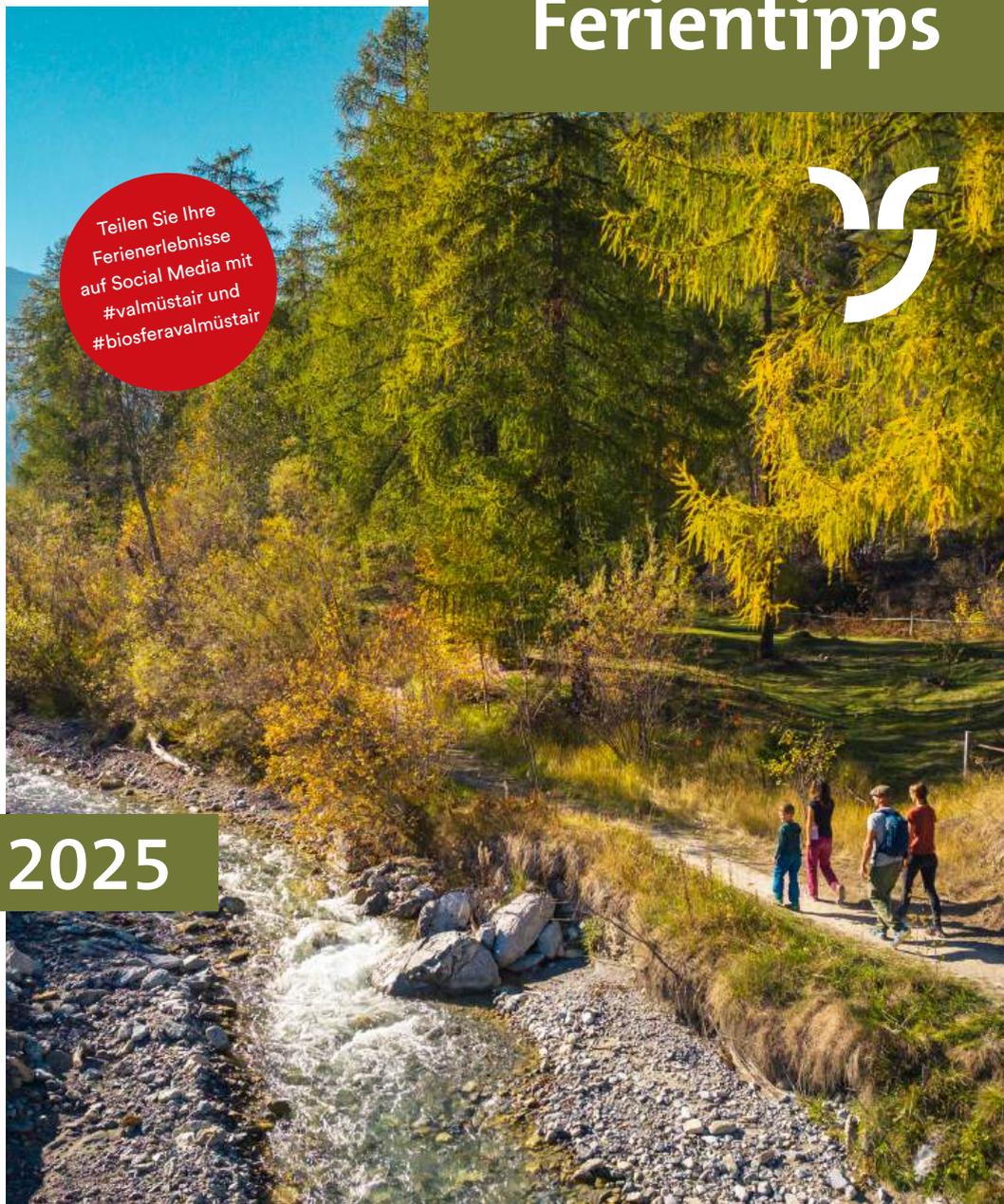


Gästeprogramm Sommer
Ferientipps

Teilen Sie Ihre
Ferien erlebnisse
auf Social Media mit
#valmüstair und
#biosferavalmüstair



2025



Bainvgnü / Allgemeine Infos

Chars giasts

Bainvgnü und willkommen – schön, dass Sie Gast im Naturpark Biosfera Val Müstair sind! Mit der Gästekarte Val Müstair lässt sich unsere Ferienregion noch einfacher und flexibler entdecken: Sie ist Ihr Ticket für die freie Fahrt mit dem öV im ganzen Val Müstair bis Zernez.

Zusätzlich erhalten Sie mit der Gästekarte Vergünstigungen auf zahlreiche geführte Erlebnisse: Entdecken Sie einheimisches Handwerk oder unternehmen Sie mit kundigen Guides abenteuerliche Touren mit geschichtsträchtigen Hinter-

Naturpark Biosfera Val Müstair

Die Biosfera Val Müstair ist ein regionaler Naturpark von nationaler Bedeutung und bildet gemeinsam mit dem Schweizerischen Nationalpark und Teilen der Gemeinde Scuol das erste hochalpine UNESCO Biosphärenreservat der Schweiz.

Damit Gäste die damit verbundenen Themen und Projekte erleben können, bietet der Naturpark zahlreiche Erlebnisse und Angebote. Diese werden von kompetenten Guides geleitet, welche den Naturpark bestens kennen und so neben den Exkursionsinhalten viel Hintergrundwissen vermitteln können.

Bezahlung und Buchung

Die Bezahlung erfolgt vor Ort, bitte den genauen Betrag bereithalten und die Gästekarte mitbringen. Preise in CHF. Eine Vielzahl der Angebote kann auch online gebucht und bezahlt werden: val-muestair.ch/erlebnisse

Biosfera-Partnerbetriebe

Gäste von Naturpark-Partnerbetrieben profitieren von einer vergünstigten oder gar kostenlosen Teilnahme bei verschiedenen Angeboten: val-muestair.ch/partner

gründen – unsere Ferientipps bieten bestimmt das Richtige für Sie! Unsere Angebote entsprechen den Nachhaltigkeitskriterien des Naturparks Biosfera Val Müstair und stehen damit für einen sanften Tourismus in unserem Tal.

Nun wünschen wir Ihnen bellas vacanze – schöne und unvergessliche Ferien!

Ihr Team der Gäste-Information und des Naturparks Biosfera Val Müstair



Einfach nachhaltige Ferien

Das Val Müstair setzt auf eine nachhaltige Entwicklung. Es wurde als «Nachhaltiges Reiseziel» ausgezeichnet und ist damit Teil des «Swisstainable»-Programms. Mehr erfahren: val-muestair.ch/nachhaltigkeit

Mutterkühe und Herdenschutzhunde

Im Val Müstair wachen Herdenschutzhunde über ihre Herde und Mutterkühe weiden mit ihren Kälbern. Erfahren Sie hier, wo diese Tiere anzutreffen sind und wie Sie sich verhalten sollen:



zu den aktiven Herdenschutzzonen

Legende Piktogramme

- Treffpunkt
- Zeit und Dauer des Ferientipps
- Ausrüstung
- Preis pro Person in CHF
- Anzahl Teilnehmende
- Informationen zur Anmeldung
- Hinweise

Dorfführung Müstair

23.6. – 20.10.25

Mit rund 700 Einwohner*innen ist Müstair der grösste Ort im Tal und grenzt direkt an Südtirol/ Italien. Karl der Grosse hat mit dem Bau des Klosters St. Johann dem Ort zu Weltruhm verholfen. Bei der sachkundigen Führung wird die Geschichte des Dorfes lebendig.

- 📍 Müstair, PostAuto-Haltestelle «Somvih»
- 🕒 16:35 – 18:35 (ab 29.9. Treffpunkt um 15:35 – 17:35)
- 👤 Erwachsene 10.00 (ohne GK 15.00), Kinder bis 16 Jahre kostenlos
- 👥 Mind. 2 Personen
- 📄 Nicht erforderlich
- 👤 Valentin Pitsch



Die grossen Räuber kehren zurück

14.7., 21.7., 28.7., 4.8., 13.10.25

Grossraubtiere sind auf leisen Sohlen in die Schweiz zurückgekehrt und gelegentlich durchstreift ein Bär oder Wolf das Val Müstair. Bei dieser Exkursion tauchen Kinder und Erwachsene in die Welt von Bär, Wolf und Luchs ein und können gleich auf Tuchfühlung gehen: mit echten Fellen, Schädeln und Fussabdrücken.

- 📍 Fuldera, PostAuto-Haltestelle «Daint»
- 🕒 13:30 – ca. 16:30
- 👤 Wettertaugliche Kleidung, gutes Schuhwerk
- 👤 Erwachsene 15.00 (ohne GK 20.00) / Kinder 7 bis 15 Jahre 5.00 / Familie 30.00 (ohne GK 40.00) / Gäste Biosfera-Partnerbetriebe kostenlos
- 👥 Mind. 4 Personen
- 📄 Bis am jeweiligen Montag 11:00 bei der Gäste-Information Val Müstair, Tel. +41 81 861 88 40 oder unter val-muestair.ch/erlebnisse
- 👤 Severin Hohenegger, Wanderleiter und Jäger



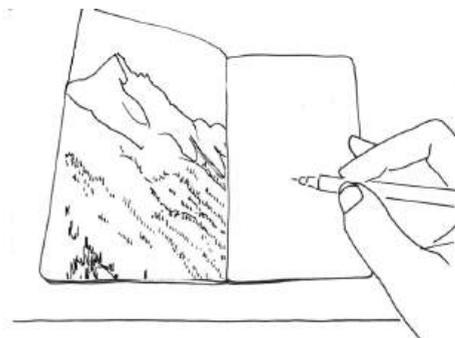
Dienstag

Wandern mit dem Skizzenblock

29.7., 5.8. und 12.8.25

Unter der Anleitung der Künstlerin Anja Bayerwaltes erkunden die Teilnehmenden das Val Müstair mit dem Zeichenstift. Mit einfachen Techniken lernen sie, innezuhalten, den Blick zu schärfen und das Wesentliche mit wenigen Linien festzuhalten. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

- 📍 Start- und Endpunkt der einfachen Wanderungen (3 – 5 km) sind mit öV erreichbar und werden am Vorabend telefonisch mitgeteilt.
- 🕒 ca. 9:00 – 16:00
- 👤 Wettertaugliche Kleidung, gutes Schuhwerk, Verpflegung, Sitzunterlage
- 👤 Erwachsene 69.00 inkl. Skizzenblock & Stift (ohne GK 79.00) / Gäste Biosfera-Partnerbetriebe -50%
- 👥 Mind. 4 Personen
- 📞 Bis am Vortag 17:00 bei der Gäste-Information Val Müstair, Tel. +41 81 861 88 40 oder unter val-muestair.ch/erlebnisse



Betriebsführung Arvenmöbelschreinerei

24.6. – 7.10.25

Die Teilnehmenden erfahren bei der Besichtigung der Arvenmöbelschreinerei, welche Arbeitsschritte nötig sind, damit aus einem Arvenstamm ein Möbel wird. Hier entsteht unter anderem auch eine besondere Spielkiste mit Bauklötzen aus einheimischem Arvenholz; ein tolles Mitbringsel.

