

Tessiner Naturzeit zum 1. August 2024



Programm:

Tag 1: Donnerstag, 1.8.24

Startpunkt:

Aquacalda, um 10.30 Uhr

Endpunkt:

Piora / Capanna Cadagno, um ca. 17.30 Uhr

Wanderung:

Vom Pro Natura Zentrum Lukmanier wandern wir durch den Selva Secca, weiter über den Passo delle Columbe ins Val Piora. Wir sind auf guten Pfaden (meist T2) unterwegs und nehmen uns immer wieder Zeit, ganz bewusst in die Natur einzutauchen.

Aufstieg 950 HM / Abstieg 720 HM; Distanz 16km; Gehzeit ca. 5,5 Stunden ([Details und Karte](#))

Optional: Heute besteht Gelegenheit für ein «Bad» im Wald und eines im Bergsee.

Tag 2: Freitag, 2.8.24

Startpunkt:

Capanna Cadagno, um 08.30 Uhr

Endpunkt:

Lukmanier Passhöhe, um ca. 16.30 Uhr

Wanderung:

Zwischen Granit und Dolomit vorbei an vielen Bergseen führt uns der Wanderweg (meist T2) heute zur Capanna Cadlino und durchs Val Cadlino zum Lukmanier Stausee.

Aufstieg 890 HM / Abstieg 960 HM; Distanz 17,5km; Gehzeit ca. 6 Stunden ([Details und Karte](#))

Optional: Heute biete ich eine **Yoga Session am See** an (Teilnahme für CHF 20.-).

Tag 3: Samstag, 3.8.24

Treffpunkt:

Lukmanier Passhöhe, um 09.00 Uhr

Endpunkt:

Campo (Blenio) Paese, um ca.15.00 Uhr

Wanderung:

Wieder auf dem Alpenpässe-Weg führt uns die heutige Etappe auf Bergwegen (T2-T3) über den Passo di Gana Negra und genussreich weiter durchs Val di Campo ins Blenio Tal.

Aufstieg 570 HM / Abstieg 1280 HM; Distanz 13.5km; Gehzeit ca. 4,5 Stunden ([Details und Karte](#))

Variante: Für Geübte bietet sich die alpine Tour zum Pizzo di Cadrèigh und über die Costa an (T4; zusätzlich ca. +1 Std.)



Optionen:

Du kannst **an allen drei, an zwei oder nur an einem einzelnen Tag** mitwandern.

Als Tagestour stehen der 1. und 3. Tag zur Auswahl. Bitte beachte die An-/Rückreisezeiten.

Kommst du zwei Tage mit, wird Tag 1 und 2 kombiniert (das ergibt quasi eine Rundwanderung).

An-/Abreise:

Die Zeiten und Wegpunkte sind so gewählt, das **Hin- und Rückreisen gut mit dem ÖV möglich** sind.

Willst du am ersten Tag nicht so früh los, empfehle ich dir eine Extranacht in Olivone oder noch schöner im [Pro Natura Zentrum Lucomagno](#) in Arquacalda.

Falls du mit dem Auto kommst, parkst du es am besten in Olivone. Der Bus nach Arquacalda / zum Lukmanierpass und von Campo (Blenio) hält dort.

Ausrüstung:

Für die Wanderung brauchst du gute *Wanderschuhe* und dem Wetter angepasste *Kleidung* inkl. *Sonnen- und Regenschutz*. Pack dein *Toilettenbeutel* und die *Badesachen* (inkl. Badetuch – auch fürs Yoga) ein und nimm deine *Rucksackapotheke* mit. Für die Übernachtung in der Hütte sind ein *Hüttenschlafsack* Pflicht und *Ohropax* empfehlenswert. Denk an *Bargeld, EC-Karte, Ausweise, ÖV-Abos und Billette*. Schliesslich bringst du genügend *zu trinken und Snacks* mit.

(In der Capanna Cadagno besteht die Möglichkeit ein Lunchpaket zu beziehen. An Tag 2 verbringen wir die Mittagspause in der Capanna Cadlimo. Hier kannst du dein eigenes Pick-Nick oder etwas aus der Hüttenküche geniessen. An Tag 3 steht uns für die Mittagspause die Capanna Boverina zur Verfügung.

Pack alles ein, was du persönlich für die Tage & Nächte in den Bergen sonst noch brauchst. Doch bedenke, dass du dein Gepäck die ganze Zeit selber trägst. Mein Tipp: Packe leicht (max. 8kg).

Kosten / Spesen:

Für die Planung, Organisation und Durchführung der Wanderungen mit Naturinputs zahlst du mir CHF 40.-/Tag. Spesen gehen zu Lasten der Teilnehmenden.

Übernachtungen:

Übernachtung und Verpflegung werden individuell vor Ort bezahlt. Ich nehme die Reservierung für unsere Gruppe vor. Je nach Gruppengrösse und Verfügbarkeiten werden die Zimmer/Betten zugeteilt. Gib mir bei Anmeldung Wünsche sowie allfällige Infos fürs Essen bekannt.

[Capanna Cadagno](#) (nahe dem Lago Ritóm): ab CHF 65.- pro Person. Übernachtung im Mehrbettzimmer. Abendessen, Frühstück und Marschtee inklusive.

[Lukmanier Hospiz](#) (beim Lai da Sontga Maria): ab CHF 45.- pro Person. Übernachtung im Mehrbettzimmer. Frühstück inbegriffen. Abendessen à la Carte. Aufpreis für andere Zimmerkategorie.

Anmeldung / Kontakt:

Anmeldeschluss: Mittwoch, 10.07.2024

Freilicht-Yoga (freilicht-yoga.ch/specials) // Sue Reber (078 645 51 83)