

Mystische Herbsttouren zu alten Gemäuern

Im November sind alte Burgen und Schlösser attraktive Wanderziele. Viele dieser Anlagen befinden sich im Flachland, wo die Wege meist schneefrei sind. Der Gesundheitstipp stellt acht tolle Touren für den Spätherbst vor.

Schon von weitem sieht man sie: Die Burgruine Kastelen thront rund hundert Meter über der Ebene des Luzerner Rotals, an der höchsten Stelle eines stattlichen Hügels. Am besten beginnt man die Wanderung nach Kastelen in Grosswangen LU. Das Dorf ist von Luzern oder Sursee aus mit dem Bus erreichbar. Der Wanderweg führt dem lauschigen

Flüsschen Rot entlang durch ein idyllisches Naturschutzgebiet in einer alten Kiesgrube.

Bei Alberswil LU beginnt der Aufstieg auf den Burghügel. Der gut ausgeschilderte Chastelenweg führt an einem eleganten Barockschloss vorbei und dann durch eine Hagebuchenallee. Dort sind der Strassenlärm und der Alltagsstrubel weit weg. Auch am Burghügel ist

es wohltuend still. Dann wird der Weg steiler. Nach wenigen Minuten steht man am Fuss der Burgruine Kastelen.

Die Grafen von Kyburg liessen den massiven Wohnturm Kastelen im 13. Jahrhundert erbauen. Sie waren damals eine der mächtigsten adeligen Familien und beherrschten ein Gebiet, das vom Bodensee bis zum Kanton Luzern reichte. Später zerfiel die Burg. Seit rund 20 Jahren kümmert sich ein lokaler Verein um die Burgruine. Er erstellte im Inneren der alten Tuffsteinmauern einen Aussichtsturm. Der Verein liess zudem den über

50 Meter tiefen Sodbrunnen ausgraben.

In der Schweiz gibt es Hunderte von Burgen und Schlössern

Auch in vielen anderen Regionen kann man schöne Wanderungen zu Burgruinen unternehmen. Der Gesundheitstipp stellt acht Touren in den Kantonen Baselland, Bern, Graubünden, Luzern, Solothurn und St. Gallen vor (siehe Karten).

Wie reich an Burgen das Mittelland und die Voralpen sind, zeigt die Internetseite Burgenwelt.org:

Weiter auf Seite 14

Acht Burgenwanderungen im Mittelland und in den Voralpen



Die Touren auf einen Blick

1 Von Schwarzenburg zur Grasburg BE

Route: Vom Bahnhof Schwarzenburg zur Ruine Grasburg. Weiter zur Sodbachbrücke über die Sense und nach Heitenried.

Länge: 9 km **Wanderzeit:** 3,5 Stunden

Aufstieg: 330 Meter **Abstieg:** 360 Meter

Schwierigkeitsgrad: mittel

Infos im Internet: Wanderfritz.ch/wanderung-schwarzenburg-grasburg-heitenried

2 Drei-Burgen-Wanderung bei Balsthal SO

Route: Vom Bahnhof Balsthal zur Burgruine Neu-Falkenstein. Von dort über Holderbank zur Bechburg. Zurück nach Balsthal über die Burg Alt-Falkenstein.

Länge: 15 km **Wanderzeit:** 4,5 Stunden

Aufstieg: 380 Meter **Abstieg:** 380 Meter

Schwierigkeitsgrad: mittel

Infos: Schlossverein-falkenstein.ch → 3-Burgen-Wanderung



Jörgenberg: Der uralten Schlossanlage begegnet man bei der Wandertour in der Surselva GR

ISTOCK



③ Zur Burgruine Kastelen LU

Route: Von Grosswangen der Rot entlang nach Ettiswil und weiter zum Burghügel Kastelen. Dann Abstieg zum Bahnhof Gettnau.

Länge: 9 km **Wanderzeit:** 2,5 Stunden
Aufstieg: 180 Meter **Abstieg:** 180 Meter
Schwierigkeitsgrad: gering

Infos: Luzerner-wanderwege.ch → Suchbegriff «Kastelen»



④ Läuelfingen zur Ruine Homburg BL

Route: Vom Bahnhof Läuelfingen zur Burgruine Homburg und weiter zum Bad Ramsach. Über den Wiseberg zurück nach Läuelfingen.

