

Engadin *Magazin*

Sehnsuchtsort *In den Bergen daheim ist jeder,
der einmal im Engadin zu Gast war*

SOMMER — 19



Engadin





Engadin Sommer—19



Herbstlich(t)
Die Engadiner Natur
ist auch im Herbst
und Winter
eindrucksvoll. **S. 50**



Der Freiheit entgegen
Beim Kitesurfen spürt man
Wasser und Wind – und kann
die Seele baumeln lassen. **S. 20**



Unterwegs auf zwei Rädern
Das Engadin ganz neu entdecken. S. 10



06 EDITORIAL

Gerhard Walter über das neue
Engadin Magazin

08 EVENTKALENDER – SOMMER 2019

SPORTERLEBNIS

- 10** *Über Stock und Stein* Warum das Oberengadin ein echtes Paradies für Radsportler und Mountainbiker ist
- 16** *Retreat in den Bergen* Den Alltag hinter sich lassen und entschleunigen mit einer Kombination aus Reiten und Yoga
- 20** *Sport-Eldorado* Fünf Frauen erzählen, was ihre persönlichen Sehnsuchtsorte im Oberengadin besonders macht
- 26** *Dem Himmel entgegen* Ein Bergführer über die Faszination von Berggipfeln

GASTFREUNDSCHAFT

- 28** *Ankommen!* Was die Engadiner Gastfreundschaft so legendär und über Graubünden hinaus berühmt macht
- 30** *Naturnah geniessen* Im Waldhaus Sils setzt man auf erstklassiges Essen – und bekommt vorzugsweise regionale Produkte serviert

ENTSCHLEUNIGUNG

- 34** *Was für ein Theater* Der Julierturm auf dem Julierpass bringt das Welttheater ins Oberengadin
- 40** *Kunst im Stall* In der Galleria Stalla Madulain findet man Inspiration in ganz besonderen Gemäuern

NATURSCHÖNHEIT

- 44** *Ein Tag am See* Abkühlung gibt es im Oberengadin zuhauf – zum Beispiel in einem der zahlreichen Seen
- 50** *Goldener Herbst* Deshalb ist das Oberengadin auch im Herbst und Winter ein echtes Highlight für Naturliebhaber

INSPIRATION

- 56** *Bildergeschichten* Illustratorin Pia Valär erweckt Geschichten zum Leben
- 58** *On Tour mit Ziegen* Einzigartig im Engadin und ein tierisches Vergnügen: Geissen-Trekking und -Yoga
- 64** *Eviva la Rumantschia* Über die Geschichte der in Graubünden gesprochenen Sprache. Plus: Rätoromanisch für Anfänger
- 66** *Vorschau* Die nächste Ausgabe Mitwirkende, Impressum





Liebe Leserinnen und Leser,

ich freue mich, dass Sie das neue Engadin Magazin in den Händen halten. Weiterentwicklung ist es, welche die Qualität von Dingen und Produkten hochhält und dafür sorgt, dass selbige spannend bleiben. Wir von Engadin St. Moritz Tourismus haben jüngst unsere beiden Marken „Engadin“ und „St. Moritz“ neu ausgerichtet – und werden künftig zwei verschiedene Magazine veröffentlichen, die unterschiedliche Schwerpunkte haben.

Im Mittelpunkt dieses Magazins steht ein absoluter Sehnsuchtsort: das Oberengadin. Für mich persönlich gibt es keine Region, welche die Vielfalt und Einzigartigkeit der Natur beeindruckender vereint. Ob man die Gegend nun via Mountainbike auf sich wirken lässt (S. 10), sich während einer ganz speziellen Auszeit in den Bergen wieder auf das Wesentliche besinnt (S. 16) oder auf Tuchfühlung mit den hiesigen Gipfeln geht (S. 26) – unser Engadin bietet das Passende, hält Neues bereit und überrascht immer wieder. Zum Beispiel mit einem wahrhaft goldenen Strahlen im Herbst (S. 50). Aber nicht nur die Natur prägt diese Gegend. Auch die Menschen, die hier leben, machen sie besonders. Authentische, kreative und herzliche Charaktere, deren Begeisterung für ihre Heimat und deren Gastfreundschaft sich auf jeden übertragen, der zu Besuch kommt.

Ich wünsche Ihnen eine wunderbar entspannte Lektüre. Lassen Sie sich inspirieren.

Herzlich
Gerhard Walter
CEO Engadin St. Moritz Tourismus AG



Engadin Top-Events Sommer 2019

Die Highlights aus Kultur, Sport und Kulinarik

Juni

13.6.–16.6.

20. Silser Hesse Tage
Hermann Hesses Werk kennenlernen
www.engadin.stmoritz.ch/sils

28.6.–30.6.

Vaude Engadin Bike Giro
Mountainbike-Etappenrennen für alle
www.engadin-bike-giro.ch

29.6.–6.7.

20. Opera St. Moritz
Jubiläumsproduktion von Giuseppe
Verdis „I due Foscari“
www.opera-stmoritz.ch

Juli

Juli-August

Origen Festival Cultural
Theater-Festival an diversen Orten im
Oberengadin
www.origen.ch

4.7.–4.8.

Festival Da Jazz
Jazz-Konzerte in toller Atmosphäre
www.festivaldajazz.ch

5.7.–6.7.

Engadin St. Moritz Ultraks
Trailrunning in spektakulärer Kulisse
engadin.ultraks.com

5.7.–7.7.

**26. British Classic Car Meeting
St. Moritz**
Britische Oldtimer der Extraklasse
www.bccm-stmoritz.ch

6.7.–7.7.

Ötillö Swimrun Engadin
Schwimm- und Lauf-Wettkampf
www.otilloswimrun.com/races/engadin

8.7.–18.8.

Engadiner Ferienspass
Ferienangebote für Kinder zwischen
fünf und sechzehn Jahren
www.ferienspass-engadin.ch

20./26.7.–28.7.

Swissalpine Irontrail
Diverse Races und Side Events
für Trailrunner, Bergläufer
und Genussläufer
www.swissalpine.ch

26.7.–28.7.

Tavolata St. Moritz
Foodfestival mit 400 Meter langer Tafel
www.tavolatastmoritz.ch

August

8.8.–11.8.

50. Concours Hippique Zuoz
Pferdesportwettbewerbe in allen
Kategorien
www.zuoz-concours.ch

23.8.–25.8.

Passione Engadina
Rallye mit historischen Fahrzeugen
www.passione-engadina.ch

September

15.9.–21.9.

Resonanzen Sils
Internationales Kulturfest
www.waldhaus-sils.ch

20.9.–22.9.

Bernina Gran Turismo
Autorennen auf dem Bernina-Pass
www.bernina-granturismo.com

26.9.–29.9.

Silser Nietzsche-Kolloquium
Diskutiert wird zum Thema
„Konstruktionen von Männlichkeit“
www.nietzschehaus.ch

Über Stock und Stein

**Für Radsportler und Mountainbiker
ist das Engadin ein Paradies.
Das ausgedehnte Radwegenetz bietet
herrliche Naturstrassen und Biketrails.**

Text ROBERTO RIVOLA *Bild* MADLAINA WALTHER



Christoph Schäfli mit dem elfjährigen Luca und der fünfjährigen Selina auf dem Pumptrack

Von Pontresina aus geht es zum herrlichen Lej da Staz (u.).

Wir sind bereits vom Engadin bis nach Innsbruck gefahren“, erzählt der elfjährige Luca stolz, „ich bin die ganze Zeit selber gefahren, Selina mithilfe einer FollowMe-Tandemkupplung“. Die Fünfjährige strahlt über beide Ohren, „wenn es hochgeht, helfe ich mit, bergab mache ich Kunststücke auf den Pedalen.“ Vorletztes Jahr ist Familie Schäfli mit den Rädern von Sils nach Scuol aufgebrochen, mit Übernachtungen in Pontresina und Zernez. Letzten Sommer ging es dann in die zweite Etappe über den Innradweg von Zernez nach Innsbruck. Dagegen ist die heutige Tour ein Klacks. Wir treffen die sportliche Familie auf dem Pumptrack in Pontresina, bevor sie ihre Fahrt durch den Stazerwald und zum Stazersee antritt. Den Pumptrack wollen die Geschwister gar nicht mehr verlassen, so begeistert sind sie vom Auf und Ab, von den Kurven, Mulden und Wellen. Die Anlage ist für Fahrer jeden Alters geeignet, ein Abenteuerspielplatz auf einer Länge von insgesamt 350 Metern. Hier lernt man, sein Bike in engen Kurven und über Wellen gut zu beherrschen. Von Mai bis Oktober treffen auf der betonierten Fläche Anfänger auf ambitionierte Amateure und Spitzensportler. Christoph Schäfli und seine Kinder sind hierhergekommen, um sich mit den Bikes auszutoben. Ab und zu, am Abend, ist Christoph auch ohne die Kinder unterwegs. Dann fährt er zum Beispiel von Pontresina zum Bernina-Pass und zurück über Morteratsch. „Das ist eine sehr empfehlenswerte Strecke, um den Kopf

„Bei so vielen Sportmöglichkeiten hier im Engadin ist es unmöglich, alles in einem Sommer zu machen.“

CHRISTOPH SCHÄFLI
Schreiner und Langlauflehrer

zu lüften. Wenn ich mehr Zeit habe, fahre ich nach Livigno über das Val da Fain und zurück über den Bernina-Pass bzw. den Lago Bianco.“

Welche Ausrüstung man zum Biken benötigt? „Einen Helm, um den Kopf zu schützen“, kommt von Luca wie aus der Pistole geschossen. „Genau, den Kopf kann man nicht flicken“, ergänzt sein Vater. Was es sonst noch braucht, um das Verletzungsrisiko in Grenzen zu halten? Luca zählt auf: „Handschuhe, um die Hände bei einem Sturz zu schützen. Und natürlich eine Sonnenbrille, damit keine Insekten oder Steinchen in die Augen gelangen, sowie richtige Schuhe für die Klickpedale.“ „Und eine Hose in der Farbe, die zum T-Shirt passt, am besten rosarot“, ergänzt Selina. Die Fünfjährige hat einen ersten kleineren Unfall gut überstanden. „Ich war zu nahe am Trottoir und bin gestürzt, musste aber nicht ins Spital. Es hat nicht mal viele Pflaster gebraucht“, erinnert sie sich.

Die Flow Trails im Engadin ist Christoph bisher immer nur alleine gefahren. „Mit den Kindern haben wir es noch nicht geschafft. Bei so vielen Sportmöglichkeiten hier im Engadin ist es unmöglich, alles in einem Sommer zu machen. Aber wir müssen bald hinfahren. Das wird dir gut gefallen, Luca, es ist so wie eine Bobbahn“, sagt Christoph zu seinem Sohn. Der Elfjährige liebt die sportliche Herausforderung, ob Biathlon, Fussball, Unihockey, Skifahren, Snowboard oder Eishockey. Die Liste seiner sportlichen Aktivitäten ist lang. Mit seinem Vater tritt er gerne in familiären Wettstreit: „Vor Kurzem sind mein Vater und ich auf den Piz Languard gestiegen, wir haben weniger als zwei Stunden gebraucht – und am Anfang bin ich sogar schneller als der Papi gelaufen.“ Motivationsprobleme gibt es selten, erzählt Christoph. „Nur wenn die Kinder bereits etwas vorhaben, ist es schwieriger, sie zu motivieren. Aber wenn man ein Ziel hat, wie das Inn-Projekt, gibt es keine Diskussionen. Heute war es auch einfach, mit der Aussicht auf Heidelbeeren im Stazerwald und dem schönen Stazersee als Ziel.“ Nur das Baden muss ausfallen. Das Wasser ist heute zu kühl. Aber das macht nichts, Sandburgen bauen geht ja trotzdem.



Mountainbiken für alle – Interview mit den Bike-Guides Gian Andrea und Tanja Seibert

Für die Bike School Engadin und den Verein Pachific Bike seid ihr oft auf den Flow Trails auf Corviglia unterwegs. Für wen eignen sich diese und was macht sie besonders?

Tanja: Durch die spezielle Gestaltung und nur wenige fahrtechnische Schwierigkeiten sind die Flow Trails für viele Biker fahrbar. Ein bisschen Erfahrung sollte man mitbringen, aber sogar mit Kindern kann man auf die Flow Trails.

Was lernen Kinder dort?

Gian: Auf den Flow Trails lernen Kinder viel über Gleichgewicht und Kurventechnik, und sie lernen dort, über Hügel zu fahren. Ausserdem üben sie Grundtechniken wie das Bremsen vor der Kurve. Es ist ein super Einstieg, um danach richtige Trails zu fahren.

Wie fordert ihr die Kids sonst noch?

Tanja: Die Bike School Engadin bietet die speziellen Kinderkurse „Kids on Bikes“ an. Dort lernen Kinder spielerisch verschiedene Grundtechniken kennen wie Bremsen, Kurven fahren, die richtige Grundposition, die Trailposition und Hindernisse überfahren, sodass sie dann Zugang zu den Trails haben. Der Pachific Bike Verein ist ein Bike-Club, der den Kindern die Grundlagen des Bikens beibringt und die Erkundung der Trails rund um St. Moritz.

Welche Angebote gibt es für Erwachsene?

Gian: Für Erwachsene haben wir in der Bike School auch spezielle Kurse, seien es Technikkurse, Touren oder eine Kombination. Häufig besuchen Familien gemeinsam einen

Sprechen Sie Mountainbike?

Single Trail

ein sehr schmaler Pfad für nur eine Person

Flow Trail

ein spezieller Streckentyp für Mountainbiker

Pumptrack

spezielle Anlage, meist aus Erde oder Lehm

All Mountain Bike

die Alleskönner unter den Mountainbikes, oftmals vollgefedert
Mountainbike Fully
Vorderrad und Hinterbau sind gefedert
Mountainbike Hardtail
nur das Vorderrad ist gefedert



Bike-Kurs. Die Kinderkurse sind für Kinder von acht bis 14 Jahren. Wir gehen individuell spielerisch auf sie ein.

Was für ein Bike und wie viel Erfahrung braucht man, um auf den Flow Trails zu fahren?

Gian: Ideal ist ein All Mountain Bike mit einer guten Federung (140–150 mm Federweg), um Hügel aufzunehmen und die Kurven zu fahren. Beim Bergabfahren braucht es eine gewisse Erfahrung im Bremsen und Kurventechnik ist empfehlenswert, da die 90-Grad-Kurven relativ schwierig zu fahren sind.

Tanja: Kinder brauchen nicht unbedingt ein Mountainbike Fully, es geht auch ein Mountainbike Hardtail. Wichtig sind gute Bremsen und ein etwas breiterer Pneu. Nur keine Citybikes!

Bei Flow Trails geht es doch nur bergab – macht das überhaupt fit?

Gian: Flow Trails fahren ist für den Oberkörper anstrengend. Wenn man den Weg zwei- bis dreimal hinuntergefahren ist, merkt man das. Es braucht Rumpfspannung, Arme, aber auch Beine, weil man beim Flow-Trail-Fahren meistens steht und der Körper angespannt ist. Es ist definitiv ein Training.

Welche Trails würdet ihr einem Gast, der zum ersten Mal im Engadin ist, besonders empfehlen und warum?

Tanja: Für Gäste, die schon etwas biken können und körperlich fit sind, empfehle ich die Route von Morteratsch



Ein Päuschen zwischendurch muss auch sein. Schliesslich gilt es, den Ausblick über die Berge zu geniessen (o.).

Die richtige Kurventechnik ist ausschlaggebend beim Mountainbiken (o.r.).



