

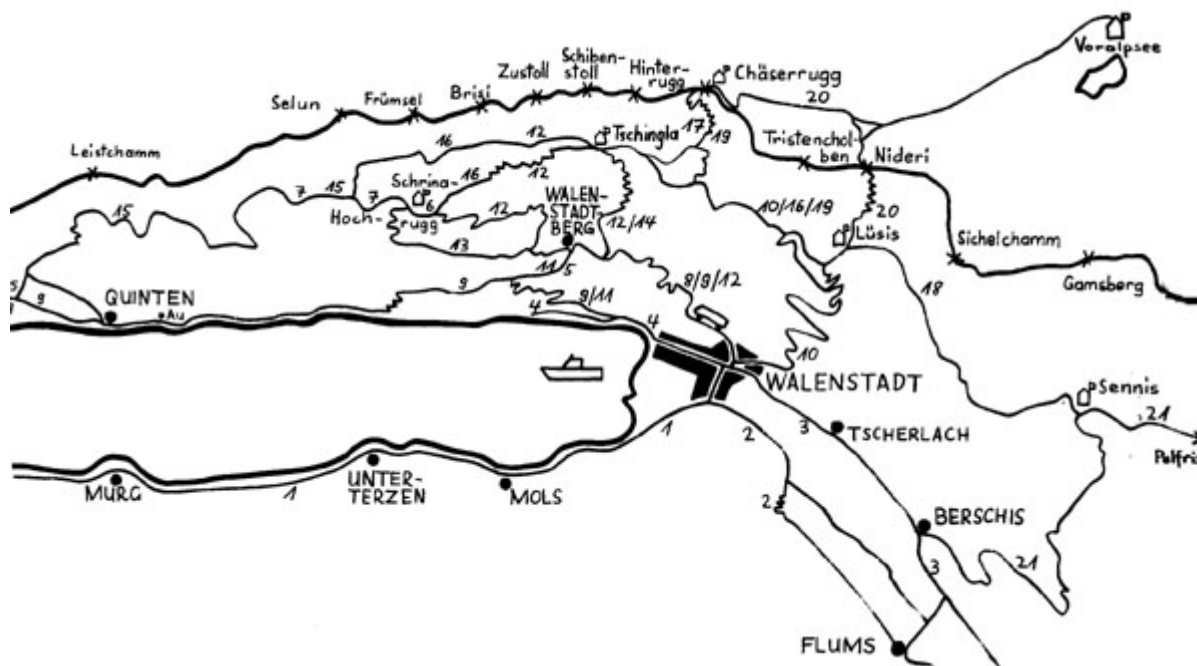
# Wanderwege / Bergwege

am Walensee  
im Seetal/Sarganserland  
im Churfürstengebiet

420 bis 2300 müM

Walenstadt lädt Sie ein und dankt für Ihren Besuch.

Übersicht:



## 8. Walenstadt Bahnhof - Walenstadtberg Post

Route	Höhe	Hinweg			Umgekehrte Richtung		
Walenstadt Bhf.	427 müM				1 Std.	05 Min.	
Walenstadtberg Post	790 müM	1 Std.	25 Min.				

## 9. Walenstadt Bahnhof - Walenstad Hafen - Engen - Quinten - Weesen

Rechte Seeseite, Abwechselnd Steigungen und Gefälle

Route	Höhe	Hinweg			Umgekehrte Richtung		
Walenstadt Bhf.	427 müM						
Walenstadt Hafen	425 müM			20 Min.			
Engen	833 müM	1 Std.	35 Min.				
Quinten	425 müM	3 Std.	10 Min.				
Vorder Betlis	531 müM	4 Std.	15 Min.				
Weesen	425 müM	6 Std.	10 Min.				

### 10. Walenstadt Bahnhof - Lüsis - Alp Tschingla - Schrina / Hochrugg - Walenstadt Bahnhof

Rundwanderung

Route	Höhe		Hinweg				Umgekehrte Richtung			
Walenstadt Bhf.	427	müM					7	Std.	20	Min.
Lüsis	1272	müM	2	Std.	35	Min.	5	Std.	35	Min.
Alp Tschingla	1527	müM	3	Std.	45	Min.	4	Std.	35	Min.
Obersäss	1700	müM	4	Std.	30	Min.	4	Std.	00	Min.
Hochrugg	1290	müM	5	Std.	15	Min.	2	Std.	55	Min.
Walenstadtberg Post	790	müM	6	Std.	15	Min.	1	Std.	25	Min.
Walenstadt Bhf.	427	müM	7	Std.	20	Min.				

