

BergePLUS

Frühling, Sommer & Herbst 2018

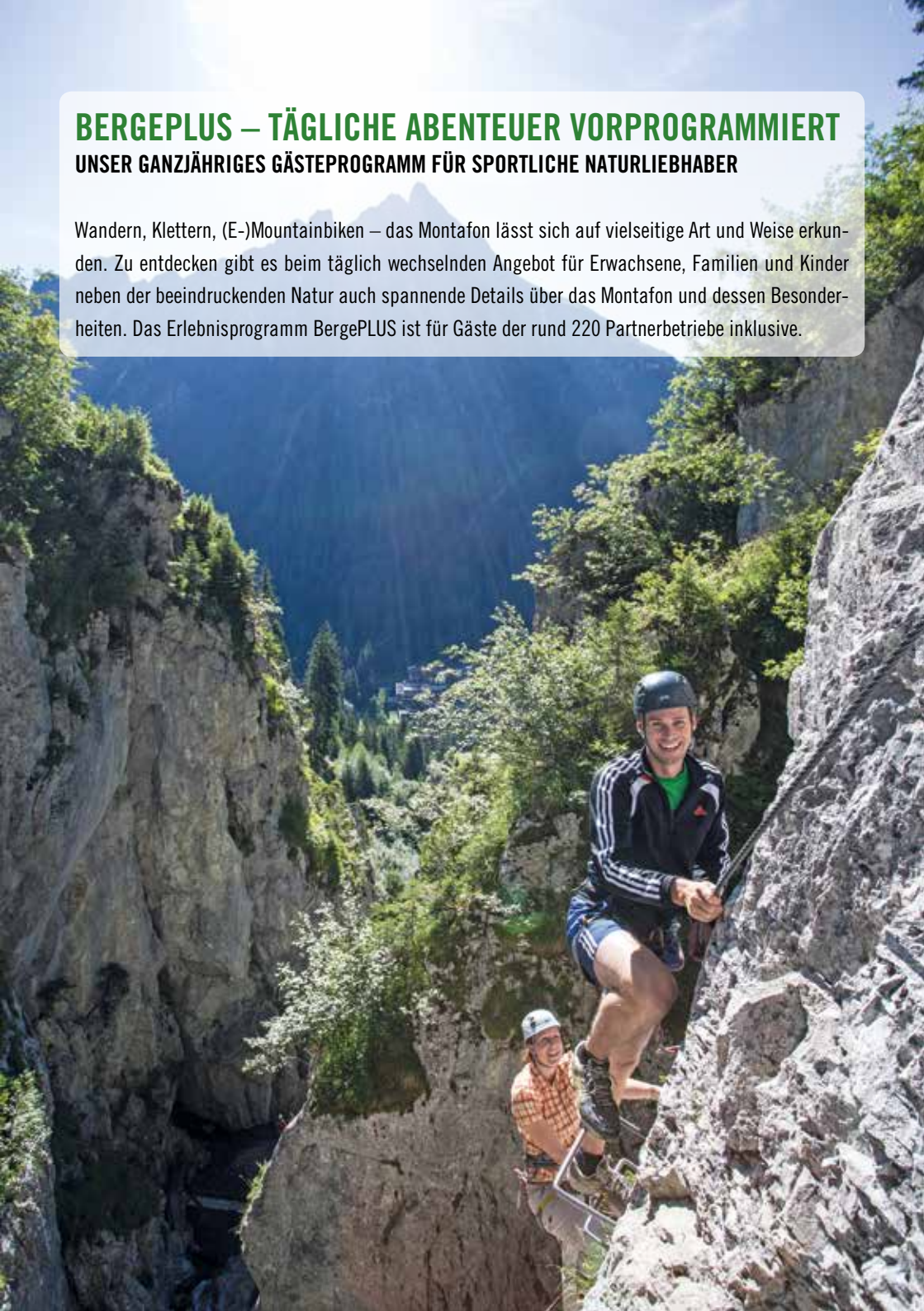


VOR
ARL
BERG

montafon.at

BERGEPLUS – TÄGLICHE ABENTEUER VORPROGRAMMIERT UNSER GANZJÄHRIGES GÄSTEPROGRAMM FÜR SPORTLICHE NATURLIEBHABER

Wandern, Klettern, (E-)Mountainbiken – das Montafon lässt sich auf vielseitige Art und Weise erkunden. Zu entdecken gibt es beim täglich wechselnden Angebot für Erwachsene, Familien und Kinder neben der beeindruckenden Natur auch spannende Details über das Montafon und dessen Besonderheiten. Das Erlebnisprogramm BergePLUS ist für Gäste der rund 220 Partnerbetriebe inklusive.



ALLGEMEINE INFORMATIONEN

Für Gäste der BergePLUS Partnerbetriebe ist die Teilnahme inklusive, Teilnehmer mit der Montafoner Gästekarte bekommen 10 Prozent Ermäßigung (Ausnahme: 5 Euro Verpflegungspauschale beim Angebot für Kinder). Alle Programme inklusive Guide. Anmeldung erforderlich bis 18:00 Uhr am Vortag auf montafon.at/bergeplus oder in den örtlichen Tourismusbüros.

WANDERN

Mindestteilnehmer: für alle Touren zwei Personen

Für die Teilnahme an den Programmen müssen Kinder sportlich aktiv sein.

Kosten: Gehzeit ab 3,5 Std.: Erwachsene 15,00 €, Kinder 10,00 € / Gehzeit bis 3 Std.: Erwachsene 10,00 €, Kinder 8,00 €, Bergbahn- und Busfahrten, Käseverkostungen, Eintritte, etc. nicht inklusive.

BIKEN

Mindestteilnehmer: für alle Touren eine Person

Unsere Verleihpartner: Intersport Montafon (Mountainbike und E-Bike) und Sport Harry (Mountainbike)

Es gilt Helmpflicht für alle Teilnehmer.

Kosten: Erwachsene 35,00 €, Kinder 25,00 € / Familien-Tour und Technik-Training: Erwachsene 25,00€, Kinder 15,00 €, Preise für Bikeverleih pro Tag: E-MTB 39,00 €, MTB 29,00 €, MTB-Rahmengröße 20 oder 24 Zoll: 14,50 €. Für Gäste der BergePLUS Partnerbetriebe ist das (E-)Bike im Rahmen der Tour inklusive. Eventuelle Bergbahnfahrten oder Bus- und Bahnbenützung nicht inklusive (außer: E-Bike Tour zur Neuen Heilbronner Hütte & von der Bielerhöhe zur Verbellaalpe).

KLETTERN

Mindestteilnehmer: für alle Touren eine Person

Für die Teilnahme an den Programmen müssen Kinder sportlich aktiv sein. Bei allen Programmpunkten feste und geschlossene Schuhe mit Profilsohle notwendig.

Kosten: 25,00 € pro Person

KINDER 🧒

Mindestteilnehmer: für alle Programme eine Person

Alter: 6–12 Jahre (teilweise bis 14 Jahre)

Abholung der Kinder um 16:30 Uhr

Kosten: 26,00 € (+5,00 € Verpflegungspauschale)

Im Preis inklusive: Fahrtkosten für Bergbahnen, Bus- und Bahnbenützung sowie Eintritte. Teilnahme nur für Kinder möglich.

