

Einladung zur

Seniorinnen/Senioren Tourenwoche in Juf 2026



03.08.2026 – 08.08.2026

- Treffpunkt:** Montag, 3. August 2026
06:55 Uhr Bahnhof Grosshöchstetten (oder nach Absprache)
- Ausrüstung:** Wanderschuhe, Regenschutz, Stöcke, Sonnenschutz (Rollkoffer ist möglich)
- Unterkunft:** Gasthaus Alpenrose Juf Tel. +041 81 667 11 99
<https://www.gasthaus-alpenrose-juf.com/>
6x Doppelzimmer, 1x 3-Bett-Zimmer, 1x 4-Bett-Zimmer 1x Einzelzimmer
Glutenfreies Essen nach Voranmeldung möglich.
- Rückkehr:** Samstag, 8. August 2026
- Kosten:**
- | | |
|--|-------------|
| ½ Tax Hin-Rückfahrt (Gruppenbillett ca. CHF 90 | ca. CHF 90 |
| Zimmer mit Halbpension: | ca. CHF 580 |
| Tourenbeitrag: | CHF 30 |
| Diverses: (Eintritte, öV) | ca. CHF 50 |
| Kosten Total: | ca. CHF 750 |
- Touren:** Schwierigkeit: T1 – T3, Höhenmeter 200Hm – 1000Hm, Dauer: 2 – 6h
- Anmeldung:** Bis Sonntag, 31. Mai 2026 über Webseite:
<https://www.sac-grosshoechstetten.ch/>
Oder Telefon: 078 826 03 18 Ute Meerstetter
- Auskunft:** Vorinformationen per Mail eine Woche vor Reiseantritt.

Liebe Wanderkolleginnen, liebe Wanderkollegen

Du bist herzlich eingeladen an der Tourenwoche 2026 in Juf teilzunehmen. Der Weiler Juf, im Avers Tal, wo wir im **Hotel Alpenrösli** übernachten werden, gilt mit 2126 m ü.M. als die höchstgelegene ganzjährig bewohnte Siedlung in Europa. Bekannt auch für Skitouren. Das Hochtal liegt zwischen der Surselva dem Albula und Maloja.

Das Avers ist eine deutschsprachige Insel (Walserdeutsch) im ursprünglich räto-romanischen Sprachgebiet. Die Flora von Avers ist bekannt als eine der schönsten und vielseitigsten in der Schweiz. Der Averser Rhein fliesst durch das Tal. Avers – das Tal des stillen Hochgenusses.

Unterkunft: Gasthaus Alpenrose Juf Telefon: +041 81 667 11 99

<https://www.gasthaus-alpenrose-juf.com/>

Mail : alpenrose.juf@gmail.com

Typ	Anreise: 03. 08. 2026 - 08.08.2026 Zimmer:	Übernachtung, HP- Person/Nacht, inkl.	5 Nächte
1	6 x Doppelzimmer, neue Etagenduschen + WC	CHF 110	CHF 550
2	1 x 3-Bett-Zimmer, neue Etagenduschen + WC	CHF 99	CHF 495
3	1 x 4-Bett-Zimmer, neue Etagenduschen + WC	CHF 99	CHF 495
4	1 x Einzelzimmer, neue Etagenduschen + WC	CHF 120	CHF 600

Leistungen im Preis inbegriffen:

- Reichhaltiges Frühstück
- 4 Gang Abendessen aus lokalen und regionalen Produkten
- Bettwäsche + Handtücher
- Gäste- und Tourismusabgabe
- Hotel Alpenrösli, **Einzelinkasso vor Ort** / keine Anzahlung nötig.
Kostenlose Stornierungen bis 14 Tage vor Anreise, ab 13 Tage 50%, ab 5 Tage 80%

Anreise, am Montag, 3. August 2026, unterwegs Halt bei Rofflaschlucht

Treffpunkt: 06:55 Uhr Bahnhof Grosshöchstetten (oder nach Absprache)

Hinfahrt:		Weiterfahrt:	
Ab 07:04	Grosshöchstetten	Ab: 14:01	Rofflaschlucht B 552
An 07:32	Burgdorf (4)	An: 14:48	Avers, Juf
Ab 07:53	Burgdorf (3)		
An 10:48	Chur (7)		
Ab 10:58	Chur (10)		½ Tax Hin-Rückfahrt CHF 128
An 11:26	Thusis (3)		Gruppenbillett: ca. CHF 90
Ab 11:35	Thusis Kante B, B541		
An 12:00	Andeer, Rofflaschlucht		Fahrplanwechsel 2026 Zeitverschiebungen möglich

Eine sehr eindrückliche Familiengeschichte ist der Auslöser für die Erschliessung der **Roffla-schlucht**. Am Eingang befindet sich das historische Gasthaus mit Restaurant und einem kleinen Museum, welches die spannende Entstehungsgeschichte dokumentiert.
Eintritt: CHF 5

Damals wie heute ist **die Unterquerung** des tosenden Rheins ein eindrückliches Erlebnis. Wir haben genug Zeit das Museum und die Schlucht zu bestaunen und etwas zu Essen, um danach die Weiterfahrt mit dem Bus, nach Juf zu unternehmen.

