

# NordicFitnessParkllanz

## Trailbeschriebe

---

### 901 / Illanz > 2'016 m lang / 17 m HD (blau)

Diese Route führt auf flachem Gelände und breitem Naturweg dem Glenner entlang Richtung Dorf und über das Gebiet *Isla* zurück. Nach einem kurzen Teil durch den Wald gelangt man wieder an den Uferweg vom Glenner und über die Hängebrücke zurück nach *Fontanivas*.

### 902 / Castrisch > 6'150 m lang / 112 m HD (rot)

Vor der Hängebrücke gelangt man auf dem Damm vom Glenner in nördlicher Richtung über die Hauptstrasse bis zur Mündung in den Vorderrhein. Auf dem Rheindamm führt dann ein Wanderpfad durch die wunderschöne Uferlandschaft, kommt unterhalb vom Bahnhof zur Unterführung, wo man sich in südlicher Richtung durch das Dorf Castrisch begibt. Weiter führt dieser Trail über einen Flurweg durch eine weite Wiesenlandschaft, wo ein offener Blick in die Brigelser Berge ermöglicht wird. Nach einem kurzen Abstieg auf einem Waldpfad gelangt man über die Hängebrücke wieder zurück zum Ausgangspunkt.

### 903 / Sevgein > 6'123 m lang / 183 m HD (rot)

Dieser Trail führt zuerst über die Hängebrücke und dann dem rechten Ufer vom Glenner entlang Richtung Süden - geniessen Sie den ruhigen Auenwald und das Rauschen des Flusses. Nach einem kurzen Aufstieg auf einem Wanderpfad gelangen Sie nach kurzem Abstieg auf die Hauptstrasse nach Vals. Nach einem kurzen Stück am linken Rand geht links eine Meliorationsstrasse weg, auf welcher man nach einem leichten Anstieg in und durch das Dorf Sevgein gelangt. Richtung Norden verlassen Sie den Ort wieder und kommen in abfallenden Wegen wieder zurück über die Hängebrücke nach Fontanivas.

### 904 / Sevgein-Riein > 12'146 m lang / 601 m HD (schwarz)

Diese Route führt zuerst über die Hängebrücke vom Glenner, nach einem kurzen Anstieg über die Ebene Bargais in und auch durch das Dorf Sevgein. In südlicher Richtung beim Weiler Curschetta verlassen wir die Strasse und begeben uns über einen Flurweg Richtung Riein. Der stetig steigende Wanderweg liegt an einem sehr sonnigen Westhang und führt durch Wiesen- und leichtes Waldgebiet. Das kleine Dorf Riein befindet sich praktisch am Kulminationspunkt, von wo aus man einen grandiosen Ausblick auf das Unterlugnez geniessen kann. Ausgangs Dorf begibt man sich über einen flachen Flurweg in nördlicher Richtung bis Cuolm-Sut. Beim Crap da Sevgein führt dann ein relativ steil abfallender Wanderpfad hinunter nach Sevgein, von wo aus der gleiche Weg wie beim Aufstieg wieder zurück nach Illanz führt.

***Dies ist ein Sommer-Trail und kann im Winter bei Schnee nicht begangen werden!***

### 905 / Rueun-Schnaus > 13'306 m lang / 96 m HD (rot)

# NordicFitnessParkIlanz

## Trailbeschriebe

---

Auf dem linken Dammweg vom Glenner gelangen wir auf dem bergseitigen Ufer zur Mündung in den Vorderrhein. Der Wanderweg führt dort in westlicher Richtung dem Vorderrhein entlang bis zum Bahnübergang bei der Rheinbrücke in Ilanz. Dort überquert man die Strasse entlang dem Bahngleise und gelangt zwischen Rest. Rheinkrone und Bahndamm auf den Marktplatz, den man traversiert, um nach der Landi die Geleise beim Bahnübergang erneut zu überqueren und so wieder ans Ufer des Vorderrheins zu gelangen. Dieser Wanderweg mündet nach der bahnbrücke in den Polenweg, einer Naturstrasse, auf welcher man sich nun über eine längere Distanz durch Waldgebiet Richtung Disentis bewegt. In Plaun Grond teilt sich dieser Trail in einen Sommer- und einen Winterweg:

**Der Sommertrail** führt uns weiter auf dem Polenweg bis zur alten Holzbrücke, über welche man sich Richtung Rueun begibt. Leicht ansteigend gelangt man in den Dorfkern und verlässt ihn in südlicher Richtung wieder. Auf einem Wanderpfad gelangt man dann in und durch das Dorf Schnaus. Auf der einzigen Strasse durch dieses Dorf gelangt man in den Weiler Strada, wo rechts ein Feldweg unter dem Bahn- und Strassentrasse wieder zur Bahn- und Fussgängerbrücke über den Vorderrhein führt. Von dort weg führt der gleiche Weg wie zu Beginn wieder an den Ausgangspunkt *Fontanivas* zurück.

**Der Wintertrail** (> 10'587 m lang / 51 ml HD) zweigt in Plaun Grond rechts ab, überquert den Vorderrhein und kurze Zeit später die Hauptstrasse. Auf der nördlichen Seite dieser Strasse führt ein Flurweg ins Dorf Schnaus, wo sich der Weg wieder mit dem Sommertrail verbindet.

## **906 / Flond-Luven** > 14'501 m lang / 537 m HD (schwarz)

Dieser mehrteilige Trail besteht aus einem Haupttrail ab Ilanz und zwei Zusatztrail's, welche ab dem Dorfkern von Luven auch autonom begangen werden können.

Der Haupttrail startet in Ilanz. Bis zur Abzweigung der Fussgängerbrücke im westlichen Teil von Ilanz ist dieser Weg identisch mit der Route 905. In der ersten Kurve vom Polenweg biegt dieser Weg links den Hang hinauf und führt nach einem Aufstieg in die alte Flondnerstrasse. Die alte Naturstrasse, welche im Winter als Schlittelweg benutzt wird, liegt in einem bewaldeten Nordhang und führt immer steigend über eine längere Distanz ins Dorf Flond. Nach dem Schreinerei-/Zimmereibetrieb geht man weiter bis ins Dorf, überquert die Strasse, wo die Route weiter durch Wald- und Wiesengebiet führt. Bei Tschuppina geht's weiter Richtung Radein, wo ein Wanderpfad dann hinunter ins Dorf Luven führt. Über den offiziellen Wanderweg führt dann der Trail wieder hinunter nach Ilanz zum Ausgangspunkt.

Ab dem Dorfzentrum Luven besteht dann die Möglichkeit, zusätzlich markierte Trailschlaufen zu absolvieren, welche auch als eigenständige Routen begangen werden können.

**906.1 light** (> 6'228 m lang / 252 m HD): die nordwestliche Schlaufe führt durch viel Wald nach Flond und ab dort wieder auf dem Haupttrail zurück ins Dorf.

**906.2 mit Weitblick** (> 6'920 m Lang / 404 m HD): die südliche Schlaufe führt über offenes Gelände leicht steigend über Puoja Valla und Siaras auf die Alp Ligneida und dann über Sasolas (Talstation der Lifanlage) wieder zurück ins Dorf hinunter.

***Alle Trail 906 sind Sommer-Trails und können im Winter bei Schnee nicht begangen werden!***