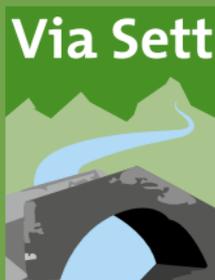


# Via Sett

Von Alpenstadt zu Alpenstadt

Kultur- und Weitwanderweg  
von Chur über den Septimer nach Chiavenna



graubünden



eia

Parc Ela

Parc natiral.  
Parco naturale.  
Naturpark.

graubünden

Septimerbrücke

© BREGAGLIA Engadin Turismo

# Via Sett

Die Via Sett führt von Chur durch das Churwaldnertal, Lenzerheide, das Surses im Parc Ela und das Bergell nach Chiavenna (IT). Im Zentrum stehen drei Sprach- und Kulturräume sowie eine vielfältige Kulturlandschaft – von der Alpstufe bis zu den Kastanienselven.

Bereits in der Römerzeit war der Septimer einer der wichtigsten Alpenübergänge. Besonders aber im Hochmittelalter war der Pass eine wichtige Handelsroute und bescherte dem Churer Bischof Reichtum. Von Händlern und Heeren bis hin zu Königen und Kaisern, alle überquerten sie die Alpen via Septimerroute. Als ihr Vorteil galten die günstige Lage mit direkter Nord-Süd-Verbindung sowie ideale topografische Bedingungen. Davon profitierte auch das römische Heer, wie Funde von Schleuderbleien auf der Passhöhe beweisen.

Heute ist die Septimerroute eine der vielfältigsten Weitwander Routen. Zu entdecken gibt es Vieles, darunter die Altstädte von Chur und Chiavenna, die Klosterkirche Churwalden, Arven und Lärchenwälder oder das sonnenverwöhnte Hochtal Surses, einst Wirkungsstätte von Giovanni Segantini. Im Bergell können in Stampa das Atelier von Giovanni Giacometti oder bei Promontogno die römische Talsperre «Müraia» besichtigt werden. Spektakulär sind die tosenden Wasserfälle von Acquafreggia und die Gletschermühlen im Park «Marmitta dei Giganti». Ein kulinarischer Höhepunkt sind die typischen «Crotti di Chiavenna», wo in natürlichen Felshöhlen Wein, Käse und Trockenfleisch aufbewahrt und angeboten werden.



Kirche Mistail  
© Lorenz A. Fischer

# Routenbeschreibung

## 1. Etappe: Chur – Passugg – Churwalden – Lenzerheide

Die Bischofsstadt Chur gilt als die älteste Stadt der Schweiz. Durch das deutschsprachige Churwaldnertal verläuft die wilde Rabiosaschlucht mit ihren Passugger Mineralquellen. Das Kurhotel legt heute noch Zeugnis des Passugger Kurbetriebs aus der Zwischenkriegszeit ab. Kulturelle Sehenswürdigkeiten aus mittelalterlicher Zeit bilden die Burgruine Strassberg Malix, die Klosterkirche Churwalden und die reformierte Kirche Parpan mit ihrem freistehenden Kirchturm. Die Parpaner Höhe bildet den Übergang in die romanischsprachige Lenzerheide.

Wanderzeit 6 h / Aufstieg 1'100Hm / Abstieg 210Hm / Distanz 20.5 km

## 2. Etappe: Lenzerheide – Lantsch / Lenz – Alvaschein – Tiefencastel

In Lantsch/Lenz liegt das Eingangstor in den Parc Ela, dem grössten Naturpark der Schweiz. Vorbei an den Maiensäss-Hütten von Tschividains geht es zur Kapelle Son Cassian. Das Haus «La Tor», mittelalterliche Zollstation, erinnert noch heute an die Bedeutung von Lantsch/Lenz als Portenstation am Septimerweg. Urgeschichtliche Funde beim Hügel «Bot da Loz» und die Kirche St. Maria mit den schmiedeeisernen Grabkreuzen sind weitere kulturelle Highlights, so auch die karolingische Kirche St. Peter Mistail (Alvaschein). Am Zusammenfluss von Julia und Albula führt die Via Sett über die ehemalige Zollbrücke nach Tiefencastel.