- 📍 Fuldera, Schreinerei Pichalain
- 🕒 16:15 – ca. 17:15
- 👤 Erwachsene und Kinder 5.00
- 👥 Mind. 4 Personen
- 📞 Bis am Vortag 17:00 bei der Schreinerei Pichalain, Tel. +41 81 858 52 14 oder +41 76 304 38 22
- 📍 Weitere Führungen auf Anfrage



Valentin Pitsch bringt den Teilnehmenden die Arbeit im Stollen von damals auf eindrückliche Weise näher.

© Claudio Daguati



Story zum Ferientipp

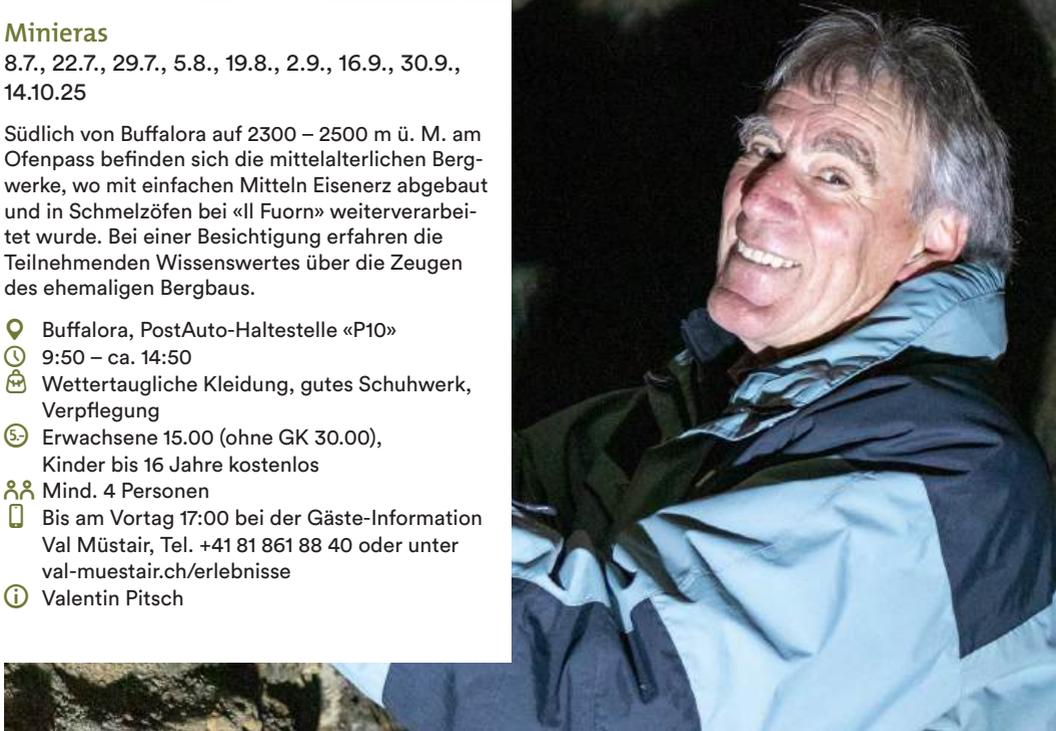


Minieras

8.7., 22.7., 29.7., 5.8., 19.8., 2.9., 16.9., 30.9., 14.10.25

Südlich von Buffalora auf 2300 – 2500 m ü. M. am Ofenpass befinden sich die mittelalterlichen Bergwerke, wo mit einfachen Mitteln Eisenerz abgebaut und in Schmelzöfen bei «Il Fuorn» weiterverarbeitet wurde. Bei einer Besichtigung erfahren die Teilnehmenden Wissenswertes über die Zeugen des ehemaligen Bergbaus.

- 📍 Buffalora, PostAuto-Haltestelle «P10»
- 🕒 9:50 – ca. 14:50
- 👤 Wettertaugliche Kleidung, gutes Schuhwerk, Verpflegung
- 👤 Erwachsene 15.00 (ohne GK 30.00), Kinder bis 16 Jahre kostenlos
- 👤 Mind. 4 Personen
- 📞 Bis am Vortag 17:00 bei der Gäste-Information Val Müstair, Tel. +41 81 861 88 40 oder unter val-muestair.ch/erlebnisse
- 👤 Valentin Pitsch



Mittwoch

Lamatrekking Schnuppertour

9.7. – 15.10.25

Das Lamatrekking ist eine lustige und unterhaltende Wanderung für Familien und Tierliebhaber. Begleitet von Isidor Sepp und seinen Lamas erkunden die Teilnehmenden auf ungewöhnliche Weise die Naturschönheiten im Val Müstair.

- 📍 Müstair, Hof Puntetta (gegenüber Camping Muglin)
- 🕒 10:00 – ca. 12:00
- 👤 Wettertaugliche Kleidung, gutes Schuhwerk, Zwischenverpflegung
- 💰 Erwachsene 20.00 (ohne GK 40.00), Kinder bis 16 Jahre kostenlos, Familien 30.00 (ohne GK 50.00)
- 👤 Mind. 2 Erwachsene
- 📱 Bis am Vortag 17:00 bei der Gäste-Information Val Müstair, Tel. +41 81 861 88 40 oder val-muestair.ch/erlebnisse
- 📌 Souvenirtipp: Bauernladen mit Eigenproduktion Isidor Sepp, Wanderleiter mit eidg. Fachausweis und Landwirt



Story zum Ferientipp



Bartgeier, Edelweiss und Co. – Biodiversität im Val Müstair

18.6., 2.7., 13.8., 24.9.25

Faszinierende Bildershow der artenreichen Tier- und Pflanzenwelt. Die Fotos sind alle im Val Müstair entstanden und wurden vom Referenten, Valentin Pitsch, selbst aufgenommen.

- 📍 18.6.25, Fuldera, Chasa cumünala
- 2.7.25, Müstair, Hotel Helvetia
- 13.8.25, Sta. Maria, Muglin Mall
- 24.9.25, Müstair, Hotel Helvetia
- 🕒 20:15 – ca. 22:00
- 💰 Eintritt frei – Kollekte
- 📱 Nicht erforderlich



Wanderung auf den Spuren der Gebirgssoldaten

2.7., 16.7., 23.7., 30.7., 6.8., 13.8., 27.8.,
10.9., 24.9., 1.10., 8.10.25

Abenteuerliche Wanderung auf den Spuren der Gebirgssoldaten aus dem Ersten Weltkrieg (drei mögliche Schwierigkeitsstufen/Varianten) in die grandiose Bergwelt am Umbrailpass und Stilfserjoch (2500 – 3000 m ü. M.)

- 📍 Sta. Maria, PostAuto-Haltestelle «cumün»
- 🕒 7:30 oder 9:30 – ca. 15:30
- 👤 Wettertaugliche Kleidung, Bergschuhe, Wanderstöcke, Verpflegung
- 👤 Erwachsene 40.00 (ohne GK 60.00), Kinder bis 12 Jahre kostenlos. Preise exkl. Fahrtkosten
- 📱 Bis am Vortag 17:00 bei der Gäste-Information Val Müstair, Tel. +41 81 861 88 40 oder val-muestair.ch/erlebnisse
- 📄 Infos zu Varianten: erlebniswandern.guide/umbrail-militaerhistorischewanderung; Chantal Lörtscher, Wanderleiterin SBV



Spinnkurs

Mi, 25.6., 23.7., 6.8., 20.8., 10.9., 24.9.25
(Handspindel)

Do, 26.6., 24.7., 7.8., 21.8., 11.9., 25.9.25
(Spinnrad)

Unter fachkundiger Anleitung erlernen die Teilnehmenden die Kunst des Handspinnens – am Spinnrad oder mit der Handspindel. Sie entdecken verschiedene verspinnbare Materialien, verfolgen den Weg vom Rohmaterial zum Garn und nehmen am Ende ihr eigenes handgesponnenes Wollknäuel mit nach Hause.

- 📍 Müstair, Hotel Chasa Chalavaina
- 🕒 9:30 – 13:00
- 👤 Erwachsene 80.00 inkl. Materialkosten / Gäste Biosfera-Partnerbetriebe -50%
- 👤 Max. 4 Personen
- 📱 Bis am vorgängigen Dienstag 17:00 bei Caroline Schadegg per Tel. +41 79 242 56 50 oder E-Mail: cschadegg@bluewin.ch
- 📄 Familien & Gruppen auf Anfrage



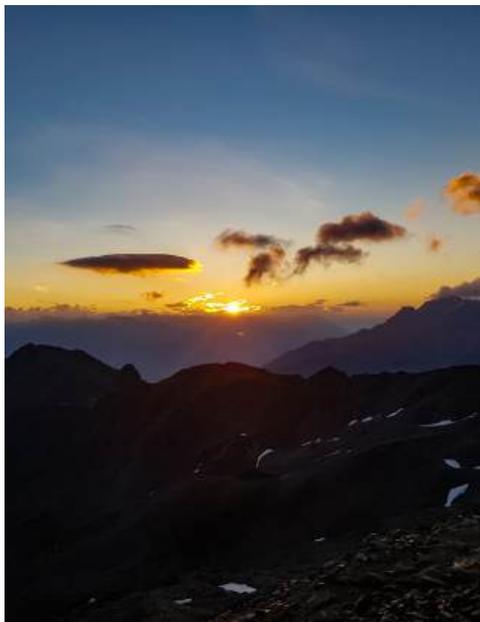
Donnerstag

Sonnenaufgang auf der Rötlspitz (3026 m ü. M.)

3.7., 17.7., 24.7., 31.7., 7.8., 14.8., 28.8.25

Der Sonnenaufgang auf der «Rötlspitz» hinterlässt bleibende Eindrücke. Die Rückwanderung durch das blumenreiche Val Costainas und das Älplerfrühstück auf der Alp Prasüra runden dieses exklusive Erlebnis ab.