PROGRAMMÜBERSICHT FRÜHLING UND HERBST 11. MAI BIS 22. JUNI // 10. SEPTEMBER BIS 21. OKTOBER 2018

	MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	SONNTAG
WANDERN		PANORAMAWANDERUNG ZU DEN BIENENVÖLKERN Unterwegs mit Imker Harry in Bartholomäberg (nur im Frühling)	ÜBER DIE SAFTIGEN WIESEN DES MAISÄSS MONTIEL Blumen- und Kräuterwanderung in St. Gallenkirch	WANDERUNG ZUR ALTEN SÄGE „MÜLLI FERDI“ IN LATSCHAU Schausäge aus dem 18. Jahrhundert	KRAFTVOLL AUF DEM ENERGIE.WEG GANIFER Kulturlandschaft und Energiewirtschaft im Einklang	DIE ALPENFLORA DER MONTAFONER MAISÄSSE Blumen- und Kräuterwanderung in Tschagguns (nur im Frühling)	MUTTJÖCHLE: AUSSICHTSGIPFEL FÜR GENIESSER Atemberaubende Panoramablicke am Kristberg
		BEWEGENDE MOMENTE IM RÄTIKON Über Alpweiden und Kalkgestein am Golmer Joch (nur im Herbst)				AUSSICHTSREICH ZUR WIEGE DES MONTAFON IN BARTHOLOMÄBERG Eine Reise durch die Montafoner Geschichte (nur im Herbst)	
BIKEN	FAMILIEN-TOUR (ST. GALLENKIRCH) MTB Ein Tag für die ganze Familie	UNTERWEGS IM MALERISCHEN RÄTIKON E-MTB Die Montafoner Kulturlandschaft im Gauertal genießen	SONNENBALKON-TOUR IN BARTHOLOMÄBERG MTB Genuss bis zum letzten Sonnenstrahl	SINGLETRAIL-TOUR AM SONNENBALKON E-MTB „Flowig“ rund um den Itonskopf	SINGLETRAIL-TOUR AM SONNENBALKON MTB „Flowig“ rund um den Itonskopf	2-TÄLER-TOUR ÜBER DEN GENIESSERBERG KRISTBERG MTB Vom Montafon ins Klostertal und retour	MAISÄSSLANDSCHAFTEN MIT DEM E-BIKE ERKUNDEN E-MTB Entdeckungsreise ins idyllische Novatal
KLETTERN				KLETTERTAG IM KLETTERGARTEN RIFA Ein Tag für die ganze Familie		KLETTERTAG IM KLETTERGARTEN LATSCHAU Perfekter Actiontag für Groß & Klein	
					KLETTERTAG IM KLETTERGARTEN RÖBISCHLUCHT Entlang des tosenden Wassers		



PROGRAMMÜBERSICHT SOMMER 23. JUNI BIS 9. SEPTEMBER 2018

	MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	SONNTAG
WANDERN	ALPWANDERUNG MIT KULINARISCHER BESONDERHEIT Montafoner Sura Kees-Verkostung auf der Alp Nova	GIPFELTOUR IM EUROPASCHUTZGEBIET VERWALL Entdecke eines der ursprünglichsten Gebiete Vorarlbergs	PANORAMATOUR ZUR „BLAUEN SILVRETTA“ Am Fuße der imposanten Silvretta-Gletscher	SCHESAPLANA, DIE KÖNIGIN DES RÄTIKON Atemberaubende Panoramablicke genießen	MADRISA RUNDTOUR: IN DIE SCHWEIZ UND ZURÜCK Auf geschichtsträchtigen Pfaden unterwegs	AUSSICHTSREICH ZUR WIEGE DES MONTAFON IN BARTHOLOMÄBERG Eine Reise durch die Montafoner Geschichte	AUF ENERGIE.WEGEN INS EUROPASCHUTZGEBIET WIEGENSEE Natur und Wasserkraft im Einklang
	WANDERERLEBNIS GAUERTALER ALPKULTOUR Wo Natur und Kultur verschmelzen	PANORAMAWANDERUNG ZU DEN BIENENVÖLKERN Unterwegs mit Imker Harry in Bartholomäberg	VOM SILBERTAL ZUM HISTORISCHEN BERGWERK Die faszinierende Welt der Bergknappen	AUF SÄUMERPFDEN ZU DEN MONTAFONER STEINSCHAFEN Entdecke die alte Kunst des Wollspinnens im Gargellental	ALPWANDERUNG INS GANERATAL Traditionelle Montafoner Maisäblandschaften		BARFUSS WANDERN UND KNEIPPEN Die Natur mit allen Sinnen erleben in St. Gallenkirch
	KRÄUTERWEG „PROBIAR AMOL“ Fühlen, riechen, schmecken in Partenen	AUF BERGKNAPPENPFADEN UNTERWEGS MIT LAMAS Auf Besuch am Genießerberg Kristberg	SCHMUGGLERGESCHICHTEN RUND UM DIE MADRISA Im Grenzgebiet zwischen Österreich und der Schweiz	DAS SENNERLEBEN AUF DER INNERKAPELLALPE Panoramawanderung mit Käseverkostung KINDER-LAMA-TREKKING IN DEN BERGEN 😊 Auf Bergknappenpfaden mit besonderen Begleitern	DIE ALPENFLORA DER MONTAFONER MAISÄSSE Blumen- und Kräuterwanderung in Tschagguns RUTSCHENGAUDI MIT GOLMI 😊 Bergab im größten Waldrutschenpark Europas		
BIKEN	FAMILIEN-TOUR (ST. GALLENKIRCH) MTB Ein Tag für die ganze Familie	VON DER BIELERHÖHE ZUR VERBELLAALPE MTB Unterwegs am Fuße der 3.000er	SONNENBALKON-TOUR IN BARTHOLOMÄBERG MTB Genuss bis zum letzten Sonnenstrahl	DAS SENNERLEBEN AUF DER ALP NOVA E-MTB Wo köstlicher Montafoner Sura Kees entsteht	SINGLETRAIL-TOUR AM SONNENBALKON MTB „Flowig“ rund um den Itonskopf	2-TÄLER-TOUR ÜBER DEN GENIESSERBERG KRISTBERG MTB Vom Montafon ins Klostertal und retour	
	TECHNIK-TRAINING (GASCHURN) E-MTB Tipps & Tricks von Bike-Experten	UNTERWEGS IM MALERISCHEN RÄTIKON E-MTB Die Montafoner Kulturlandschaften im Gauertal genießen	FAMILIEN-TOUR (SCHRUNS) MTB Ein Tag für die ganze Familie	SINGLETRAIL-TOUR AM SONNENBALKON E-MTB „Flowig“ rund um den Itonskopf	E-BIKE-TOUR ZUR NEUEN HEILBRONNER HÜTTE E-MTB Energiegeladene alpine Sehenswürdigkeiten entdecken	MIT RÜCKENWIND ZUR VERGALDAALPE E-MTB Naturidylle pur im Gargellner Seitental	
	SONNENBALKON-TOUR IN BARTHOLOMÄBERG E-MTB Genuss bis zum letzten Sonnenstrahl	MTB-TAG IM PUMPTRACK AM HOCHJOCH 😊 MTB Zeig Deine Mountainbike-Skills	TECHNIK-TRAINING (SCHRUNS) E-MTB Tipps & Tricks von Bike-Experten		E-BIKE-TOUR INS EUROPASCHUTZGEBIET VERWALL E-MTB Eines der ursprünglichsten Gebiete Vorarlbergs		
KLETTERN	KLETTERTAG IM KLETTERGARTEN LATSCHAU Perfekter Actiontag für Groß und Klein	KLETTERSTEIG RÖBISCHLUCHT Entlang des tosenden Wassers	KLETTERSTEIG RÖBISCHLUCHT Entlang des tosenden Wassers	KLETTERSTEIG RÖBISCHLUCHT Entlang des tosenden Wassers	KLETTERSTEIG WASSERFALL ST. ANTON IM MONTAFON Zwischen tosenden Wasserfällen	KLETTERTAG IM KLETTERGARTEN LATSCHAU Perfekter Actiontag für Groß und Klein	KLETTERSPASS IM HOCHSEILGARTEN FUN FOREST Nervenkitzel für Anfänger und Fortgeschrittene
	KLETTERSPASS IM HOCHSEILGARTEN FUN FOREST Nervenkitzel für Anfänger und Fortgeschrittene	KLETTERSPASS IM HOCHSEILGARTEN FUN FOREST Nervenkitzel für Anfänger und Fortgeschrittene	KLETTERTAG IM KLETTERGARTEN RIFA Ein Tag für die ganze Familie	KLETTERSPASS IM HOCHSEILGARTEN FUN FOREST Nervenkitzel für Anfänger und Fortgeschrittene			KLETTERSPASS IM HOCHSEILGARTEN FUN FOREST Nervenkitzel für Anfänger und Fortgeschrittene
	KLETTERSPASS IM WALDSEILPARK & FELS 😊 Hoch hinaus mit Kletterguides		KINDER-TAG IM HOCHSEILGARTEN FUN FOREST 😊 Entdecke die Faszination Klettern				



INHALTSVERZEICHNIS

BERGEPLUS PROGRAMM

FRÜHLING UND HERBST

11. MAI BIS 22. JUNI //

10. SEPTEMBER BIS 21. OKTOBER 2018

Montag.....	11
Dienstag.....	11
Mittwoch.....	12
Donnerstag.....	13
Freitag.....	13
Samstag.....	14
Sonntag.....	15

SOMMER

23. JUNI BIS 9. SEPTEMBER 2018

Montag.....	17
Dienstag.....	19
Mittwoch.....	21
Donnerstag.....	23
Freitag.....	25
Samstag.....	27
Sonntag.....	28

FRÜHLING UND HERBST



MONTAG

BIKEN

FAMILIEN-TOUR (ST. GALLENKIRCH) – EIN TAG FÜR DIE GANZE FAMILIE

MTB

Die ideale Tour am Beginn des Urlaubs. Mit Kindern ab acht Jahren geht es von St. Gallenkirch auf dem Radweg nach Gortipohl. Bei der erfrischenden Wassertrete werden beim Kneippen die Lebensgeister geweckt und die Kinder können nach Lust und Laune spielen.

