



- E-Bike Routen**
- Talweg
  - Alp Terza
  - Panorama Route
  - Alp Champatsch
  - Süsom Givè
  - Singletrail
  - Val Mora
  - bis Alp Mora nur mit mind. 30% Akku möglich

Regionaler Naturpark  
Biosfera Val Müstair

1 km

Datengrundlage: swisstopo (BA200109)  
© 2020 Biosfera Val Müstair

**E-Bike Vermietstationen**

- |                    |   |
|--------------------|---|
| ① Hotel Süsom-Givè | ⑥ Hotel Schweizerhof  |
| ② Hotel Al Rom     | ⑦ Hotel Helvetia  |
| ③ Hotel Staila     | ⑧ Hotel Münsterhof  |
| ④ Hotel Central    | ⑨ Camping Muglin  |
| ⑤ Hotel Alpina     | ⊗ The Bike Patcher<br>(E-Bikeclinic, Beratung,<br>Reparatur, Fahrkurse) |

**Sehenswürdigkeiten**

- |                      |
|----------------------|
| Ⓐ Kloster St. Johann |
| Ⓑ Muglin Mall        |
| Ⓒ Tessanda           |
| Ⓓ Museum 14/18       |
| Ⓔ Chasa Jaura        |

## Talweg Val Müstair

(Tschieriv – Fuldera – Valchava – Sta. Maria – Müstair)

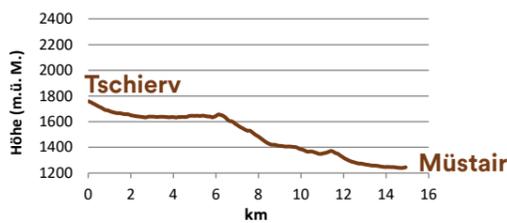
Technik: ●○○○

Kondition: ●○○○

### Talauf- und talabwärts auf der schönsten Veloverbindung zwischen den Dörfern im Val Müstair

Folgen Sie einfach dem ausgeschilderten Veloweg Nr. 27, der Sie abseits der Hauptstrasse auf kleinen geteerten oder gekiesten Strassen durch die schöne Landschaft und durch alle Dörfer im Talboden führt. Zwischen Sta. Maria und Müstair können Sie auf der linken oder rechten Talseite fahren. Der Veloweg führt nach der Staatsgrenze weiter bis nach Glurns oder noch weiter bis Bozen. Einkehr- und Verpflegungsmöglichkeiten gibt es in jedem Dorf.

**Dauer:** 1h (talabwärts), je nach Akku-Unterstützung und Gemütlichkeitsgrad



## Alp Terza

(Müstair – Terza – Sta. Maria)

Technik: ●●○○

Kondition: ●●○○

### Schattiger Aufstieg im Wald und zickzackige Abfahrt am Piz Terza

Sie starten Ihren Aufstieg in Müstair und fahren auf einem Kiesweg hoch nach Ruinatscha, wo Sie einen herrlichen Ausblick auf Müstair geniessen. Weiter geht es Richtung Terza und nach insgesamt fünf Spitzkehren haben Sie den höchsten Punkt erreicht. Nach einer kurzen aber knackigen Abfahrt auf Forststrassen erreichen Sie das Bergrestaurant Terza. Geniessen Sie Kaffee und Kuchen bei Monika, bevor Sie mehrheitlich auf Teerstrassen wieder nach Sta. Maria abfahren.

**Dauer:** 2-4h, je nach Akku-Unterstützung und Gemütlichkeitsgrad



## Panorama-Route

(Sta. Maria – Craistas – Urschai – Lü – Tschieriv)

Technik: ●○○○

Kondition: ●○○○

### Aussichtsreiche Tour auf der Sonnenseite des Tals

Die Tour beginnt in Sta. Maria. Sie fahren ans untere Dorfeinde und nach der Brücke folgen Sie der geteerten Bergstrasse Spitzkehre um Spitzkehre bis Craistas. Oberhalb des Weilers geht es links weiter auf einer guten Fahrstrasse durch bunte Wiesen und lichte Wälder mit schönen Ausblicken ins Tal und auf die gegenüberliegenden, markanten Bergspitzen des Piz Daint und des Piz Dora sowie auf die imposante, schneebedeckte Kuppe des Ortlermassivs. Bald erreichen Sie das Dorf Lü, wo Sie im Hotel Hirschen einkehren können (Tipp: hausgemachter Apfelstrudel!), bevor sie auf einem Fahrweg die Abfahrt nach Tschieriv geniessen.

**Dauer:** 1.5-2h, je nach Akku-Unterstützung und Gemütlichkeitsgrad



## Alp Champatsch

(Tschieriv – Lü – Champatsch – Lü – Tschieriv)

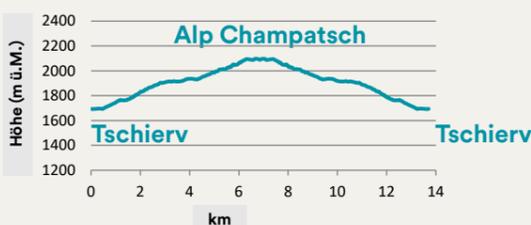
Technik: ●●○○

Kondition: ●●○○

### Gemütliche Tour via Sonnenterrasse Lü zur Alp Champatsch

Die Tour startet in Tschieriv. Sie fahren durch den alten Dorfteil Chasuras und dann geht es auf einer Forststrasse hoch nach Lü. Sie durchqueren das auf 1920m ü. M. gelegene Dorf und folgen der Forststrasse bis zur Alp Champatsch. Einkehren können Sie im Berggasthof La Posa (Alp Champatsch) und im Hotel Hirschen (Lü). Retour geht's auf demselben Weg oder für Fortgeschrittene via Ofenpass zurück nach Tschieriv (s. Route «Süsom Givè»).

