



<http://www.stern.de/reise/europa/von-huette-zu-huette-hoehenflug-mit-familie-und-felsen-diggeridoo-702833.html>

Erscheinungsdatum: 11. Juni 2009, 10:22 Uhr

Von Hütte zu Hütte:

## Höhenflug mit Familie und Felsen-Diggeridoo

Touren von Hütte zu Hütte sind die Königsdisziplin des Wanderns. Zu den schönsten Traumtreks in den Schweizer Alpen gehört der Toggenburger Höhenweg. Nur hier begegnet man dem wilden Mannli. **Von Ralf Gantzhorn**



Klang-Installationen am  
Wegesrand im Schweizer Kanton  
St. Gallen  
© Ralf Gantzhorn

In den Augen vieler Eltern sind Kinder und Berge nicht miteinander zu vereinbaren, denn durch die Geburt des Nachwuchses wird das Outdoor-Leben deutlich eingeschränkt - so ist die landläufige Meinung. Aber die Sehnsucht nach den Bergen lässt sich mit den unterschiedlichen Bedürfnissen der einzelnen Familienmitglieder durchaus in Einklang bringen.

Am einfachsten ist es, wenn die Kinder klein sind und in einer Trage sitzen. Ziel und Schwierigkeitsgrad einer Wanderung werden dann von den Erwachsenen bestimmt. Aber spätestens, wenn die Kleinen

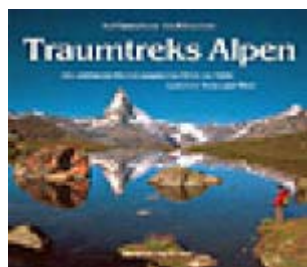
ungefähr drei Jahre alt sind, ist damit Schluss. Kinder wollen alleine laufen und selbst die Welt entdecken. Mehrtägige Wanderungen sind für die Kleinen in diesem Lebensabschnitt meist viel zu lang oder zu langweilig - oder beides zusammen.

### Kuhglocken am Klangweg

Nicht so der Toggenburger Höhenweg, der ein nahezu perfektes Ziel ist, um als Familie die ersten Schritte im Gebirge zu wagen. Die Höhenunterschiede sind nicht besonders groß. Die Länge der Tagesetappen kann aufgrund der vielen Übernachtungsmöglichkeiten variabel gestaltet werden, und der Weg selbst wartet mit allerlei Überraschungen auf. So auf dem ersten Teilabschnitt zwischen Wildhaus-Oberdorf und dem Gasthaus Sellamatt, dem sogenannten Klangweg. Alle paar hundert

Meter sind entlang des Weges verschiedene Klanginstrumente installiert, insgesamt mehr als zwanzig, die sowohl Erwachsenen als auch Kindern viel Freude bereiten.

Da kann man riesige Klangschalen zum Singen bringen und auf dem ersten Felsen-Didgeridoo der Schweiz spielen, man kann hören, wie ein Baum Töne transportiert, wie Wasser klingt, wie Unterlegscheiben einen Rauschtanz vorführen, und sehen, wie meterlange Saiten Kuhglocken zum Schwingen bringen. Die Natur ist voller Instrumente, so lernt man auf dem Klangweg.



**Gefunden in:**

"Traumtreks Alpen - Die schönsten Wanderungen von Hütte zu Hütte" von den Autoren Ralf Gantzhorn und Iris Kürschner ist im Bergverlag Rother erschienen: 224 Seiten mit 247 Farabbildungen, 49.90 Euro.  
[www.rother.de](http://www.rother.de)

Zwischen Sellamatt und dem Gasthaus "Zum wilden Mannli" auf dem Strichboden folgt dann der Toggenburger Sagenweg. An über zehn Stationen stellen hohe, bemalte Holztafeln eindruckliche Figuren der lokalen Sagenwelt vor. Ihre Geschichte kann man in Kurzform lesen bzw. seinen Kindern vorlesen. Zum Abschluss des Sagenweges lockt ein Besuch des Wildenmannlisloches, einer bereits in prähistorischen Zeiten bewohnten, ungefähr 150 m langen Höhle, die gefahrlos begangen werden kann. Warum die Höhle so heißt, erklärt eine Tafel am Eingang und soll hier nicht verraten werden.

Direkt vor der Höhle und nur 200 m vom Gasthaus entfernt befindet sich eine Feuerstelle, vor der man abends gut den Tag Revue passieren lassen oder gruselige Geschichten zum Besten geben kann. Hinter dem Strichboden enden die Themenwege, dafür wird es ruhiger und die Pfade werden

schmäler. Um die Nordabdachung der Churfirten schlängelt sich der Weg nun abwechslungsreich an Karstlöchern und steilen Felswänden vorbei; am sogenannten Tritt helfen sogar ein paar Stahlseile über die steilsten Stellen hinweg.