12:30 Uhr Tourismusbüro St. Gallenkirch // ca. 2 Std. (Fahrzeit: ca. 1,5 Std.) // ca. 100 hm //

ca. 7 km // Einkehrmöglichkeit: keine auf der Tour // ab 8 Jahren

TECHNIK-TRAINING (GASCHURN) – TIPPS & TRICKS VON BIKE-EXPERTEN

E-MTB

Ob Neuling oder Fortgeschrittener: Diese Tour steht ganz im Zeichen der Technikgrundlagen. Koordination, Gleichgewicht und Balance stehen dabei im Fokus. Bei der anschließenden Fahrt von Gaschurn nach Gortipohl werden diese Grundlagen gleich in die Praxis umgesetzt.

09:30 Uhr Talstation Versettla Bahn Gaschurn // ca. 2 Std. (Fahrzeit: 1,5 Std.) // ca. 200 hm //

ca. 14 km // Einkehrmöglichkeit: keine auf der Tour // ab 12 Jahren

SONNENBALKON-TOUR IN BARTHOLOMÄBERG – GENUSS BIS ZUM LETZTEN SONNENSTRAHL

E-MTB

Atme tief durch und genieße den imposanten Blick auf die Gipfel des Rätikon: Mit den meisten Sonnenstunden im Montafon ist Bartholomäberg ein Paradies für Sonnenhungrige. Als „Wiege des Montafon“ beeindruckt der Ort mit einer jahrtausendealten Geschichte.

09:30 Uhr Tourismusbüro St. Gallenkirch, **10:00 Uhr** Tourismusbüro Schruns // ca. 4 Std. (Fahrzeit: ca. 3 Std.) // ca. 1.200 hm // ca. 45 km // Einkehrmöglichkeit: Panoramagasthaus Kristberg oder Knappastoba // ab 12 Jahren

DIENSTAG

WANDERN

PANORAMAWANDERUNG ZU DEN BIENENVÖLKERN – UNTERWEGS MIT IMKER HARRY IN BARTHOLOMÄBERG (NUR IM FRÜHLING)

Gemeinsam mit Imker Harry besuchst Du Bienenstöcke in der Montafoner Bergwelt und erfährst viel über die Lebensweise der fleißigen Insekten. Du lernst die Produktion und die Verarbeitung von Honig und anderen wertvollen Bienenprodukten, wie das Naturheilmittel Propolis, kennen.

12:55 Uhr Bahnhof Schruns, **13:15 Uhr** Bushaltestelle Kirche Bartholomäberg // leicht // ca. 4 Std.

(Gehzeit: ca. 2–3 Std.) // Aufstieg: Bus, Abstieg: ca. 410 hm // Einkehrmöglichkeit: keine auf der Tour // Hunde erlaubt

BEWEGENDE MOMENTE IM RÄTIKON – ÜBER ALPWIESEN UND KALKGESTEIN (NUR IM HERBST)

Die Kletterberge des Rätikon beeindruckten mit lohnenden Anstiegen und atemberaubenden Panoramablick. Die Zimba sowie die Drei Türme stets im Blick führt diese Wanderung vom Golmer Joch über das Kreuz- und Hätabergerjoch. An der Alpe Latschätz lernst Du die für das Montafon wichtige 3-Stufen-Landwirtschaft kennen.

09:30 Uhr Bushaltestelle Golmerbahn Latschau // mittel // ca. 4,5–5 Std. (Gehzeit: ca. 4–4,5 Std.) // Aufstieg: ca. 600 hm, Abstieg: ca. 1.000 hm // Einkehrmöglichkeit: keine auf der Tour

BIKEN**UNTERWEGS IM MALERISCHEN RÄTIKON – DIE MONTAFONER KULTURLANDSCHAFT GENIEßEN E-MTB**

Das Naturjuwel Gauertal ist mit den imposanten Gipfeln von Sulzfluh, Drei Türme und Drusenfluh eines der schönsten Bergtäler im Rätikon. Hier lernst Du die für die Montafoner Kulturlandschaft so bedeutungsvollen Maisäße und „Schrage Zäune“ kennen.

09:30 Uhr Tourismusbüro St. Gallenkirch, 10:00 Uhr Tourismusbüro Schruns // ca. 4 Std. (Fahrzeit: ca. 3 Std.) // ca. 900 hm // ca. 21 km // Einkehrmöglichkeit: Berggasthof Grabs, Gauertalhaus // ab 12 Jahren

MITTWOCH**WANDERN****ÜBER DIE SAFTIGEN WIESEN DES MAISÄSS MONTIEL – BLUMEN- UND KRÄUTERWANDERUNG IN ST. GALLENKIRCH**

Sonnenröschen, Witwenblume und Klappertopf: Bei der Wanderung zum Maisäß Untere Netza mit tollem Ausblick entdeckst Du die Vielfalt und Wirkung der heimischen Pflanzenwelt. Im Anschluss daran genießt Du einen köstlichen Brotaufstrich mit Blumen und Kräutern aus der Region.

10:30 Uhr Tourismusbüro St. Gallenkirch // mittel // ca. 4 Std. (Gehzeit: ca. 2,5–3 Std.) // Auf- und Abstieg: ca. 480 hm // Einkehrmöglichkeit: keine auf der Tour

BIKEN**SONNENBALKON-TOUR IN BARTHOLOMÄBERG – GENUSS BIS ZUM LETZTEN SONNENSTRAHL MTB**

Atme tief durch und genieße den imposanten Blick auf die Gipfel des Rätikon: Mit den meisten Sonnenstunden im Montafon ist Bartholomäberg ein Paradies für Sonnenhungrige. Als „Wiege des Montafon“ beeindruckt der Ort zudem mit einer jahrtausendealten Geschichte.

09:30 Uhr Tourismusbüro St. Gallenkirch, 10:00 Uhr Tourismusbüro Schruns // ca. 5 Std. (Fahrzeit: ca. 4 Std.) // ca. 1.200 hm // ca. 45 km // Einkehrmöglichkeit: Panoramagasthaus Kristberg oder Knappastoba // ab 12 Jahren

KLETTERN**KLETTERTAG IM KLETTERGARTEN RIFA – EIN TAG FÜR DIE GANZE FAMILIE**

Dieser Klettersteig-Rundkurs im schön angelegten und leicht erreichbaren Klettergarten Rifa eignet sich hervorragend für Anfänger und Kinder. Auch geübte Kletterer finden durch die abwechslungsreiche Gestaltung ihre ganz persönliche Herausforderung.

11:45 Uhr und 13:45 Uhr Fels Klettergarten Rifa Gaschurn // Körpergröße: mind. 1,30 m // ab 8 Jahren

DONNERSTAG**WANDERN****WANDERUNG ZUR ALTEN SÄGE „MÜLLI FERDI“ – SCHAUSÄGE AUS DEM 18. JAHRHUNDERT**

Bei dieser Wanderung fliegen die Späne: Die alte Säge am Rasafeibach in Latschau ist nach dem Flurnamen „Müllli“ und dem früheren Besitzer Ferdinand Loretz benannt. Der heutige Zustand entspricht im Wesentlichen dem von 1907. Erlebe, wie vor über 100 Jahren aus Baumstämmen Bretter gemacht wurden.

11:15 Uhr Bushaltestelle Gemeindeamt Tschagguns // leicht // ca. 4 Std. (Gehzeit: ca. 2,5 Std.) // Aufstieg: ca. 400 hm, Abstieg: ca. 380 hm // Einkehrmöglichkeit: Hotel Montabella // Hunde erlaubt

BIKEN**SINGLETRAIL-TOUR AM SONNENBALKON – „FLOWIG“ RUND UM DEN ITONSKOPF E-MTB**

Die Strecke rund um den Itonskopf ist eine der attraktivsten Touren der Region. 1.000 Höhenmeter und 20 Streckenkilometer lang ist die Mountainbike-Runde über die Alpe Latons, den Singletrail rund um den Itonskopf und die Abfahrt über die Bärger Seenlandschaft.