Wanderzeit 3 h / Aufstieg 70Hm / Abstieg 700Hm / Distanz 13 km

## 3. Etappe: Tiefencastel – Mon – Salouf – Riom – Savognin

Von Mon bis Savognin verläuft die Via Sett auf der «Veia digl Pader». 13 romanische Gedichte (mit deutscher Übersetzung) des Paters Alexander Lozza begleiten Sie dabei. Der Pater war Pfarrer in Salouf und ein begabter Dichter. Ein markanter Punkt in der Landschaft des unteren Surses bildet die Burg Riom (13. Jh.). In dieser Burg findet jeweils im Sommer das Origen Festival Cultural statt. Die Scheune der Villa Carisch in Riom wurde zum Origen-Wintertheater umgebaut und im Café Carisch können Sie die Zeit der Zuckerbäcker zelebrieren.

Wanderzeit 4.5 h / Aufstieg 720Hm / Abstieg 400Hm / Distanz 12 km

#### 4. Etappe: Savognin – Alp Flix – Bivio

Auf der Wanderung von der Alp digl Plaz zum flora- und fauna-reichen Hochplateau Alp Flix gelangen Sie zuerst nach Plang da Crousch, einer der schönsten Aussichtspunkte des Tales. Auf der Alp Flix befindet sich eines der europaweit bedeutendsten Hochmoore. Weiter Richtung Alp Natons durchqueren Sie einen Lärchen- und südlich davon einen Arvenwald, hoch über dem Marmoreraese. Auf der Alp Natons eröffnet sich Ihnen eine wunderbare Aussicht auf den Piz Platta (3'392 m ü. M.).

Wanderzeit 7 h / Aufstieg 1'100Hm / Abstieg 560Hm / Distanz 21 km

#### 5. Etappe: Bivio – Septimer – Casaccia – Vicosoprano

Auf dieser Etappe liegen Ihnen die Spuren der Vergangenheit zu Füßen. Unweit der Passhöhe wurden bei Ausgrabungen die Grundmauern des ehemaligen Hospizes St. Peter entdeckt. Gebäude in Bivio und Casaccia weisen noch heute auf den einst bedeutenden Passverkehr hin. Am Ende des Tages befinden Sie sich auf der Südseite des Septimers, im italienischsprachigen Bergell.

Wanderzeit 6 h / Aufstieg 560Hm / Abstieg 1'260Hm / Distanz 19 km

**Tipp:** Vom Septimer 300 Meter hinaufsteigen zum Lunghin Pass. Hier stehen Sie an der einzigen dreifachen Wasserscheide: Der Inn fließt in die Donau (Schwarzes Meer), die Eva dal Sett in den Rhein (Nordsee) und die Maira in den Po (Adria).

#### 6. Etappe: Vicosoprano – Stampa – Piuro – Chiavenna

Auf dem historischen Talweg durch das Bergell – der Heimat der berühmten Künstlerfamilie Giacometti – treffen Sie unter anderem auf das Prätorium mit dem Rundturm in Vicosoprano, das Talmuseum Ciäsa Granda in Stampa, den Palazzo Castelmur in Coltura, den Kastanienlehrpfad in Castasegna, den Zeugen des Antiken Plurs «area museo degli scavi» oder den Palazzo Vertemate Franchi in Piuro. Die kulturelle Weitwanderroute Via Sett endet im italienischen Chiavenna, einer blühenden Alpenstadt mit gut erhaltenem Stadtkern und reich an Kultur und Kulinarik.

