



GREINA ALTA

EIN ALPINES TREKKING ZWISCHEN GRAUBÜNDEN UND TESSIN
UN TREKKING ALPINO TRA I GRIGIONI E IL TICINO

Sektion Uto
Sezione Ticino
Sektion Bodan
Schweizer Alpen-Club
Club Alpino Svizzero
Club Alpin Svizzer
Club Alpin Suisse



parc adula



DREI REGIONEN, DREI SPRACHEN, DREI HÜTTEN... EIN WEG TRE REGIONI, TRE LINGUE, TRE CAPANNE... UNA VIA

La regione della Greina è famosa per la sua unicità e la sua varietà di biotopi e offre a chi la percorre, paesaggi di straordinaria bellezza. Un luogo unico in tutto l'arco alpino. Non a caso la Greina è una regione protetta e inserita nell'Inventario federale dei paesaggi, siti e monumenti naturali d'importanza nazionale.

Il trekking **GREINA ALTA** è una proposta per escursionisti medio/esperti, da Disentis fino a Vals, dove il denominatore comune sembra essere... il numero 3.

Perché si attraversa una regione alpina con 3 diverse capanne (tutte e 3 del CAS) alle quali far capo, 3 culture, 3 lingue diverse, 3 vette imponenti e distinte.

E gli escursionisti che vorranno percorrere per intero questo magnifico itinerario dovranno solo chiedere una prenotazione forfettaria in una delle 3 capanne.

Die Greina ist einmalig und berühmt – dank ihren ausserordentlich schönen Landschaften und einer grossen Vielfalt an Biotopen. Sie ist einzigartig, alpenweit. Kein Zufall also, dass sie unter Schutz steht und zum Bundesinventar der Landschaften und Naturdenkmäler von nationaler Bedeutung gehört.

Das Trekking **GREINA ALTA** richtet sich an gute, erfahrene Wanderer, führt von Disentis nach Vals und steht ganz im Zeichen der Zahl 3. Es durchquert eine alpine Region mit 3 SAC-Hütten, 3 Kulturen und 3 Sprachen, und steht im Banne von 3 mächtigen Gipfeln.

Wer sich für das Trekking interessiert, kann bei einer der drei Hütten die ganze Tour pauschal reservieren.



Camona da Medel (2524 m)

SAC Sektion Uto

Lage/Ubicazione:

Fuorcla da Lavaz, Curaglia

Koordinaten/Coordinate:

Swissgrid 712940 / 166540

Hüttenwart/Guardiano:

Barbara Fischer & Michael Ziefle

Telefon/Telefono:

+41 (0) 819 49 14 03

www.medelserhuette.ch



Capanna Motterascio Michela (2171 m)

SAC Sezione Ticino

Lage/Ubicazione:

Alpe Motterascio (Valle di Blenio)

Koordinaten/Coordinate:

Swissgrid 720060 / 161430

Hüttenwart/Guardiano:

Emilio e Ornella Schneidit

Telefon/Telefono:

+41 (0)91 872 16 22

www.capannamotterascio.ch.ch



Länta-Hütte (2090 m)

SAC Sektion Bodan

Ubicazione/Ubicazione:

Valsertal

Koordinaten/Coordinate:

Swissgrid 722954 / 155742

Hüttenwart/Guardiano:

Thomas Meier

Telefon/Telefono:

+41 (0)81 935 17 13

www.laentahuette.ch

Die Medelserhütte SAC sitzt einem Adlerhorst gleich auf einem Sattel auf 2524 Meter, in einer grandiosen, urtümlichen Bergwelt mit fantastischer Aussicht. Seit dem Anbau von 2006 sind die Gaststuben voller Licht und Wärme. Der ursprüngliche Charme der alten Hütte blieb erhalten und wurde mit kleinen Zimmern und einem modernen Panoramaraum ergänzt. Lassen Sie sich verwöhnen mit hüttengemachten Bio-Köstlichkeiten, regionalen Spezialitäten und vielen duftenden Kuchen – eine Hütte zum Wohlfühlen, mit Charakter.