Bike School Engadin
www.bikeschool-engadin.ch
 T +41 76 471 47 53

Pachific Bike
 Private Guiding
www.pachificbike.ch
 T +41 79 506 75 09

hoch in Richtung Bernina-Pass, um den Lago Bianco und danach die schönen Flow Trails zum Morteratsch hinunter. Das ist körperlich mittelanspruchsvoll und landschaftlich sehr attraktiv. Das ist einer der schönsten Trails, die man fahren kann. Wenn man auf der Corviglia bleiben will, ist der Suvretta Loop ein schöner Trail. Man kann von Celerina hochfahren, dann rund um den Piz Nair, hinten zum Lej Suvretta und durchs wunderschöne Val Bever wieder zurück. Will man es sich etwas einfacher machen, nimmt man die Bahn auf den Piz Nair und fährt dann hinunter zum Lej Suvretta – ist technisch etwas anspruchsvoller, aber der Abschluss durch das Val Bever ist landschaftlich auch wunderschön. Wenn man auf den Flow Trails bleiben will, ist der Olympia Flow Trail landschaftlich am schönsten, der Foppettas Flow Trail ist spassig, weil er enger und im Wald gelegen ist.

Wo macht ihr am liebsten zwischen den Fahrten eine Pause?

Tanja: Wenn wir auf der Corviglia und den Flow Trails unterwegs sind, finde ich die Alto Bar sehr schön, mit ihrer chilligen Atmosphäre. Man trifft viele Biker und Gleichgesinnte. Wenn man den Trail vom Ospizio Bernina zurück nach Pontresina fährt, ist die Alp-Schaukäserei Morteratsch mit ihren feinen Plättli sehr schön.
Gian: Mein Geheimtipp: Wenn man von Marguns unter dem Piz Padella durchfährt, kommt man auf die Alp Muntatsch. Dort gibt es einen feinen Kaiserschmarrn! Danach geht es nur noch bergab.

Welchen Trail würdet ihr einer Familie empfehlen?

Gian: Ein schöner, spannender Weg, der auch für Kinder machbar ist, führt vom Pumptrack in Pontresina zum Stazerwald. Von dort geht es dann in Richtung Stazersee, wo man anschliessend ein Bad im See nimmt und sich von der Anstrengung erholen kann.
Tanja: Auch cool mit Kindern ist der Bernina Express. Man nimmt die RhB, fährt hoch zur Diavolezza-Talstation oder zum Ospizio, falls die Kinder schon etwas grösser sind. Abschliessend fährt man den neu gebauten Trail zurück hinunter nach Morteratsch.

Retreat in den Bergen

In ihren Retreats verbindet Catherine Lippuner Reiten und Yoga. Eine Kombination, die entschleunigt, den Alltag vergessen lässt – und ganz wunderbar ins Oberengadin passt.

Ganz am Schluss, sonntagabends, wenn Catherine Lippuner nach ihrem Retreat Reiten & Yoga im Oberengadin die Teilnehmer verabschiedet, tut es ihr fast ein bisschen leid, die Gruppe wieder gehen zu lassen. Und das, obwohl sich alle noch gar nicht lange kennen, genau genommen, erst seit drei Tagen. „Wenn die Teilnehmer gehen, sind sie fast so etwas wie Freunde. Reiten verbindet“, sagt Catherine. Dass an nur einem Wochenende neue Freundschaften entstehen können, bestätigt auch Anna Hartmann, die bereits an drei von Catherines Retreats teilgenommen hat. Natürlich schweisst nicht nur das Reiten zusammen, auch die Gespräche – ernsthafte und heitere –, die unvergesslichen Eindrücke in der Natur, die gemeinsam ausgeführten Asanas und die Engadiner Gastlichkeit lassen die Gruppe schnell zusammenwachsen. „Man wird direkt abgeholt und fühlt sich ab der ersten Sekunde in der Gruppe aufgenommen“, berichtet Luisa Neugebauer, die bisher bei zwei von Catherines Retreats dabei war und regelmäßig deren Yogastunden in Zürich besucht.

Freitagmittags beginnt das Entschleunigungsprogramm. Die insgesamt zehn Teilnehmer treffen das erste Mal in Madulain aufeinander, auf der Engadin River Ranch, einem Hof von Catherines Freunden. Dann heisst es erst mal: „Ankommen, runterkommen, die Gegend geniessen.“ Anschliessend gibt es Mittagessen, danach werden die Pferde verteilt. Die Teilnehmer drehen daraufhin eine kleine Runde, um zu schauen, ob die Chemie zwischen Reiter und Tier stimmt. Vor dem Abendessen gibt es die erste Yogaeinheit. Und spätestens beim Bad im Hot Pot mit Blick in den Sternenhimmel hat man den Alltag mit all seinen Terminen, Verabredungen und To-dos irgendwo dort zwischengelagert, wo er die kommenden Tage nicht ablenkt. „Im Hot Pot konnten wir sogar die Hirsche röhren hören – was für ein tolles Naturerlebnis“, erinnert sich Andrea Binkert. Für sie sind die Retreats im Engadin mittlerweile so etwas wie eine Tradition, sie nimmt seit 2014 jeden Herbst teil.

Nach der ersten Nacht im Hotel geht es beim Oberengadiner Retreat samstags mit den Pferden über die Via Engiadina. Ein herrlicher Ritt durch Lärchenwälder, in der Luft der Duft von Arven, ringsherum die Berge, Wiesen, nichts als Natur. „Immer wieder eröffnen sich entlang der Route tolle Ausblicke“, so Andrea.

**Text LISA BIERBAUER
Bild MADLAINA WALTHER**







„Ankommen, runterkommen, die Gegend geniessen.“

**Sicheres Reiten in
allen Gangarten ist bei
diesem Retreat Teil-
nahmevoraussetzung.
Beim Yoga darf man
auch Anfänger sein.**

Wenn der Kopf bis dahin noch nicht frei ist, bekommt man spätestens jetzt ein Gefühl von Leichtigkeit. „Die Energie des Engadins ist perfekt für das Programm, weil sie stark, klar und bestärkend ist. Ein Kraftort“, sagt Catherine. Teilnehmerin Luisa empfindet bereits die Anreise ins Engadin als besonders: „Schon die Fahrt ins Engadin war beeindruckend und meditativ, ein perfekter Start.“ Seit sechs Jahren bietet Catherine Retreats an. Nicht nur im Ober- und Unterengadin, auch im Ausland, etwa auf Ibiza. „Das Oberengadin ist besonders, weil es eine Hochebene ist. Anders als in anderen Bergregionen hat man den Berg nicht vor dem Kopf, sondern hat eine schöne, offene, weite

Ebene. Ideal zum Reiten und Draussensein“, so die Yogalehrerin. Ein besonderes Highlight sind auch die Retreats im Winter mit herrlichen Galoppstrecken im Schnee. Im Oberengadin dürfen nur sattelfeste Reiterinnen teilnehmen, Reitanfängerinnen können ins Unterengadin mitkommen. Ein verlängertes Wochenende lang machen die Teilnehmer dort erste Erfahrungen mit Pferden und Yoga. Viele von ihnen kommen wieder. Es gibt einen weiteren Grund, warum sich Reiten und Yoga hervorragend ergänzen: „Achtsamkeit und Präsenz sind sowohl beim Yoga als auch beim Reiten wichtig“, sagt Catherine. Yoga helfe, körperliche und energetische Blockaden zu lösen und sich mit sich

selbst zu verbinden. Das wiederum komme den Teilnehmern beim Reiten zugute. „Pferde sind sehr sensibel, sie merken sofort, wenn man nicht im Gleichgewicht ist. Die Tiere sind dann zur Kooperation bereit, wenn man präsent und nicht verspannt ist.“

Am Nachmittag gelangt die Gruppe an ihr Zwischenziel, die Chesa Spuondas, wo sie die zweite Nacht verbringt. Alle kommen gemütlich an, dann wird Yoga gemacht. Die Yogastunde empfinden die Teilnehmer nach dem Ritt nicht als Anstrengung, im Gegenteil: „Abends waren die Yogalektionen einfacher als morgens – wo sie aufweckend und erfrischend sind – und viel mit Dehnungsübungen verbunden,

Über CATHERINE LIPPUNER

In den ersten Semestern ihres Biologiestudiums hat Catherine Lippuner mit dem Yoga begonnen. Letzteres ist für sie heute nicht mehr nur eine Praktik, sondern eine Lebenseinstellung. Als ausgebildete Yogalehrerin und Shiatsu-Therapeutin lebt und arbeitet sie abwechselnd in La Punt und Zürich. Seit sechs Jahren veranstaltet sie Retreats – unter anderem im Oberengadin. So gern sie ihre Gruppen leitet, so wichtig sind ihr auch regelmässige Pausen. Dann verbringt Catherine viel Zeit nur mit sich. Am Ende jedes Jahres reist sie zudem ein paar Wochen nach Indien. „Wenn du nur vom einen zum nächsten rennst, deinen Tag nur abspulst, ist es schwierig, das alles wieder aufzuarbeiten.“ Ihre Lieblingsorte im Engadin zum bewussten Abschalten: der Piz Mezzaun, eine Wanderung zur Bovalhütte oder auf den Muottas Muragl.



www.reitenundyoga.ch



sodass wir am nächsten Tag keinen Muskelkater hatten“, erzählt Anna. Zudem ist ihr ein anderes besonderes Erlebnis im Gedächtnis geblieben: „Morgens haben wir den Sonnengruss zur gleichen Zeit gemacht, an der die Sonne über dem Berg hervorkam – ein wunderschöner Moment.“

Bevor die Teilnehmer – zumeist übrigens Frauen – wieder auf die Pferde steigen, gibt es eine morgendliche Yogastunde. Friedvoller kann man den Tag wohl kaum beginnen. Dann reiten alle zurück nach Madulain. Das finale Ziel des Wochenendes ist jene Ranch, an der die Entspannungsreise ihren Anfang genommen hat. Was jetzt hinter den Teilnehmern liegt, sind Tage

des bewussten Abschaltens. Der Reflexion. „Gemeinsam im Galopp lachen und sich über das Schnauben eines Pferdes freuen verbindet und hat mich zurück zur Magie des ‚Hier und Jetzt‘ gebracht“, so Luisa. Ein kleines bisschen Magie, die sie während des Reitens immer wieder verspürt habe, sei auch Andrea geblieben – „und das Wissen, diese Erinnerung auch im nächsten Jahr auffrischen zu wollen“. Nach dem Retreat sind die Teilnehmer entspannter. Aber nicht nur das. Man fühlt sich ein Stück weit lebendiger, gefestigter. Man entkomme dem Alltag, tauche „in eine wunderschöne Märchenwelt“ und finde „zurück zu sich selbst“, resümiert Teilnehmerin Anna. „Man ist mit Energie

vollgetankt, geerdet, gestärkt und hat ein weinendes Auge, dass es schon vorbei ist.“ Entscheidungen, die man vielleicht vorher vor sich hergeschoben hat, fühlen sich jetzt leichter an. Manchmal hört Catherine dann von einzelnen Teilnehmern, dass sie im Anschluss an das Wochenende ihren Job gekündigt haben oder in eine neue Wohnung ziehen möchten. „Die Menschen sind klarer in dem, was sie wollen“, so Catherine.

Drei Tage Auszeit im Oberengadin können keine Wunder bewirken. Aber inmitten unberührter Natur, mächtiger Berge und glasklarer Seen sieht man plötzlich ganz deutlich, worauf es eigentlich ankommt.

Sport-Eldorado

Im Engadin findet jeder seinen Sehnsuchtsort. Fünf Sportlerinnen verraten, wo sie ihren gefunden haben.

Text **FRANCO FURGER**
Bild **ROMANO SALIS**

Mountainbiken mit Laura Breitenmoser Ausdauer, Adrenalin und Flow

Laura Breitenmoser mag es, auf dem Piz Nair zu stehen und in die Weite zu blicken. Und vor allem mag sie es, mit ihrem Mountainbike vom Piz Nair hinunterzufahren. „In diesem hochalpinen und steinigen Gelände biken zu können, ist schon speziell. Die Trails sind technisch anspruchsvoll, aber gut fahrbar und richtig spannend.“

Als Guide bei der Bike School Engadin und Leiterin des Bikezentrums Pontresina kennt sie die Engadiner Trails so gut wie ihr Wohnzimmer. Am liebsten ist sie mit gemischten Gruppen aus Frauen und Männern unterwegs, dann sei die Stimmung am lockersten.

Am Engadin schätzt sie vor allem die Vielseitigkeit. „Die Mischung aus natürlichen und ausgebauten Trails ist einzigartig.“ Abwechslungsreich seien aber nicht nur die Trails, sondern vor allem die Natureindrücke. „In nur einer Abfahrt fährst du durch Steinformationen, Gebüsche, Wiesen und Wälder. Das ist richtig intensiv.“

Aufgewachsen ist die 34-Jährige in Bonaduz, in der Nähe von Chur. Das Engadin lernte sie beim Wind- und Kitesurfen kennen und schätzen. „Einmal im Engadin zu wohnen, war immer ein Traum“, sagt sie. Vor acht Jahren machte sie ihn wahr – und entdeckte den Mountainbike-Sport als neue Leidenschaft. Am Mountainbiken fasziniert sie vor allem die Kombination von Ausdauer, Adrenalin und Flow.

Laura Breitenmoser liebt die Weite des Engadins. Angefangen hat sie mit Wind- und Kitesurfen. Heute ist die Sportlerin immer öfter auf den Trails anzutreffen und immer weniger auf dem Wasser.





Gabi Egli rennt für ihr Leben gern. Lange Zeit hatte sie sich auf Städtemarathons fokussiert, doch inzwischen sind Bergläufe und Trailrunning ihre Leidenschaft. „In der freien Natur zu rennen, ist abwechslungsreicher und macht einfach mehr Spass“, sagt die 40-jährige Ausdauersportlerin.

Gabi stammt aus Richterswil am Zürichsee, doch ihr Wunsch sei es schon immer gewesen, einmal in den Bergen zu wohnen. Darum entschied sich die gelernte Optikerin für eine weitere Ausbildung und absolvierte die Tourismusfachschule in Samedan. Danach blieb sie im Engadin, „denn hier finde ich die schönsten Laufstrecken direkt vor der Haustür. Es ist der perfekte Ort, um Ausdauersport zu betreiben.“

Gabi mag es, ihre körperlichen und mentalen Grenzen auszuloten. Im Sommer 2018 bestritt sie mit dem anspruchsvollen Transalpine Run erstmals ein Langdistanzrennen. Zusammen mit einem Partner lief sie sieben Tage in Folge Distanzen zwischen 30 und 50 Kilometern und überquerte dabei die Alpen. „Entscheidend ist, dass man nicht nur körperlich, sondern vor allem im Kopf bereit ist, dann ist vieles möglich“, erklärt sie. Dies gelte für Leistungssportler genauso wie für Hobbysportler, die sich zum Beispiel die Bernina-Tour vornehmen.

Einmal einen Ironman-Triathlon zu absolvieren, ist ein weiteres Ziel von Gabi, denn Triathlon ist ihre zweite grosse Leidenschaft. Auch dafür findet sie im Engadin ideale Trainingsbedingungen, sei es beim Rennradfahren auf den umliegenden Alpenpässen oder beim Schwimmen im Hallenbad Spa & Sportzentrum OVAVERVA. Das St. Moritzer Hallenbad und Spa kennt Gabi in- und auswendig – sie ist hier nicht nur ein eifriger und häufiger Schwimgast, sondern auch die Leiterin der Administration.