09:30 Uhr Tourismusbüro St. Gallenkirch, 10:00 Uhr Tourismusbüro Schruns // ca. 5 Std. (Fahrzeit: ca. 4 Std.) // ca. 1.650 hm // ca. 40 km // Einkehrmöglichkeit: Alpengasthaus Rellseck // ab 16 Jahren

FREITAG**WANDERN****KRAFTVOLL AUF DEM ENERGIE.WEG GANIFER – KULTURLANDSCHAFT UND ENERGIEWIRTSCHAFT IM EINKLANG**

Spüre die Energie, wenn sich der Verbellabach durch das willdromantische Ganifer wild und schäumend dem Tal entgegenstürzt. Die Wasserkraft ist einer der wichtigsten Wirtschaftsfaktoren im Montafon, worüber Du Dich im energie.raum Partenen informieren kannst.

11:45 Uhr Bushaltestelle Gasthaus Partnerhof Partenen // leicht // ca. 3,5 Std. (Gehzeit: ca. 2–2,5 Std.) // Auf- und Abstieg: ca. 380 hm // Einkehrmöglichkeit: keine auf der Tour

BIKEN**SINGLETRAIL-TOUR AM SONNENBALKON – „FLOWIG“ RUND UM DEN ITONSKOPF** MTB

Die Strecke rund um den Itonskopf ist eine der attraktivsten Touren der Region. 1.000 Höhenmeter und 20 Streckenkilometer lang ist die Mountainbike-Runde über die Alpe Latons, den Singletrail rund um den Itonskopf und die Abfahrt über die Bärger Seenlandschaft.

09:30 Uhr Tourismusbüro St. Gallenkirch, **10:00 Uhr** Tourismusbüro Schruns // ca. 6 Std. (Fahrzeit: ca. 5 Std.) // ca. 1.650 hm // ca. 40 km // Einkehrmöglichkeit: Alpengasthaus Rellseck // ab 16 Jahren

KLETTERN**KLETTERSTEIG RÖBISCHLUCHT – ENTLANG DES TOSENDEN WASSERS**

Der Klettersteig Röbischlucht ist mit einem Schwierigkeitsgrad von B/C perfekt für Einsteiger und Kinder. Ein beeindruckendes Klettererlebnis entlang des tosenden Wassers. Der Weg retour führt über die landschaftlich schön gelegene Ronggalpe.

10:45 Uhr und 13:45 Uhr Kletterhalle Gargellen // Körpergröße: mind. 1,30 m // ab 8 Jahren

SAMSTAG**WANDERN****DIE ALPENFLORA DER MONTAFONER MAISÄSSE – BLUMEN- UND KRÄUTERWANDERUNG IN TSCHAGGUNS (NUR IM FRÜHLING)**

Im Gauertal, einem der schönsten Talabschlüsse der Alpen, führt diese Blumen- und Kräuterwanderungen über die schönsten Maisäbe des Tales. Von Deinen Wanderführern erfährst Du Wissenswertes über die heimische Alpenflora und die für das ganze Tal bedeutsame 3-Stufen-Landwirtschaft.

10:30 Uhr Bushaltestelle Golmerbahn Latschau // leicht // ca. 3 Std. (Gehzeit: ca. 2,5-3 Std.) // Auf- und Abstieg: ca. 340 hm // Einkehrmöglichkeit: keine auf der Tour

AUSSICHTSREICH ZUR WIEGE DES MONTAFON – EINE REISE DURCH DIE MONTAFONER GESCHICHTE (NUR IM HERBST)

Auf dem Weg durch die Maisäblandschaft in Bartholomäberg, einem der ältesten Bergbauggebiete im Alpenraum, lernst Du die Montafoner Siedlungsgeschichte kennen. Am höchsten Punkt der Tour, dem Wannaköpfe, genießt Du den grandiosen Rundumblick auf Rätikon, Silvretta und Verwall.

09:30 Uhr Bushaltestelle Kirche Bartholomäberg // mittel // ca. 5,5 Std. (Gehzeit: ca. 4,5 Std.) // Auf- und Abstieg: ca. 900 hm // Einkehrmöglichkeit: Alpengasthaus Rellseck

BIKEN**2-TÄLER-TOUR ÜBER DEN GENIESSERBERG KRISTBERG – VOM MONTAFON INS KLOSTERTAL UND RETOUR** MTB

Zwei Täler, große Vielfalt: Vom Genießberg Kristberg gelangst Du ins malerische Wasserstubental. Nach einer gemütlichen Einkehr in der Oberen Wasserstubenalpe führt der Weg zum Sonnenkopf und über das Klostertal wieder retour ins Montafon.

09:30 Uhr Tourismusbüro St. Gallenkirch, **10:00 Uhr** Tourismusbüro Schruns // ca. 6 Std. (Fahrzeit: ca. 5,5 Std.) // ca. 1.250 hm // ca. 66 km // Einkehrmöglichkeiten: Obere Wasserstubenalpe // ab 16 Jahren

MAISÄSSLANDSCHAFTEN MIT DEM E-BIKE ERKUNDEN –**ENTDECKUNGSREISE INS IDYLLISCHE NOVATAL** E-MTB

Auf moderaten Anstiegen führt die Tour zur Garfrescha, einer beliebten Maisäbsiedlung. Auf herrlich kupiertem Gelände führt die Strecke zur Alp Nova auf 1.730 Metern Seehöhe - bekannt für ihren köstlichen Montafoner Sura Kees.

09:30 Uhr Tourismusbüro Schruns, **10:00 Uhr** Tourismusbüro St. Gallenkirch // ca. 5 Std. (Fahrzeit: ca. 4 Std.) // ca. 1.084 hm // ca. 35 km // Einkehrmöglichkeit: Brunellawirt

KLETTERN**KLETTERTAG IM KLETTERGARTEN LATSCHAU – PERFEKTER ACTIONTAG FÜR GROSS UND KLEIN**

Der leicht erreichbare Klettersteig am Staubecken Latschau ist ideal, um den Umgang mit dem Klettersteigset und das Klettern in den Schwierigkeitsgraden A bis C zu üben. Zusätzlich lockt der Blick auf die nahe Zimba, dem „Montafoner Matterhorn“.

11:45 Uhr und 13:45 Uhr Fels Klettergarten Latschau // Körpergröße: mind. 1,30 m // ab 8 Jahren

SONNTAG**WANDERN****MUTTJÖCHLE: AUSSICHTSGIPFEL FÜR GENIESSER – ATEMBERAUBENDE PANORAMABLICKE AM KRISTBERG**

Wandere auf dem Genießberg Kristberg durch einen schönen und naturbelassenen Gebirgswald in Richtung Muttjöchle. Auf Höhe der Waldgrenze bietet sich Dir eine vielfältige Naturlandschaft mit grandiosen Ausblicken auf das Rätikon, das Verwall und die Silvretta.

09:20 Uhr Talstation Kristbergbahn Silbertal // mittel // ca. 7 Std. (Gehzeit: ca. 5,5–6 Std.) // Auf- und Abstieg: ca. 700 hm // Einkehrmöglichkeit: keine auf der Tour



MONTAG

WANDERN

ALPWANDERUNG MIT KULINARISCHER BESONDERHEIT – MONTAFONER SURA KEES-VERKOSTUNG AUF DER ALP NOVA

Ein wiederentdecktes Geschmackserlebnis: Nach einer aussichtsreichen Panoramawanderung über den Gantekopf gibt das Senner-Ehepaar Andrea und Andreas auf der Alp Nova spannende Einblicke in die Herstellung des Montafoner Sura Kees – eine regionale Spezialität, die durch die Jahrhunderte hindurch das südlichste Tal Vorarlbergs geprägt hat.

09:30 Uhr Talstation Garfrescha Bahn St. Gallenkirch // mittel // ca. 5,5 (Gehzeit: ca. 3 Std.) // Auf- und Abstieg: ca. 450 hm // Einkehrmöglichkeit: Alp Nova

WANDERERLEBNIS GAUERTALER ALPKULTOUR – WO NATUR UND KULTUR VERSCHMELZEN

Nicht nur die atemberaubende Aussicht auf die imposante Gebirgskulisse, sondern auch die vom heimischen Künstler Roland Haas gestalteten Holzskulpturen machen diese Wanderung zu einem einzigartigen Erlebnis mit spannenden Einblicken in das Hirtenleben und die Montafoner Maisäbtradition.

10:30 Uhr Bushaltestelle Golmerbahn Latschau // leicht // ca. 5–6 Std. (Gehzeit: ca. 4 Std.) // Aufstieg: ca. 100 hm, Abstieg: ca. 1.000 hm // Einkehrmöglichkeit: Lindauer Hütte

KRÄUTERWEG „PROBIAR AMOL“ – FÜHLEN, RIECHEN, SCHMECKEN IN PARTENEN

Erkennst Du alle Kräuter? Bei einem Dorfrundgang in Partenen findest Du in verschiedenen Gärten die unterschiedlichsten Pflanzen: Küchenkräuter, Heilkräuter für Tees und Salben sowie Früchte zum Riechen, Schmecken oder Essen.