- 📍 Shuttle-Abfahrt ab PostAuto-Haltestellen Müstair «posta» 3:10, Sta. Maria «cumün» 3:15
- 👤 Wettertaugliche, warme Kleidung, Bergschuhe, Wanderstöcke, Verpflegung
- 🚰 Pro Person 50.00 (ohne GK 75.00) inkl. Fahrkosten und exkl. Frühstück, Mindestalter 12 Jahre
- 👥 Mind. 4 Personen
- 📞 Bis am Vortag 17:00 bei der Gäste-Information Val Müstair, Tel. +41 81 861 88 40 oder val-muestair.ch/erlebnisse
- 📍 Route: Stelvio – Rötlspitz – Val Costainas – Alp Prasüra – Sta. Maria / Marschzeit 7 h
Chantal Lörtscher, Wanderleiterin SBV

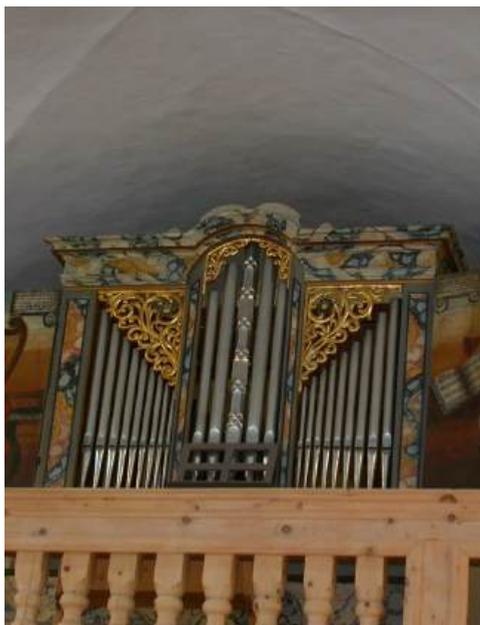


Wassermusik und Orgelmusik

26.6., 31.7., 7.8., 4.9., 18.9., 2.10., 9.10.25

Ein Nachmittagsspaziergang von Orgel zu Orgel dem Rombach entlang. Auf diesem Spaziergang treffen sich Natur und Kultur in einer spannenden Kombination. Die Organistin wird die zwei wertvollen historischen Orgeln in den Kirchen Valchava und Sta. Maria erklingen lassen. Erläuterungen zur Geschichte und Kultur des Tals und der Kirchen ergänzen die Musik.

- 📍 Valchava, PostAuto-Haltestelle «cumün»
- 🕒 14:25 – ca. 17:25
- 👤 Wettertaugliche Kleidung, gutes Schuhwerk, kleine Verpflegung
- 🚰 Erwachsene 20.00 (ohne GK 30.00), Kinder bis 16 Jahre 5.00, Gruppenpreise auf Anfrage
- 👥 Mind. 5 Personen
- 📞 Elisabeth Hangartner (Organistin), Tel. +41 78 824 50 16

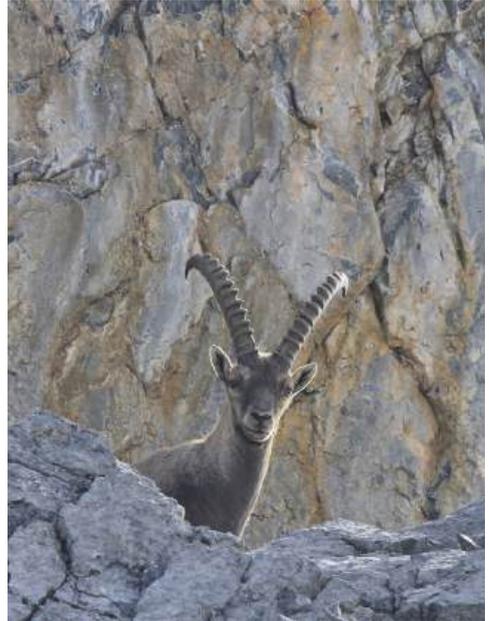


Mit dem Jäger auf die Pirsch

11.7. – 22.8. / 3.10., 10.10., 17.10.25

Die Jagd in der Schweiz sorgt immer wieder für Diskussionen. Auf dieser Exkursion erhalten die Teilnehmenden einen direkten Einblick in das Thema. Ein erfahrener Jäger nimmt sie mit auf die Pirsch, vermittelt Wissen über Wildtiere und zeigt, wie man ihre Spuren liest und sie in der Natur beobachtet.

-  Ofenpass, PostAuto-Haltestelle «Süsom Givè»
-  6:50 – ca. 13:00 (reine Wanderzeit ca. 2 h)
-  Wettertaugliche Kleidung, gutes Schuhwerk, Verpflegung
-  Erwachsene 30.00 (ohne GK 40.00) / Kinder 7 bis 15 Jahre 10.00 / Familien 60.00 (ohne GK 80.00) / Gäste Biosfera-Partnerbetriebe kostenlos
-  Mind. 4 Personen
-  Bis am Vortag 17:00 bei der Gäste-Information Val Müstair, Tel. +41 81 861 88 40 oder unter val-muestair.ch/erlebnisse
-  Severin Hohenegger, Wanderleiter und Jäger



Observatori astronomic Lü

18.7., 15.8., 29.8., 19.9., 26.9., 10.10.25

In Lü kann bei klarem Himmel ein einzigartiger Blick ins Universum genossen werden. Während eines geführten «Augen-Spaziergangs» lernen die Teilnehmenden die markantesten Sternbilder kennen. Durch das Teleskop der kleinen Sternwarte lassen sich zudem leuchtende Sternhaufen und ferne Galaxien entdecken.

-  Lü, Parkplatz beim Dorfeingang
-  Juli / August: 22:00 – ca. 23:30
Sept. / Okt.: 21:00 – ca. 22:30
-  Warme Kleidung
-  Erwachsene 20.00, Kinder ab 10 Jahren 10.00
-  Mind. 5 / max. 10 Personen
-  Bis am Vortag 17:00 bei der Gäste-Information Val Müstair, Tel. +41 81 861 88 40 oder unter val-muestair.ch/erlebnisse
-  Sollte der Himmel fürs Sterngucken nicht klar genug sein, wird die Führung am Vorabend abgesagt. Geeignet auch für Kinder ab 10 Jahren.



Führung durch die historische Chasa Chalavaina

20.6., 18.7., 25.7., 1.8., 8.8., 15.8., 5.9.,
12.9., 26.9., 10.10., 31.10.25

Eintauchen in die spannende Geschichte des Hotels Chasa Chalavaina in Müstair! Der Gastgeber Uli Veith nimmt die Teilnehmenden mit auf eine Zeitreise und erzählt ihnen Faszinierendes über die Entstehung und Entwicklung der Chasa Chalavaina sowie ihre Bedeutung. Zudem erfahren sie mehr über die Architektur, die Menschen, die das Hotel prägten und die kulturellen Besonderheiten der Region.

- 📍 Müstair, Rezeption Hotel Chasa Chalavaina
- 🕒 kurz vor 10:00 – 11:30
- 👤 17.00 (ohne GK 20.00) pro Person inkl. Kaffee & Kuchen, Kinder bis 14 Jahre kostenlos
- 👥 Mind. 1 bis 15 Personen
- 📞 Bis am Vortag 16.00, Tel. +41 81 858 54 68 oder info@hotelchalavaina.ch



Ein absolutes Highlight an heißen Sommertagen;
die erfrischende Wanderung zur Cascada da Pisch in Müstair.

© Mayk Wendt



Samstag/Sonntag

Die gefiederten Sänger sind bereits früh am Morgen munter und erfreuen uns mit ihren Klängen.

© Mario Theus



Morgendliche Vogelexkursion

14.6., 15.6. und 22.6.25

Auf dieser Exkursion lauschen die Teilnehmenden auf einer leichten Wanderung den morgendlichen Vogelgesängen, lernen einzelne Stimmen zu erkennen und halten mit dem Fernglas nach den gefiederten Sängern Ausschau. Ein erfahrener Vogelkundler vermittelt Wissenswertes über die einheimischen Vogelarten.

📍 **Sa, 14.6. Fuldera**, PostAuto-Haltestelle

«cumün» / 7:35 – ca. 10:15

So 15.6. Tschierv, PostAuto-Haltestelle

«Biosfera» / 8:35 – ca. 11:15

So, 22.6. Ofenpass, PostAuto-Haltestelle

«Süsom Givè» / 6:50 – 10:00

👤 Wettertaugliche Kleidung, gutes Schuhwerk, Fernglas falls vorhanden

🆓 Kostenlos

👥 Mind. 2 Personen

📱 Bis am vorgängigen Freitag 17:00 bei der Gäste-Information Val Müstair, Tel. +41 81 861 88 40

📍 Ofenpass: Wanderung mit ca. 300 Höhenmeter, v.a. (sub)alpine Vögel; mit Martin Hofer, Ornithologe aus Fuldera



Täglich

Romanisch für Feriengäste

Allegra e bainvgnü! Die Teilnehmenden lernen unsere romanische Sprache und Kultur kennen und nehmen im Reisegepäck einige oft verwendete Ausdrücke mit nach Hause.

- 📍 Nach Vereinbarung
- 🕒 ca. 1.5 h
- 👤 Erwachsene 10.00 (ohne GK 15.00), Kinder bis 16 Jahre in Begleitung Erwachsener kostenlos
- 📞 Beim Leiter Roman Andri, Tel. +41 79 357 20 21 oder oder E-Mail: romanandri@bluewin.ch
- 📌 Schulen: Auf Vereinbarung mit dem Leiter

Mit Lamas unterwegs

Die Bauernfamilie Sepp betreibt den Biohof Puntetta in Müstair und bezeichnet die Lamas als ihr Hobby, welches sie mit viel Freude betreibt. Beim Lamatrekking werden die Gäste von Isidor Sepp und seinen Lamas auf der Wanderung begleitet und erkunden auf unterhaltsame Art die Naturschönheiten im Val Müstair.

- 📍 Müstair, Hof Puntetta (gegenüber Camping Muglin)
- 🕒 10:00 – ca. 15:00 (Marschzeit ca. 3.5 h)
- 👤 Wettertaugliche Kleidung, gutes Schuhwerk, Verpflegung
- 👤 280.00 pauschal, Mittagslunch auf Anfrage (nicht im Preis inkl.)
- 👤 Max. 12 Personen
- 📞 Bei Isidor Sepp, Tel. +41 79 350 74 67
- 📌 Souvenirtipp: Bauernladen mit Eigenproduktion

Kulturelles Juwel: Kloster St. Johann, UNESCO-Welterbe

Mai – Okt.

Das Benediktinerinnen-Kloster St. Johann in Müstair wurde im 8. Jh. von Karl dem Grossen gegründet und ist heute UNESCO-Welterbe. Bei der geführten Besichtigung im Klostermuseum und in der Kirche erhalten die Besuchenden Einblick in die 1250-jährige Bau- und Kulturgeschichte sowie das Leben der Nonnen einst und heute.