Rückreise am Samstag, 08. August 2026

Rückfahrt:	
Ab 09:50	Avers, Juf B 552
An 10:44	Andeer, Heilbad
Ab 11:09	Andeer, Tgavugl B171
An 11:52	Chur, Postautostation
Ab 12:08	Chur (9)
An 13:22	Zürich HB (9)
Ab 13:32	Zürich HB (32)
An 14:28	Bern (8)
Ab 14:36	Bern (2 A-D)
An 14:52	Konolfingen (2)
Ab 14:59	Konolfingen (4)
An 15:04	Grosshöchstetten

Anmeldung:

Anmeldung bis **Sonntag, 31. Mai 2026** über Webseite <https://www.sac-grosshoechstetten.ch/>

Bei Anmeldung bitte folgende Angaben melden: Einsteigeort, Halbtax, GA, allfällige Allergien oder Unverträglichkeiten, Vegetarier, spezielle Wünsche.

Auskunft bei Fragen: Ute Meerstetter, Handy: 078 826 03 18

Wir freuen uns, wenn du dabei bist.

Ute Meerstetter und Markus Sinniger

Touren **Die Touren werden dem Wetter und der Situation angepasst, Änderungen möglich***

Dienstag

Gruppe 1 Campsut-Lago di Lei-Val digl Uors T2, ziemlich anstrengend, Aufstieg 530Hm, Abstieg 654Hm, 3h40, 8,4km. <https://schweizmobil.ch/de/tour/1170855228>
Mit Bus bis Campsut – Aufstieg zum Passo del Scengio Pt.2168m, Besichtigung des Inforama beim Kraftwerk Pt 1932, Mittagessen beim Baita del Capriolo, Pt.1961, Abstieg, Alpe Motta 1918, Pt 1842, Abzw.Val digl Uors Pt 1553, Bus nach Juf.

Gruppe 2 Kraftwerk – Alpe Motta, T1, wenig anstrengend, Aufstieg: 93Hm, Abstieg: 93Hm, 1h30, 5,2km

<https://schweizmobil.ch/de/tour/1125017591>

Mit Privatbus zum Kraftwerk Pt 1932, Besichtigung des Inforama, Mittagessen beim Baita del Capriolo Pt 1961, Wanderung bis Alpe Motta Pt 1918, gleicher Weg zurück zum Kraftwerk. Mit Privatbus bis Campsut – Bus nach Juf.

Mittwoch

Gruppe 1 Alte Averserstrasse Cresta - Innerferrera T1, ziemlich anstrengend, Aufstieg 347Hm, Abstieg 827Hm, 4h, 11,6km, <https://schweizmobil.ch/de/tour/650962969>

Mit Bus bis Cresta. Lezibrück Pt 1843, Cröt Pt 1717, Campsut Pt.1678, Valle di Lei Pt.1673, Abzw. Val digl Uors Pt.1553, Innerferrera Pt.1479, Einkehr Gasthaus Alpenrose, zurück mit Bus

Gruppe 2 Alte Averserstrasse Cresta - Cröt, T1, wenig anstrengend, Aufstieg 60Hm, Abstieg 303Hm, 1h, 3,5km, <https://schweizmobil.ch/de/tour/2037811380>

Einkehr Gasthaus Walserstube Cröt, Abkürzungen mit Bus bei Lezibrücke Pt 1843, Cröt Pt 1717, Campsut Pt 1678, Valle di Lei Pt.1673, Abzw. Val digl Uors Pt.1553.

Donnerstag

Gruppe 1 Wengahorn 2848m, T3, anstrengend, Aufstieg 750Hm, Abstieg 750Hm, 4h, 4km <https://schweizmobil.ch/de/tour/984741950>

Gruppe 2 Alte Averserstrasse, Juf – Cresta Pt 1960, T1, wenig anstrengend, Aufstieg 148Hm, Abstieg 314Hm, 2h10, 7km, <https://schweizmobil.ch/de/tour/529932532>

Abkürzungen mit Bus möglich bei: Rufana Pt 2038, Am Bach Pt 1958, Pürt Pt 1921

Freitag

Gruppe 1 Juf - Fallerfurgga - obere Flüesee – Juf, T3 ziemlich anstrengend, Aufstieg 983 Hm, Abstieg 959Hm, 5h30, 12km, <https://schweizmobil.ch/de/tour/1577061659>

Alpagada, Pt 2184, Bleis, Mutt, Pt 2585, Uf da Flüe Pt 2775, Stallerberg Pt 2580, Flüeseen Pt 2681, Fallerfurgga Pt 2837, Obere Flüesee Pt 2789, Pt 2488, Pt 2333, Juf Pt 2126

Gruppe 2 Murmeltierweg, T1, wenig anstrengend, Aufstieg 181Hm, Abstieg 176Hm, 2h20, 7km. <https://schweizmobil.ch/de/tour/728807942>

Auf 11 Stationen, viel Wissenswertes über das Leben der Murmeltiere erfahren. Mit Bus bis Juppa Pt2003,

Trütschbode, Pt 2003, Pt 2028, Olta Stofel Pt 2074, gleicher Weg zurück. (Einkehr in Rufana möglich). Bus

Weitere mögliche Tourenausswahl nach Gruppe und Situation

- Bergalpass T3, anstrengend
- Bluäma Weg Cröt – Innerferrera T3, anstrengend
- Juf – Septimerpass T3, anstrengend
- Juf- Stallerberg – Flüeseen T2, ziemlich anstrengend
- Juf – Fuorcla da Valetta, T2, ziemlich anstrengend
- Juf – Stallerberg, T2, wenig anstrengend

Karten: 1:25'000, Splügenpass 1255, Bivio 1256 Val Bregalia 1276
 1:50'000, Julierpass 268