025 ist ab **5. Juni** am Kiosk erhältlich.



Am Fuss des Grand Combin VS

Majestätisch ragt der vergletscherte Grand Combin zwischen dem Val de Bagnes und dem Val d'Entremont in den Himmel. Den Eisriesen im Blick führen die Wanderungen zu einer urigen Raclettealp, durch das einsame Seitental Valsorey und vorbei an regionalem Kräuteraanbau.

Historischer Weg am Pilatus

Ein kunstvoll angelegter Weg schlängelt sich entlang des Südhangs der Pilatuskette. Er wurde im Zweiten Weltkrieg von polnischen Internierten gebaut.

Das praktische Kinder-ABC

Wanderschuhe, Regenschutz – und was noch? Die Ausrüstung unserer Kleinsten muss nicht teuer sein. Tipps von erfahrenen Eltern.

Wandern im Wilden

Ungezügelter Natur, unbegangene Pfade, spektakuläre Schluchten und ein reissender Fluss. Auf Entdeckungsreise in Südalbanien.

Obige Frage stammt von Leser Fredy Helfenstein. Vielen Dank!

Teilen auch Sie uns Ihre Frage mit. Jede hier beantwortete Leserfrage wird mit einem Sitzkissen der Schweizer Wanderwege belohnt.

redaktion@das-wandern.ch

SETZ AUF EARLY CHECK-IN

I Rise
I with the
Mountain

MAMMUT





BEATUS

MERLIGEN-THUNERSEE

Wellness- & Spa-Hotel



#beatusmoments

Verführerische Spa-Brise

Willkommen im BEATUS Wellness- & Spa-Hotel in Merligen am Thunersee.

Entdecken Sie die schönsten Wanderwege in einer beeindruckenden Bergkulisse – alleine oder bei Ausflügen mit unseren Natur Guides. Nach einer aktiven Wanderung lädt das 35 °C warme Erlebnis-Frei-Solbad zur Erholung ein. Oder lassen Sie sich bei einer Massage verwöhnen. Geniessen Sie die Ruhe am See und die natürliche Umgebung. Das BEATUS ist der perfekte Ausgangspunkt für beides. Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

Ihr Spezialangebot «Verführerische Spa-Brise»

- + 4 Übernachtungen im Zimmer Ihrer Wahl
- + 1 aus 3 Anwendungen nach Wahl:
 - **Gesichtspflege** à 60 Minuten
 - **Zirben Vital Massage** à 50 Minuten
 - **Aromaölmassage** à 50 Minuten
- + Zutritt zur Wellness-Oase
- + BEATUS Kulinarik (morgens Frühstücksbuffet, mittags Suppe- und Salatbuffet, nachmittags «Blechchueche», abends Dîner mit Auswahlmöglichkeiten)
- + Begleitete Ausflüge (Montag bis Freitag)

Im Zweibettzimmer Nord ab 2'077.–

Im Einzelzimmer Nord ab 1'119.–

Preis pro Zimmer in CHF inkl. MWST, Kurtaxe und Beherbergungstaxe.

Gültig bis 27. Juni 2025 bei Anreise Sonntag
(ausgenommen Feiertage)

Reservationen:

033 748 04 34 oder welcome@beatus.ch.



Berner Oberland