- 📍 Müstair, Kloster St. Johann
- 🕒 Mo – Sa 11:00 und 14:00, Sonn- und Feiertage 14:00.
- 👤 Erwachsene 10.00 (ohne GK 12.00), Lehrlinge/Studenten 8.00, Schüler 6.00, Kinder bis 6 J. kostenlos, Familien- und Gruppenpreise auf Anfrage
- 👤 Nur für Gruppen erforderlich. Museum & Klosterladen «la butia», Tel. +41 81 858 61 89
- 📌 Öffnungszeiten Kloster von Mai – Okt.: Mo – Sa, 9:00 – 18:00 / Sonn- und Feiertage 13:30 – 18:00. Weitere Informationen auf muestair.ch



Handweberei Tessanda – Führung durch die Webräume

Mi, 7.5. – 29.10.25

Das eindruckliche Krachen der traditionellen Webstühle – man hört es schon von Weitem. Einzigartige Möglichkeit, den Weberinnen bei ihrer Arbeit an den teilweise 100-jährigen Webstühlen zuzuschauen. Die Teilnehmenden erfahren hautnah, welche komplexen Schritte für die Herstellung von Geweben nötig sind. Ein sinnliches Erlebnis für die ganze Familie.

- 📍 Sta. Maria, Handweberei Tessanda
- 🕒 16:30 – ca. 17:30
- 👤 Erwachsene 10.00, Kinder ab 7 Jahren 5.00
- 📞 Bis am Vortag, 18:00, Tel. +41 81 858 51 26 oder allegra@tessanda.ch
- 📄 Mit Schauraum und Verkaufsladen; Weitere Führungen auf Anfrage, tessanda.ch/angebot/fuehrungen



Führung und Degustation Antica Distilleria Beretta dal 1792

Der mehrfach prämierte Maestro dei Distillati Luciano lässt seine Brennerei entdecken. Welche Geheimnisse birgt die meisterliche Destillation? Die Besuchenden verfolgen den Weg von einheimischem Biosfera Berggetreide, Blumen, Wurzeln und Kräutern bis hin zum prämierten Destillat.

- 📍 Tschiers, Antica Distilleria Beretta
- 🕒 Zeit auf Vereinbarung, ca. 1.5 h
- 👤 Erwachsene 12.00 inkl. Degustation
- 📞 Bei der Antica Distilleria Beretta, Tel. +41 79 207 00 39
- 📄 Grand Alpin, Bio-Knospe Berggetreide Val Müstair Destillat 39%; Luciano und Gisella Beretta, dipl. Distillateur-Ehepaar

Whisky Bar, Whisky Museum, HighGlen Whisky Distillery und Whisky Shop

Kleinste Whisky Bar der Welt im Guinness-Buch der Rekorde mit über 300 Whisky-Sorten, angeschlossenes Whisky Museum, hauseigene Whisky Distillery und Whisky Shop. Herstellung von echtem Single Malt Whisky aus Pot Still's und diversen Sorten Gin.

- 📍 Sta. Maria, Whisky Bar geöffnet gemäss Publikation an der Bar oder auf swboe.com, Besichtigung Whisky Museum und Distillery auf Anfrage / ca. 45 Min. ohne Degustation
- 👤 Besichtigung Whisky Museum Erwachsene 10.00
- 📞 Bei Lord Gunter Sommer, Tel. +41 76 422 03 08
- 📄 Auf Wunsch lässt sich individuell eine Degustation (ab 18 Jahren) kombinieren; Preis auf Vereinbarung bei der Anmeldung

Täglich

Nebst dem Rätseln bleibt genug Zeit, die entdeckten Köstlichkeiten zu geniessen.

© Tony Oertli

Savurando / Kulinarische Schatzsuche

1.7. – 18.10.25, jeweils Mo – Sa

Auf dieser Schatzsuche folgen die Teilnehmenden verrätselten Hinweisen, um die kulinarischen Schätze im Val Müstair zu entdecken und zu geniessen. Unterwegs lernen Sie lokale Produzent*innen kennen und erfahren Interessantes über die Herkunft der Produkte. Spass, Spannung und Genuss für Gross und Klein!

- 📍 Müstair, Hotel Helvetia / Startzeit zwischen 9:00 und 12:00
- 🕒 ca. 4 – 6 h (reine Wanderzeit ca. 3 h)
- 👤 Wettertaugliche Kleidung, gutes Schuhwerk, Rucksack, Getränkeflasche
- 👤 Erwachsene 49.00 / Kinder (6 bis 12 Jahre) 30.00 / Familien 140.00 (nach der Schatzsuche hat man für den Tag gegessen)
- 👤 Bis zu 9 Pers. können sofort starten, ab 10 Pers. ist eine Anmeldung erforderlich: Hotel Helvetia, Tel. +41 81 858 55 55
- 📄 Details unter: val-muestair.ch/savurando



Eseltrekking

Das Eseltrekking ist ein einzigartiges Erlebnis. Die Teilnehmenden erleben unvergessliche Momente auf dem Biohof der Familie von Planta, wo 35 Esel, Schafe, Pferde und 2 Hunde zuhause sind. Das Schnuppertrekking bietet eine Einführung in das Wesen, Verhalten und die Pflege der Tiere, gefolgt von einer selbständigen Kurzwanderung – ein Spass für Gross und Klein. Die charmanten Esel können auch für individuelle Abenteuer gemietet werden.

-  Fuldera, Biohof von Planta
-  Auf Anfrage
-  Auf Anfrage
-  Bei Familie von Planta, Tel. +41 79 641 68 75 / +41 79 228 47 01
-  Weitere Angebote über geführte Kurzwanderungen, Tages- Halbtages- sowie Mehrtages-trekkings auf Anfrage; Familie von Planta, Fuldera

Ausstellung in der Scheune

1.5. – 1.10.25

Mit viel Liebe zum Detail hat Jon Bott selig aus Tschier in den letzten Jahren eine grosse Sammlung an Gerätschaften vom 16. bis 20. Jh. zusammengetragen. Gegenstände aus Haushalt, Spiel und Sport, Werkzeuge aus verschiedenen Handwerken sowie bäuerliche Geräte können besichtigt werden.

-  Tschier, Via Val Müstair 34 / Zeit auf Vereinbarung
-  ca. 1.5 h
-  60.00 – 100.00 je nach Anzahl Personen
-  Bei Renata Bott, Tel. +41 81 858 52 96
-  Die Leiterin spricht Romanisch, Deutsch, Italienisch und Französisch; Renata Bott

Waldbaden / Shinrin-Yoku

Bringe Ruhe und Kraft in deinen Alltag; Aussteigen aus dem stressigen Alltag und eintauchen in eine nachhaltige Entschleunigung. Dabei können die Teilnehmenden Energie auftanken und innere Klarheit, Gelassenheit, Ruhe und Lebensfreude finden. Mit allen Sinnen in die Natur eintauchen und deren Schönheit entdecken. Shinrin-Yoku stärkt das Immunsystem und die Herzgesundheit, regeneriert das Nervensystem, kann den Schlaf verbessern und Stresshormone senken.

-  Nach Vereinbarung
-  je nach Wunsch 1 h oder 2 h oder einen ½ Tag mit kleiner Wanderung / Sonnenaufgang
-  Wettertaugliche Kleidung, gutes Schuhwerk
-  1 h: 30.00 (ohne GK 50.00) pro Person, 2 h: 40.00 (ohne GK 60.00) pro Person, ½ Tag: 90.00 (ohne GK 110.00) pro Person
-  Mind. 2 max. 12 Personen
-  Bei Manuela Zen, Shinrin-Yoku Gesundheitstrainerin SYGT, Tel. +41 79 672 07 71
-  Ferientipp für Erwachsene ab 16 Jahre



Täglich

Dorfführungen Sta. Maria, Valchava und Fuldera

Auf Anfrage

Mit einem einheimischen Guide geht es auf Entdeckungsreise durch die gewünschte Ortschaft. Die Teilnehmenden erhalten persönliche Einblicke in das Leben im Bergtal mit seiner einzigartigen Kultur und Sprache und erfahren, was es mit den reich an Sgraffito geschmückten Häusern auf sich hat.

- 📍 Nach Vereinbarung
- 🕒 ca. 1.5 h
- 💰 70.00 / Gästegruppen Biosfera-Partnerbetriebe 35.00
- 👥 Mind. 4 bis max. 12 Personen, grössere Gruppen auf Anfrage
- 📞 Biosfera Val Müstair, Sara-Sofia Vinuesa Vázquez, Tel. +41 81 851 60 78



Eintauchen in die Kultur der einzelnen Dörfer im Val Müstair.

© Roland Zihlmann

Ferientipps aus der Region

Führungen im Schloss Tarasp

Di – So, 27.5. – 26.10.25

Das Wahrzeichen des Unterengadins entdecken und den einzigartigen Rundblick von der Schlossmauer aus geniessen. Auf dem geführten Rundgang gibt es etliches zu erfahren und zu besichtigen, unter anderem die Kunstwerke des einheimischen Künstlers Not Vital.

- 📍 Tarasp, Schlosshof-Kasse
- 🕒 Informationen zu den Zeiten sind online ersichtlich: notvital.com
- 👤 Erwachsene 13.00 (ohne GK 15.00), Kinder (7 – 15 Jahre) 8.00
- 📄 Anmeldung für Schloss- und Kunstführung erforderlich: notvital.com/fundaziun
- 📄 Es werden regelmässig Kunstführungen durchgeführt. Weitere Informationen zur Durchführung und Anmeldung finden Sie online.