### 11. Walenstadt Bahnhof - Walenstadt Hafen - Unterwald - Walenstadtberg - Untersäss - Walenstadt Bahnhof

Rundwanderung

Route	Höhe		Hinweg				Umgekehrte Richtung			
Walenstadt Bhf.	427	müM					2	Std.	45	Min.
Walenstadt Hafen	425	müM			20	Min.	2	Std.	25	Min.
Walenstadt Post	790	müM	1	Std.	50	Min.	1	Std.	25	Min.
Walenstadt Bhf.	427	müM	3	Std.	00	Min.				

### 12. Walenstadt Bahnhof - Bergerlauri - Alp Tschingla - Obersäss - Schrina/Hochrugg - Walenstadtberg Post - Walenstadt Bahnhof

Rundwanderung

Route	Höhe		Hinweg				Umgekehrte Richtung			
Walenstadt Bhf.	427	müM								
Alp Tschingla	1527	müM	3	Std.	25	Min.				
Obersäss	1700	müM	4	Std.	10	Min.				
Hochrugg	1290	müM	5	Std.	00	Min.				
Walenstadtberg Post	790	müM	6	Std.	00	Min.				
Walenstadt Bhf.	427	müM	7	Std.	00	Min.				

Abkürzung: Von der Alp Tschingla nach Hochrugg über Sitzstein.

Zeit: Alp Tschingla - Hochrugg 45 Min.

Steiler Abstieg mit kurzer Kletterpartie!

### 13. Walenstadtberg Post - Bockpfad - Alp Schwaldis - Schrina/Hochrugg - Walenstadtberg Post

Rundwanderung

Route	Höhe		Hinweg				Umgekehrte Richtung			
Walenstadtberg Post	790	müM								
Alp Schwaldis	1434	müM	2	Std.	00	Min.				
Hochrugg	1290	müM	2	Std.	30	Min.				
Walenstadtberg Post	790	müM	3	Std.	30	Min.				

### 14. Walenstadtberg Post - Alp Tschingla

Steiler Weg!

Route	Höhe		Hinweg				Umgekehrte Richtung			
Walenstadtberg Post	790	müM					1	Std.	15	Min.
Alp Tschingla	1527	müM	2	Std.	10	Min.				

### 15. Schrina/Hochrugg - Alp Schwaldis - Alp Säls - Laubegg - Bettlis - Weesen Dorf

Route	Höhe		Hinweg				Umgekehrte Richtung				
Hochrugg	1290	müM									
Alp Schwaldis	1434	müM			35	Min.					
Alp Säls	1413	müM	1	Std.	00	Min.					
Laubegg	1371	müM	1	Std.	50	Min.					
Bettlis Schiffsstat.	531	müM	4	Std.	10	Min.					
Weesen Dorf	425	müM	5	Std.	00	Min.					

Abzweigung Laubegg - Quinten:  
Zeit: Laubegg - Quinten 1 Std. 35 Min.

### 16. Schrina Hochrugg - Obersäss - Apl Tschingla - Alp Büls - Lüsis - Walenstadt Bahnhof

Route	Höhe		Hinweg				Umgekehrte Richtung				
Hochrugg	1290	müM					5	Std.	15	Min.	
Obersäss	1700	müM	1	Std.	05	Min.	4	Std.	30	Min.	
Alp Tschingla	1527	müM	1	Std.	40	Min.	3	Std.	45	Min.	
Lüsis	1272	müM	2	Std.	40	Min.	2	Std.	35	Min.	
Walenstadt Bhf.	427	müM	4	Std.	25	Min.					

Abzweigung von Hochrugg nach Tschingla über Sitzstein. Steiler Weg mit kutzer Kletterpartie.  
Zeit: Hochrugg - Tschingla 1 Std.  
Zeit: Tschingla - Hochrugg 45 Min.

### 17. Alp Tschingla - Valsloch - Chäserrugg

Route	Höhe		Hinweg				Umgekehrte Richtung				
Alp Tschingla	1527	müM					1	Std.	20	Min.	
Chäserrugg	2262	müM	2	Std.	00	Min.					

### 18. Lüsis - Verachta - Sennisalp - Berschis - Walenstadt Bahnhof

Route	Höhe		Hinweg				Umgekehrte Richtung				
Lüsis	1272	müM					5	Std.	30	Min.	
Sennis	1397	müM	1	Std.	30	Min.	4	Std.	00	Min.	
Berschis	444	müM	3	Std.	35	Min.	1	Std.	10	Min.	
Tscherlach	455	müM	4	Std.	15	Min.			40	Min.	
Walenstadt Bhf.	427	müM	4	Std.	50	Min.					