La Capanna Medel è posta come un nido d'aquila su una sella a quota 2524 metri in un magnifico ambiente alpino circondato da montagne incontaminate e con una vista fantastica. Ristrutturata nel 2006 è stata dotata di nuovi spazi caratterizzati da luce e calore. Il fascino originale della vecchia capanna è stato mantenuto integrando nella struttura piccole camere e una moderna sala panoramica. Lasciatevi viziare con le prelibatezze bio, le specialità regionali e una varietà di torte fragranti e gustose. Una capanna confortevole, con carattere.

Die Hütte liegt auf der Alp Motterascio, am südlichen Rand der weiten Greina-Ebene. Die Hütte hat wichtige Umbauten und Veränderungen erfahren. Die wichtigste Erweiterung datiert von 2005, als die Hütte gegen Westen hin einen modernen Turm erhielt. So präsentiert sich die Hütte heute mit einem gelungenen Zusammenspiel von Alt und Neu. Besonders gegen Süden hin ist die Aussicht unübertrefflich. Die Hütte ist wegen ihrer Küche besonders beliebt. Mit regionalen Produkten, u.a. auch vom nebenan gelegenen Alpbetrieb, werden hier einfache Gerichte, meist Tessiner Spezialitäten, auf den Teller gezaubert und feine Kuchen gebacken. Hier erwarten dich familiäre und herzliche Gastfreundschaft!

La capanna è situata al limite meridionale del versante ticinese del vasto altopiano della Greina, sull'Alpe di Motterascio dal quale prende il nome. La costruzione ha subito negli anni radicali ristrutturazioni. La più importante nel 2005 con la costruzione della moderna torre. Ora la capanna si presenta finita, con un piacevole connubio tra la parte vecchia e la nuova. La vista che si gode verso sud è impagabile. La capanna è molto apprezzata per la cucina (piatti semplici, perlopiù ticinesi che vengono cucinati usando prodotti del territorio e del vicino alpeggio), le ottime torte e la gestione familiare e accogliente.

Am Fusse des Rheinwaldhorns im Herzen der Adula-Alpen gelegen, ist die Länta gleichermaßen professionell geführte Berghütte wie charmantes Basislager für Entdeckungstouren zuoberst im bündnerischen Valsertal. Vor über 100 Jahren von enthusiastischen Bergsteigern und Kletterern gegründet, ist der Abenteuergeist bis heute erhalten geblieben. Eingebettet in einer rauen Landschaft aus Stein, Wasser und Eis, bietet die Länta-Hütte SAC bei aller Modernisierung einen authentischen Aufenthalt im Hochgebirge. Mit gutem Essen, unverfälschter Gastfreundschaft und einem Gespür für romantische Momente.

La capanna Länta è situata sulle pendici settentrionali dell'Adula, nel cuore dell'omonimo massiccio. Gestita in modo professionale, serve da simpatico campo base per scoprire l'alta valle di Vals. Fu costruita oltre 100 anni fa da appassionati alpinisti e arrampicatori, e nonostante sia stata ristrutturata a più riprese, ha saputo conservare lo spirito d'avventura di un tempo. È inserita in un aspro paesaggio di roccia, acqua e ghiaccio: un quadro ideale per un soggiorno autentico in alta montagna all'insegna della buona cucina, dell'ospitalità e con una punta di romanticismo.