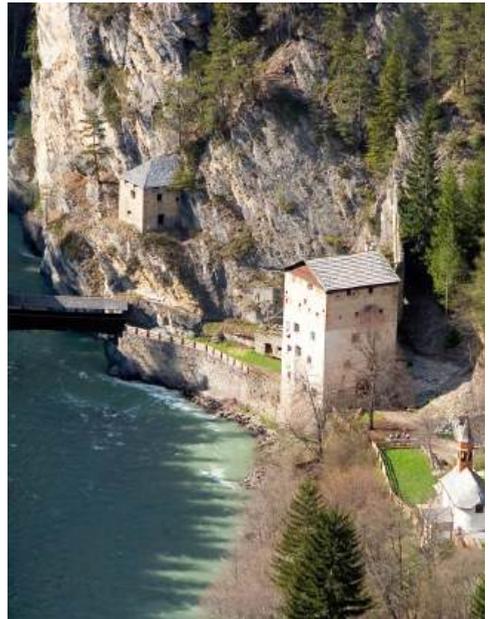


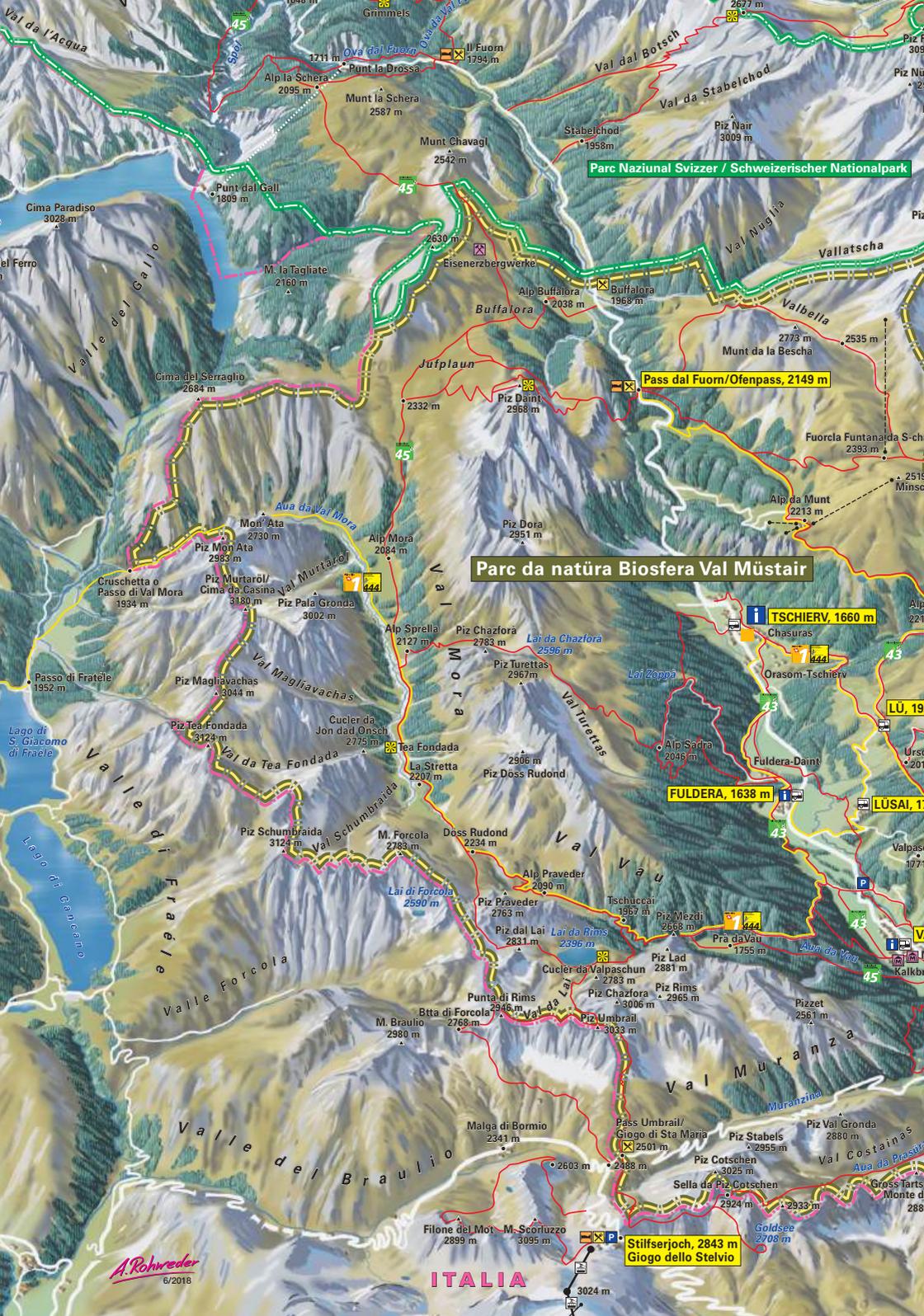
Geschichte erleben in der Altfinstermünz

Di, 1.7. – 7.10.25

Die Altfinstermünz war bereits vor 2000 Jahren ein wichtiger Übergang der Via Claudia Augusta über den Inn. Die Führung durch die Erlebnisburg im Dreiländereck gibt Einblicke in den geschichtsträchtigen Ort.

- 📍 Altfinstermünz, Wirtschaftsgebäude
- 🕒 10:15 – ca. 13:00
- 👤 Wanderschuhe, Identitätskarte
- 👤 Kostenlos (ohne GK 20.00)
- 📄 Online bis am Vortag, 17:00 unter samnaun.ch/erlebnisse
- 📄 Hin- und Rückreise individuell (nicht im Preis inbegriffen)





A. Rohrer
6/2018

ITALIA



S-chari, 1810 m

ALCHAVA, 1412 m

MÜSTAIR, 1247 m

STA. MARIA, 1375 m

TAUFERS I. M./TUBRE, 1240 m

- Wanderweg
- Bikeroute
- Schweizer Nationalpark
- Naturpark Biosfera Val Müstair

Pazzin 1535 m
Wallin/Valnova 1385 m

Fastar/ Fossalara 1537 m

Ruine Burg Lichten

Veranstaltungen

Wir feiern 1250 Jahre!

Im Jubiläumsjahr 2025 bietet das Kloster Gästen ein spezielles Programm. Gelegenheit die erste der dreizehn Welterbestätten der Schweiz abseits der üblichen Führungspfade kennenzulernen.

- 📍 Müstair, Kloster St. Johann
- 🕒 18.5. Internationaler Museumstag
- 15.6. Welterbetag
- 26.6. Vernissage PIA WILLI. Kunst und Kloster
- 2.8. Museumsnacht Val Müstair
- 13./14.9. Europäische Tage des Denkmals
- 20.9. Misteri Müstair
- 12.10. Tag der Romanik
- 19.10. Europäischer Tag der Restaurierung
- 👉 Preise auf Anfrage im Klosterladen
- 📧 Unter visit-museum@muestair.ch
- 📄 Programm und weitere Informationen auf muestair.ch, Tel. +41 81 858 61 89



Dorfmarkt Sta. Maria

Di 1.7. – 5.8.25

Der Dorfmarkt von Sta. Maria, mit seinen verschiedenen Marktständen mit überwiegend einheimischen Produkten, lädt an einem lauen Sommerabend Einheimische und Gäste zum Verweilen ein. Für Speis und Trank sowie Unterhaltung für Gross und Klein ist bestens gesorgt.

- 📍 Sta. Maria, Piazza da Scola Veglia
(bei der Kirche)
- 🕒 17:00 – ca. 21:00

Alphornkonzert vor der Tessanda

Di, 10.6. – 28.10.25

Vom 10. Juni bis am 28. Oktober findet jeden Dienstag von 16:45 Uhr bis 17:15 Uhr ein Alphornkonzert vor der Tessanda statt. Falls das Konzert abgesagt werden muss, wird dies auf tessanda.ch publiziert.

- 📍 Sta. Maria, Handweberei Tessanda,
Via Val Müstair 169
- 🕒 16:45 – 17:15
- 👉 Kostenlos

S-chargiada d'Alp – Alpabzug

13.9.25

Nach dem Alpsommer ist die Heimkehr für die Sennen und das Vieh jedes Jahr ein grosses Ereignis. Die besten Milchkühe werden mit Kopfschmuck ausgezeichnet und halten mit ihren Artgenossinnen stolz Einzug in ihr Dorf, wo sie von ihren Bauern und Bäuerinnen sowie vielen Zuschauenden mit einem Fest freudig empfangen werden.

- 📍 Müstair, vor dem Kloster
- 🕒 ab 10:30 Festwirtschaft mit Musik und Folklore
ca. 12:00 – 13:00 Ankunft der Kühe



Festa e marchà da la racolta / Erntedankfest

5.10.25

Am 1. Sonntag im Oktober wird im Val Müstair das Erntedankfest gefeiert. Eröffnet wird das Fest mit einem ökumenischen Gottesdienst im Freien, gefolgt von einem farbenprächtigen Umzug mit Musikkapellen, Trachtenvereinen, geschmückten Wagen und Tieren. Den ganzen Tag herrscht buntes Markttreiben. Angeboten werden einheimische Produkte, Spezialitäten aus Landwirtschaft und Handwerk, kulinarische Genüsse und Attraktionen für Gross und Klein.

- 📍 Valchava
- 🕒 ab 10:30 – ca. 17:00



Veranstaltungen

Flachs-Brächete

11.10.25

Die Brächete ist Brauch und Herbstfest zugleich, bei dem die gemeinsame Verarbeitung der Flachsernte mit traditionellen Gerätschaften im Mittelpunkt steht. Im Val Müstair wird dieser gesellige Anlass seit zwei Jahren wieder gelebt. Es wird geriffelt, gebrochen, gehechelt und ein fröhliches Fest gefeiert. Ein kleiner Markt, Musik und Festwirtschaft runden den Anlass ab.

📍 Sta. Maria

📄 val-muestair.ch/flachs-braechete



plomer plajer culer

Juli – Oktober

Die Ausstellung «plomer plajer culer» [rom. für Schichten falten fließen] bringt zeitgenössische Kunst ins Val Müstair und verbindet vier Talmuseen. Acht Kunstschaaffende setzen sich mit dem Wandel von Landschaft und Klima auseinander und machen die Spuren der Zeit in ihren Werken sichtbar. Im Museum Chasa Jaura, Museum 14/18, in der Muglin Mall sowie im Klostermuseum treten neue Kunstinstallationen in einen spannenden Dialog mit den bestehenden Sammlungen. So entstehen neue Perspektiven auf Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft.

📍 Valchava, Sta. Maria, Müstair

🕒 Während den Öffnungszeiten der Museen zu besichtigen, val-muestair.ch/plomer

🎟 Der Ausstellungspass für 20.00 gewährt Eintritt in alle vier Museen.

👤 Künstler*innen: Georg Aerni, Franziska Baumgartner, Christine Camenisch & Johannes Vetsch, Andreas Frick, Erika Inger, Pascal Lampert, Patrick Rohner, Dominik Zehnder



Biosfera-Trail

Juni – Oktober

Der Biosfera-Trail ist ideal für Trailrunner*innen, die abwechslungsreiche Strecken inmitten einer atemberaubenden Naturlandschaft schätzen. Spektakuläre Panoramen, spannende Etappen, gemütliche Unterkünfte und köstliche regionale Spezialitäten machen diese sportliche Herausforderung zu einem genussvollen Erlebnis.

- 📍 Der Rundtrail umfasst fünf Etappen. Für jede Etappe gibt es 2 Schwierigkeitsgrade. Reihenfolge und Anzahl Etappen können frei gewählt werden. Die Start- und Endpunkte sind immer mit dem öV erreichbar. Als Basis eignet sich eine beliebige Unterkunft im Val Müstair.
- 📱 Alle Informationen unter val-muestair.ch/biosfera-trail



Besucherraum Agricoltura Val Müstair

Lokale Landwirtschaft im Val Müstair hautnah erleben. Im Besucherraum in der Chascharia (Käserei) erfahren die Besuchenden ganz viel über Käse, Wurst und Brot und wie die Produkte hier im Tal entstehen.