14:00 Uhr Tourismusbüro Partenen // leicht // ca. 3 Std. (Gehzeit: ca. 1 Std.) // Auf- und Abstieg: ca. 65 hm // Einkehrmöglichkeit: Hotel Zerres

BIKEN

FAMILIEN-TOUR (ST. GALLENKIRCH) – EIN TAG FÜR DIE GANZE FAMILIE

MTB

Die ideale Tour am Beginn des Urlaubs. Mit Kindern ab acht Jahren geht es von St. Gallenkirch auf dem Radweg nach Gortipohl. Bei der erfrischenden Wassertrete werden beim Kneippen die Lebensgeister geweckt und die Kinder können nach Lust und Laune spielen.

12:30 Uhr Tourismusbüro St. Gallenkirch // ca. 2 Std. (Fahrzeit: ca. 1,5 Std.) // ca. 100 hm // ca. 7 km // Einkehrmöglichkeit: keine auf der Tour // ab 8 Jahren

TECHNIK-TRAINING (GASCHURN) – TIPPS & TRICKS VON BIKE-EXPERTEN E-MTB

Ob Neuling oder Fortgeschrittener: Diese Tour steht ganz im Zeichen der Technikgrundlagen. Koordination, Gleichgewicht und Balance stehen dabei im Fokus. Bei der anschließenden Fahrt von Gaschurn nach Gortipohl werden diese Grundlagen mit dem E-Bike gleich in die Praxis umgesetzt.

09:30 Uhr Talstation Versettla Bahn Gaschurn // ca. 2,5 Std. (Fahrzeit: 1,5 Std.) // ca. 200 hm // ca. 14 km // Einkehrmöglichkeit: keine auf der Tour // ab 14 Jahren

SONNENBALKON-TOUR IN BARTHOLOMÄBERG – GENUSS BIS ZUM LETZTEN SONNENSTRAHL E-MTB

Atme tief durch und genieße den imposanten Blick auf die Gipfel des Rätikon: Mit den meisten Sonnenstunden im Montafon ist Bartholomäberg ein Paradies für Sonnenhungrige. Als „Wiege des Montafon“ beeindruckt der Ort mit einer jahrtausendealten Geschichte.

09:30 Uhr Tourismusbüro St. Gallenkirch, 10:00 Uhr Tourismusbüro Schruns // ca. 4 Std. (Fahrzeit: ca. 3 Std.) // ca. 1.200 hm // ca. 45 km // Einkehrmöglichkeit: Panoramagasthaus Kristberg oder Knappastoba // ab 12 Jahren

KLETTERN**KLETTERTAG IM KLETTERGARTEN LATSCHAU – PERFEKTER ACTIONTAG FÜR GROSS UND KLEIN**


Der leicht erreichbare Klettersteig am Staubecken Latschau ist ideal, um den Umgang mit dem Klettersteigset und das Klettern in den Schwierigkeitsgraden A bis C zu üben. Zusätzlich lockt der Blick auf die nahe Zimba, dem „Montafoner Matterhorn“.

09:45, 11:45 Uhr und 13:45 Uhr Fels Klettergarten Latschau // Körpergröße: mind. 1,30 m // ab 8 Jahren

KLETTERS PASS IM HOCHSEILGARTEN FUN FOREST – NERVENKITZEL FÜR ANFÄNGER UND FORTGESCHRITTENE

Ein spannender Tag lockt Wagemutige in den Hochseilgarten Fun Forest in Gargellen. Auf 18 Stationen werden Mut, Balance und Geschicklichkeit getestet. Ein erfahrener Guide steht dabei den Kletterern stets zur Seite.

10:00 Uhr, 14:00 Uhr Kletterhalle Gargellen // ab 6 Jahren

KLETTERS PASS IM WALDSEILPARK & FELS – HOCH HINAUS MIT KLETTERGUIDES 

Geschicklichkeit und Kondition sind gefragt, wenn Klettermaxe ihr Können beim Klettertag in Latschau zeigen. Hoch hinaus geht es dabei gemeinsam mit den Kletterguides im Waldseilpark Golm sowie im Klettergarten Latschau. Neue Kräfte werden beim gemeinsamen Mittagessen im „Holzschopf“ gesammelt.

09:30 Uhr Tourismusbüro Schruns, 10:20 Uhr Bhst. Golmerbahn Latschau // ganztags

DIENSTAG**WANDERN****GIPFELTOUR IM EUROPASCHUTZGEBIET VERWALL – ENTDECKE EINES DER URSPRÜNGLICHSTEN GEBIETE VORARLBERGS**

Eine wildromantische Wanderung durch das ruhige und naturbelassene Europaschutzgebiet Verwall. Genieße die Idylle dieses wenig erschlossenen Gebirgsraums. Ein wichtiger Lebensraum und Rückzugsort für seltene Gebirgspflanzen und scheue Tiere wie Steinadler, Wanderfalke und Alpenschneehuhn.

08:30 Uhr Talstation Kristbergbahn Silbertal // schwer // ca. 7 Std (Gehzeit: ca. 6 Std.) // Aufstieg: ca. 870 hm, Abstieg: ca. 970 hm // Einkehrmöglichkeit: keine auf der Tour

PANORAMAWANDERUNG ZU DEN BIENENVÖLKERN – UNTERWEGS MIT IMKER HARRY IN BARTHOLOMÄBERG

Gemeinsam mit Imker Harry besuchst Du Bienenstöcke in der Montafoner Bergwelt und erfährst viel über die Lebensweise der fleißigen Insekten. Besonders die Produktion und die Verarbeitung von Honig und anderen wertvollen Bienenprodukten wie das Naturheilmittel Propolis lernst Du dabei kennen.

12:55 Uhr Bahnhof Schruns, 13:15 Uhr Bushaltestelle Kirche Bartholomäberg // leicht // ca. 4 Std. (Gehzeit: ca. 2–3 Std.) // Aufstieg: Bus, Abstieg: ca. 410 hm // Einkehrmöglichkeit: keine auf der Tour // Hunde erlaubt

AUF BERGKNAPPENPFADEN UNTERWEGS MIT LAMAS – AUF BESUCH AM GENIESSERBERG KRISTBERG

Ein Erlebnis für die ganze Familie ist diese Wanderung auf den einstigen Pfaden der Bergknappen. Begleitet wirst Du dabei von den freundlichen Lamas von Llamero Horst. Am Genießerberg Kristberg bekommst Du eine Führung in der St. Agatha Bergknappenkapelle, der ältesten Kirche des Montafon.

10:30 Uhr Gasthaus Mühle Innerberg // leicht // ca. 4,5–5 Std. (Gehzeit: ca. 3 Std.) // Auf- und Abstieg: ca. 300 hm // Einkehrmöglichkeit: Panoramagasthof Kristberg

BIKEN**VON DER BIELERHÖHE ZUR VERBELLAALPE – UNTERWEGS AM FUSSE DER 3.000ER** MTB


Auf der Silvretta-Bielerhöhe beeindruckt der Ausblick auf das hochalpine Panorama der vergletscherten Silvretta mit Vorarlbergs höchstem Berg, dem Piz Buin (3.312 m). Vom Silvrettasee geht es auf dem Mountainbike zum Kopssee und weiter zur Verbellaalpe.

08:35 Uhr Bahnhof Schruns, 08:55 Uhr Zentrum St. Gallenkirch, 09:03 Zentrum Gortipohl, 09:07 Uhr Versettla Bahn Gaschurn, 09:15 Uhr Partenerhof Partenen // ca. 7 Std. (Fahrzeit: ca. 5 Std.) // Aufstieg: ca. 409 hm, Abstieg: ca. 1.760 hm // ca. 46 km // Einkehrmöglichkeit: Verbellaalpe

UNTERWEGS IM MALERISCHEN RÄTIKON – DIE MONTAFONER KULTURLANDSCHAFT GENIEßEN E-MTB

Das Naturjuwel Gauertal ist mit den imposanten Gipfeln von Sulzfluh, Drei Türme und Drusenfluh eines der schönsten Bergtäler im Rätikon. Hier lernst Du die für die Montafoner Kulturlandschaft so bedeutungsvollen Maisäbe und „Schrage Zäune“ kennen.