Länge: 8 km **Wanderzeit:** 3 Stunden
Aufstieg: 450 Meter **Abstieg:** 450 Meter
Schwierigkeitsgrad: mittel

Infos: Baselland-tourismus.ch → Entdecken & Erleben → Wandertipps → Burgen-Touren



⑤ Entlang der Sitter zur Ruine Ramschwag SG

Route: Von Bernhardzell (Postauto) zur Burgruine Alt-Ramschwag, dann weiter entlang der Sitter zum Bahnhof Bischofszell

Länge: 13 km **Wanderzeit:** 3,5 Stunden
Aufstieg: 250 Meter **Abstieg:** 350 Meter
Schwierigkeitsgrad: gering

Infos: Thurgauer-wanderwege.ch → Suchbegriff «Ramschwag»

Wandern

Dort findet man Infos zu über 800 Objekten in der ganzen Schweiz. Berühmte Schlösser wie die Kyburg bei Winterthur ZH oder das Schloss Wildegg AG sind nur im Sommer offen. Ruinen wie die Burg Kastelen haben den Vorteil, dass sie auch im Winterhalbjahr täglich zugänglich sind.

Grasburg: Die grösste Schlossruine im Kanton Bern

Der 83-jährige Berner Fritz Hegi hat mehrere Wanderbücher verfasst. Mit einer von ihm geleiteten Gruppe besuchte er schon viele Burgruinen. Besonders gut gefällt ihm die Tour von Schwarzenburg BE zur Ruine Grasburg (Tour 1). «Das ist die grösste Schlossruine im Kanton Bern», sagt Hegi. «Sie liegt auf einem imposanten Sandsteinfels am Ufer der Sense.»

Historiker vermuten, dass die Grasburg rund 800 Jahre alt ist. Ihre Besitzer wechselten immer wieder. Auch sie gehörte eine Zeit lang den Grafen von Kyburg, später den Habsburgern und dem Gra-

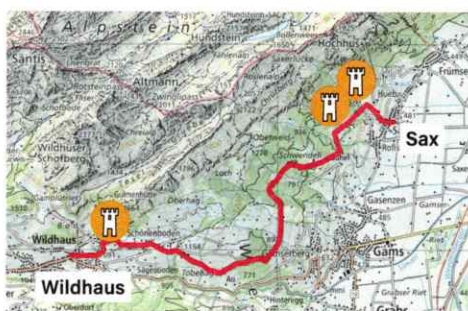
fen von Savoyen. Vor zwei Jahren wurden die alten Mauern renoviert und vor dem Zerfall geschützt.

Fritz Hegi ist mit seiner Gruppe das ganze Jahr unterwegs, auch im November. Allfällige Nebelschwaden stören ihn nicht – im Gegenteil: «Der Wald wirkt in dieser Zeit besonders schön, und es herrscht eine mystische Stimmung.» Allerdings meidet «Wanderfritz», wie er sich selber nennt, im November die rot-weiss markierten Alpinwanderwege. Er ist dann ausschliesslich auf gelb markierten Routen ohne gefährliche Passagen unterwegs. Touren plant Hegi in der kalten Jahreszeit so, dass er Mittagspausen in einem Restaurant verbringen kann. Wichtig sei im Winterhalbjahr die richtige Ausrüstung. Dazu gehören Wanderschuhe mit griffigem Profil und warme Kleider (siehe Tipps rechts).

Auch im Jura findet man viele Überreste von alten Burgen. Gut erreichbar ist die Homburg an der Hauenstein-Bahnlinie. Die Reste des monumentalen Burgturms



Grasburg im Kanton Bern: Der Wanderexperte Fritz Hegi unternimmt



6 Rheintaler Höhenweg SG

Route: Aufstieg von Sax (Rheintal) zur Burgruine Frischenberg und zur Burgruine Hohensax. Von dort weiter entlang dem Rheintaler Höhenweg zur Burgruine Wildenburg und nach Wildhaus.

Länge: 15 km **Wanderzeit:** 4 Stunden
Aufstieg: 600 Meter **Abstieg:** 300 Meter
Schwierigkeitsgrad: mittel

Infos im Internet: Schweizmobil.ch → Wanderland → Regionale Routen → Route 86



7 Burgen in der Surselva GR

Route: Von Breil/Brigels zur Burgruine Kropfenstein (Ruina Grotta) und weiter nach Waltensburg/Vuorz. Von dort zur Burgruine Jörgenberg (Munt Sogn Gieri) und zurück nach Waltensburg.

Länge: 9 km **Wanderzeit:** 2,5 Stunden
Aufstieg: 230 Meter **Abstieg:** 550 Meter
Schwierigkeitsgrad: mittel

Infos: Wanderwege-graubünden.ch → Wandern → Wandervorschläge → Suchbegriff «Burgwanderung»



8 Burgenweg Domleschg GR

Route: Von Thusis zu Burganlage Hohenrätien, Burg Ehrenfels, Burg Baldenstein, Schloss Schauenstein, Schloss Rietberg, Burgruine Canova, Burgruine Alt Süns und Burgruine Innerjuvalt, dann zum Bahnhof Rothenbrunnen.