### 19. Lüsis - Alp Büls - Valsloch - Chäserrugg

Route	Höhe		Hinweg				Umgekehrte Richtung				
Lüsis	1272	müM					2	Std.	10	Min.	
Vals	1742	müM	1	Std.	50	Min.			50	Min.	
Chäserrugg	2262	müM	3	Std.	00	Min.					

### 20. Lüsis - Nideripass - Sattel - Chäserrugg

Route	Höhe		Hinweg				Umgekehrte Richtung				
Lüsis	1272	müM					2	Std.	30	Min.	
Nideripass	1833	müM	1	Std.	35	Min.	1	Std.	35	Min.	
Sattel	1944	müM	2	Std.	30	Min.			40	Min.	
Chäserrugg	2260	müM	3	Std.	30	Min.					

## Varianten ab Nideripass:

Route	Höhe	Hinweg				Umgekehrte Richtung			
Nideripass	1833 müM								
Wildhaus		2	Std.	45	Min.				

Route	Höhe	Hinweg				Umgekehrte Richtung			
Nideripass	1833 müM								
Voralpsee		1	Std.	50	Min.				
Grabs		3	Std.	40	Min.				

## 21. Berschis - Sennis - Palfris - Trübbach

Route	Höhe	Hinweg				Umgekehrte Richtung			
Berschis	444 müM								
Sennis	1397 müM	2	Std.	50	Min.				
Palfris	1688 müM	4	Std.	35	Min.				
Trübbach	479 müM	7	Std.	10	Min.				

### Allgemeine Hinweise:

#### Wanderwege / Bergwege:

Für alle Wanderungen sind gute Wanderschuhe sowie eine zweckmässige Wanderausrüstung erforderlich. Die Routen führen teilweise ins Hochgebirge und stellen einige Ansprüche an die körperliche Leistungsfähigkeit.

Schützen Sie die Pflanzen und Tiere und halten Sie bitte die Wandergebiete sauber. Wir danken Ihnen.

Dieses Wanderprogramm für Walenstadt wurde in Zusammenarbeit mit den Kantonal-St.-Gallischen Wanderwegen erstellt.

Als Wanderkarten und -buch werden empfohlen:

- Blatt 2512 1:25'000 Flumserberge-Walensee
- Blatt 1134 1:25'000 Walensee
- Blatt 237 1:50'000 Walenstadt
- Blatt 237 T 1:50'000 Walenstadt
- Wanderbuch 3, "St. Galler Oberland", der Kantonal-St.-Gallischen Wanderwege

Weitere Wandervorschläge bei der Tourist Information erhältlich:

- Wandervorschläge am Walensee

#### Telefon für Notfälle:

- Polizei oder
- Alpine Rettungsstation 117
- rega Schweizerische Rettungsflugwacht, Telefon 1414

#### Postautostationen:

Walenstadt Bahnhof und Post,  
 Walenstadt Berg Post und Höhenklinik, Schrina/Hochrugg (Fahrplan-Nr. 900.35),  
 Palfris (890.10)  
 Autobusbetrieb Walenstadt, Tel. 081 710 22 55

#### Schiffsstationen:

Walenstadt, Quinten Au und Dorf, Betlis, Weesen, Mühlehorn, Murg, Unterterzen, Mols (2900

und 2901), Schiffbetrieb Walensee Tel. 081 738 12 08

**Bahnstationen:**

Walenstadt, Flums, Mels, Sargans, Trübbach, Mols, Unterterzen, Murg, Mühlehorn, Weesen (900)

**Luftseilbahnstationen:**

Chäserrugg - Unterwasser (1767), Flumserberg - Unterterzen (1790)

**Bergrestaurants und Telefon:**

Schrina/Hochrugg 081 735 16 30

Alp Tschingla 081 735 2161

Lüsis 081 735 11 72

Sennis 081 733 12 29

Palfris 081 783 12 24

Chäserrugg 071 999 22 29

Viel Vergnügen wünscht:

Kur- und Verkehrsverein

**Tourist Information**

Postfach 48

8880 Walenstadt

Tel. 081/735 22 22

Fax 081/735 22 22

Internet: [www.tourismus-walenstadt.ch](http://www.tourismus-walenstadt.ch), [www.walenstadt.ch](http://www.walenstadt.ch)