09:30 Uhr Tourismusbüro Schruns, **10:00 Uhr** Tourismusbüro St. Gallenkirch // ca. 4 Std.
(Fahrzeit: ca. 3 Std.) // ca. 900 hm // ca. 21 km // Einkehrmöglichkeit: Berggasthof Grabs, Gauertalhaus // ab 12 Jahren

MTB-TAG IM PUMPTRACK AM HOCHJOCH – ZEIG DEINE MOUNTAINBIKE-SKILLS 

Zeig, was Du kannst und verbessere Deine Mountainbike-Skills auf dem Übungsgelände beim Kapellrestaurant. Ein Bike dafür bekommst Du direkt am Kapellrestaurant. Ein Pumptrack mit Steilkurven sowie Rampen und kleine Sprünge machen den Bike-Tag abwechslungsreich und Spaßig.

09:30 Uhr Tourismusbüro Schruns // ganztags

KLETTERN**KLETTERSTEIG RÖBISCHLUCHT – ENTLANG DES TOSENDEN WASSERS**

Der Klettersteig Röbischlucht ist mit einem Schwierigkeitsgrad von B/C perfekt für Einsteiger und Kinder. Ein beeindruckendes Klettererlebnis entlang des tosenden Wassers. Der Weg retour führt über die landschaftlich schön gelegene Ronggalpe.

09:45 Uhr und 13:45 Uhr Kletterhalle Gargellen // Körpergröße: mind. 1,30 m // ab 8 Jahren

KLETTERS PASS IM HOCHSEILGARTEN FUN FOREST – NERVENKITZEL FÜR ANFÄNGER UND FORTGESCHRITTENE

Ein spannender Tag lockt Wagemutige in den Hochseilgarten Fun Forest in Gargellen. Auf 18 Stationen werden Mut, Balance und Geschicklichkeit getestet. Ein erfahrener Guide steht dabei den Kletterern stets zur Seite.

10:00 Uhr und 14:00 Uhr Kletterhalle Gargellen // ab 6 Jahren

MITTWOCH**WANDERN****PANORAMATOUR ZUR „BLAUEN SILVRETTA“ – AM FUSSE DER IMPOSANTEN SILVRETTA-GLETSCHER**

Diese anspruchsvolle Tour gilt als eine der schönsten in der Silvretta. Nach dem Aufstieg vom Silvrettasee über das Bieltal wirst Du für Deine Mühen mit einem überwältigenden Blick vom Radsattel in die umliegende Gletscherwelt belohnt. Die zahlreichen Dreitausender – allen voran der Piz Buin, der höchste Berg Vorarlbergs – bauen sich imposant vor Dir auf.

09:10 Uhr Bushaltestelle Silvrettasee Bielerhöhe // schwer // ca. 6–6,5 Std. (Gehzeit: ca. 5,5–6 Std.) // Auf- und Abstieg: ca. 900 hm // Einkehrmöglichkeit: Wiesbadener Hütte // ab 10 Jahren

VOM SILBERTAL ZUM HISTORISCHEN BERGWERK – DIE FASZINIERENDE WELT DER BERGKNAPPEN

Tauche ein in die faszinierende Welt des Montafoner Bergbaus: Adolf Zudrell erzählt in der St. Agatha Kapelle auf dem Genießerberg Kristberg über das Leben der Bergknappen. Weiter geht es auf herrlichen Panoramawegen zum historischen Bergwerk in Bartholomäberg, dem einzigen Schaubergwerk Vorarlbergs.

09:20 Uhr Talstation Kristbergbahn Silbertal // mittel // ca. 5,5–6 Std. (Gehzeit: ca. 3–3,5 Std.) // Aufstieg: ca. 160 hm, Abstieg: ca. 520 hm // Einkehrmöglichkeit: keine auf der Tour (Getränke möglich beim Historischen Bergwerk) // Hunde erlaubt

SCHMUGGLERGESCHICHTEN RUND UM DIE MADRISA – IM GRENZGEBIET ZWISCHEN ÖSTERREICH UND DER SCHWEIZ

Noch vor wenigen Jahrzehnten transportierten wagemutige Männer und Frauen in ihren Kraxen alles Mögliche über die Berge. Noch heute erinnert einiges an die Schmuggler der damaligen Zeit. Auf dieser herrlichen Bergtour an der Madrisa kannst Du Dir ein Stück ihrer Welt erwandern.

09:40 Uhr Talstation Bergbahnen Gargellen // leicht // ca. 4–4,5 Std. (Gehzeit: ca. 3 Std.) // Aufstieg: 70 hm, Abstieg: 730 hm // Einkehrmöglichkeit: Obwaldhütte

BIKEN**SONNENBALKON-TOUR IN BARTHOLOMÄBERG – GENUSS BIS ZUM LETZTEN SONNENSTRAHL** MTB

Atme tief durch und genieße den imposanten Blick auf die Gipfel des Rätikon: Mit den meisten Sonnenstunden im Montafon ist Bartholomäberg ein Paradies für Sonnenhungrige. Als „Wiege des Montafon“ beeindruckt der Ort mit einer jahrtausendealten Geschichte.

09:30 Uhr Tourismusbüro St. Gallenkirch, **10:00 Uhr** Tourismusbüro Schruns // ca. 5 Std. (Fahrzeit: ca. 4 Std.) // ca. 1.200 hm // ca. 45 km // Einkehrmöglichkeit: Panoramagasthaus Kristberg oder Knappastoba // ab 12 Jahren

FAMILIEN-TOUR (SCHRUNS) – EIN TAG FÜR DIE GANZE FAMILIE

MTB

Die ideale Tour am Beginn des Urlaubs. Mit Kindern ab acht Jahren geht es von Tourismusbüro Schruns dem Ill-Radweg zur Venser Kapelle und zum Wasserkraftwerk Rodund und danach zurück zum Tourismusbüro Schruns.

12:30 Uhr Tourismusbüro Schruns // ca. 3 Std. (Fahrzeit: ca. 2,5 Std.) // ca. 200 hm // ca. 18 km // Einkehrmöglichkeit: keine auf der Tour // ab 8 Jahren

TECHNIK-TRAINING (SCHRUNS) – TIPPS & TRICKS VON BIKE-EXPERTEN

E-MTB

Ob Neuling oder Fortgeschrittener: Diese Tour steht ganz im Zeichen der Technikgrundlagen. Koordination, Gleichgewicht und Balance stehen dabei im Fokus. Bei der anschließenden Fahrt von Schruns nach Vandans werden diese Grundlagen gleich in die Praxis umgesetzt.

09:30 Uhr Tourismusbüro Schruns // ca. 2,5 Std. (Fahrzeit: ca. 1,5 Std.) // ca. 200 hm // Einkehrmöglichkeit: keine auf der Tour // ab 14 Jahren

KLETTERN**KLETTERSTEIG RÖBISCHLUCHT – ENTLANG DES TOSENDEN WASSERS**

Der Klettersteig Röbischlucht ist mit einem Schwierigkeitsgrad von B/C perfekt für Einsteiger und Kinder. Ein beeindruckendes Klettererlebnis entlang des tosenden Wassers. Der Weg retour führt über die landschaftlich schön gelegene Ronggalpe.

09:45 Uhr und 13:45 Uhr Kletterhalle Gargellen // Körpergröße: mind. 1,30 m // ab 8 Jahren

KLETTERTAG IM KLETTERGARTEN RIFA – EIN TAG FÜR DIE GANZE FAMILIE

Dieser Klettersteig-Rundkurs im schön angelegten und leicht erreichbaren Klettergarten Rifa eignet sich hervorragend für Anfänger und Kinder. Auch geübte Kletterer finden durch die abwechslungsreiche Gestaltung ihre ganz persönliche Herausforderung.

09:45 Uhr, 11:45 Uhr und 13:45 Uhr Fels Klettergarten Rifa Gaschurn // Körpergröße: mind. 1,30 m // ab 8 Jahren

KINDER-TAG IM HOCHSEILGARTEN FUN FOREST – ENTDECKE DIE FASZINATION KLETTERN 

Du möchtest etwas Neues ausprobieren, und die Spannung soll auch nicht fehlen? Dann ist der Schnupperkurs in Gargellen genau das Richtige für Dich. Im Fun Forest versuchst Du Dich gemeinsam mit Kletterguides an verschiedenen Stationen.