1. Tag/giorno

Curaglia - Val Plattas



2. Tag/giorno

Passo della Greina



2. Tag/giorno

Lai Encarden



2. Tag/giorno

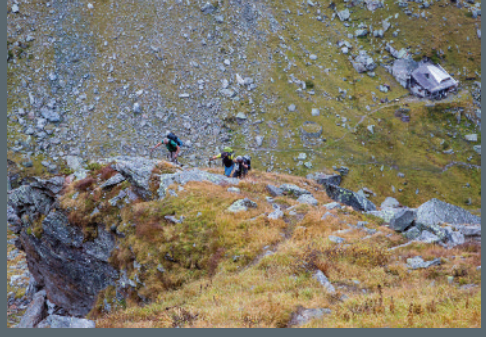
Plaun la Greina - Crap la Crusch





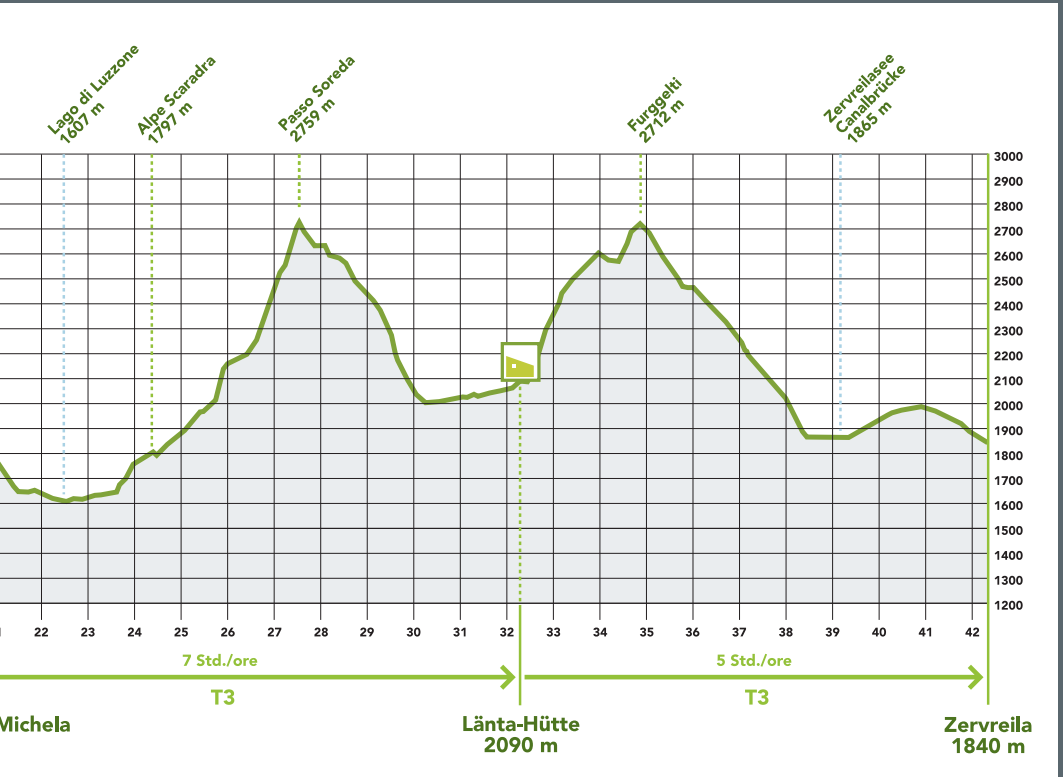
3. Tag/giorno

Lago di Luzzone



4. Tag/giorno

Länta-Hütte



3. Tag/giorno

Passo Soreda

4. Tag/giorno

Zervreilahorn





Il piacere della comodità anche in montagna

Dove tradizione, modernità e comodità si incontrano; anche in alta montagna.

Le tre capanne che troverete sul cammino della **GREINA ALTA** rispecchiano nel modo più semplice le esigenze della maggior parte dei moderni escursionisti di montagna.

Unitamente alle confortevoli infrastrutture potrete godere della cordialità e dell'ospitalità dei nostri guardiani, nonché della loro creatività tra i fornelli e le pietanze genuine.

Niente di meglio dopo una lunga giornata di cammino in montagna... Ecco un altro motivo per il quale la **GREINA ALTA** vi sorprenderà.