Wanderzeit 7 h / Aufstieg 410Hm / Abstieg 1'150Hm / Distanz 24.5 km



Val Bregaglia, Bondo  
© BREGAGLIA Engadin Turismo

## Variante: Vicosoprano – Chiavenna in 2 Tagen

### 6a Etappe: Vicosoprano – Stampa – Promontogno

Auf einem Rundgang durch Vicosoprano treffen Sie unter anderem auf das Pretorio (1583) und auf Patrizierhäuser. Überqueren Sie die Steinbogenbrücke und besuchen Sie die EWZ-Wohnsiedlung des Architekten Bruno Giacometti. Lassen Sie sich den Salsiz der Salumeria Chiesa und ein Stück Mascarplin schmecken. Wandern Sie durch die blumengeschmückten Gassen von Borgonovo und besuchen Sie im selben Ort die Kirche San Giorgio mit den Gräbern der Künstlerfamilie Giacometti. In Stampa überrascht das Talmuseum Ciäsa Granda mit Bergeller Geschichte und Gegenwart, in Coltura der Palazzo Castelmur. Durch die mittelalterliche Talsperre «Müraia» erreichen Sie Promontogno mit der engen Dorfgasse und den mehrgeschossigen Wohnhäusern.

Wanderzeit 2.5 h / Aufstieg 60Hm / Abstieg 300Hm / Distanz 7.5 km

### 6b Etappe: Promontogno – Bondo – Piuro – Chiavenna

Schlendern Sie durch Bondo mit seinen stattlichen Wohnhäusern, den Palazzi und Gärten, blicken Sie auf die Ebene Coltura mit den charakteristischen Stallbauten, wandern Sie auf der historischen Strasse zum Grenzort Castasegna mit seinen klassizistischen Handelshäusern, der Villa Garbald und dem roten Zollpavillon. Verwöhnen Sie sich mit Soglio-Produkten und gönnen Sie sich eine Zusatzschleife auf dem Kastanienlehrpfad. Lassen Sie sich die Wasserfälle Cascade dell' Acqua Fraggia in Borgonuovo, den Palazzo Vertemate Franchi in Prosto und die berühmten Biscotti von Prosto nicht entgehen. Durch schattige Wälder wandern Sie zu den «Marmite dei Giganti», bevor Sie auf Fusswegen Chiavenna erreichen.

Wanderzeit 4.5 h / Aufstieg 350Hm / Abstieg 850Hm / Distanz 17km

# Information & Buchung

Mit der Via Sett-Weitwanderpauschale reisen Sie entlastet von Ihrem Gepäck. Denn das fährt eigenständig von Hotel zu Hotel während Sie unterwegs Kultur und Landschaft geniessen.

Im Via Sett-Angebot enthalten:

- › 7 Übernachtungen in auserwählten \*\*\* Hotels
- › 7 Mal das reichhaltige Frühstücksbuffet geniessen
- › Gepäcktransport (1 Koffer max. 15 kg pro Person) von Hotel zu Hotel
- › Lunchpakete für alle Etappenwandertage
- › Reisebeschreibung
- › Angebot kann Ihren Wünschen entsprechend angepasst werden.

[www.viasett.ch](http://www.viasett.ch)

TourEvent GmbH / +41 81 420 40 80 / [info@tourevent.ch](mailto:info@tourevent.ch)

## Ihre Gastgeber

### Chur Tourismus

+41 81 252 18 18

[info@churtourismus.ch](mailto:info@churtourismus.ch)

[www.churtourismus.ch](http://www.churtourismus.ch)

### Bregaglia Engadin Turismo

+41 81 822 15 55

[info@bregaglia.ch](mailto:info@bregaglia.ch)

[www.bregaglia.ch](http://www.bregaglia.ch)

### Lenzerheide Marketing und Support AG

+41 81 385 57 00

[info@lenzerheide.com](mailto:info@lenzerheide.com)

[www.lenzerheide.com](http://www.lenzerheide.com)

### Consorzio Turistico Valchiavenna

+39 343 374 85

[consorzioturistico@valchiavenna.com](mailto:consorzioturistico@valchiavenna.com)

[www.valchiavenna.com](http://www.valchiavenna.com)

### Tourismus

#### Savognin Bivio Albula AG

+41 81 659 16 16

[ferien@savognin.ch](mailto:ferien@savognin.ch)

[www.savognin.ch](http://www.savognin.ch)

### Infostelle Parc Ela

+41 81 659 16 18

[info@parc-ela.ch](mailto:info@parc-ela.ch)

[www.parc-ela.ch](http://www.parc-ela.ch)

## Wanderroute

Die Via Sett verläuft auf Bergwanderwegen und ist mit der SchweizMobil-Routennummer 64 signalisiert. Die Wandersaison dauert von Mitte Juni bis Mitte Oktober, je nach Witterungsverhältnissen. Auf einzelnen Abschnitten ist Trittsicherheit erforderlich. Eine witterungskonforme Ausrüstung und Wanderschuhe sind dringend empfohlen. Die Versicherung ist Sache der einzelnen Teilnehmenden.