09:30 Uhr Tourismusbüro St. Gallenkirch, 10:35 Kletterhalle Gargellen (unterhalb der Talstation Gargellener Berbahnen) // ganztags

DONNERSTAG**WANDERN****SCHESAPLANA, DIE KÖNIGIN DES RÄTIKON – ATEMBERAUBENDE PANORAMABLICHE GENIEßEN**

Die Schesaplana thront als höchster Gipfel des Rätikon über dem funkelnden Lünersee, der türkisblauen Perle der Alpen. Beim mächtigen Gipfelkreuz angekommen reicht der grandiose Ausblick von den umliegenden Alpen in Vorarlberg, Tirol und der Schweiz bis zum Bodensee und darüber hinaus.

08:45 Uhr Talstation Lünerseebahn Brandnertal // schwer // ca. 6 Std. (Gehzeit: ca. 4,5–5 Std.) // Auf- und Abstieg: ca. 1.000 hm // Einkehrmöglichkeit: Totalphütte // ab 10 Jahren

AUF SÄUMERPFADE ZU DEN MONTAFONER STEINSCHAFEN – ENTDECKE DIE ALTE KUNST DES WOLLSPINNENS IM GARGELLEN

In Gargellen, dem höchst gelegenen Montafoner Ort, geht es über Maisäblandschaften und der einstigen Säumeroute Via Valtellina zu den Montafoner Steinschafen, einer außergewöhnlichen heimischen Schafrasse. Bei einem Zwischenstopp auf dem Maisäb von Marlies Kuster bekommst Du Einblick in die alte Kunst des Wollespinnens.

09:30 Uhr Tourismusbüro Gargellen // leicht // ca. 3,5 Std. (Gehzeit: ca. 2,5 Std.) // Aufstieg: Bus, Abstieg: ca. 550 hm // Einkehrmöglichkeit: keine auf der Tour

DAS SENNERLEBEN AUF DER INNERKAPELLALPE – PANORAMAWANDERUNG MIT KÄSEVERKOSTUNG

Das Leben auf der Alpe ist mit traumhaften Naturerlebnissen, aber auch mit viel Arbeit verbunden. Der Tag des Senn beginnt um halb fünf in der Früh und dauert bis in die Abendstunden. Bei dieser Wanderung mit Käseverkostung erfährst Interessantes aus seinem täglichen Leben.

10:55 Uhr Talstation Hochjoch Bahn Schruns // ca. 4–4,5 Std. (Gehzeit: ca. 2,5–3 Std.) // Auf- und Abstieg: 350 hm // Einkehrmöglichkeit: Innerkapellalpe

KINDER-LAMA-TREKKING IN DEN BERGEN – AUF BERGKNAPPENPFADE MIT BESONDEREN BEGLEITERN 

Bei Deinem Ausflug zum Lamahof lernst Du die freundlichen Tiere von Llamero Horst kennen. Auf Bergknappenspfa den führst Du die Lamas zum schön gelegenen Panoramagasthof auf dem Genießerberg Kristberg. Hinweis: Das Reiten auf den Lamas ist nicht möglich.

09:30 Tourismusbüro Schruns, 10:25 Bushaltestelle Gasthaus Mühle Innerberg // ganztags

BIKEN

DAS SENNERLEBEN AUF DER ALP NOVA – WO KÖSTLICHER MONTAFONER SURA KEES ENTSTEHT E-MTB

Auf moderaten Anstiegen führt die Tour zur Garfrescha, einer beliebten Maisäbsiedlung. Auf herrlich kupiertem Gelände führt die Strecke zur Alp Nova auf 1.730 Metern Seehöhe - bekannt für ihren köstlichen Montafoner Sura Kees.

09:30 Uhr Tourismusbüro Schruns, 10:00 Uhr Tourismusbüro St. Gallenkirch // ca. 4 Std. (Fahrzeit: ca. 3 Std.) // ca. 950 hm // ca. 22 km // Einkehrmöglichkeit: Alp Nova // ab 12 Jahren

SINGLETRAIL-TOUR AM SONNENBALKON – „FLOWIG“ RUND UM DEN ITONSKOPF E-MTB

Die Strecke rund um den Itonskopf ist eine der attraktivsten Touren der Region. 1.000 Höhenmeter und 20 Streckenkilometer lang ist die Mountainbike-Runde über die Alpe Latons, den Singletrail rund um den Itonskopf und die Abfahrt über die Bärger Seenlandschaft.

09:30 Uhr Tourismusbüro St. Gallenkirch, 10:00 Uhr Tourismusbüro Schruns // ca. 5 Std. (Fahrzeit: ca. 4 Std.) // ca. 1.650 hm // ca. 40 km // Einkehrmöglichkeit: Alpengasthaus Rellseck // ab 16 Jahren

KLETTERN

KLETTERSTEIG RÖBISCHLUCHT – ENTLANG DES TOSENDEN WASSERS

Der Klettersteig Röbischlucht ist mit einem Schwierigkeitsgrad von B/C perfekt für Einsteiger und Kinder. Ein beeindruckendes Klettererlebnis entlang des tosenden Wassers. Der Weg retour führt über die landschaftlich schön gelegene Ronggalpe.

09:45 Uhr und 13:45 Uhr Kletterhalle Gargellen // ab 8 Jahren // Körpergröße: mind. 1,30 m

KLETTERS PASS IM HOCHSEILGARTEN FUN FOREST – NERVENKITZEL FÜR ANFÄNGER UND FORTGESCHRITTENE

Ein spannender Tag lockt Wagemutige in den Hochseilgarten Fun Forest in Gargellen. Auf 18 Stationen werden Mut, Balance und Geschicklichkeit getestet. Ein erfahrener Guide steht dabei den Kletterern stets zur Seite.

10:00 Uhr und 14:00 Uhr Kletterhalle Gargellen // ab 6 Jahren

FREITAG

WANDERN

MADRISA RUNDTOUR: IN DIE SCHWEIZ UND ZURÜCK – AUF GESCHICHTSTRÄCHTIGEN PFADEN UNTERWEGS

Dort, wo sich früher allerlei Schmuggler und Säumer herumtrieben und versuchten, die Zöllner an der Nase herumzuführen, erstrecken sich heute gut begehbare Pfade durch die Berglandschaft des Rätikon. Die Madrisa Rundtour belohnt Dich für Deine Mühen mit einmaligen Eindrücken, fordert aber auch Deine Kondition und Sportlichkeit heraus.

08:15 Uhr Talstation Bergbahnen Gargellen // schwer // ca. 7–7,5 Std. (Gehzeit: ca. 4–4,5 Std.) // Aufstieg: ca. 800 hm, Abstieg: ca. 1.430 hm // Einkehrmöglichkeit: keine auf der Tour // ab 10 Jahren

ALPWANDERUNG INS GANERATAL – TRADITIONELLE MONTAFONER MAISÄSSLANDSCHAFTEN

Das Garneratal gilt als Geheimtipp im Montafon: Ausgebildete Alpführer mit großem Wissen über die Landschaft, Bewirtschaftung und historische Entwicklung der Alpwirtschaft begleiten Dich auf Deiner Wanderung durch diese eindrucksvolle Landschaft.

08:40 Uhr Talstation Versettla Bahn Gaschurn // mittel // ca. 7,5 Std. (Gehzeit: ca. 4–4,5 Std.) // Aufstieg: ca. 300 hm, Abstieg: ca. 810 hm // Einkehrmöglichkeit: Garneraalpe // ab 10 Jahren

DIE ALPENFLORA DER MONTAFONER MAISÄSSE – BLUMEN- UND KRÄUTERWANDERUNG IN TSCHAGGUNS

Im Gauertal, einem der schönsten Talabschlüsse der Alpen, führt diese Blumen- und Kräuterwanderungen über die schönsten Maisäbe des Tales. Von Experten erfährst Du Wissenswertes über die heimische Alpenflora und die jahrtausendealte Kulturlandschaft des Montafon.

10:30 Uhr Bushaltestelle Golmerbahn Latschau // leicht // ca. 3 Std. (Gehzeit: ca. 2,5–3 Std.) // Auf- und Abstieg: ca. 250 hm // Einkehrmöglichkeit: keine auf der Tour

RUTSCHENGAUDI MIT GOLMI – BERGAB IM GRÖSSTEN WALDRUTSCHENPARK EUROPAS

Wandern, Erkunden und Rutschen: Auf Golmis Forschungspfad können Kinder mit dem Murmeltier „Golmi“, Spaß und Abenteuer erleben. Nach dem gemeinsamen Mittagessen sausen die kleinen Abenteuerer in den Röhren des Waldrutschenparks in Richtung Tal.