Trailrunning mit Gabi Egli Rennen ist auch Kopfsache



Gabi Egli wollte immer in den Bergen wohnen. Im Engadin liegen ihre liebsten Laufstrecken direkt vor der Haustür.

**Es ist das Zusammen-
spiel der Elemente
Wind und Wasser,
das Juliane Pucker am
Kitesurfen fasziniert.**

Kitesurfen mit Juliane Pucker Das Spiel mit den Elementen

Kitesurfen und Berge, das passt für Juliane Pucker gut zusammen. Während ihres Studiums in Kanada kam sie zum ersten Mal in Kontakt mit der Sportart, nun ist sie im Engadin zu Hause und Silvaplana ihr „Homespot“. Board, Schirm und Neoprenanzug liegen immer im Auto bereit, um nach dem Feierabend noch schnell aufs Wasser gehen zu können.

Seit zweieinhalb Jahren arbeitet die 33-Jährige als PR- und Marketingmanagerin im Grand Hotel des Bains Kempinski. „Als ich die Stellenausschreibung sah, musste ich nicht lange überlegen. Ich mache viel Sport, bin gerne in der Natur und mag die Berge“, sagt Juliane, die im deutschen Bonn aufgewachsen ist. „Es ist wie ein Traum, hier leben zu dürfen. Das Engadin hört einfach nie auf, schön zu sein – egal, wo du bist.“

Juliane ist sehr polysportiv und geht auch gerne wandern oder mountainbiken, „meine Leidenschaft ist jedoch das Kitesurfen. Das Gefühl ist unvergleichlich, wenn du die volle Power im Schirm spürst, übers Wasser schiesst und das Ganze kontrollieren kannst.“

Die junge Frau geht auch gerne ans Meer zum Kitesurfen und hat schon viele erstklassige Spots besucht. Der Silvaplannersee könne sich durchaus mit diesen Orten messen, sagt sie. „Das Wasser ist zwar frisch, aber die konstanten Windverhältnisse und die super Infrastruktur am See mit Duschen, Sportanlagen, Restaurant und Campingplatz machen dies wett.“ Zudem seien die Leute sehr hilfsbereit und freundlich.

Was Juliane beim Kitesurfen auf dem Silvaplannersee am meisten beeindruckt, ist der Blick auf die umliegenden Berge. „Es fühlt sich an, als ob ein weiteres Element auf dich einwirkt.“

**„Es ist ein Traum,
hier leben zu
dürfen. Das
Engadin hört
einfach nie auf,
schön zu sein.“**



Klettern mit Bettina Leimgruber **Der Gipfel ist nicht das Wichtigste**

Zum ersten Mal stand Bettina Leimgruber mit 20 auf dem Piz Bernina. Freunde führten sie über die schwierige Biancogrät-Route. Es war erst ihre zweite Hochtour. „Diese Tour hat meine Faszination fürs Bergsteigen und Klettern so richtig geweckt“, sagt sie. Mittlerweile führt die 42-Jährige selbst Gäste auf den Piz Bernina und die umliegenden Gipfel. Denn seit Kurzem ist sie eine der wenigen Bergführerinnen mit eidgenössischem Fachausweis.

Beim Bergsteigen geht es ihr nicht darum, zwingend einen Gipfel zu erreichen, sondern um das Gesamterlebnis und das Unterwegssein. „Ich liebe die ersten Lichtstrahlen am frühen Morgen, die Abwechslung der Landschaften, die schönen Ausblicke beim Laufen.“

Bettina lebt in Davos, wo sie auch aufgewachsen ist. Sie lernte Konditor/Confiseur und war jede freie Minute in den Bergen. Also fing sie an, als Skilehrerin zu arbeiten; und weil sie am liebsten abseits der Pisten unterwegs ist, absolvierte sie nach langem Überlegen auch noch die harte Ausbildung zur Bergführerin.

„Vor den Kletterprüfungen hatte ich grossen Respekt.“ Bettina musste viel trainieren und ging dazu oft ins Engadin und ins Bergell. Sie mag vor allem den Klettergarten Lagalb am Bernina-Pass, weil er so vielseitig ist und dort auch in der Sommerhitze immer ein kühlendes Lüftchen weht. „Egal, wie gut man ist, im Klettergarten finden alle eine geeignete Route und können Spass zusammen haben.“ Auch den Klettergarten oberhalb von Plaun da Lej findet sie reizvoll. „Es ist ein wunderhübsches Plätzchen und der Ausblick über den Silsersee einfach gewaltig.“



Am Sportklettern mag die Bergführerin, dass man mit Freunden oder Gästen eine gesellige Zeit verbringen kann.



Wandern mit Christine Salis Wandernd Geschichten erzählen

Christine Salis erzählt gerne Geschichten. Zum Beispiel, wie der Steinbock nach Pontresina fand: „Es waren zwei Steingeissen, die vom Nationalpark via Livigno einwanderten, doch die Hirtenjungen meinten, es seien bloss Ziegen ...“ Oder, wie Johann Wilhelm Coaz die Erstbesteigung des Piz Bernina gelang: „Niemand glaubte ihm, als er davon berichtete, bis er den Leuten mit dem Fernrohr die Schweizer Fahne auf dem Gipfel zeigte ...“

Die Wanderleiterin mit eidgenössischem Fachausweis ist oft bei Pontresina unterwegs, wo sie ihren Gästen die Berge und Gletscher des Bernina-Massivs erklärt und Murmeltiere und Steinwild aufspürt. Ihr Tipp: „Pontresina Tourismus bietet jeden Freitag kostenlose Führungen an.“ Im Schweizerischen Nationalpark kennt sich Christine ebenfalls bestens aus, sie leitet regelmässig Exkursionen. Die mehrtägige Bernina-Tour ist sie schon einige Male gewandert. „Ein super Erlebnis, denn jede Etappe ist landschaftlich anders.“

Ihr grosses Fachwissen hat sich die 60-Jährige selbst angeeignet. Sie nimmt sich auf Wanderungen gerne die Zeit, um den Gästen die Besonderheiten der Natur zu erklären. Auch in ihrer Familie dreht sich praktisch alles um Berge, Wildtiere und Naturerlebnisse. Ihr Mann Marco ist Bergführer und Rettungschef der SAC Sektion Bernina. Und auch die beiden Söhne sind stets in den Bergen: Romano als Bergführer und Naturfotograf, Giancarlo als Bergführeraspirant und Skilehrer.

Aufgewachsen ist Christine am Thunersee, lebt aber schon seit 40 Jahren im Engadin. Die vielseitig interessierte Frau macht in Pontresina Dorfführungen und ist Co-Autorin eines Dorfführers. Denn sie mag es, Menschen Geschichten zu erzählen.



Die Wanderleiterin Christine Salis hält Berge und Wildtiere gerne mit der Kamera fest, zum Beispiel im Schweizerischen Nationalpark.

Dem Himmel entgegen

Die Felswand, die zum Gipfel führt, ist einer der wenigen Orte, wo der Mensch noch er selbst ist, so Bergführer Pierino Giuliani.

Text **FRANCO FURGER** *Bild* **PIERINO GIULIANI**



Sie kletterten am Mount Everest, bezwangen den 8'201 Meter hohen Cho Oyu, standen schon mehr als 250-mal auf dem Piz Palü. Was fasziniert und motiviert Sie, immer wieder auf Berge zu steigen?

Früher trieb mich der Ehrgeiz an. Ich wollte meine körperlichen und mentalen Grenzen erfahren. Heute geht es mir um das Naturerlebnis zusammen mit Gästen oder Freunden. Es ist schön, die Freude und den Stolz, ein Ziel erreicht zu haben, zu teilen. Was mich heute noch genauso fasziniert wie früher, sind die Bewegungsabläufe beim Klettern – auch wenn ich nicht mehr jede Route hochkomme.

Wie gefährlich ist Klettern?

Wenn die Konzentration hoch bleibt, dann ist Klettern nicht gefährlicher als andere Sportarten. Das beginnt schon bei der Planung, beim Packen des Rucksacks, beim Zustieg zur Kletterwand, beim Beobachten des Geländes, beim Anziehen des Klettergurts und Binden des Knotens. Alles muss sorgfältig ausgeführt und geprüft werden. Hohe Konzentration ist von beiden Kletterpartnern gefordert: demjenigen, der klettert, und demjenigen, der sichert.

Pierino Giulianis Lieblingskletterspots im Engadin

Das Engadin bietet sowohl für Einsteiger als auch für Könner zahlreiche Kletterspots. Pierino Giuliani stellt uns einige vor.

Piz Alv/Lagalb – der vielseitige Klettergarten

Der grösste Klettergarten im Engadin, südseitig zwischen den Talstationen der Diavolezza- und Lagalbbahn, bietet Routen in allen Schwierigkeitsklassen. Dank der Höhenlage (2'200 m) sind die Temperaturen auch im Hochsommer angenehm.

Morteratsch – der Ort für Familien

Der Klettergarten bei Morteratsch ist leicht zugänglich und mit vielen einfachen und abgesicherten Routen perfekt für Familien. Aber auch Profis finden hier noch athletische Herausforderung.

Pontresina – der schönste Klettersteig

Kaum ein anderer Klettersteig ist so einfach erreichbar. Vom Dorfzentrum Pontresina (Post) läuft man 20 Minuten bis zum Einstieg. Der Klettersteig La Resgia ist wunderschön angelegt und erfordert an der Schlüsselstelle etwas Armkraft.

Albigna – traumhafte Mehrseillängentouren

Die Klettermöglichkeiten sind schier grenzenlos, von gut eingerichteten Sportkletterrouten bis hin zu alpinen Touren zum Selbstabsichern. Weltberühmt ist die Felsnadel La Fiamma.

Was muss man beachten, wenn man mit Kindern klettern geht?

Kleinkinder haben noch keine Höhenangst und kraxeln einfach drauflos. Darum ist es wichtig, schon den Kleinsten zu vermitteln, dass sie runterfallen können. Das heisst: die Kinder nicht dauernd im gespannten Seil halten, sondern bewusst hochsteigen und auch mal ein paar Zentimeter ins Seil fallen lassen.

Was zeichnet das Engadin als Kletterregion aus?

Die Vielseitigkeit und die schöne Landschaft. Im Engadin und den angrenzenden Tälern findet man erstklassige Routen für alle alpinistischen Disziplinen und Niveaus, von der Kletterhalle über familienfreundliche Klettergärten bis zu anspruchsvoller Kletterei an Fels und Eis. Darum lebe ich so gerne hier.

Sie sagen, in einer Felswand ist der Mensch noch er selbst. Was meinen Sie damit?

Am Berg wird der Mensch auf das reine Ich reduziert. Ansehen, Geld, Status oder Erfolg spielen keine Rolle. Wer kalte Hände hat, hat kalte Hände. Wer Schmerzen hat, hat Schmerzen. Man kann sich nicht belügen, sondern muss sich der Realität stellen: ich und der Fels.



Über PIERINO GIULIANI

Pierino Giuliani (61) ist in Cavaglia, einem kleinen Ort im Valposchiavo, aufgewachsen und absolvierte bereits mit Mitte 20 die anspruchsvolle Ausbildung zum Bergführer. Zusammen mit seiner Frau eröffnete er ein Fachgeschäft für Bergsport in Poschiavo, später kam das Geschäft in Pontresina dazu. Daneben war er lange Zeit Präsident des lokalen Bergführervereins und stand dem kantonalen Verband vor. Inzwischen hat er sich aus den Verbandstätigkeiten zurückgezogen und konzentriert sich auf seinen Mountain Shop in Pontresina. Neben all seinen Tätigkeiten nimmt er sich jedes Jahr Zeit, neue Klettertouren zu entdecken. www.mountainshop.ch

An- kommen!

**Die Engadiner
Gastfreundschaft
ist berühmt – und
sorgt dafür, dass
man gern bleibt.**

Text **CAROLIN GEIST**

Illustration **CLAUDIA MEITERT**

Zerlegt man „Gast-Freund-Schaft“ in seine Bestandteile, enthüllt das Wort die Fähigkeit, einem Gast das Gefühl zu geben, er wäre ein Freund, den man willkommen heisst.

Viele verbinden mit St. Moritz und Umgebung vor allem Exklusivität und Luxushotels. Wofür das Engadin aber auch legendär ist: Gastfreundschaft. Jeder kann sich hier wohlfühlen und wird von den Einheimischen willkommen geheissen. Ob Sportler, Naturliebhaber oder Familienmensch – das Engadin gibt jedem ein Gefühl von Heimat.



Gastgeber im Engadin: Cindy Conrad, Kathrin Käch, Roman Kling und Ladina Tarnuzzer (von oben, im Uhrzeigersinn).

Das Lyceum Alpinum Zuoz:**Geborgenheit für Schüler****Ladina Tarnuzzer, Gastronomie,****Hotellerie für die Schüler**

Ladina Tarnuzzer brachte ihre langjährige Hotellerie-Erfahrung in einen Betrieb, den man auf den ersten Blick nicht mit einem Hotel vergleicht. Für sie ist das Internat, wie sie zwinkernd erklärt, das „bestausgelastete Hotel des Engadins – mit ganzjähriger Besetzung“. Das Lyceum Alpinum Zuoz ist wahrhaftig nicht nur Schule, sondern auch ein zweites Zuhause, und das 365 Tage im Jahr. Um den Bewohnern das Gefühl eines richtigen Zuhauses zu geben, braucht es weit mehr als in einem Hotel, in dem man sich nur ein paar Nächte aufhält. Es braucht Menschen, die den Jugendlichen nicht nur als Pädagoge, sondern auch als Bezugsperson beiseitestehen. Da die SchülerInnen 32 verschiedene Nationen repräsentieren, ist die Herausforderung gross: Gastfreundschaft, das ist für Ladina Tarnuzzer nicht nur, jedem Jugendlichen das Gefühl zu geben, er sei geografisch zu Hause, sondern auch, dass das Lyceum Alpinum Zuoz seine zweite Familie ist.

Die Conrad's Mountain Lodge: wenn die Sportausrüster zu Hoteliers werden
Cindy Conrad, Hotelmanagerin

Die Conrads haben sich, schon bevor sie die Lodge betrieben, um den Sportgast im Engadin gekümmert. Cindys Eltern gehört der Ski-Service, ein Sportausrüstungsgeschäft, das rund um St. Moritz 13 Filialen betreibt. Als Experten aus der Sportbranche streben sie eine komplette Verschmelzung von Hotellerie und Ausrüstung an. „Wenn der Gast bei uns ein Zimmer bucht, bekommt er im Shop den Ski gratis dazu. So hat man alles vor Ort, immer das neueste Material und ist gut

beraten“, erklärt Hotelmanagerin Cindy Conrad. Im Sommer ist ein Bike im Zimmerpreis mit inbegriffen. Und sogar das gastronomische Angebot haben die Conrads auf den sportlichen Gast abgestimmt – in Zusammenarbeit mit einem Restaurateur aus dem Veneto wurde eine Pizza kreiert, die leicht und luftig ist.