**Dauer:** 1.5-3h, je nach Akku-Unterstützung und Gemütlichkeitsgrad



## Süsom Givè

(Alp Champatsch – Alp da Munt – Ofenpass – Tschieriv)

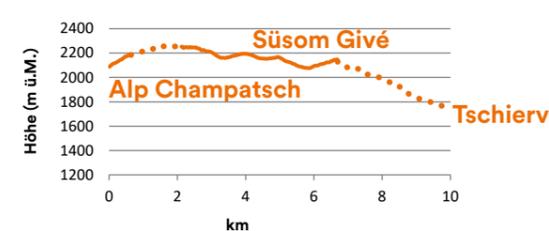
Technik: ●●●●

Kondition: ●●●●

### Nur für Fortgeschrittene: Erweiterung der Tour «Alp Champatsch» über Singletrails durch das Skigebiet Minschuns zum Ofenpass und zurück nach Tschieriv.

Hinter der Alp Champatsch geht ein steiler Forstweg Richtung Juata und mündet schon bald in einen Singletrail, der ins Skigebiet Minschuns führt. Hier geht es weiter auf einem Forstweg zur Alp da Munt und dann über die Plaun da l'aua (links halten) bis zur Ofenpassstrasse. Die letzten Meter zum Ofenpass muss man auf der Hauptstrasse bewältigen. Nach einer Erfrischung bei Peider-Andri im Hotel Süsom Givè können Sie den teilweise steilen Singletrail (rechts weg) in der ersten Linkskurve der Hauptstrasse Richtung Tschieriv hinabdüsen. Wem das zu abenteuerlich ist, fährt auf der Ofenpassstrasse zurück.

**Dauer:** 2-4h, je nach Akku-Unterstützung und Gemütlichkeitsgrad



## Val Mora

(Valchava – Alp Mora – Valchava)

Technik: ●●○○

Kondition: ●●○○

### Kanada-Feeling gefällig? Dann fahren Sie von Valchava ins herrliche Val Mora, vorbei an der sagenumwobenen Mumma veglia...

Folgen Sie ab Valchava dem Veloweg Nr. 27 Richtung Tschieriv und achten Sie auf die Abzweigung nach links hoch Richtung Val Mora (Bike-Route 444). Die steile, kurvenreiche Forststrasse verlangt dem Akku einiges ab. Auf der Alpenpasshöhe angekommen sehen Sie rechts einen markanten Stein. Dies ist die versteinerte Schutzpatronin des Val Mora – die Mumma veglia (alte Mutter). Man soll sie küssen, wenn man das erste Mal im Jahr an ihr vorbeigeht, damit einem das Glück hold bleibt... Und wenn Sie Glück haben, hat Ihr Akku noch über 30% und Sie können Ihre Tour noch bis zum Berggasthof Alp Mora erweitern (Achtung: Kurz vor Alp Mora nicht der Route 444 folgen, sonst enden Sie in Italien). Retour geht's auf demselben Weg.

**Dauer:** 3-6h, je nach Akku-Unterstützung und Gemütlichkeitsgrad



Projektpartner:  
Unsere E-Bike-

Wir wünschen Ihnen viel Spass auf Ihren E-Bike-Entdeckungstouren!

- Schliessen Sie Weidezäune
- Bleiben Sie auf dem Weg
- Gewähren Sie Wandern den den Vortritt
- Schätzen Sie ihr Können richtig ein
- Tragen Sie immer einen Helm

Unsere Tipps für unbeschwertere Entdeckungstouren:

Wieder flott gemacht. Unsere Tipps für unbeschwertere Entdeckungstouren: Die E-Bikes können Sie an neun Vermietstationen im Tal ausleihen und damit mit wenig Kraftaufwand auf wunderschöne Entdeckungstouren gehen. Die vorgestellten E-Bike-Routen wurden gemeinsam mit den einheimischen Bike-Guides der Trail School «Ride La Val» ausgearbeitet. Diese Guides teilen ihre Leidenschaft für Biken auch sehr gerne mit Gästen und bieten geführte Bike-Touren und Technik-Trainings an. Der Shop «The Bike Patcher» bietet alles für den Bike-Bedarf und in der Bikeclinic werden alle Fahrräder ke als emissionsfrei, sofern sein Akku mit Ökostrom geladen wird. Und das ist bei allen E-Bikes im Val Müstair der Fall. Die E-Bikes können Sie an neun Vermietstationen im Tal ausleihen und damit mit wenig Kraftaufwand auf wunderschöne Entdeckungstouren gehen. Die vorgestellten E-Bike-Routen wurden gemeinsam mit den einheimischen Bike-Guides der Trail School «Ride La Val» ausgearbeitet. Diese Guides teilen ihre Leidenschaft für Biken auch sehr gerne mit Gästen und bieten geführte Bike-Touren und Technik-Trainings an. Der Shop «The Bike Patcher» bietet alles für den Bike-Bedarf und in der Bikeclinic werden alle Fahrräder wieder flott gemacht.

Nachhaltige Mobilität in der Biosfera Val Müstair



Biosfera Val Müstair

## E-Bike Routen



Entdecken Sie den Naturpark Biosfera Val Müstair bequem und mit wenig Kraftaufwand auf dem E-Bike. Wir haben sechs abwechslungsreiche Routen für Sie zusammengestellt, überwiegend auf Alp- und Forststrassen, die mit einer Akkuladung machbar und für E-Bike-Einsteiger wie auch etwas fortgeschrittenere Fahrerinnen geeignet sind.