- 📍 Müstair, Chascharia
- 🕒 Täglich von 7:00 – 17:00
- 💰 Kostenlos
- 📱 Nicht erforderlich
- 📍 Öffentlich zugänglicher Besucherraum (unbedient), Verkaufsautomat mit Regionalprodukten vorhanden

Trottinettvermietung

Ob nach einer gemütlichen Wanderung oder einer Fahrt mit dem PostAuto, der Spass bei der Abfahrt nach Tschiers ist garantiert. In Lü steht eine Auswahl an Trottinetts zur Verfügung. Ein Spass für Junge und Junggebliebene!

- 📍 Lü, Chasa Sassalba/Café la Jucca
- 🕒 Zeit auf Vereinbarung
- 💰 15.00 pro Trottinett, Helm vorhanden
- 📱 Reservation erforderlich (Anzahl Trottinetts beschränkt), Anna-Maria Bott, Tel. +41 79 667 32 02
- 📍 Benützung auf eigene Verantwortung
Versicherung ist Sache der Nutzenden

Weitere Erlebnisse

TESLA Genuss

Genissen Sie einen Tag mit dem TESLA Model 3, Pässe stehen Ihnen genügend zur Verfügung. Der TESLA garantiert für Fahrspass – Sie werden begeistert sein.

- 📍 Müstair, Hotel Helvetia
- 🕒 Zeit auf Vereinbarung
- 🚗 Führerausweis
- 🏷️ Tagesmiete 99.00 (ohne GK 150.00) inkl. 200 km
- 📞 Beim Hotel Helvetia, Tel. +41 81 858 55 55 / info@helvetia-hotel.ch
- 📄 5 Plätze im TESLA vorhanden
helvetia-hotel.ch/tesla



AKTIV UND GENUSS
HOTEL CENTRAL

*** SUPERIOR



CH - 7535 VALCHAVA
T +41 (0)81 858 51 61
CENTRALVALCHAVA.CH
INFO@CENTRALVALCHAVA.CH

Blaudenz
Val Müstair
PARTNER



Ferientipps Bike-Erlebnis

Mit heimischen Bike-Guides die Trails im Val Müstair erforschen und dabei nützliche Techniktipp erhalten.

© Schweiz Tourismus, Colin Meier



Geführte Bike-Touren und Fahrtechartipps nach Wunsch

Ride La Val Trailschool – die Bike-Schule im Val Müstair. Wo Leidenschaft weitergegeben wird. Gegründet von einheimischen Bike-Guides, die ihre Leidenschaft fürs Biken gerne mit Gästen teilen.

-  Ort und Zeit auf Vereinbarung
-  Eigenes Bike, Schutzausrüstung
-  Bei Ride La Val Trailschool, Whatsapp
+41 81 552 02 00, office@ridelaval.com
-  Bike-Vermietung: Il Nucleus Bike Store,
Via Val Müstair 228, Müstair,
Tel. +41 81 552 02 04.
Versicherung ist Sache der Teilnehmenden.
ridelaval.com

Ferientipps Bike-Erlebnis

#batterypower

Mittwochvormittag, Mai – September 25

Die von Swiss Cycling zertifizierten Guides von Ride La Val zeigen individuell das Wichtigste in Sachen Handling, Fahrtechnik und modernem E-Mountainbiken. Die Theorie wird auch gleich in die Praxis umgesetzt. Gemeinsam wird auf den Trails im Val Müstair gefahren.

- 📍 Müstair, Il Nucleus – Bike Store & Trailschool,
- 🕒 8:30 – spätestens 11:30
- 🚲 Eigenes Bike, Schutzausrüstung (Helmpflicht)
- 👤 1 Pers. 150.00, 2 Pers. 75.00 pro Pers., 3 Pers. 60.00 pro Pers., ab 4 Pers. 45.00 pro Pers.
- 👥 Max. 5 Personen
- 📱 Bis am Vortag 12:00, Il Nucleus – Bike Store & Trailschool, Tel. +41 81 552 02 00 oder office@ridelaval.com
- 📄 Versicherung ist Sache der Teilnehmenden

#patchific und #shredders – Kurskurse Sommer 25

Mittwochnachmittag, 7.5. – 17.9.25

Dieses Jahr können Kids den ganzen Sommer mit unserer Bikeguide Nicole Bike-Erlebnisse sammeln. Im Vordergrund steht die Freude am Mountainbiken und das «Draussen sein» in der Natur gemeinsam in einer Gruppe sowie das Erlernen und Verbessern der Bike-Technik.

- 📍 Bekanntgabe des Treffpunkts jeweils am Dienstag via Whatsapp
- 🕒 13:30 – 15:25 (#patchific)
15:45 – ca. 18:15 (#shredders)
- 🚲 Eigenes Bike, Helm und Verpflegung
- 👤 Einzelne Tage für Spontane oder Gästekinder: 40.00 / Tag
- 📱 Spontane Anmeldungen spätestens am Montagabend; Saisonkurs Anmeldeschluss 26.4.25, Ride La Val Trailschool, Whatsapp +41 81 552 02 00, office@ridelaval.com
- 📄 Versicherung ist Sache der Teilnehmenden

#minishredders – Kidskurs Sommer 25

15. – 17.7.25

Auch dieses Jahr führt Ride La Val wieder einen Kidskurs mit den Kleinsten durch. Im Kurs werden die Bikeskills der Kleinen auf spielerische Art verbessert. Spass ist garantiert. Kinder mit Fahrrad und auch Like-a-Bike (Laufräder) sind willkommen.

- 📍 Müstair, Camping Muglin
- 🕒 8:30 – ca. 11:00 (Kinder 3 – 4 Jahre) / 13:30 – 16:00 (Kinder 5 – 6 Jahre)
- 🚲 Eigenes Bike oder Laufrad, Helm und Verpflegung
- 👤 100.00 pro Kind (auch für Spontane und Gästekinder: 40.00 / Mal).
- 👥 Kurs findet ab min. 4 Kinder pro Altersgruppe statt
- 📱 Bis am 25.6.25 bei Ride la Val Trailschool, Whatsapp +41 81 552 02 00 oder office@ridelaval.com
- 📄 Versicherung ist Sache der Teilnehmenden

Mountainbike mieten & Bikeshuttle

Für diejenigen, die das Val Müstair mit dem Bike erkunden wollen, bieten sich im Val Müstair gleich mehrere Möglichkeiten für den Verleih an:

- 📍 Müstair, Il Nucleus – Bike Store & Trailschool, Via Val Müstair 228, Tel. +41 81 552 02 04 oder ilnucleus.com / office@ridelaval.com
Bikeshuttle-Service: Preise auf Anfrage, variieren je nach Anzahl Personen und Zielort
- 📍 Müstair, Slope Sport, Via Palü Daint 26, Tel. +41 81 850 37 00 oder office@slope-sport.ch
- 📍 Müstair, Aventüras Berg- und Talsport GmbH, Via Maistra 74, Tel. +41 81 858 55 59 oder info@aventuras.ch



Bike-Angebote
Val Müstair

Schweizerischer Nationalpark

Wandern und Erkunden

Der einzige Nationalpark der Schweiz ist ein eindrückliches Stück alpiner Landschaft mit reicher Tier- und Pflanzenwelt, wo die Natur ihrer uneingeschränkten Entwicklung überlassen wird. Auf gut beschilderten Wanderwegen kann der Nationalpark erkundet, eine reichhaltige Flora entdeckt und mit etwas Glück Wild beobachtet werden. Für Wanderungen im Nationalpark gelten die Schutzbestimmungen des Parks. Die Wege sind für Rollstühle und Kinderwagen nicht geeignet. Hunde dürfen nicht mitgeführt werden (auch nicht an der Leine). Es wird eine breite Palette an geführten Wanderungen für jeden Geschmack angeboten.

Mehr unter nationalpark.ch/wandern



Wanderrouten und Zustand im Schweizerischen Nationalpark



Margunet – Aussichtskanzel am Ofenpass

Di 17.6. – 14.10.25

Auf der abwechslungsreichen Wanderung zum Aussichtspunkt Margunet werden umfassende Informationen über die Vielfalt der Besonderheiten des ältesten Nationalparks der Alpen vermittelt. Zwischen Edelweiss und Enzian kann während der Mittagsrast mit etwas Glück ein Bartgeier erspäht werden.

-  Parkplatz P8, PostAuto-Haltestelle
-  8:40 – ca. 16:00
-  Bergschuhe, wetterfeste Kleidung, Verpflegung
-  Erwachsene 40.00, Kinder bis 16 Jahre 20.00, Familien 80.00
-  Mind. 5 Personen
-  Bis am Vortag 17:00 im Nationalparkzentrum Zernez, Tel. +41 81 851 41 41
-  Parkplätze beschränkt; bitte mit dem Post-Auto anreisen; öV-Anreise mit der Gästekarte Val Müstair kostenlos



Schweizerischer Nationalpark

Kinder- und Familienexkursion Natur(g)WUNDER

Mi 2.7. – 6.8.25

Auf dieser Exkursion können geführte und selbständige Naturerfahrungen gesammelt werden. Spielerisch und mit allen Sinnen gehen die Teilnehmenden im Bergwald auf Entdeckungsreise und wagen auch einen ersten Blick in den Schweizerischen Nationalpark.

- 📍 Zernez, Nationalparkzentrum
- 🕒 9:30 – ca. 13:00 (mit kurzer Picknickpause)
- 👤 Festes Schuhwerk, wetterfeste Kleidung, Verpflegung
- 👨‍👩‍👧 Familien mit Kindern (ab 7 Jahren) 50.00, Kinder ohne Begleitung ab 9 Jahre) 20.00
- 📱 Bis am Vortag 17:00 im Nationalparkzentrum, Tel. +41 81 851 41 41
- 📍 ÖV-Anreise mit der Gästekarte Val Müstair kostenlos.



Nationalparkzentrum

Das Nationalparkzentrum wurde 2023 komplett neu inszeniert. Hier wird Wildnis in all ihren Facetten in einem fulminanten Spektakel erfahren. Die neue Nationalpark-Ausstellung ist mit Spielstationen, Kinderhörspiel und Mediaguide ein Erlebnis für alle.

- 🕒 **Bis am 16.5.25**
Mo – Fr 09:00 – 12:00 und 14:00 – 17:00
17.5. – 26.10.25
Täglich 08:30 – 18:00
- 👨‍👩‍👧 Erwachsene 9.00, Kinder (6 – 16 Jahre) 5.00, Familien (Eltern und Kinder) 20.00
Gruppen ab 10 Pers. 8.00 pro Person, Kinder unter 6 Jahren gratis
- 📱 Nicht erforderlich, für Gruppen obligatorisch, Tel. +41 81 851 41 41
- 📍 Keine Führungen, die Ausstellung kann mit Audio-Guide besucht werden.