Gianottis: zwischen traditioneller Zuckerbäckerei und modernem Wohlfühlzu Hause
Roman Kling, Geschäftsführer

Seit dem Spätmittelalter wanderten die Engadiner Zuckerbäcker in die weite Welt hinaus und bewährten sich. Wenn sie aus Venedig, Genua oder Frankreich ins Engadin zurückkehrten, bereicherten die Reformierten die Gegend mit ausländischem, modernstem Wissen. Roman Kling ist Zuckerbäcker in fünfter Generation. Sein Ururgrossvater hat als Konditor zur „Teatime“ geladen. Das wurde über die Generationen langsam ausgebaut, bis zum heutigen Grill-Restaurant. Roman Kling sitzt in der alten Stube, in der er aufgewachsen ist und die vor drei Jahren renoviert wurde. „Früher kam man zum Flanieren, zum Teetrinken und zum Musiklauschen. Heute ist man aktiver eingestellt.“ Ihm geht es darum, Tradition, Handwerk und Moderne zu vereinen und dem Gast ungekünstelt und authentisch einen Wohlfühlmoment zu schenken.

Camping Morteratsch: wenn der Gast zum Gastgeber wird
Kathrin Käch, Pächterin

Am Fusse des volumenstärksten Gletschers der Ostalpen, dem Morteratschgletscher, bewirbt seit nunmehr sieben Jahren das Ehepaar Käch eine in die Natur eingebettete Camping-Siedlung. Wer bisher

Vorurteile gegenüber dem Campen hatte, wird diese bei Camping Morteratsch fallen lassen. Einzig die Erwartung, es sei erschwinglicher als ein Hotelzimmer mitten in St. Moritz, wird erfüllt. Besonders extravagant: ein hexenhausartiges Refugium, das sich als moderne Sauna entpuppt, persönlich buchbar und mit freier Sicht auf das Bergpanorama. Dazu einen Wein oder ein Steak? Wer seinen idyllischen Aufenthalt in den sozialen Medien posten möchte, kann das ebenfalls tun. Denn: Selbstverständlich gibt es WLAN! Außerdem versteckt sich mitten im Wald ein kleiner, feiner Supermarkt mit täglich frischem Brot. Jahrelang waren die Kächs mit ihrer Familie zum Urlauben hierhergekommen. Als der damalige Pächter aufgab, bewarben sie sich, um ihr geliebtes Ferienziel selbst weiterzuführen, auszubauen und zu modernisieren. Gastfreundschaft, die aus der eigenen Leidenschaft heraus geboren ist – vom begeisterten Gast zum tüchtigen Gastgeber.



Lyceum Alpinum Zuoz
www.lyceum-alpinum.ch
 T +41 81 851 30 00

Conrad's Mountain Lodge
www.cm-lodge.com
 T +41 81 828 83 83

Gianottis
www.gianottis.ch
 T +41 81 842 70 90

Camping Morteratsch
www.camping-morteratsch.ch
 T +41 81 842 62 85



Gero Porstein ist seit dem Sommer 2018 Küchenchef im Waldhaus Sils. Den Mangold für die Capuns zieht er vor dem Haus selbst (o.).

Angerichtet werden die Speisen mit Liebe – und frischen Kräutern. Mit selbst angebautem Rosmarin oder Salbei etwa.

Naturnah geniessen

Eine der Attraktionen im Waldhaus Sils ist das ausgezeichnete Essen, das man dort serviert bekommt. Es wird vorzugsweise aus regionalen Produkten zubereitet.

Text MICHAEL LÜTSCHER *Bild* ROMANO SALIS

Das Waldhaus Sils liegt mitten in der Natur, in einem Lärchenwald. Aus den Zimmern blickt man auf Weiden, Berghänge und auf den blauen Silsersee. Nichts liegt also näher, als die grössten Bedürfnisse, nämlich zu essen und zu trinken, naturnah zu befriedigen. Die Hotelküche des Waldhauses erfüllt diese Sehnsucht. „Wir wollen regionale Produkte – nicht unbedingt eine regionale Küche“, sagt Claudio Dietrich und steckt so den kulinarischen Rahmen des Fünf-Sterne-Hauses ab. Zusammen mit seinem Bruder Patrick führt er das Hotel in fünfter Generation. Der von Claudio Dietrich formulierte Grundsatz gilt hier seit vielen Jahren. Für Gero Porstein, seit vergangenem Sommer (2018) Küchenchef und davor in gleicher Position im Carlton Hotel in St. Moritz, ist dies eine „anspruchsvolle, aber spannende Herausforderung“.

Nah ist die Natur auch in der Hotelküche, der vermutlich schönsten weit und breit. Durch grosse Fenster blickt man geradewegs in die Landschaft hinaus. Rosmarin, Salbei und Thymian wachsen in kleinen Kisten gleich in der Küche unter den Fenstern. Draussen vor dem Haus stehen Holzkästen, in denen Blumen und Gemüse gedeihen. Hier zieht Porstein zum Beispiel Mangold. Er braucht das Blattgemüse für Capuns, die berühmten Bündner Krautwickel. Mit dem grossen Küchenmesser haut er ein paar tiefgrüne Blätter

mit roten Stielen ab und trägt sie in die Küche. „800 Stück Capuns zu machen, war eine meiner ersten Aufgaben, als ich vor 20 Jahren meine erste Stelle in den Bündner Bergen antrat“, erinnert sich der 38-Jährige, der aus der Gegend von Dortmund stammt. Capuns ist eine klassische Berglerspeise, für die in Graubünden so viele Rezepte kursieren, wie es Haushalte gibt. Ein alltägliches, nahrhaftes Gericht. Weniger alltäglich ist, dass es in einem Fünf-Sterne-Hotel auf den Tisch kommt. Das wiederum ist typisch fürs Waldhaus. Porstein bereitet Capuns auf seine Weise zu – eine besonders feine (siehe Rezept auf Seite 33).

**„Wir wollen regionale Produkte –
nicht unbedingt eine regionale Küche.“**

In die Wickel kommt ein Teig, den Porstein mit Mehl, Eiern, Landjäger, Pfifferlingen und einigen weiteren Zutaten zubereitet hat. Die Wickel gart er in Bouillon, dann schiebt er sie mit einer hellen Sauce in den heissen Ofen. Die Sauce hat er zuvor unter anderem aus Rahm, Weisswein und Schallotten eingekocht. Geriebenen Bergkäse hat er zugegeben, „weil dieser den Capuns eine besondere Würze verleiht“, sagt Porstein. Der Bergkäse wurde in der Sennerei Pontresina hergestellt, Milch und damit Rahm kommen von einem Bauern aus dem Fexthal hinter dem Hotel. Die

Dass regional in den Bergen mehr bedeutet als kurze Transportwege, zeigt das Beispiel der Bergkartoffeln, die im Hotel Waldhaus auf die Teller kommen. Sie schmecken besonders fein, weil sie auf 1'000 Metern Höhe langsamer wachsen als im Unterland.



Hotel Waldhaus Sils
Via da Fex 3
7514 Sils
T +41 81 838 51 00
www.waldhaus-sils.ch

Die Arvenstube (abends)
und die Terrasse (mittags)
sind öffentlich.

Eier bezieht Porstein aus Surses jenseits des Julierpasses. Und das Stubenküken, das er im vorliegenden Menü getrüffelt mit den Capuns serviert, lebt in einer Farm am Splügenpass. Diese entdeckte Porstein auf einer Ausfahrt mit seinem Motorrad. „Ein Zufall. Zutaten zu finden, ist hier oben in den Bergen manchmal nicht einfach“, sagt er. Die Liste der regionalen Produkte lässt sich verlängern: Der Ziegenkäse kommt aus Isola am Silsersee. Aus diesem gibt's manchmal Fisch, gefangen von Porsteins Stellvertreter. Er selbst geht dann und wann Pilze sammeln.

Dass regional in den Bergen mehr bedeutet als kurze Transportwege, zeigt das Beispiel der Bergkartoffeln, die im Hotel Waldhaus auf die Teller kommen. Sie gedeihen in Filisur auf der anderen Seite des Albulapasses und schmecken besonders fein, weil sie auf der Höhe von 1'000 Metern langsamer wachsen und weniger gross werden als im Unterland, was ihr Aroma intensiver werden lässt. Das gleiche Prinzip gilt für die Beeren und auch für das Fleisch der Rinder und Lämmer, die auf den Alpweiden grasten. Die Waldhaus-Küche bezieht traditionellerweise ganze Tierhälften, welche die Kochequipe dann selbst ausbeint. „So erfahren gerade die Lernenden, wie viel Arbeit in einem schönen Stück Fleisch steckt, und gehen in der Folge sorgfältiger damit um“, sagt Porstein. Im Hotel werden die Tiere komplett verwendet: Sie kommen als Braten, Siedfleisch, Bolognese-Sauce und auch als Steaks auf die Tische des 230-Betten-Betriebs. Die Knochen werden geröstet und dienen als Basis für die Saucenfonds, die jeden Tag neu angesetzt werden.

Natürlich sind nicht alle Produkte im Engadin und seinen Nachbartälern erhältlich. Gemüse und Salat kommen aus der übrigen Schweiz. „Und in einem Luxushotel muss man auch Meeresfische auftischen“, sagt Porstein. Schliesslich findet das Regionale im Weinkeller eine Fortsetzung. Dort lagert eine exklusive Auswahl an Rot- und Weissweinen aus Graubünden, dem Veltlin und aus Südtirol.



Stubenküken „en demi-deuil“

Stubenküken aus dem Valle Spluga mit Sommertrüffel, Pfifferlingscapuns in Käserahmsauce und einer Creme aus kleinen Rübchen. Rezept für zwei Personen

Zutaten Stubenküken

1 Stubenküken (ca. 450 g), 50 g Trüffel,
10 g Trüffelbutter, Olivenöl, Salz, Pfeffer

Zubereitung

Das Stubenküken küchenfertig zubereiten, den Trüffel in feine Scheiben hobeln. Die Trüffelbutter etwas erwärmen und unter die Haut der Brust streichen. Die Trüffelscheiben unter die Haut des Kükens legen und die Haut wieder fest andrücken. Das Hühnchen mit Olivenöl einreiben und leicht mit Salz und Pfeffer würzen. Das Huhn benötigt im vorgeheizten Backofen bei 205 °C Umluft 25 Minuten Backzeit.

Zutaten Karottencreme

20 g Schalotten, 200 g Karotten, 10 g Butter, Salz, Zucker, Lorbeerblatt, Gemüsefond, 30 g Rahm, Butter, Weisswein



Mit etwas Übung und einem guten Rezept lassen sich auch zu Hause besondere Gaumenfreuden zubereiten.

Zubereitung

Schalotten schälen und in feine Streifen schneiden. Karotten schälen und in grobe Würfel hacken. Schalotten mit Butter in einem Topf glasig dünsten. Karotten hinzugeben und mit Salz, Zucker und Lorbeer würzen. Das Wasser der Karotten ganz verkochen lassen. Bevor der Dünstprozess in den Bratprozess übergeht, Gemüsefond angießen. Diesen Vorgang wiederholen, bis die Karotten weich sind. Zuletzt den Rahm aufgiessen, aufkochen, abschmecken und in einem Mixer fein pürieren. Abschmecken und durch ein Sieb streichen.

Zutaten Pfifferlingscapuns

10 g Petersilie, 100 g Landjäger, 200 g Pfifferlinge, 3 Eier, 7 g Salz, 1 dl Milch, 50 g Mascarpone, 20 g Butter, 365 g Mehl, 350 g Mangold

Zubereitung

Petersilie hacken, Landjäger in Würfel schneiden. Pfifferlinge anbraten und grob hacken. Eier verschlagen und mit Salz mischen. Milch, Mascarpone und Butter in einem kleinen Topf erwärmen und mit einem Schwingbesen verrühren, bis die Masse glatt ist. Alle flüssigen Zutaten vermischen. Mehl, Landjäger, Petersilie und Pilze in eine Schüssel geben. Die flüssigen Zutaten hinzufügen und zu einem Teig verkneten. Mindestens drei Stunden ruhen lassen, besser noch über Nacht. Den Mangold blanchieren und in Eiswasser abschrecken. Stiele der Mangoldblätter abschneiden, Blätter einzeln auf den Tisch legen. Einen Esslöffel Teig in die Mitte jedes Blattes legen. Ecken einschlagen, Blätter rollen und zu einem Paket verschliessen. Die Capuns nebeneinander in eine Pfanne legen. So viel heisse Rindsbouillon zugeben, dass sie gerade bedeckt sind. 15 Minuten knapp unter dem Siedepunkt garen.

Zutaten Käserahmsauce

10 g Schalotten, 100 g Pfifferlinge, 30 g Bergkäse, 1 dl Weisswein, 2 dl Rindsbouillon, 30 g Rahm, Muskat

Zubereitung

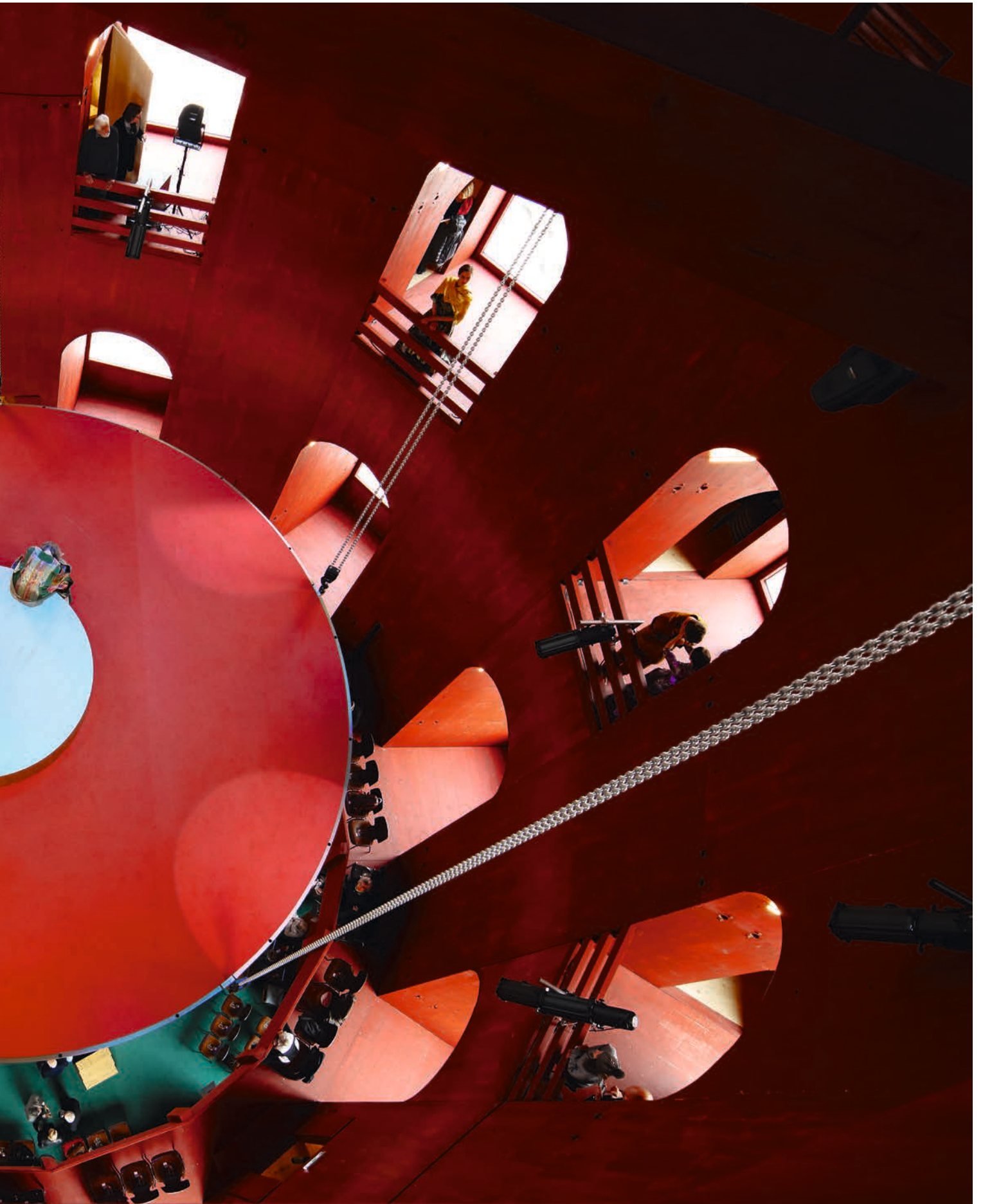
Schalotten schälen und in feine Würfel schneiden. Pfifferlinge waschen. Bergkäse auf der Röstiraffel reiben. Schalotten farblos andünsten und mit Weisswein ablöschen. Den Weisswein komplett einkochen, Pfifferlinge hinzugeben. Die Pfifferlinge dürfen leicht Farbe annehmen. Rindsbouillon dazugeben und aufkochen. Rahm hinzugeben und einkochen, bis die Sauce etwas Konsistenz bekommt. Abschmecken mit Muskat und eventuell etwas Salz. Die Sauce vom Herd nehmen und den Käse einrühren (Achtung, Sauce darf nicht mehr kochen!). Die Capuns zusammen mit der Sauce in ein feuerfestes Gefäss geben und bei 250 Grad Oberhitze fünf bis sieben Minuten im Ofen überbacken.