## Wanderzeiten

Beachten Sie, dass es sich bei den angegebenen Wanderzeiten um Richtzeiten ohne Verpflegungspausen oder Besichtigungen handelt. Wir empfehlen Ihnen in jedem Fall, für die einzelnen Etappen genügend Zeit einzurechnen, denn es gibt entlang der Via Sett viel zu besichtigen und zu bestaunen.

## Grenzübertritt Schweiz – Italien

Für den Grenzübertritt ist eine gültige Identitätskarte oder ein Reisepass notwendig.

## Hunde

Das Mitführen von Hunden muss bei der Reservation gemeldet werden. Bitte beachten Sie, dass nicht alle Hotels Hunde akzeptieren. In den öffentlichen Verkehrsmitteln in Italien besteht für Hunde Maulkorb-Tragepflicht.

## Rückreise von Chiavenna nach Chur

Die Rückreise von Chiavenna nach Chur ist nicht im Pauschalangebot inbegriffen. Diese kann entweder mit dem Postauto über den Julierpass nach Tiefencastel und weiter nach Chur oder mit Bus und Postauto via Splügen zurück nach Chur erfolgen.



CHUR

Reichenau

Passugg  
Malix

Tschiertschen

Fulhorn

Churwalden

Arosa

Stätzer Horn

Parpaner Rothorn

Sandhübel

Lenzerheide

Furcletta

Lenzer Horn

Wiesen

Thusis

Lantsch/Lenz

Alvaneu

Filisur

Müchetta

Alvaschein

Stierva

Mon

Tiefencastel

Bergün/Bravuogn

Piz Beverin

Mutner Horn

Motta Palousa

Naturpark Beverin

Parc Ela

Piz Mitgel

Anderer

Riom

Salouf

Cunter

Savognin

Piz Ela

Sufers

Ausserferrera

Tinizong

Rona

Surettaghorn

Piz Arlos

Piz d'Err

Splügenpass

Mulegns

Alp Flix

Piz d'Agnel

Piz Forbesch

Marmorera

Sur

Piz Platta

Bivio

Julierpass

Stallerberg

Forcellina

Septimerpass

Pass da Sett

Pass Lunghin

Maloja

Pizz Gallagiu

Piz Duan

Passo del Muretto

Soglio

Vicosoprano

Piuro

Villa

Stampa

Bondo/Promontogno

S. Croce

Castasegna

CHIAVENNA

Quelle: Bundesamt für Landestopografie (5704002947)

## App Parc Ela

Laden Sie als Ergänzung die «App Parc Ela» auf Ihr Smartphone. Sie enthält die Etappe von Bivio über den Septimer nach Casaccia als interaktive Route, mit zusätzlichen Informationen, Interviews und Bildern.

*In aggiunta vi consigliamo vivamente di scaricare la «App Parc Ela» sul vostro smartphone. Essa contiene le tappe da Bivio attraverso il passo del Settimo fino a Casaccia come percorso interattivo, con informazioni aggiuntive, interviste e foto.*

## Beschilderung / Segnaletica

Die Via Sett ist mit der Routennummer 64 signalisiert.

*La Via Sett è segnalata con il numero di percorso 64.*

---

## Legende / Legenda:

-  Via Sett
-  Parc Ela

## Etappenorte / Itinerario -tappe:

- Chur / Coira
  - Lenzerheide
  - Tiefencastel
  - Savognin
  - Bivio
  - Vicosoprano
  - Promontogno
  - Chiavenna
-