Länge: 16 km **Wanderzeit:** 4,5 Stunden
Aufstieg: 330 Meter **Abstieg:** 400 Meter
Schwierigkeitsgrad: gering

Infos: Maps.viamala.ch → Suchbegriff «Burgweg»



n zu Burgruinen

ADRIAN MOSER

Tipps für Wandertouren im Herbst

- Im November sind die Tage kurz. Wählen Sie eine nicht allzu lange Route, damit Sie abends nicht in die Dämmerung geraten.
- Passen Sie die Länge der Route Ihrer Kondition an. Sie können viele Routen nach Belieben abkürzen oder den Bus nehmen.
- Auf der Internetseite Map.geo.admin.ch sehen Sie, welche Wege gesperrt sind und wo die nächsten Bushaltestellen und Bahnhöfe liegen. Klicken Sie im Menü die Bereiche «Sperrungen Wanderwege» oder «ÖV-Haltestellen» an.
- In höheren Lagen kann im November bereits Schnee liegen. Schauen Sie Webcams aus der Region an, bevor Sie losziehen.
- Vermeiden Sie steile Abstiege. Am frühen Morgen oder in schattigen Lagen können die Wege rutschig sein.
- Tragen Sie auch bei Touren im Mittelland hohe Wanderschuhe mit griffigen Profilsohlen. Benutzen Sie für den Abstieg Wanderstöcke.
- Nehmen Sie für die Tour warme Kleider und einen Regenschutz mit. Tragen Sie Kleider nach dem Zwiebelprinzip, also mehrere dünne Kleiderschichten übereinander, die Sie je nach Temperatur an- und ausziehen können.

Weitere Infos im Internet:

Burgenwelt.org,
Swisscastles.ch

ragen auf einem Felsen bei Läu-
felfingen BL empor (Tour 4). Die
55-jährige Wanderleiterin Valérie
Chételat aus Biel BE sagt über die
Rundwanderung vom Bahnhof Läu-
felfingen zur Homburg und zum
Aussichtsturm auf dem Wisenberg:
«Das ist eine schöne, familientaug-
liche Tour, die man auch im Herbst
gut machen kann.» Vom Wisenberg
aus geniesst man einen Panoramablick
über die Jurahügel bis zu Vo-
gesen, Schwarzwald und Alpen.
«Falls gewünscht, kann man in Bad
Ramsach ein warmes Bad nehmen»,
sagt Valérie Chételat. Die Heilquel-
le mit Hotel und Restaurant liegt
direkt am Wanderweg.

Etwas weiter westlich kann man
gleich drei Burgen auf einmal besu-
chen. Das Schloss Neu-Falkenstein
gilt als Wahrzeichen von Balsthal

**«Bei nebligen
Wanderungen
im Spätherbst
wirken Wälder
besonders schön»**

Fritz Hegi,
Wanderexperte

SO. Laut Burgenwelt.org ist sie
«eine der malerischsten Burgruinen
der Schweiz». Der 63-jährige Wan-
derexperte Thomas Widmer aus
Zollikerberg ZH sagt: «Die Burg-
anlage liegt wie ein Adlernest auf
einem Felsen am Eingang zur Klus
von Mümliswil.» Von dort genieße
man eine grossartige Rundschau
auf Balsthal. Der Aufstieg durch
den Wald ist laut Thomas Widmer
auch im Herbst gut machbar. Eine
gemütliche Rundwanderung führt
von Neu-Falkenstein zur Bechburg
bei Holderbank SO und weiter zur
Burg Alt-Falkenstein (Tour 2).

Domleschg und Surselva GR:
Hotspots für Burgenwanderungen
Etliche Ruinen gibt es in der Bünd-
ner Region Domleschg. In keinem
anderen Gebiet der Schweiz befin-

den sich so viele Burgen und Schlös-
ser. Zwischen Thusis und Rot-
tenbrunnen liegt rund ein Dut-
zend davon an einem bequemen,
rund 16 Kilometer langen Wan-
derweg (Tour 8). Da alle Dörfer
mit dem Postauto verbunden sind,
kann man die Route nach Belieben
abkürzen.

Auch die Surselva ist eine der
burgenreichsten Regionen. Unweit
von Breil/Brigels kann man ein
spektakuläres Bauwerk bestaunen:
Die Burg Kropfenstein ist eine Hö-
hlenburg in einer senkrechten Fels-
wand, hoch über dem Vorderrhein.
Drei Kilometer weiter östlich liegt
die Ruine Jörgenberg, die grösste
Schlossanlage des Bündner Ober-
landes mit einem rund tausend
Jahre alten Kirchturm.

Andreas Gossweiler