Was für ein Theater

Mit dem Theaterturm auf dem Julierpass hat Intendant Giovanni Netzer Kultur für Graubünden neu interpretiert.

Text CAROLIN GEIST
Bild CHRISTIAN BRANDSTAETTER,
JUERGEN POLLAK





Herr Netzer, Sie sind in Savognin geboren und aufgewachsen, nach dem Studium im Ausland sind Sie in die Heimat zurückgekehrt. Haben Sie als Kind schon vom Theater geträumt?

Ich habe schon immer Theater gespielt. Das erste Stück habe ich mit neun Jahren geschrieben. Außerdem habe ich eine grosse Familie, mit ganz vielen Cousins und Cousinen – das waren die ersten Protagonisten. Später habe ich in München studiert. Zuerst Theologie, dann Theaterwissenschaften. Nach meiner Rückkehr haben wir eigentlich das weitergemacht, was wir immer machten. Nur professionalisiert. Bei der Gründung des Origen Festivals war es uns wichtig, die hiesigen Wurzeln herauszuarbeiten: Sprache, Mythen, Legenden, Bräuche, die Landschaft und die Natur.

Kam zuerst der Ort oder der Turm?

Es war schon immer der Ort. Wenn ich arbeite, denke ich in Räumen. Der Mensch hat immer Räume gebaut und sich daraus entwickelt. Beim Turm war es auch so. Ich entwickle unsere Bühnenbauten anhand von vielen Papiermodellen. Beim Julierturm waren es über 80 Modelle, bis alles die richtige Form hatte. Mit dem Modell ging ich zu Walter Bieler, der ein sehr ausgewiesener Holzbau-Ingenieur ist und ästhetisch mitdenkt. Dann ging es darum, wie sich dieses Papiermodell auf dem Julierpass umsetzen lässt.

Warum genau steht der Turm auf dem Julierpass?

Aus heutiger Wahrnehmung sieht der Ort sehr abgeschieden aus. Wenn man ihn aber geografisch betrachtet, liegt er in der Mitte Europas. Die Flüsse fliessen von dort aus in alle drei Weltmeere. Es ist ein Ort, von dem aus man in verschiedenste Richtungen aufbrechen kann. Das ist eine der Symboliken. Außerdem

„Der Turm hat eine auch geschichtliche Verankerung – und ist letztendlich genau für den Julierpass gemacht.“

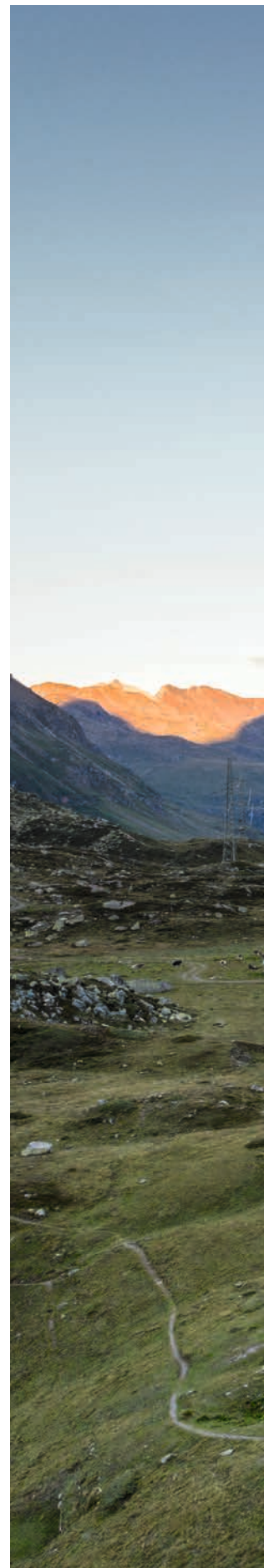
gehen die Fenster in alle Himmelsrichtungen auf, in die die Bündner einst auswanderten. Und dann wäre da noch die jahrtausendealte Tradition, an wichtigen Übergängen zu bauen. Schon die Römer bauten auf dem Julier einen Tempel. Von diesem aber sieht man heute nur noch zwei Säulenstümpfe. Später stand dort eine Sebastianskapelle. Von der gibt es allerdings nur noch schriftliche Spuren.

Wieso erinnert der Turm an den Babylonischen Turm?

Den Babylonischen Turm haben wir aufgrund seiner Bedeutung mit einbezogen. Er steht für Sprachenvielfalt beziehungsweise für Sprachenverwirrung. Heute weiss die historische Forschung, dass der Turm von Babel eigentlich quadratisch war und keine Fenster hatte. Die Kunstgeschichte allerdings kennt viele Darstellungen, in denen der Babylonische Turm als hoher Rundbau dargestellt wird. Deshalb kam die Idee auf, das Runde und das Offene in alle Richtungen zu realisieren. Aus der spezifischen Theaterbaugeschichte kamen wir außerdem auf den Bezug zur Natur. Bei den Griechen war dieser ganz wichtig. Später verliert sich das, und Theater wurden immer hermetischer und in sich geschlossener gebaut. Seinen Höhepunkt erreichte diese Bauweise mit dem Guckkastentheater. Wir wollten genau in die andere Richtung gehen und holten die Kraft der Natur in den Raum herein. Diese ist auf dem Julierpass natürlich gewaltig. Somit hat der Turm eine geschichtliche Verankerung, ist aber letztendlich genau für diesen Ort hier gemacht.

Weswegen ist der Turm rot?

Zuerst gab es eine erste Anleitung vom Babylonischen Turm, der in der Kunstszene oft aus Terrakotta-





**„Die Fenster
gehen in alle
Himmelsrich-
tungen auf,
in die einst
die Bündner
auswanderten.“**



Origen-Intendant Giovanni Netzer vor dem temporären und höchst eindrucksvollen Theaterhaus auf dem Julierpass.



Ziegeln gebaut dargestellt wird. Wir haben etliche Versuche gemacht, haben Holzteile gestrichen und sie in der Landschaft aufgestellt – und geschaut, wie sie in den verschiedenen Jahreszeiten wirken. Dann sind wir darauf gekommen, dass der Künstler Giovanni Segantini seine ganzen Bilder genau in dieser Farbe grundiert hat – in dieser „Ochsenblut-Farbe“.

Wie viele Menschen haben im Turm Platz?

Bei einer Theatervorstellung, wenn alle noch etwas sehen wollen, gibt es Platz für 200 Menschen. Bei einem Konzert könnten es auch mal 300 sein. Aber in der Regel sind wir irgendwo zwischen 150 und 160 Besuchern.

Wie lange wird dieser Theaterturm stehen?

Bis Ende Oktober 2020.

Gibt es auf 2'284 Metern Höhe besondere Herausforderungen für die Sänger und Tänzer?

Tänzer und Sänger merken schnell, dass man mehr atmen muss, um ausreichend Sauerstoff zu haben. Aber das ist wie beim Höhentraining: Wenn man nach Hause zurückkehrt, ist man fit. Es ist tatsächlich passiert, dass der Ballettintendant von Amsterdam mich einmal fragte, was ich mit den Leuten mache. Er

selbst habe zwei Gruppen von Tänzern: Die, die im Sommer am Strand waren, brauchten unendlich lange, um wieder in Form zu kommen. Und diejenigen, die in den Bergen aufgetreten sind, seien topfit zurückgekommen.

Macht es Sie stolz zu sehen, dass Kultur neue Perspektiven für ein Dorf entwickeln kann?

Es ist schön zu sehen, dass ein Dorf, das anfangs nur 180 Einwohner zählte, dadurch einen Zuwachs von 20 Mitarbeitern beobachtet. Diese sind in der Tendenz zwei Generationen jünger als der Rest der Bevölkerung. Es hat sich oft gezeigt, dass es in Graubünden eine Dimension gibt, über die wir nicht genug nachdenken. Graubünden, das ist nicht nur eine idyllische, touristische, ländliche Berglandschaft mit Kühen und Maiensässen. Um den Kanton richtig zu verstehen, gibt es eine weitere Dimension, die genauso wichtig ist. Das ist jene all derer, die über Jahrhunderte ausgewandert sind. Die hier nicht bleiben konnten, weil diese Landschaft sie nicht ernährt hat. Was mir guttut, ist zu sehen, dass der kulturelle Kern, zumindest in diesem Tal, die Kraft hat, die Situation substanziell zu beeinflussen.



Mehr zum Julierprojekt:
www.origen.ch
 T +41 81 637 16 81

In der Stalla Madulain verschmelzen Kunst und Natur, Tradition und Moderne (r.).

Sowohl junge als auch etablierte Künstler erhalten hier eine Plattform, um ihre Werke zu präsentieren (r.u.).

Kunst im Stall

Die Galleria Stalla Madulain befindet sich in einem historischen Engadiner Stall. Hier kann man sich auf aussergewöhnliche Weise inspirieren lassen.

Text VALENTINA KNAPP-VOITH
Bild ROMANO SALIS

Mitten im 200-Seelen-Dorf Madulain, zwischen La Punt und Zuoz, steht ein Stall aus dem 15. Jahrhundert. Doch nicht Tiere finden dort eine Herberge – heute trifft man sich hier, um Kunst zu bewundern. Der unveränderte Charme des aus dem Jahr 1488 stammenden Stalles (rätoromanisch: Stalla) war es, der die beiden Cousins mit Engadiner Wurzeln, Gian Tumasch Appenzeller, 34, und Chasper Linard Schmidlin, 38, von Anfang an faszinierte. Entdeckt hatten sie den Stall zufällig, er war zugestrichelt mit Plakaten und diente als Abstellraum. Zu schade für dieses historische Gebäude, dachten die beiden. So entstand die Idee, den Stall zu einer Galerie umzubauen.

Schmidlin, studierter Architekt, erzählt von dem Moment, in dem sie die Stalla zum ersten Mal betraten: „Man konnte nicht mal den Boden sehen, es lag eine dicke Schicht Dreck darauf. Alles war mit Holzstrukturen verbaut.“ Die Renovierungsarbeiten dauerten drei Monate. Die Steinwände sind noch von damals unverändert mit Kalk verputzt, die Bodensteine kommen aus dem Inn. „Wir wollten so viel wie möglich im Originalzustand lassen“, sagt Appenzeller. Für die Erhaltung des ursprünglichen Zustands wurden die beiden Männer mit dem internationalen

Nachhaltigkeitspreis „Constructive Alps“ für nachhaltiges Bauen und Sanieren im alpinen Raum ausgezeichnet. Die Stalla erstreckt sich über drei Etagen. „In Engadiner Häusern war eigentlich immer alles unter einem Dach, das Vieh, das Heu, das Wohnen und der Keller“, erklärt Appenzeller. Früher gab es neben der Stalla noch einen Wohnteil, der heute jedoch nicht mehr erhalten ist. Zuoberst befand sich der Heustock, wo das Heu getrocknet wurde, noch heute sind hier keine Fenster vorhanden. Dies alles dient jetzt als Ausstellungsraum.

„Es gibt hier einen Dialog zwischen der Kunst und dem Raum.“

Appenzeller: „Es gibt hier einen Dialog zwischen der Kunst und dem Raum. Die Räume an sich sind schon wie ein Kunstwerk. Sie haben etwas Museales, was sich auch positiv auf die Kunst auswirkt.“ Und: „Die Künstler wissen, dass die Galerie nicht wetterversichert ist, und so werden im Winter auch



manche Skulpturen dem Schneesturm ausgesetzt.“ Genau wie Kundschaft und Besucher. Als die Stalla Madulain 2014 zum Grand Opening der neuesten Kunst-Location im Oberengadin lud, vermerkten die Gründer in der Einladung: „Die Winter-Räume sind nicht beheizt.“ Die Gäste wussten demnach, dass sie in dicken Mänteln zur Vernissage kommen mussten.

Der Zugang zur Kunstszene ergab sich für Appenzeller und Schmidlin, da sie neben ihren Berufen auch selbst als Künstler tätig sind. Von einer Tätigkeit als Galeristen hatten die beiden allerdings keinerlei Ahnung, „wir haben es als ‚Greenhorns‘ einfach so gemacht, wie wir gedacht haben“, sagt Appenzeller. Nicht zuletzt dank der tollen Unterstützung der Familie Leimer, selbst Kunstsammler und Vermieter der Stalla, und auch durch gute Tipps von bekannten Kunst- und Kulturschaffenden aus dem Kanton Graubünden kam der Stein ins Rollen. „Am Anfang war die Stalla unser grösstes Hobby, heute betreiben wir sie als professionelle Galerie und bekommen Anerkennung und Resonanz.“ Ein wichtiger Schritt dahin war die Ausstellung mit Not Vital im vorletzten Winter, von der die spiegelnde Chromstahl-treppe der Stalla als permanente Skulptur erhalten blieb. „Wir wollen nicht nur Kunst aufhängen und verkaufen, sondern kuratieren. Zudem möchten wir auch Geschichten erzählen. Unser Konzept ist die Bündner Kunst oder Kunst mit Bezug zum Engadin: Jeder, der hier ausstellt, muss diese Voraussetzung erfüllen“, erklärt Schmidlin das Konzept. Die Cousins berichten, dass die Künstler meist sehr schnell begeistert von der Stalla seien und jeder Künstler, der die Stalla einmal betritt, dort ausstellen möchte.

Jährlich gibt es zwei bis drei Ausstellungen. Die Stalla hat hauptsächlich in der Hochsaison geöffnet – im Sommer fünf Wochen, im Winter zwei bis drei Monate. Gezeigt werden bekannte, aber auch noch unbekannte Künstler – Hauptsache, der Bezug zum Engadin ist gegeben. In ihren letzten Ausstellungen zeigten sie unter anderem



„Wir wollen nicht nur Kunst aufhängen und verkaufen, sondern kuratieren.“

das Vater-Sohn-Künstlergespann Robert und Robertson Käppeli, Sara Masüger, Chrissy Angliker und Not Vital. Schmidlin: „Was die Künstler an Kunst zu uns hereinbringen, ist ihnen selbst überlassen. Wir lassen uns auch immer wieder überraschen. Wir lassen unseren Künstlern die Freiheit, die sie woanders vielleicht nicht in der Form hätten. Wir haben eine gewisse Mitsprache und die Kunst muss uns berühren und ansprechen. Bilder, die uns nicht gefallen, hängen wir natürlich nicht auf.“ Preislich liegen die Kunstwerke in jeder Kategorie.