Auf dem letzten Abschnitt schließlich, zwischen Arvenbüel und Ricken, führt der Weg um den höchsten Nagelfluhgipfel Europas, den Speer, herum. Anschließend verläuft die Route durch mehr an ein Mittelgebirge erinnernde Höhenzüge. Abwechslungsreich und kurzweilig gestaltet sich auch hier der Weg, vor allem durch die urigen Übernachtungsgelegenheiten im Stroh bzw. durch die immer wieder zu durchquerenden Almen: Denn spätestens, wenn eine Herde Jungkühe auf die wandernde Familie zu galoppiert kommt, sind sich Jung und Alt über die weitere Bewegungsrichtung einig - bloß weg!

## Infos

**Ausgangspunkt:** Wildhaus, Talstation der Seilbahn nach Oberdorf, 1017 m. Busverbindung nach Wildhaus vom Bahnhof Buchs sowie vom Bahnhof Nesslau-Neu St. Johann.

**Endpunkt:** Ricken, 780 m. Busverbindung zum Bahnhof von Wattwil. Von dort kann man über Nesslau-Neu St. Johann nach Wildhaus zurückkehren.

**Anforderungen:** Einfacher Höhenweg auf gut angelegten und bestens markierten Wegen, der sich gut für Familien mit Kindern eignet. Der schwierigste Abschnitt ist der sogenannte Tritt zwischen der Selunalp und Arvenbüel, wo etwas Trittsicherheit gefordert ist.

**Höhenunterschied:** 1920 m im Aufstieg, 2370 m im Abstieg (5 Tage, 19 Std.).

**Information:** Toggenburg Tourismus, CH-9658 Wildhaus, Tel. 0041 - 71 9999911, [www.toggenburg.org](http://www.toggenburg.org)

**Karten:** Kurvereine Wildhaus u.a. "Wanderkarte Toggenburg" (Maßstab 1:25.000). SLK Blatt 226 "Rapperswil", 227 "Appenzell" und 237 "Walenstadt"

**Unterkünfte:** Die Hütten sind in der Regel von Juni bis Oktober bewirtschaftet, manche Unterkünfte fast ganzjährig. Berggasthaus Sellamatt, 1390 m, privat, Tel. 0041 - 71 9991330, [www.sellamatt.ch](http://www.sellamatt.ch).

Gasthaus "Zum wilden Mannli", 1638 m, auf dem Strichboden, privat, Tel. 0041/(0)76/ 4781734, [www.wildmannli.ch](http://www.wildmannli.ch).

Berghütte Ochsen, 1677 m, auf der Selunalp, privat, Tel. 0041 - 79 2539056 oder 0041/ (0)71/9991918.

Hotel Arvenbüel, 1273 m, privat, montags geschlossen, Tel. 0041 - 55 6116010, [www.arvenbuel.ch](http://www.arvenbuel.ch).

Alphütte Altschen, 1388 m, privat, 0041/ (0)55/6111347, [www.scamden.ch](http://www.scamden.ch)

Bergrestaurant Oberchäseren, 1649 m, privat, Tel. 0041 - 55 6111171 oder 2831770.

Alpwirtschaft Tanzboden, 1443 m, privat, Tel. 0041 - 55 2831218.

Bergrestaurant Oberbächen, 1227 m, privat, Tel. 0041 - 79 6953323.

Hotel Ricken, 780 m, privat, Tel. 0041 - 55 2841066.

**Gipfel:** Hinterrugg, 2306 m: Der höchste Gipfel der Churfürsten ist einen Abstecher wert. Vom Gasthaus Sellamatt wandert man über Hinterlücheri und Gluris auf den Gipfel. Über den Nordgrat geht es zurück zum Ausgangspunkt. Aufstieg 3 Std., Abstieg 2 Std. Trittsicherheit Voraussetzung.

Leistchamm, 2101 m: Rund zweistündiger Abstecher etwas westlich des Tritts. Grandiose Sicht auf den Walensee. Trittsicherheit erforderlich.

Speer, 1951 m: Rund 1.30 Std. benötigt man für den Abstecher auf Europas höchsten Nagelfluhgipfel auf der Etappe zwischen der Alp Oberchäseren und dem Tanzboden. Alpin erfahrene Kletterer können den Berg auch überschreiten: Über die Nordkante führt ein mit Drahtseilen gesicherter Klettersteig zurück zum Toggenburger Höhenweg, auf den man nördlich des Wannenberges stößt.

---

Von Ralf Gantzhorn

---