Themen- und Erlebniswege

A la riva dal Rom

Mit der Broschüre «A la riva dal Rom» wird die Romwanderung zum Themenweg. Sie vermittelt spannende Einblicke in die bewegte Geschichte, die Lebensräume und Sagen rund um den Rombach. Damit lassen sich die Artenvielfalt und landschaftliche Schönheit entlang des Roms in vollen Zügen geniessen. Die Wanderung kann beliebig etappiert werden.

🕒 Ca. 3 bis 4 h

📏 Ca. 14.5 km

📍 Süssom Tschierv – Müstair

Botanischer Streifzug mit der App

Flower Walks

Die Flower Walks App kombiniert Wanderführer und Pflanzenbestimmungsbuch. Mit der App erfährt man auf der Route «A la riva dal Rom – von der Romquelle bis nach Sta. Maria» Spannendes zu den artenreichen Flachmooren, den Auenwäldern sowie Blumenwiesen und Halbtrockenrasen.

🕒 Ca. 3 h

📏 Ca. 10.75 km

📍 Tschierv – Sta. Maria



Senda da las linguas

Die Senda da las linguas vermittelt einen Einblick in das im Val Müstair gesprochene «Jauer» Rätoromanisch: Elf Hörstationen auf einer kurzweiligen Wanderung um Valchava verknüpfen spielerisch Sprache und Kulturlandschaft. Mittels hearonymus-App sind die lyrischen Kurzhörspiele abrufbar (s. auch chasajaura.ch).

🕒 Ca. 3 bis 4 h

📏 Ca. 8 km

📍 Rundwanderung von/ nach Chasa Jaura, Valchava



Chatscha jaura

Wer die kniffligen Hinweise und geheimen Botschaften der Schnitzeljagd «Chatscha jaura» kombiniert, bleibt auf der richtigen Spur und erfährt an elf Infostationen, wie Nachhaltigkeit im

Val Müstair gelebt wird. Die Hinweise zur Spurensuche finden sich unter val-muestair.ch/chatschajaura. Geeignet für Familien, Vereine, Schulen und Firmen. Für Schulklassen ist auf Anfrage zusätzliches Begleitmaterial erhältlich.

🕒 Ca. 2.5 bis 3 h

📏 Ca. 6 km

📍 Start in Müstair

Promenada William Wolfensberger

William Wolfensberger, von 1914 bis 1916 Pfarrer in Fuldera, ist bekannt für seine Geschichten und Gedichte. Anlässlich seines 100. Todestages entstand die oberhalb von Fuldera gelegene «Promenada William Wolfensberger», eine literarische Rundwanderung mit fünf aussichtsreichen Sitzbänken, wo sich seine Werke finden.

🕒 Ca. 1.5 h

📏 Ca. 4.5 km (nur Promenada 1.3 km)

📍 Rundwanderung von/nach Fuldera

Auals

«Auals» ist die romanische Bezeichnung für die historischen Bewässerungskanäle und -gräben. Im trockenen Val Müstair werden die Wiesen und Felder seit Jahrhunderten künstlich bewässert, um den Ertrag zu sichern und zu erhöhen. Dank einer Initiative der Stiftung Landschaftsschutz Schweiz, der Gemeinde Val Müstair und des Naturparks wurden einige ausgewählte Auals saniert und im Gelände wieder sichtbar gemacht.

🕒 Ca. 2 – 2.5 h

📏 Ca. 4.5 km

📍 Rundwanderung von/nach Sta. Maria

Detailinfos zu ausgewählten Wegen enthält die Broschüre «Themenwege», erhältlich in den Gäste-Informationen oder online unter: val-muestair.ch/downloads

PostAuto-Ausflugslinien

Mit dem PostAuto zur Wanderung

Umbrailpass/Stilfserjoch und Val Vau sind ideale Ausgangspunkte zu schönen Wanderrouten im Val Müstair und mit dem PostAuto bequem erreichbar.

Hinweis zum Wanderweg Umbrailpass – Piz Umbrail – Lai da Rims – Val Vau: Wir appellieren für einen toleranten Umgang zwischen Bikenden und Wandernden. Mi, Do und Sa Vorrang für Wandernde. An den restlichen Tagen gilt die Koexistenz.

Mehr Informationen auch zum Thema Herdenschutz: val-muestair.ch/herdenschutz

PostAuto Müstair – Sta. Maria – Umbrail – Stilfserjoch (Anschluss bis Bormio – Tirano)

① ② Täglich vom 21.6. – 31.8.25

② Mittwoch, Samstag und Sonntag vom 3.9. – 22.10.25

Fahrplan		①*	②		
Müstair Clostra Son Jon		7:20	9:20	Stilfserjoch	15:35
Müstair posta		7:23	9:23	Umbrailpass	15:43
Sta. Maria cumün		7:30	9:30	Plattatschas	15:58
Plattatschas		7:42	9:42	Sta. Maria Post	16:15
Umbrailpass		8:02	10:02	Müstair Kloster	16:25
Stilfserjoch		8:15	10:15		

* Verbindung ab Haltestelle Süsom Tschieriv um 6:51

Gästekarte Val Müstair Fahrpreis bis Umbrailpass inbegriffen

Reservation Platzreservierung unerlässlich bis am Vorabend, 19:00 bei Bus Val Müstair, Tel. +41 81 858 51 66 oder online unter postauto.ch/90.821

Bike-Transport Nur beschränkt möglich. Reservation unerlässlich bis am Vorabend, 19:00 bei Bus Val Müstair, Tel. +41 81 858 51 66.

Reduktionen Auf dieser Strecke sind gültig: GA, Halbtax, GR-Pass

PostAuto-Extrakurs Fuldera – Val Vau

Mittwoch vom 11.6. – 22.10.25 / Donnerstag, Freitag und Samstag vom 25.6. – 3.9.25

Fahrplan	Fuldera Post	9:06	Prà da Vau	16:03
	Prà da Vau	9:26	Fuldera Post	16:18

öV-Ticket Es gelten die normalen Tarifbestimmungen des öffentlichen Verkehrs. Pauschalfahrtausweise (z. B. GA, BüGA, graubündenPASS, Junior-Karte, Kinder-Mitfahrkarte) sowie Halbtax-Abo werden akzeptiert.

Gästekarte Val Müstair Fahrpreis im Angebot inbegriffen

Anmeldung Anmeldung unerlässlich bis am Vortag, 19:00 bei Bus Val Müstair, Telefon +41 81 858 51 66 oder online unter postauto.ch/90.831

Bike-Transport Bike-Transport nur beschränkt möglich. Reservation unerlässlich bis am Vorabend, 19:00 bei Bus Val Müstair, Tel. +41 81 858 51 66.

Weitere PostAuto-Verbindungen auf fahrplanfelder.ch

Ausflugsrestaurants

Alprestaurant «La Posa», Alp Champatsch

Tel. +41 81 858 56 02 / +41 79 766 80 20
Öffnungszeiten: Ab 1. Juni – ca. Ende Oktober 25,
10:00 – 17:00 (bei schlechter Witterung nur bis
15:00), kein Ruhetag

Gasthaus Hirschen, Lü

Tel. +41 81 858 51 81
Öffnungszeiten: ab Ende Mai – Ende Oktober 25,
kein Ruhetag

Jausestation Hof Terza, oberhalb Müstair

Tel. +41 81 858 71 60
Öffnungszeiten: 10:00 – 19:00, Mai – Juni und
September – Oktober: Montag Ruhetag
Juli und August: täglich offen

Hotel Restaurant Süsom Givè, Ofenpasshöhe

Tel. +41 81 858 51 82
Öffnungszeiten: 1.5. – 2.11.25, kein Ruhetag

Café «La Jucca», Lü

Tel. +41 79 667 32 02
Öffnungszeiten: ca. ab Juni – Oktober 25

Jaustestation Alp Mora, Val Mora

Öffnungszeiten: während dem Alpsommer bis ca.
Ende September

Alp Astras, S-charl

Tel. +41 81 864 72 71
Öffnungszeiten: auf Anfrage

Gasthaus Alpenrose, Umbrailpass, Sta. Maria

Tel. +41 81 858 52 30
Öffnungszeiten: Ende Mai – ca. Anfang
November 25 (abhängig von der Öffnung und
Schliessung der Passstrasse)

HELVETIA 
HOTEL & RESTAURANT
FERIENWOHNUNGEN & SPA

ÜN CORDIAL BAINVNGÜ

Komfort, Genuss und Entspannung auf höchstem Niveau.
Unser Haus vereint luxuriöse Unterkünfte, ein erstklassiges
Restaurant und einen exklusiven Spa-Bereich.



Ihr Traumhotel für Entspannung und Genuss.

Familien Grond | Val Müstair

Tel. +41 (0)81 858 55 55 | info@helvetia-hotel.ch


staila
FULDERA

Hotel Landgasthof Staila Fuldera
Via cumünala 27, CH-7533 Fuldera
T +41(0)81 858 51 60
info@hotel-staila.ch
www.hotel-staila.ch
herzlich & familiär!


CLUB



Entspannt unterwegs

Mobilität im Val Müstair

Alle Dörfer im Val Müstair sind per PostAuto gut erreichbar und über die PostAuto-Linie Zernez-Mals auch ideal an die Zuglinien der Rhätischen Bahn im Engadin sowie an die Vinschger Bahn im Südtirol angeschlossen. Die Anreise mit dem öV ist so einfach wie nie! Spezialkurse bringen Fahrgäste auch an Ausgangspunkte beliebter Wanderrouten (z.B. Umbrailpass/Stilfserjoch, Val Vau, siehe Seite 30). Mit der Gästekarte Val Müstair ist der öV ab der ersten Übernachtung ab Zernez und im ganzen Val Müstair inklusive. Als Ergänzung stehen vor Ort noch weitere attraktive Mobilitätsangebote zur Verfügung:

Solange der Akku reicht

Die Biosfera Val Müstair bequem und mit wenig Kraftaufwand erkunden? Kein Problem! Bei acht Betrieben im Tal können moderne E-Mountainbikes ausgeliehen werden. Eine Karte mit Routen-tips ist bei den Mietstationen erhältlich:

- Hotel Süsom Givè, Ofenpass
- Hotel Al Rom, Tschierv
- Hotel Landgasthof Staila, Fuldera
- Hotel Central, Valchava
- Hotel Schweizerhof, Sta. Maria
- Hotel Helvetia, Müstair
- Hotel Münsterhof, Müstair
- Camping Muglin, Müstair

Die Shops «Il Nucleus Bike-Store», «Slope Sport GmbH» und «Aventüras Berg- und Talsport» in Müstair bieten zudem alles für den Bike-Bedarf und in der Werkstatt werden alle Fahrräder wieder flott gemacht.