Lediglich ein paar Schritte von der Stalla Madulain entfernt, eröffneten Gian Tumasch Appenzeller und Chasper Linard Schmidlin im Februar 2019 einen neuen Ausstellungsraum. Die sogenannte Stalletta, ein kleiner Stall aus dem 17. Jahrhundert, steht Kuratoren und Galeristen zur Verfügung, um ihre Künstler zu präsentieren. Den Anfang machte die Galerie Philipp Zollinger mit einer Solo-Show von Pedro Wirz.



Stalla Madulain
Via Principela 15
7523 Madulain
T +41 78 640 65 66

Öffnungszeiten meist
Freitag bis Sonntag und
nach Absprache.

www.stallamadulain.ch

Kultur-Guide
Ein neuer Kultur-Guide
bietet ab diesem
Sommer eine Übersicht
über das Kulturangebot im
Tal. Der Guide liegt in den
Infostellen und bei ausge-
wählten Partnern aus.



**Über GIAN TUMASCH
APPENZELLER und CHASPER
LINARD SCHMIDLIN**

Die beiden Galeristen der Stalla Madulain leben in Zürich und haben Engadiner Wurzeln. Wenn die beiden nicht in der Stalla Kunst präsentieren, arbeitet Schmidlin als Architekt, Appenzeller betreibt auch die La Gondla Bar in St. Moritz. Sie stammen aus der Unteregadiner Künstlerfamilie Könz, wie auch Selina Chönz, die Autorin der bekannten Bündner Kindergeschichte „Schellen-Ursli“, und Constant Könz, 90-jähriger Künstler aus Zuoz.

Die Räume haben etwas Museales. Die Bodensteine kommen aus dem Inn (ganz l. o.).

Gian Tumasch Appenzeller und Chasper Linard Schmidlin haben das traditionelle Stallgebäude zu neuem Leben erweckt (l.).

Ein Tag am See

„Ringsum gibt es drei seltsam grüne Seen, die zwischen tiefen Tannenwäldern liegen.“ Schon der französische Schriftsteller Marcel Proust konnte sich nicht sattsehen an der Schönheit der Engadiner Natur und fing mit dem Prosagedicht „Présence réelle“ ihren besonderen Reiz ein.

Text ANNEMARIE GASSEN Bild ROMANO SALIS





Ausflugsseen

Ausflugsziel für die ganze Familie – Lej Sgrischus

Der Lej Sgrischus liegt hoch über dem Fextal auf 2'618 Metern. Von Sils aus erreicht man den Bergsee mit einer gemütlichen Wanderung innerhalb von drei Stunden. Von der Bergstation Furtschellas halbiert sich die Wanderzeit. Obwohl „Lej Sgrischus“ so viel wie „schauerlicher See“ bedeutet, handelt es sich dabei um einen ruhigen Bergsee, der in einer geschützten Mulde, eingebettet auf einer Bergterrasse, liegt. Wanderer legen hier gern ein entspanntes Päuschen ein und sehen den Fischern beim Forellenfängen zu. Mit etwas Glück begegnet man in den Geröllhalden ringsum sogar Gämsen. Vom See aus erreicht man den Gipfel des Piz Chüern. Er bietet einen prächtigen Rundblick, bevor man den steilen Abstieg ins Val Fex und nach Sils antritt. Schöne Alternative für das letzte Wegstück: vom Hotel Fex oder Hotel Sonne mit der Pferdekutsche zurück nach Sils fahren.



Mutige Wanderer kühlen sich im Sommer im Bergwasser des Lej Sgrischus ab (ganz l.).

Eingerahmt von hohen Lärchen: Der Hahnensee und seine Umgebung stehen unter Naturschutz (o.).

Der steile und schweisstreibende Zickzack-Aufstieg zum Tscheppasee lohnt sich in jedem Fall (l.).

Wanderung – Hahnensee

Der Weg ist das Ziel: Eine Wanderung zum Hahnensee führt vorbei an kleinen Bergseen, durch duftende Arvenwälder und das Moorgebiet. In etwa zwei Stunden erreicht man den Moorsee von Surlej (Silvaplana) aus, von St. Moritz oder aber von der Corvatsch-Mittelstation Murtèl nach unten. Er liegt auf 2'153 Metern Höhe auf einem Hochplateau, inmitten eines Lärchenwalds. Nach einer wunderschönen Wanderung sieht man das malerische blaue Wasser inmitten der Berge. Sowohl der See als auch seine Umgebung stehen unter Naturschutz. Vom gleichnamigen Bergrestaurant aus geniesst man einen einzigartigen Ausblick über das gesamte Engadin. Weitere Wanderwege führen auch vom Lej Marsch und Champferersee zum Hahnensee.

Steiler Aufstieg – Lej da la Tscheppa

Der Tscheppasee ist ein Bergsee auf 2'617 Metern ü. M. oberhalb von Sils. Der Aufstieg ist anspruchsvoll und verlangt etwas Durchhaltevermögen, ist für sichere Berggänger aber der Mühe wert. Die Route beginnt in Sils gegenüber dem Restaurant Beach Club und führt vom Wald aus über Alpweiden und an romantischen Bergseen entlang.

Nach knapp elf Kilometern und einem recht steilen Aufstieg von 906 Metern erreicht man den Lej da la Tscheppa. Der See, der von Bergbächlein gespeist wird, liegt in einem Talkessel, eingefasst vom Felskamm Crutscharöl im Südwesten, vom Gratabschnitt Crasta Tscheppa im Nordwesten, vom Piz Polaschin im Norden und vom Chavagldal Polaschin im Nordosten. In den Geröllhalden des Piz Polaschin kann man ab und an auch einen Blick auf eine Gämse oder ein Schneehuhn erhaschen. Ganz Mutige wagen sogar den Sprung ins kühle Nass.

Beeindruckendes Panorama – Lej dal Lunghin

Von Maloja Palace aus ist der Lunghinsee auf einem guten Wanderweg innerhalb von drei Stunden zu erreichen. Der Aufstieg von Maloja neben einem Wasserfall ist sehr beeindruckend. Auf dem Weg kann man den Blick über die Oberengadiner Seenplatte und die Engadiner und Bergeller Gipfel schweifen lassen. Der Lej dal Lunghin gilt als Quellsee des Inns, der von dort aus in den Silsersee fließt. Auch Freunde des vertikalen Sports kommen hier voll auf ihre Kosten, da der See von einem wunderschönen Klettergebiet umgeben ist. Der Bergsee liegt auf einer Höhe von 2'485 Metern. Folgt man dem Weg am Ufer des Sees, steigt er zum Pass Lunghin an, wo die einzige dreifache Wasserscheide Europas wartet. Von hier aus fließt das Wasser in drei verschiedene Weltmeere.

Auf einer weiten, offenen Lichtung im Stazerwald liegt das höchste Strandbad Europas – der Stazersee.



Der Lunghinsee fließt als Quelle des Inns in den Silsersee und mündet bei Passau in die Donau.



Der Stazersee ist über zwei Stege leicht zugänglich. Fröhlich wird hier Yoga angeboten (ganz o.).

Das Wasser des Lej Nair ist vom Moor schwarz gefärbt und heizt sich deshalb im Sommer bis auf 20 Grad auf (o.).

Badeseen

Naturstrandbad – Lej da Staz

Auf einer weiten, offenen Lichtung im Stazerwald liegt das höchstgelegene Strandbad Europas. Der Stazersee gilt als einer der schönsten Badeseen zwischen St. Moritz und Celerina. Über einen kleinen Sandstrand und verschiedene Stege gelangt man ins kühle Nass. Eine Liegewiese, Grillmöglichkeiten, ein Kinderspielplatz und das gleichnamige Hotel Restaurant Lej da Staz runden das Angebot ab. Der See ist zu Fuss und mit dem Fahrrad gut erreichbar. Starten kann man von Pontresina, Celerina und St. Moritz. Wer Lust auf einen besonderen Ausflug hat, nimmt die Kutsche. Absolutes Highlight ist das Alpine Yoga in den frühen Morgenstunden. www.alpineyoga.com

Warmes Moorwasser – Lej Nair

Der sogenannte Schwarzsee ist ein nicht mehr so geheimer Geheimtipp unter den Badeseen. Allerdings ist hier immer noch vergleichbar wenig Trubel, da man den See nur zu Fuss erreicht. Etwa eine halbe Stunde Fussweg vom Stazersee entfernt und wenig oberhalb des Lej Marsch taucht der dunkle Moorsee auf. Trotz seiner Lage auf 1'864 Metern ist der See im Sommer schön warm. Denn wie der Name schon erahnen lässt, das seichte Wasser ist nahezu schwarz. Die dunkle Wasserfarbe trägt dazu bei, dass die Sonne den Lej Nair im Sommer gut aufheizt. Auf seiner Oberfläche spiegelt sich der Piz Corvatsch.

SEENWANDERUNG

Bei der Wanderung rund um den Silsersee lässt sich die faszinierende Region um den Malojapass am besten entdecken. Start und Ende ist die Haltestelle Sils-Maria Post. Von hier aus geht es auf flachen Wegen, kleinen Strassen und durch duftende Lärchenwälder in Richtung Maloja. Nach ca. einer Stunde ist man in dem kleinen Dorf Isola. Die Halbinsel liegt mitten in einer grossen Wiese. Am Ufer entlang geht es bis zur Weggabelung, die nach Maloja abzweigt. Geradeaus, weiter am Uferweg entlang, erreicht man Maloja, am Süden des Sees. Von dort aus geht die Wanderung über die Via Engiadina nach Sils zurück. Ob in Etappen oder als Rundwanderung – in knapp fünf Stunden ist der Weg geschafft. Der höchste Punkt liegt auf 2'036 Metern.



Familienfreundlich – Lej Marsch

Rund 500 Meter nördlich liegt der Lej Marsch. Seine gute Infrastruktur macht ihn zum typischen Familiensee. Er ist gut mit dem Kinderwagen erreichbar, bietet einen Bade- strand und Grillmöglichkeiten. Das Holz hierfür wird übrigens von der Gemeinde gestellt. Der See hat eine traumhafte Lage am Waldrand von St. Moritz, ist windgeschützt und gleichzeitig von der Sonne verwöhnt. Am Wochenende muss man Glück haben, um auf dem Parkplatz an der Olympiaschanze noch ein Plätzchen zu ergattern. Teile des Ufers sind nicht zugänglich, weil sie unter Naturschutz stehen.

Leicht zu erreichen – Cavloc-See

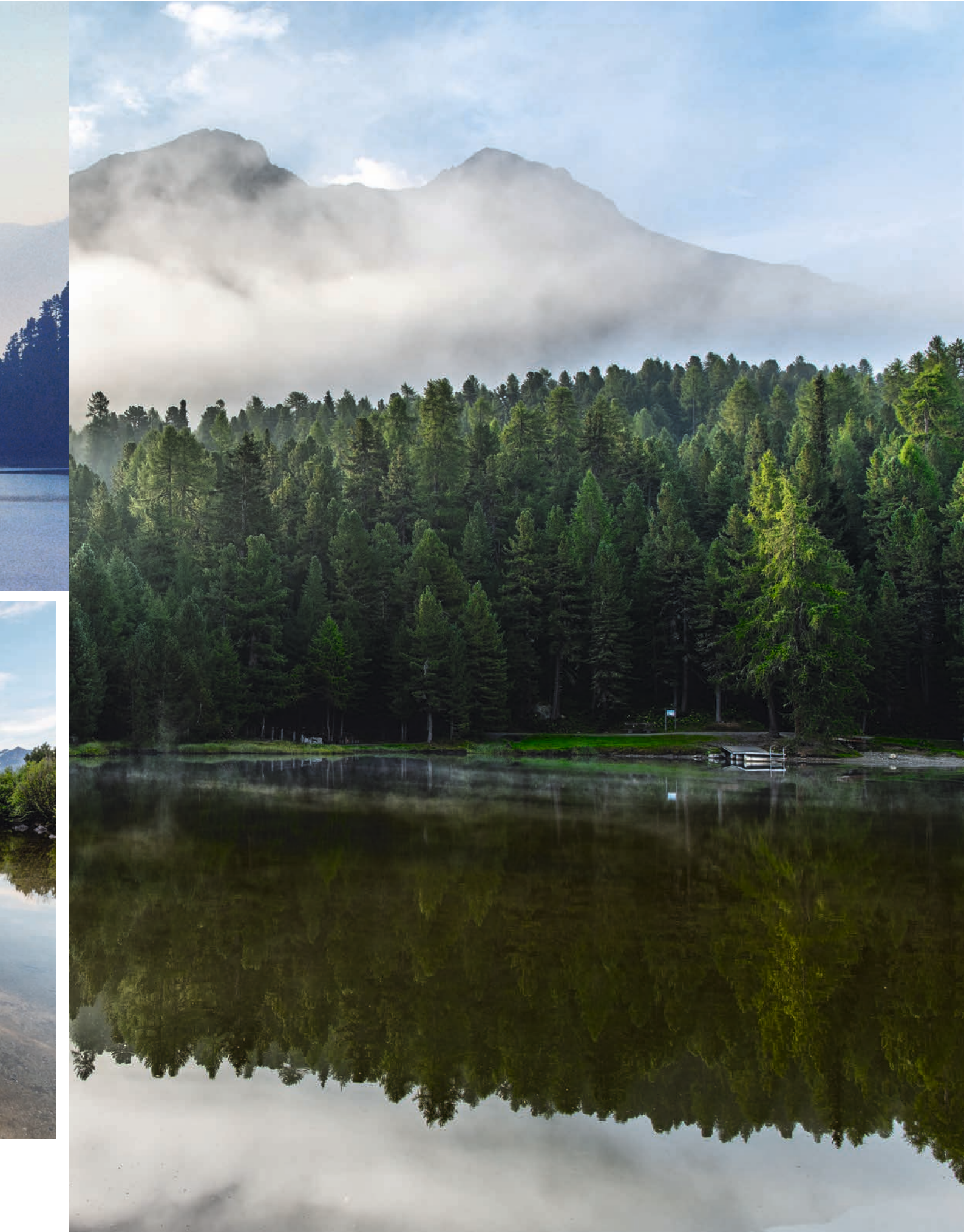
Der Cavloc-See liegt im Val Forno und ist über eine Alpstrasse von Maloja aus gut zu erreichen. Der Badesee ist leicht zugänglich, ob zu Fuss oder mit dem Kinderwagen. Am Ufer erwartet die Besucher ein kleines, aber feines Restaurant. Wer grillen möchte, kann hierfür die Feuerstellen nutzen. Von hier aus hat man auch Zugang zum Forno-Gletscher.

Die fünfstündige Rundwanderung um den Silsersee bietet viel Abwechslung (o.).

Der Cavloc-See liegt im Val Forno und ist zu Fuss gut erreichbar (r.).

Ein Teil des Ufers am Lej Marsch steht unter Naturschutz. Grillieren darf man trotzdem (ganz r.).







Goldener Herbst

Die hiesige Natur offenbart zu jeder Jahreszeit eine neue Facette. Gen Herbst färben sich die Wälder golden – und warten nur darauf, von Wanderern erkundet zu werden.