09:30 Uhr Tourismusbüro Schruns, 10:20 Uhr Bushaltestelle Golmerbahn Latschau // ganztags

BIKEN**SINGLETRAIL-TOUR AM SONNENBALKON – „FLOWIG“ RUND UM DEN ITONSKOPF** MTB

Die Strecke rund um den Itonskopf ist eine der attraktivsten Touren der Region. 1.000 Höhenmeter und 20 Streckenkilometer lang ist die Mountainbike-Runde über die Alpe Latons, den Singletrail rum den Itonskopf und die Abfahrt über die Bärger Seenlandschaft.

09:30 Uhr Tourismusbüro St. Gallenkirch, **10:00 Uhr** Tourismusbüro Schruns // ca. 6 Std. (Fahrzeit: ca. 5 Std.) // ca. 1.650 hm // ca. 40 km // Einkehrmöglichkeit: Alpengasthaus Rellseck // ab 16 Jahren

E-BIKE-TOUR ZUR NEUEN HEILBRONNER HÜTTE –**ENERGIEGELADEN ALPINE SEHNSUCHTSORTE ENTDECKEN** E-MTB

Mit E-Unterstützung am Fuße der 3.000er unterwegs: Gemeinsam mit Bike-Guide Markus fährst Du vom Silvrettasee zur Heilbronner Hütte – idyllisch gelegen an den Scheidseen im Europaschutzgebiet Verwall.

08:35 Uhr Bahnhof Schruns, **08:55 Uhr** Zentrum St. Gallenkirch, **09:03 Uhr** Zentrum Gortipohl, **09:07 Uhr** Versettla Bahn Gaschurn, **09:15 Uhr** Partenerhof Partenen // ca. 7 Std. (Fahrzeit: ca. 5 Std) // Aufstieg: ca. 775 Hm, Abstieg: ca. 2.100 hm // ca. 56 km // Einkehrmöglichkeit: Neue Heilbronner Hütte // ab 14 Jahren

E-BIKE-TOUR INS EUROPASCHUTZGEBIET VERWALL –**EINES DER URSPRÜNGLICHSTEN GEBIET VORARLBERGS** E-MTB

Im hinteren Silbertal zeigt sich das Montafon von seiner ursprünglichsten Seite. Genieße die Idylle dieses wenig erschlossenen Gebirgsraums – ein Lebensraum und Rückzugsort für seltene Gebirgspflanzen und scheue Tiere. Höhepunkt: Die Rast am Langsee mit Blick auf den mächtigen Pateriol.

09:30 Uhr Tourismusbüro St. Gallenkirch, **10:00 Uhr** Tourismusbüro Schruns // ca. 7 Std. (Fahrzeit inkl. Gehzeit: ca. 6 Std.) // ca. 1.400 hm // ca. 60 km // Einkehrmöglichkeit: Alpengasthaus Fellimännle oder Hasahüsli // ab 14 Jahren

KLETTERN**KLETTERSTEIG WASSERFALL ST. ANTON IM MONTAFON – ZWISCHEN TOSENDEN WASSERFÄLLEN**

Eine senkrechte Felswand, zwei tosende Wasserfälle, zwei Seilbrücken und ein fantastischer Ausblick: Mit einem Schwierigkeitsgrad von C (schwierig) und D (sehr schwierig) ist die eindrucksvolle Steiganlage auch für ambitionierte Kletterbegeisterte eine Herausforderung.

09:15 Uhr und 13:45 Uhr Bahnhof St. Anton im Montafon // Körpergröße: min. 1,40 m // ab 14 Jahren

SAMSTAG**WANDERN****AUSSICHTSREICH ZUR WIEGE DES MONTAFON – EINE REISE DURCH DIE MONTAFONER GESCHICHTE**

Auf dem Weg durch die Maisäblandschaft in Bartholomäberg, einem der ältesten Bergbaugebiete im Alpenraum, lernst Du die Montafoner Siedlungsgeschichte kennen. Am höchsten Punkt der Tour, dem Wannaköpfele, genießt Du den grandiosen Rundumblick auf Rätikon, Silvretta und Verwall.

09:30 Uhr Bushaltestelle Kirche Bartholomäberg // mittel // ca. 5,5 Std. (Gehzeit: ca. 4,5 Std.) // Auf- und Abstieg: ca. 900 hm // Einkehrmöglichkeit: Alpengasthaus Rellseck

BIKEN**2-TÄLER-TOUR ÜBER DEN GENIEßERBERG KRISTBERG –****VOM MONTAFON INS KLOSTERTAL UND RETOUR** MTB

Zwei Täler, große Vielfalt: Vom Genießerberg Kristberg gelangst Du ins malerische Wasserstubental. Nach einer gemütlichen Einkehr in der Oberen Wasserstubenalpe führt der Weg zum Sonnenkopf und über das Klostertal wieder retour ins Montafon.

09:30 Uhr Tourismusbüro St. Gallenkirch, **10:00 Uhr** Tourismusbüro Schruns // ca. 6 Std. (Fahrzeit: ca. 5,5 Std.) // ca. 1.250 hm // ca. 66 km // Einkehrmöglichkeiten: Obere Wasserstubenalpe // ab 16 Jahren

MIT RÜCKENWIND ZUR VERGALDAALE – NATURIDYLLE PUR IM GARGELLNER SEITENTAL E-MTB

Diese landschaftlich äußerst reizvolle Biketour führt von St. Gallenkirch ins Vergaldental. Sanfte Anstiege führen von Gargellen zur Vergaldaalpe, wo Sura Kees und andere Montafoner Köstlichkeiten hergestellt werden.

10:00 Uhr Tourismusbüro St. Gallenkirch, **11:00 Uhr** Tourismusbüro Gargellen // ca. 4 Std. (Fahrzeit: ca. 3 Std.) // ca. 950 hm // ca. 30 km // Einkehrmöglichkeit: Vergaldaalpe // ab 12 Jahren

KLETTERN**KLETTERTAG IM KLETTERGARTEN LATSCHAU – PERFEKTER ACTIONTAG FÜR GROSS UND KLEIN**

Der leicht erreichbare Klettersteig am Staubecken Latschau ist ideal, um den Umgang mit dem Klettersteigset und das Klettern in den Schwierigkeitsgraden A bis C zu üben. Zusätzlich lockt der Blick auf die nahe Zimba, dem „Montafoner Matterhorn“.

09:45 Uhr, 11:45 Uhr und 13:45 Uhr Fels Klettergarten Latschau // Körpergröße: mind. 1,30 m // ab 8 Jahren

SONNTAG**WANDERN****AUF ENERGIE.WEGEN INS EUROPASCHUTZGEBIET WIEGENSEE – NATUR UND WASSERKRAFT IM EINKLANG**

Auf dem Weg zum idyllisch gelegenen Natura-2000-Gebiet Wiegensee, dem ältesten natürlichen „Stausee“ des Montafon, beeindruckt schon von weitem die geschwungene Staumauer des Kops-sees. Auch die Silvretta-Hochalpenstraße demonstriert eine eindrucksvolle Verbindung von Natur und Technik.

09:45 Uhr Talstation Tafamuntbahn Partenen // mittel // ca. 6–6,5 Std. (Gehzeit: ca. 5–5,5 Std.) // Aufstieg: ca. 520 hm, Abstieg: ca. 1.000 hm // Einkehrmöglichkeit: Verbellaalpe // ab 10 Jahren

BARFUSS WANDERN UND KNEIPPEN – DIE NATUR MIT ALLEN SINNEN ERLEBEN

Barfuß laufen ist ein Genuss für Körper und Seele, der heutzutage viel zu kurz kommt. Bei der Kneipp- und Barfußwanderung erlebst Du die Natur mit all Deinen Sinnen. Besonderheit: Bitte trage statt Wanderschuhe Deine Sandalen, Flip-Flops etc.

10:30 Uhr Tourismusbüro St. Gallenkirch // leicht // ca. 3 Std. (Gehzeit: ca. 2–2,5 Std.) // Auf- und Abstieg: ca. 108 hm // Einkehrmöglichkeit: keine auf der Tour

KLETTERN**KLETTERSPASS IM HOCHSEILGARTEN FUN FOREST – NERVENKITZEL PUR**

Ein spannender Tag lockt Anfänger und Fortgeschrittene in den Hochseilgarten Fun Forest in Gargellen. Auf 18 Stationen werden Mut, Balance und Geschicklichkeit getestet. Ein erfahrener Guide steht dabei den Kletterern stets zur Seite.

14:00 Uhr Kletterhalle Gargellen // ab 6 Jahren





MONTAFON TOURISMUS GMBH

6780 Schruns
T. +43 50 6686
info@montafon.at
montafon.at



**Wir bieten Dir auch im Winter ein umfangreiches BergePLUS Programm.
Für weitere Informationen besuche uns auf montafon.at/bergeplus.**