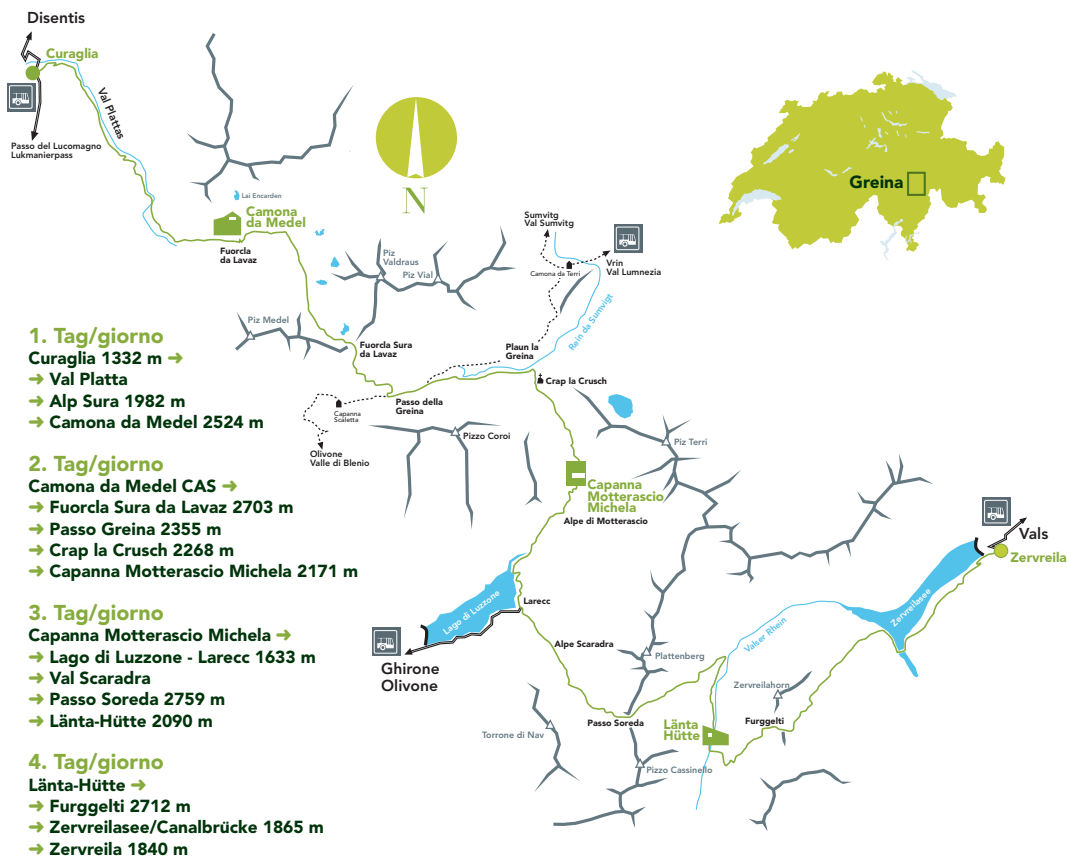


Freude am Komfort – auch in den Bergen

Wo sich Tradition, Moderne und Komfort ein Stelldichein geben, selbst im Gebirge.

Die drei Hütten am Weg der **GREINA ALTA** entsprechen auf einfache, zeitgemässe Weise den Bedürfnissen heutiger Bergwanderer. Dazu gehört nicht nur die komfortable Infrastruktur – sondern auch die Herzlichkeit und Gastfreundschaft der Hüttenwarte, ihre Kreativität am Herd und die ursprüngliche Küche. Genau das also, was man nach einem langen Wandertag in den Bergen braucht... und ein weiterer Grund, weshalb die **GREINA ALTA** überraschen wird.





Achtung! GREINA ALTA ist ein Trekking mit alpinem Charakter. Plötzliche Wetterumschläge nicht unterschätzen! Es lohnt sich, den Zustand der Wege (Altschnee usw.) im Voraus zu erfragen – die Hüttenwarte erteilen gerne Auskunft.

Beste Zeit:
 Mitte Juli - Anfang Oktober

Attenzione! "Greina Alta" è un itinerario escursionistico di carattere alpino. Non sottovalutare i cambi repentini di tempo! Informatevi preventivamente presso le capanne sulla condizione dell'innevamento dei sentieri.

Periodo consigliato:
 metà luglio - inizio ottobre

Landeskarte / Carta Nazionale
 2523T, Greina

Die Mitnahme einer Wanderkarte wird dringend empfohlen. L'uso della cartina è fortemente raccomandato.



JEDER SCHRITT NEUE ANSICHTEN UND SPANNUNG AD OGNI PASSO NUOVI PANORAMI E NUOVE EMOZIONI



Von der Camona da Medel zur Länta-Hütte:
3 Regionen, 3 Sprachen, 3 Hütten, 3 Nächte...
zum Vorzugspreis!

Dalla Capanna di Medel alla Capanna Länta:
3 regioni, 3 lingue, 3 capanne, 3 notti...
un prezzo vantaggioso!

Weitere Infos / Maggiori informazioni

www.medelserhuette.ch > Greina Alta

Hüttenstempel / Timbro della capanna

1.
Camona
da Medel

2.
Capanna
Motterascio
Michela

3.
Länta
Hütte