Text LISA BIERBAUER *Bild* FABIAN GATTLEN

Neigt sich der Sommer im Engadin dem Ende zu, beginnt eine besondere Zeit. Denn im Herbst dominiert ein goldenes Strahlen die Landschaft, für das der Nadelfall der teils über 1'000-jährigen Lärchen verantwortlich ist. Wir haben mit dem kürzlich zurückgetretenen Revierförster Jon Andri Bisaz über das Phänomen und die für die Gegend charakteristischen Baumarten gesprochen.

Herr Bisaz, welche sind die heimischen Baumarten im Oberengadin?

Arve, Lärche, Föhre und die Fichte. **Was sind deren Besonderheiten, also wodurch zeichnen sie sich aus?**

Die Arve ist ein Baum, der nur ganz an der oberen Waldgrenze wächst – ab 1'500 oder 1'600 Meter aufwärts. Ein sehr wertvoller Baum, der viel zum Möbelbau verwendet wird. Die Lärche ist der einzige Nadelbaum, der im Herbst die Nadeln verliert. Dadurch entsteht optisch der Eindruck vom goldenen Herbst. Die Fichte ist eine ganz normale Rottanne, wie sie in ganz Europa vorkommt.

Wie kann man das Alter der Arven überhaupt berechnen?

Genauso wie bei den anderen Baumarten: Das geht immer von Jahrring zu Jahrring. Im Frühjahr sind die Zellen gross, dann entsteht ein weisser Ring. Im Herbst entsteht der dunkle Ring, hier sind die Zellen kleiner. Ein schwarz-weisser Ring ergibt dann ein Jahr. Durchschnittlich sind die Bäume beim Fällen 250 bis 300 Jahre alt.

Wofür wird das Engadiner Holz verwendet?

Die Arve eigentlich nur für den Innenausbau. Die Lärche hingegen

„Die Lärche ist der einzige Nadelbaum, der im Herbst die Nadeln verliert. Dadurch entsteht optisch der Eindruck vom goldenen Herbst.“

wird für Dächer oder Zäune oder als Konstruktionsholz verwendet. Sie ist robuster als Fichte oder Arve.

Was ist das Besondere am sogenannten Mondholz?

Von Mondholz spricht man, wenn ein Baum im richtigen Mond geschlagen wird. Dieses Wissen ist sehr alt. In den 1960er, 70er und 80er Jahren hat man es aufgegeben, weil es als nicht mehr interessant galt. Jetzt hat man allerdings gemerkt, dass das zum richtigen Zeitpunkt geschlagene Holz bessere Eigenschaften hat, die anderes Holz nicht aufweist. Am besten fällt man, wenn es fast Leermond ist. Dann ist die Saugkraft vom Mond am kleinsten und der Stamm hat am wenigsten Wasser. Wenn man das Holz verbauen will, muss man es zunächst trocknen. Wenn das Holz im Leermond geschlagen wird, ist die Trockenzeit entsprechend kürzer.

Gibt es im Oberengadin Baumarten, die es andernorts nicht gibt?

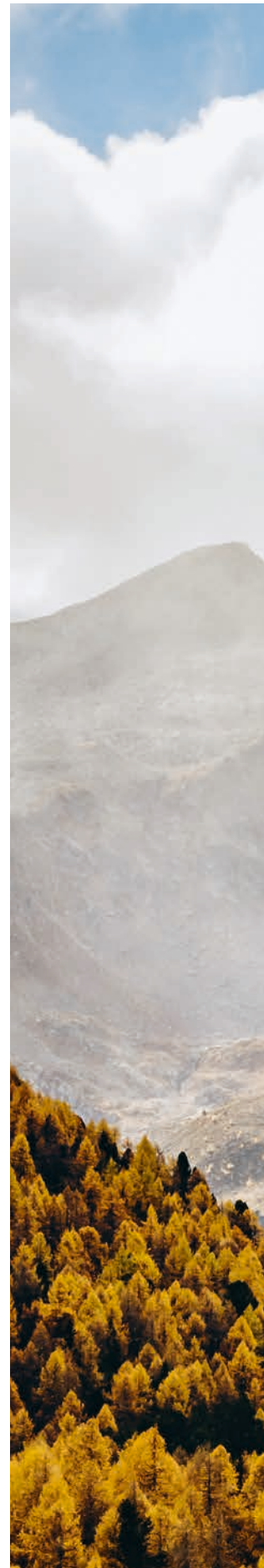
Nein, eigentlich nicht. Die Arve etwa kommt auch in Tirol und Südtirol vor.

Gibt es Baumarten, die sehr selten oder vielleicht sogar vom Aussterben bedroht sind?

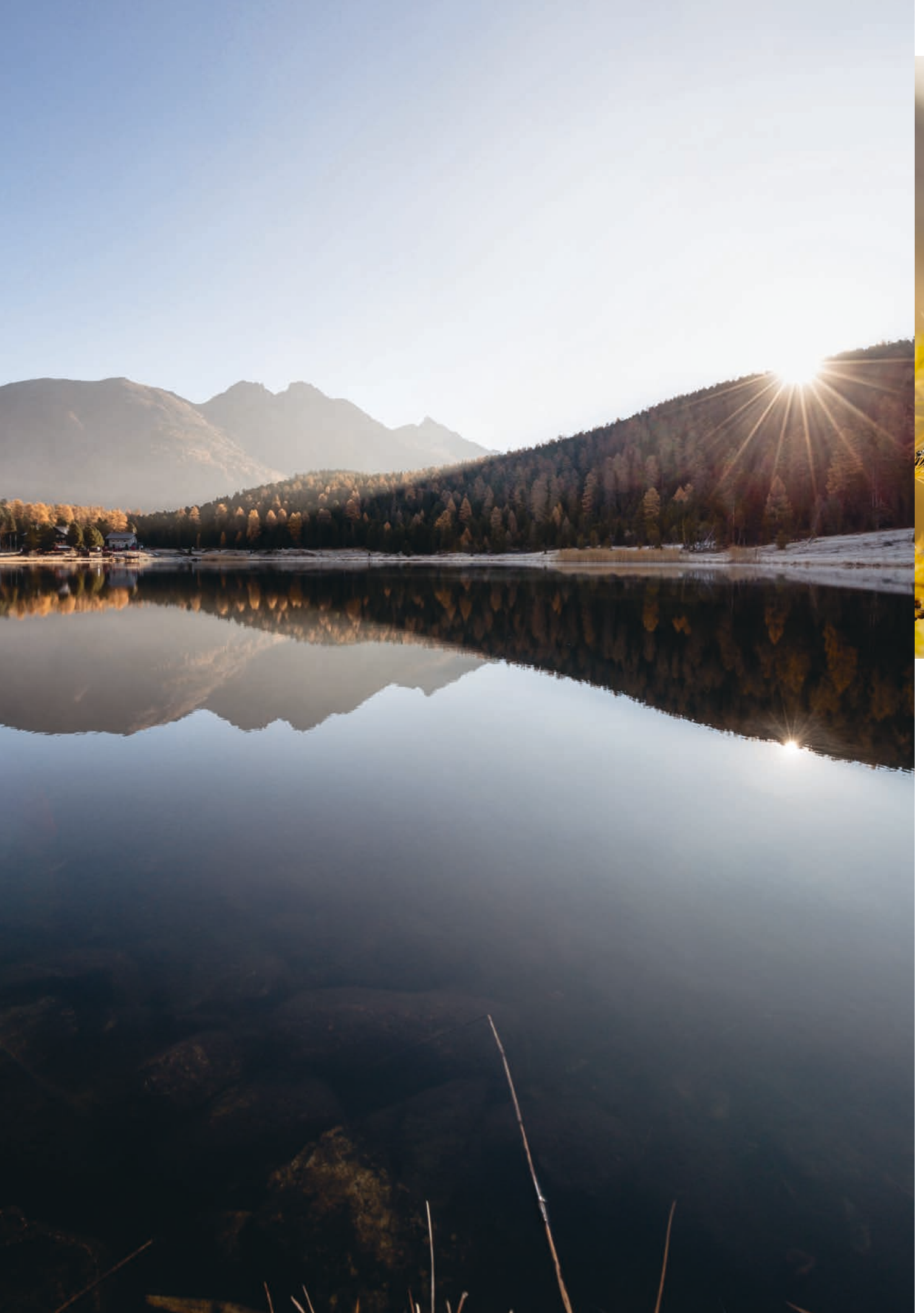
Nein, die Baumarten, die wir haben, sind von der Verbreitung her derzeit nicht eingeschränkt. Sehr speziell ist eine Unterart der Föhre, die wir hier haben. Die gibt es eigentlich nur bei uns. Aber das ist, wie gesagt, lediglich eine Unterart – und keine Baumart.

Wird die Natur hierorts geschützt?

Ja, wir haben eine strenge Gesetzgebung für den Schutz von Bäumen, Pflanzen und auch Tieren.









Die goldenen Nadeln der Lärchen sorgen in den Engadiner Wäldern für ein besonderes Naturschauspiel (o.).

Die gelb leuchtenden Wälder lassen die Engadiner Seen wie hier den Stazersee noch idyllischer erscheinen (l.).

„Man kann zu jedem Dorf hinausgehen und findet sich immer inmitten der Flora wieder.“

Inwieweit verändern sich die Bäume, wenn der Herbst einsetzt?

Als Erstes verholzen die Triebe. Das tritt schon relativ früh ein, im August. Indem die Triebe verholzen, werden sie robuster und widerstandsfähiger für Herbst und Winter und brechen nicht so leicht ab. Danach geht der Stoffwechsel zurück. Wenn der Boden gefroren ist, können die Bäume kein Wasser verdunsten. Im Winter sind die Bäume daher in einem Winterschlaf. Weil die Lärchen keine Wachsschicht auf den Nadeln haben, lassen sie im Oktober ihre Nadeln fallen. Das ist eine Strategie, die ansonsten eher Laubbäume verfolgen. Irgendwann im Monat April stellen sich die Bäume wieder auf den Frühling ein. Das ist abhängig von den Temperaturen und vom Sonnenstand. Dann treiben sie wieder aus.

Was macht die Flora im Oberengadin neben den Bäumen noch aus?

Typisch sind hier Blumen, die Trockenheit mögen. Denn Pflanzen, die an der oberen Vegetationsgrenze leben, bleibt nur eine sehr kurze Zeit, um sich fortzupflanzen. Die Blüte muss rasch befruchtet werden und dann reifen, bevor die ersten Frostnächte einsetzen. Somit haben die Blumen im Engadin keine Zeit, auf genügend Regen zu warten. Gleichzeitig müssen sie oberhalb der Waldgrenze und total ungeschützt Starkniederschläge aushalten.

Während welcher Touren kann man die Natur besonders gut erleben?

Man kann zu jedem Dorf hinausgehen und findet sich inmitten der Flora wieder. Bei uns wird keine intensive Landwirtschaft betrieben, deshalb sind die Wiesen farbig und einheitlich grün. Ganz besonders schöne Täler sind etwa das Val Fex, das Val Bever oder das Val Roseg. Das Engadin hat zudem wunderschöne Seen.

Gibt es etwas zu beachten, wenn man in der Natur als Tourist unterwegs ist?

Man sollte nichts mitnehmen oder ausreißen. Zum Glück kommen nur noch selten Leute mit Blumensträußen zurück. Heute sind die Leute sehr aufgeklärt.

Haben Sie einen Lieblingsbaum oder eine Lieblingspflanze?

Die Arve, ein ganz spezieller Baum.

Bildergeschichten

Witzig und charmant erweckt die Illustratorin Pia Valär neue und alte Geschichten zum Leben.

Text ANNEMARIE GASSEN
Illustration PIA VALÄR



Meine Eltern haben mir oft Geschichten erzählt, und am liebsten mochte ich die, zu deren Bildern man sich selbst etwas ausdenken konnte.“

Deshalb ist Pia Valär selbst zur Geschichtenerzählerin geworden – und kann sich heute keinen anderen Beruf auf der Welt für sich vorstellen. Die Illustratorin sitzt auf einem Bürostuhl in ihrem Zürcher Atelier, umgeben von allem, was sie benötigt: Papier, Stifte und ihre geliebten Bücher. „Der Bleistift ist mein Lieblingswerkzeug. Aber ich arbeite auch mit farbigen Filzstiften und nicht zuletzt mit dem Risographen.“ Eine Drucktechnik, für die sie die Zeichnungen in Schwarz-Weiss vorbereitet und jeweils einfarbig druckt. Das Atelier hat sie ganz für sich allein, darauf ist sie stolz.

Die grosse, schlanke, ja fast schon schlaksige Figur der Künstlerin erinnert ein bisschen an ihre gezeichneten Charaktere. Der Bleistift klemmt zwischen Zeige- und Mittelfinger, ihre Hand liegt auf der Sitzfläche. Mit der anderen fährt sich Pia durch die kurzen Haare und lächelt verschmitzt. Die Illustratorin, Jahrgang 1983, lebt und arbeitet in Zürich, ist aber in Zuoz aufgewachsen und immer noch eng verbunden mit dem Engadin ihrer Kindheit. Eines ihrer Lieblingsprojekte war deshalb der Auftrag für das alte Engadiner Märchen „Tredeschin“. Pia hauchte dem traditionellen Märchen mit ihren heiteren Figuren neues Leben ein. Aufgrund ihrer Herkunft wird sie gern für rätoromanische Projekte engagiert. Der Buchverlag Ediziu Apart kam 2016 mit dem Auftrag auf die 35-Jährige zu, die Haikus von Benedetto Vigne mit ihren filigranen, cartoonistisch angehauchten Figuren zu illustrieren. „Bei solchen Projekten ist es sinnvoll, wenn man die Sprache versteht“, erzählt Pia. Seit ihrer Kindheit spricht sie das rätoromanische Idiom puter. Gerne erinnert sich Pia an die langen Spaziergänge in der Engadiner Natur, als die Eltern sie mit selbst ausgedachten Geschichten unterhielten. „Immer wenn ich nicht weiterlaufen wollte, haben sie mich so zum Weitergehen animiert.“ Die Farben im Engadiner Frühjahr faszinieren die Künstlerin bis heute, „wenn alles so monochrom ist, graubraun, weiss und am besten noch ein bisschen Nebel mit dabei. Die gesamte Stimmung zu dieser Jahreszeit ist einzigartig.“

Die Ausbildung als Illustratorin hat Pia mit einem Vorkurs in Luzern an der Farbmühle begonnen. 2009 ging es nach Schottland, wo sie ab 2010 am Edinburgh College of Art ein Studium als Illustratorin absolvierte. Nach dem Abschluss 2013 ging sie zurück nach Zürich, um als freiberufliche Illustratorin zu arbeiten. Ihre Charaktere auf dem Papier haben auffallend lange, dünne Beine und Arme. „Trotzdem“, findet Pia, „haben sie ihr ganz eigenes Gleichgewicht.“ Inspiration findet die Schweizerin beim Zusammensitzen mit Freunden, bei Alltagsbegegnungen und in Erzählungen. Das Festhalten von Ideen liegt ihr hingegen weniger. „Ich wünschte, ich wäre einer dieser Menschen, die immer ihr Skizzenbuch mit sich herumtragen, aber nein“, gibt die Künstlerin zu. „Die ganze Inspiration fliesst in mich hinein und später rufe ich sie von da aus auch wieder ab.“ An manchen Tagen fällt dieser Prozess leichter, an anderen schwerer. Grundsätzlich gibt es bei jedem Arbeitsschritt frustrierende und glückliche



Das Engadiner Märchen „Tredeschin“ belebte Pia Valär mit ihren heiteren Zeichnungen (o.).

Für das Gasthaus Avrona in Scuol gestaltete die Künstlerin liebevolle Postkarten (u.).