E-Auto mieten

Beim Naturpark-Büro in Tschierv kann ein Elektroauto gemietet werden. Insbesondere zu Randzeiten stellt der Wagen eine sinnvolle Ergänzung dar. Weitere Informationen und Konditionen unter: val-muestair.ch/e-auto-mieten.



Mit dem öV an Abendveranstaltungen

Viele Abendveranstaltungen können bequem mit dem PostAuto erreicht werden. Der letzte Kurs fährt gegen 22 Uhr von Tschierv in Richtung Müstair (s. Fahrplan). Die kulturellen Abendveranstaltungen im Chastè da Cultura und der Chasa Jaura sind auf den Fahrplan des PostAutos abgestimmt. Informieren Sie den Veranstalter, falls Sie mit öV zurückreisen möchten. Sollte eine Rückfahrt mit dem öV nicht möglich sein, wird der Veranstalter prüfen, ob es eine Mitfahrgelegenheit für Sie gibt.

Grün und gratis ins Val Müstair

Mit Zug und PostAuto ins Val Müstair reisen – das ist bequem, schont die Umwelt und ist sogar gratis: Bei einer Buchung von drei oder mehr Übernachtungen bei einem teilnehmenden Partnerbetrieb erhalten die Gäste im Sommer die An- und Rückreise mit dem öV geschenkt. Weitere Informationen und Konditionen unter val-muestair.ch/gratis-oev

Muglin Mall

Die aus dem 17. Jh. stammende Mühle zählt zu den ältesten noch funktionstüchtigen Mühlen in der Schweiz. Zwei Strauberräder treiben Mühle und Stampfe an. Besuchende können den Weg vom Korn zum Mehl mitverfolgen.

- 🕒 **Führungen:** 2.6. – 16.10.25, Mo und Do, um 16:30, Gruppen auf Anfrage
Besichtigung: 2.7. – 16.10.25, Mo, Mi, Do von 14:00 – 16:00
- 👤 **Besichtigung:** Erwachsene 5.00, Kinder ab 6 J. 3.00,
Führungen: Erwachsene 10.00 (ohne GK 12.00), Kinder ab 6 J. 6.00 (ohne GK 8.00), Gruppen auf Anfrage
- 📄 Societä Amis Muglin Mall,
Tel. +41 78 853 54 86, muglin@muglin.ch
- 📍 - Lokalvermietung mit oder ohne Backofenbenützung auf Anfrage
- Verkauf von Mehl, Kleie und Gerste



Chasa Jaura Val Müstair, Museum-Art-Cultura, Valchava

In der Chasa Jaura, einem der schönsten Bauernhäuser im Val Müstair, erhält der vergangene Alltag eine packende Gegenwart.

- 🕒 3.6. – 18.10.25
Di – Fr, 10:00 – 12:00, 15:00 – 18:00
Sa und So, 15:00 – 18:00
- 👤 Erwachsene 8.00 (ohne GK 10.00), Kinder bis 16 Jahre 5.00
Gruppen ab 12 Personen 8.00 pro Person (Anmeldung erforderlich)
- 📄 Chasa Jaura Val Müstair, Tel. +41 81 858 53 17 oder +41 79 574 05 94
- 📍 Besuche sind auf Anfrage auch ausserhalb der Öffnungszeiten möglich, chasajaura.ch



Museen

Museum 14/18, Sta. Maria

Eindrücke und Geschichten zu den Geschehnissen am Stelvio- / Umbrailpass während des 1. Weltkrieges um 1914 – 1918.

- 🕒 **Besichtigung:** 3.6. – 17.10.25,
Di und Fr, 17:00 – 19:00
zusätzlich 12.7. – 16.8.25,
Sa, 17:00 – 19:00
- 🗓️ **Führungen:** ab 17:15
- 👤 **Erwachsene 8.00 (ohne GK 10.00),
Kinder 6 – 15 Jahre 5.00, Gruppen 6.00 pro
Person mind. 60.00**
- 📞 **Museum 14/18, Tel. +41 81 858 72 28 oder
+41 79 208 12 28**
- 📍 **Andere Besuchszeiten gerne auf Anfrage**



Impressum

Texte: Tourismus Engadin Samnaun Val Müstair AG

Titelbild: Der Themenweg «A la riva dal Rom»

eignet sich perfekt für eine Familienwanderung.

© Christian Meixner

Grafiken/Karten: Arne Rohweder, Heftmitte

Copyright Bilder

S. 3.1:	Michael Meusburger	S. 15:	Manuela Zen
S. 3.2:	Gudkov Andrey/Shutterstock.com	S. 17.2:	TESSVM AG
S. 4.1:	Anja Bayerwaltes	S. 21.1:	Lucas Pitsch
S. 4.2:	Falegnamaria Pichalain	S. 21.2, 22.1, 34:	Dominik Täuber
S. 6.1:	Noëmi Bräm	S. 22.2:	Dominik Zehnder
S. 6.2, 9.1:	Valentin Pitsch	S. 23:	PatitucciPhoto
S. 7.1:	Henri Duvoisin	S. 24.1:	Hotel Helvetia, Müstair
S. 7.2:	Caroline Schadegg	S. 24.2:	Gaudenz Danuser
S. 8.1:	Chantal Lörtscher	S. 27.2, 28.1 28.2:	SNP, Hans Lozza
S. 8.2:	Elisabeth Hangartner	S. 32:	Biosfera Val Müstair
S. 9.2, 13, 17.1, 20, 27.1:	Andrea Badrutt, Chur	S. 33.1:	Annelise Albertin
S. 10.1:	Selina Feuerstein	S. 33.2:	Chasa Jaura Val Müstair
S. 12:	Kloster St. Johann, Müstair		

Nützliche Telefonnummern

Bergführer*innen/Wanderleiter*innen

Die Bergführer*innen und Wanderleiter*innen haben einen eidg. Fachausweis oder eine anerkannte Ausbildung und verfügen über eine Berufshaftpflichtversicherung.

Hohenegger Severin, Fuldera Tel. +41 79 228 31 64

BAW-Wanderleiter

Lörtscher Chantal, Valchava Tel. +41 78 802 38 22

Wanderleiterin mit eidg. Fachausweis

Sepp Isidor, Müstair Tel. +41 79 350 74 67

Wanderleiter mit eidg. Fachausweis

Wymann Heinz, Fuldera Tel. +41 81 858 51 60

BAW-Wanderleiter

Manuela Zen, Sta. Maria Tel. +41 79 672 07 71

ESA (Wanderleiterin Erwachsenensport)

Bergführer

Planta Jachen Andri, Fuldera Tel. +41 79 228 47 01

Wanderleiter und Bergführer mit eidg. Fachausweis

Rudi Müller, Fuldera Tel. +41 76 499 53 21

Staatlich geprüfter Bergführer und Bergretter

Kevin Meyer, Müstair Tel. +41 77 491 74 97

Bergführer Aspirant

Regionalspital

Ospidal Val Müstair, Sta. Maria Tel. +41 81 851 61 00

Notfälle 144

Kantonspolizeistelle, Sta. Maria Tel. +41 81 851 62 50

Notruf 117

Tennisplätze (Reservation)

Camping Muglin, Müstair Tel. +41 81 858 59 90 / +41 79 379 95 66

Hotel Helvetia, Müstair Tel. +41 81 858 55 55 oder online: ctvm.ch/#gotcourts

Tierpension (auch stundenweise)

Samanta Pünchera Platzgummer Tel. +41 81 858 58 71 oder +41 78 742 76 74

dipl. Tierpflegerin, Sta. Maria

Täglicher Shuttle-Service

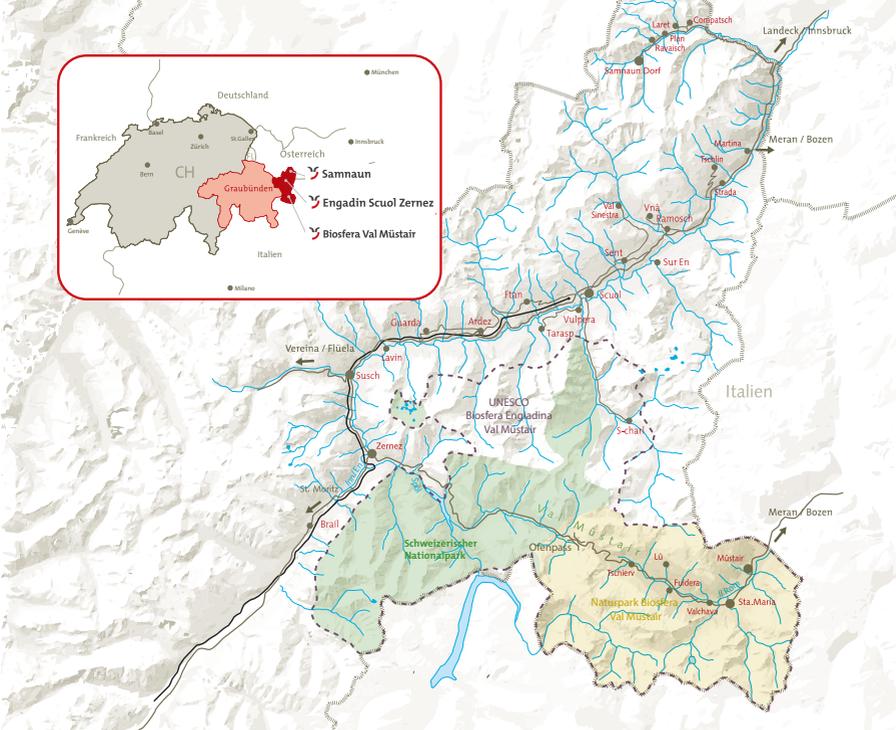
Personen- und/oder Biketransport

Gerne machen wir Ihnen ein entsprechendes Angebot.

Ride La Val GmbH, +41 81 552 02 04
office@ridelaval.com / ridelaval.com

ridelaval
TRAILSCHOOL





Kontakt

Gäste-Information Val Müstair
 Via Val Müstair 33, 7532 Tschiers
 Tel. +41 81 861 88 40
 info@val-muestair.ch
 val-muestair.ch



#valmüstair / #biosferavalmüstair

Gäste-Information Müstair / Klosterladen
 7537 Müstair
 Tel. +41 81 861 88 40
 info@val-muestair.ch

Naturpark Biosfera Val Müstair
 Via Val Müstair 33, 7532 Tschiers
 Tel. +41 81 851 60 70
 info@biosfera.ch

Auskunft
 Informationen über die aktuellen Öffnungszeiten
 finden Sie online: val-muestair.ch/öffnungszeiten