Momente: „Da kann auch mal ein Bleistift durch die Luft fliegen, wenn der nicht so will, wie ich will“, gesteht sie lachend. „In der Skizzierphase kann es frustrierend sein, wenn sich die Idee nicht einstellen will, aber wenn sie dann da ist, ist das ein sehr glücklicher und erlösender Moment. Die Details auszuarbeiten, ist ebenfalls ein schöner Part. Das Kolorieren kann geradezu meditativ wirken“, schildert Pia ihren Arbeitsalltag. Ihre liebevollen Illustrationen kann man übrigens auch als Privatperson erwerben. Pia druckt regelmässig Poster, die man kaufen kann. Aber auch Wunschillustrationen sind möglich. Nach dem Erstkontakt über ihre Website kann man die Künstlerin im Atelier besuchen und mit ihr über den konkreten Auftrag sprechen. Zum Schluss verrät sie uns noch etwas über ein Sehnsuchtsprojekt. „Im Moment habe ich einen tollen Text von einem Freund im Atelier liegen, aus dem ich unbedingt einen Comic machen möchte.“





On Tour mit Ziegen

**Mit ihrem
Herzensprojekt
„Mini Geiss –
Dini Geiss“
rettete Nicole
Buess fünf
Geisslein das
Leben. Nun
bietet sie als
Erste im
Engadin Geis-
sen-Trekking
und Geissen-
Yoga an: ein
tierischer Spass.**

Text ANINA RETHER
Bild FABIAN GATTLEN

Ein schwarzer Jeep biegt auf den Parkplatz des Engadin Airport ein. Mit einem Lachen steigt Nicole Buess aus ihrem Wagen: „Bereit für ein tierisches Abenteuer?“ Ich nicke. Schliesslich habe ich mich entsprechend vorbereitet: gute Schuhe mit Profil, strapazierfähige Kleidung und jede Menge Vorfreude auf die kommenden Stunden. Bevor wir losmarschieren, kontrolliert sie nochmals ihren Rucksack: fünf Leinen und Halfter, die Notfallapotheke für Mensch und Tier, ein kleines Picknick – alles dabei. Los geht's.

Auf einer grossen Wiese neben dem Rollfeld stehen Gibo, Murmel, Sämi, Beni und Zottel und rupfen gemächlich Grasbüschel aus. Neugierig strecken sie ihre Hälse und treten an den Zaun, als sie Nicole Buess' gut gelaunte Stimme hören: „Jungs, macht euch bereit.“ Jungs? Na ja, wie Teenager führen sie sich tatsächlich auf, die fünf Geissböcke, mit denen wir gleich auf eine Trekkingtour gehen. Während ihnen das Halfter angelegt wird, knabbern sie ungeniert an meinen Hosen, zupfen am Rucksack und Zottel verpasst mir zum Einstieg einen kleinen Seitenhieb mit den Hörnern. Das kann ja heiter werden, denke ich im Stillen, als ich mit Sämi und Beni Buess im Schlepptau hinter den anderen Richtung Punt Muragl hertrotte.

Und so kommt es dann auch. Denn Geissen sind nicht nur neugierig, wählerisch und stinkfrech, sondern auch sehr unterhaltsam. Kaum lassen wir sie im Wald von der Leine, kommt ihr Temperament erst richtig zum Vorschein: kein Felsen am Wegesrand, der

„Ich habe ein grosses Herz für Tiere. Undenkbar, dass meine süssen Geissli, an denen ich täglich vorbeikam, auf dem Teller landen sollten.“

nicht erklettert wird, kein Trieb zu hoch, um nicht den Hals in den Himmel zu strecken, kein Anlass zu neugierig, um nicht die anderen Geissen zu foppen oder uns kreuz und quer vor die Füsse zu laufen. Schliesslich gilt es, das frischeste Kraut am Wegesrand als Erste zu erhaschen. Ob sie keine Angst habe, dass plötzlich eine ausbüxt, will ich wissen. „Für den Fall habe ich immer einen Feldstecher dabei“, sagt Nicole Buess lachend, „doch das kommt kaum vor, da Geissen Herdentiere sind und am liebsten zusammenbleiben.“

Hätte ihr vor drei Jahren jemand prophezeit, dass sie einmal stolze Besitzerin von fünf Geissböcken sein wird, die Eventmanagerin aus Champfèr hätte es nicht geglaubt. Doch im Herbst 2017 kaufte sie Sämi, Zottel & Co. einem befreundeten Bauern ab und rettete „ihre Jungs“ damit vor dem Gang zum Schlachthof. „Ich habe ein grosses Herz für Tiere. Undenkbar, dass ‚meine‘ süssen Geissli, an denen ich täglich mit den Hunden vorbeikam, auf dem Teller landen sollten.“ Eine weitreichende Entscheidung: In den folgenden Monaten sucht Nicole Buess nach geeignetem Weideland und einem Stall für den Winter, eignet sich Fachwissen über ihre neuen Schützlinge an und absolviert einen Packgeissen-Schnupperkurs im Toggenburg. „Geissen sind einzigartige Tiere. Sie kuscheln gern, haben eine beruhigende Wirkung auf uns Menschen und machen gute Laune – wenn das keine perfekte Mischung ist.“ Seit vergangenem Sommer bietet sie neben mehrstündigen Geissen-Trekking auch Geissen-Yoga an, ein Trend, der ursprünglich aus Amerika kommt.







„Geissen sind einzigartige Tiere. Sie kuscheln gern, haben eine beruhigende Wirkung auf uns Menschen und machen gute Laune.“

Yogapositionen wie „Katze“ oder „Herabschauen-der Hund“ werden von den Geissen interessiert beobachtet, was bei den Kursen regelmässig für herzhaftes Lachen sorgt.

Nach einem gemütlichen Picknick im Schatten der Arven machen wir uns auf den Rückweg. Auch Geissböcke können ordentlich rumzicken, ich hab's mit eigenen Augen gesehen. Doch gesättigt von den vielen neuen Eindrücken und den feinen Snacks am Wegesrand, laufen die fünf nun brav im Gänsemarsch hinter Nicole Buess Richtung Tal. Kein Gemecker mehr, nur der Schrei eines Milans und das Bimmeln der Glöckchen sind zu hören. In der Nähe eines Bauernhofs begegnen wir zwei Hängebauchschweinen. Ich frage mich, was passiert wäre, wenn Nicole Buess statt den Geissen diese ungelenten, doch ebenfalls sehr sympathischen Schweine gerettet hätte. Die tierische Happy-End-Geschichte wäre wohl ganz anders verlaufen. Denn Trekking mit Schweinen? Klingt nicht gerade berauschend, von Schweine-Yoga gar nicht erst zu reden. Nicole Buess lacht herzlich: „Um diese Tiere muss ich mich zum Glück nicht sorgen, sie werden nicht geschlachtet. Schwein gehabt!“

Tipps von Nicole Buess

Ob Team-Event oder Familienausflug, „Mini Geiss – Dini Geiss“ ist ein ganz besonderes Erlebnis im Engadin.

Geissen-Trekking

Das Trekking führt über einsame Alpwiesen, entlang der Engadiner Seen, durch Arvenwälder, vorbei an Bauernhöfen und nostalgischen Alpkäsereien. Unterwegs gibt's wahlweise ein Käsefondue oder ein Picknick mit einheimischen Köstlichkeiten.

Geissen-Yoga

Yogaerlebnis mit Geissen und einer zertifizierten Yoga-Instruktorin an besonderen Kraftplätzen im Raum St. Moritz. Durch das Erlernen von Körperübungen und Atemtechniken werden Ruhe und Gelassenheit im Alltag möglich. Vorkenntnisse sind von Vorteil, aber keine Bedingung.

Weitere Infos unter
www.minigeiss-dinigeiss.ch

Eviva la Rumantschia

„Ein Hoch auf die
Rätoromanen!“

Am 20. Februar 1938,
kurz vor Ausbruch des
Zweiten Weltkriegs,
wurde Rätoromanisch in
einer Volksabstimmung
mit einer deutlichen
Mehrheit von rund 92 %
zur vierten Landessprache
der Schweiz erhoben.

Im rätoromanischen Verbreitungsgebiet gibt es insgesamt fünf verschiedene Idiome: sursilvan, sutsilvan, surmiran, puter und vallader sowie eine einheitliche Amtssprache: rumantsch grischun.

„Traditionsbewusste Oberengadiner begrüßen sich, indem sie ‚bun di‘ bis zum Mittag wünschen und ‚buna saira‘ nach dem Mittagessen“, erklärt Martina Shuler. Sie arbeitet für die Lia Rumantscha, den Dachverband aller rätoromanischen Sprachvereine. Dieser setzt sich seit 1919 für die Erhaltung von Sprache und Kultur der Rätoromanen ein. Martina Shuler ist stolz auf ihre Arbeit, denn Rätoromanisch

gehört zu diesem Hochtal und ist Teil seiner Identität. Die Kleinsprache besitzt zum Teil vorrömisches Wortgut und hat trotz intensivem Kontakt mit Italienisch und Deutsch ihre Eigenständigkeit bewahrt. 1938 wurde Rätoromanisch als vierte Landessprache der Schweiz anerkannt. Das im Oberengadin verbreitete Puter ist in einigen Gemeinden noch erste Kindergarten- und Schulsprache.

Als Gast hat man viele Möglichkeiten, Kultur und Sprache kennenzulernen. Hier finden Sie eine kleine Auswahl an Redewendungen, Veranstaltungen, Literatur und Sprachkursen.

Vocabulari / rumauntsch puter

Guten Morgen / Tag! = *bun di!*
Guten Tag / Abend! = *buna saira!*
Grüezi! = *allegra!* (ganzer Tag)

Prost / Gesundheit! / Ein
Hoch auf... = *eviva / viva*
Um Himmels willen! = *per l'amur da Dieu!*
Potttausend! = *sapperlot!*
Hervorragend = *stupend / stupenda /
grandius / grandiusa*
Ich bin (nicht) einverstanden =
Eau (nu) sun perinclet/perincletta

Die Sonne = *il sulagl*
Der blaue Himmel = *il tschêl blov*
Spazieren gehen = *ir a spass*
Diese Berge! = *che muntagnas!*
Diese Seen! = *che lejs!*
Dieses Licht! = *che glüsch! / che splendor!*
Welch herrlicher Tag! = *ün di da bellezza!*



„Wenn du das Glück
finden willst, dann
warte nicht darauf,
sondern gehe ihm
entgegen.“
Sgraffito in Samedan,
San Bastiaun 5.

Veranstaltungen:

2019 begeht die Lia Rumantscha ihr 100-Jahr-Jubiläum. Die Jubiläumsfeierlichkeiten finden vom 1. bis 18. August 2019 in Zuoz mit verschiedenen Thementagen und einer speziell dafür erarbeiteten Theaterproduktion statt.

Literaturempfehlungen:

Allegra Ladina: ein kleiner Guide für den Alltag auf puter und vallader für Gäste

Engadiner Post/Posta Ladina: In der Tageszeitung gibt es jeweils einen rätoromanischen Teil und auch rätoromanisches Vokabular

Schellen-Ursli: berühmtes Kinderbuch von Selina Chönz

Online-Wörterbuch: <http://www.udg.ch/dicziunari/puter>

Chesin Manella: eine romanische Buchhandlung, die sich in Celerina befindet (reduzierte Öffnungszeiten!). Dort gibt es eine grosse Auswahl an Lehrbüchern, Romanen sowie Kinder- und Erwachsenenliteratur

Kurse:

Die Fundaziun de Planta in Samedan bietet Romanischkurse in puter an. Diese ein- bis zweiwöchigen Sprach- und Kulturwochen für Anfänger und Fortgeschrittene finden jeweils im Juli statt (8. bis 12. Juli und 15. bis 19. Juli 2019). www.chesaplanta.ch

Engadin Winter — 19

Vorschau.

Die zweite Ausgabe des Engadin Magazins erscheint im November



Eisfischen in Sils
Wie funktioniert der ungewöhnliche Sport und was ist zu beachten?



Spuren im Schnee
Wir beantworten Fragen zur Tierwelt im Winter.



Hoch hinaus

Wir begleiten ein potenzielles Mitglied des Club 8848 Lagalb.



Impressum

Herausgeber: Tourismusorganisation Engadin
St. Moritz, Via San Gian 30, CH-7500 St. Moritz
Gesamtleitung: Roberto Rivola, Leiter
Unternehmenskommunikation

Verlag: C3 Creative Code and Content GmbH,
Heiligegeistkirchplatz 1, 10178 Berlin, www.c3.co
Gesellschafter der C3 Creative Code and Content GmbH
sind zu 85 % die Burda Gesellschaft mit
beschränkter Haftung, Offenburg, und zu 15 % die KB
Holding GmbH, Berlin. Alleinerige Gesellschafterin der Burda
Gesellschaft mit beschränkter Haftung ist die Hubert Burda
Media Holding Kommanditgesellschaft, Offenburg.
Gesellschafter der KB Holding GmbH sind die Herren
Lukas Kircher (Geschäftsführer, Berlin) und Rainer
Burkhardt (Geschäftsführer, Berlin) zu je 50 %.

Gestaltungskonzept: jäger & jäger, Agentur für
Brand Identity & Branded Content, Seepromenade 17,
88662 Überlingen, www.jaegerundjaeger.de

Umsetzung: C3 Creative Code and Content GmbH
Redaktion: Yasmine Sailer (Ltg., verantwortliche
Redaktorin), Lisa Bierbauer, Annemarie Gassen ·
Freie Autoren: Fabrizio D'Aloisio, Franco Furger,
Carolin Geist, Valentina Knapp-Voith, Michael
Lütscher, Anina Rether · Senior Artdirector: Charlotte
Bourdeix · Bildredaktion: Franziska Cruccolini,
Elke Latinovic, Nicola van der Mee · Projektmanager:
Sophia Ebrecht · Lektorat: Lektorat Süd, Haberer-Faye
und Riecke Journalisten-Partnerschaft

Druck: Druckhaus Ernst Kaufmann GmbH & Co. KG,
Raiffeisenstrasse 29, D-77933 Lahr
Rechte: Nachdruck, auch auszugsweise, nur mit
ausdrücklicher Genehmigung der Tourismusorganisation
Engadin St. Moritz und unter Angabe der Quelle.

Bildnachweise: Titelbild: Fabian Gattlen · S. 2-3 Gian
Giovannoli · S. 4-5 Romano Salis, Fabian Gattlen, Madlaina
Walther · S. 6-7 Reinhard Eisele/eisele-photos.de, Rolf
Canal · S. 8-9 Christian Brandstaetter · S. 10-19 Madlaina
Walther · S. 20-25 Romano Salis · S. 26-27 Alamy Stock
Photo, Pierino Giuliani · S. 28-29 Claudia Meitert ·
S. 30-33 Romano Salis · S. 34-39 Christian Brandstaetter
(2), Juergen Pollak, Keystone/Gian Ehrenzeller · S. 40-43
Romano Salis · S. 44-49 Romano Salis (5), Fotolia,
Mauritius Images, Reinhard Eisele/eisele-photos, Getty
Images · S. 50-55 Fabian Gattlen (4), Laif · S. 56-57
Angelika Annen, Pia Valär · S. 58-65 Fabian Gattlen ·
S. 66 Jon Vonzun, Nico Schärer, Federico Sette

**„Alle Menschen werden die Wahrnehmungen
machen, dass man auf hohen Bergen, wo
die Luft rein und dünn ist, freier atmet und sich
körperlich leichter und geistig heiterer fühlt.“**

JEAN-JACQUES ROUSSEAU, *Schriftsteller*