

AMDENER HÖHENWEG

Moorlands, views, and Alpine dining



After a relaxing ride on the Mattstock chairlift, we have the first opportunity to stop for a bite to eat with the best panorama in the Walau restaurant. Freshly strengthened we head east towards Hinter Höhi. Soon we get to the Strichbode inn. They offer a variety of local food. After Strichbode we reach a small mountain road. At the end of the road, we come upon the highland moor which is easy enough to cross as we admire the special plants that flourish here and the beautiful views towards Santis. We then continue onwards to the Furgglen, a small Alpine inn that's perfect for a break. Adults won't want to pass up on the infamous "Wurmikur". The trail continues across blooming Alpine meadows along the Gulmen and then through a small wood past the Altschen inn (they do offer food, drinks, and nice playground for kids), finally ending up at Arvenbuel, where we catch the bus to Amden. For those who haven't had enough walking, they can take the meadow trail back to the village (+50 minutes). Alternatively, you can head back already at the Hüttlisboden via the Tscherwald. The Höhenweg trail is also a great hike in the opposite direction, starting in Arvenbuel.

The largest peat bog in eastern Switzerland

The "Hinter Höhi" moorland covers more than 2.3 square miles and is unique for its 200-year-old mountain pines, making it one of the most impressive peat bogs in Switzerland and the largest moorland in eastern Switzerland. The area is especially beautiful in the autumn months. The moor is composed of fens fed by groundwater and bogs which get their water and nutrients exclusively from rainfall. Highland moors go back thousands of years and are several meters deep, growing less than a millimeter each year. The habitats are therefore extremely sensitive.

Interesting vegetation

The Höhenweg trail passes through a sub-alpine zone characterized by spruce and mountain pine woods. If you look closely, you catch diverse flora, including anemones, gentians, carnations, and the bright yellow marsh marigold, among others.

The most popular section of the trail runs through a moorland of national importance. Only hard-core survivalists can thrive on this wet and barren soil, such as insectivorous sundews, cotton grass, or the inconspicuous sedge. In the somewhat drier transitional areas in what is the so-called heath, blueberries and rhododendrons prevail.

In the Stöcklerriet, a marshy slope below the Furgglen, has seen some tiny ponds form that are home to a variety of algae. Grass frogs and Alpine newts find welcome spawning grounds here and the grasshoppers, dragonflies, and other insects find it a habitat tailored to their lifestyles.

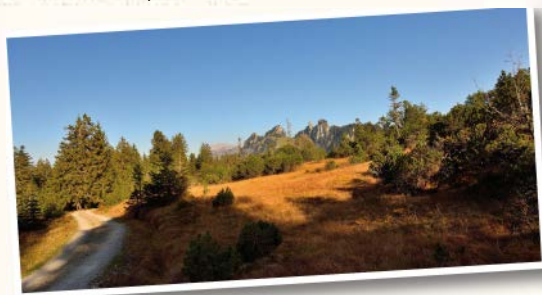
Mattstock Chairlift: Operating hours see back page
Rates: Ascent | Downhill 10 CHF | Round Trip 15 CHF
No charge for children accompanied by their parents.

DAS GRÖSSTE HOCHMOOR DER OSTSCHWEIZ



Die ganze Moorlandschaft Hinter Höhi misst über 6 Quadratkilometer und ist mit ihren einzigartigen, bis 200-jährigen Legföhren eines der eindrucklichsten Torfgebiete der Schweiz und die grösste Moorlandschaft der Ostschweiz. Besonders in den Herbstmonaten zeigt sich das Moor von seiner schönsten Seite.

Das Amdener Moor setzt sich zusammen aus Flachmooren, die vom Grundwasser leben, und Hochmooren, die sich mit Wasser und Nährstoffen ausschliesslich durch Niederschläge versorgen. Hochmoore sind jahrtausendealte, meterhohe Torfschichten, die pro Jahr weniger als einen Millimeter wachsen. Die Gebiete sind daher äusserst empfindlich.



INTERESSANTE VEGETATIONSZONEN

Der Amdener Höhenweg führt durch die subalpine Stufe, die durch Fichten- und Bergföhrenwälder gekennzeichnet ist. Ihnen fällt bestimmt auch die reiche Blumenvielfalt auf: Anemonen, Enziane, Nelken, die leuchtend gelbe Sumpfdotterblume...

Der beliebteste Wegabschnitt zieht sich durch das Mooregebiet von nationaler Bedeutung. Auf diesem nassen und kargen Boden gedeihen nur Überlebenskünstler, wie etwa der insektenfressende Sonnentau, das Wollgras oder die unscheinbare Segge. Im etwas trockeneren Randgebiet, der so genannten Heide, setzen sich Heidelbeeren und Alpenrosen durch.

Im Stöcklerriet – einem Hangmoor unterhalb Furgglen – entstanden kleinste Moortümpel, in denen sich eine Vielfalt von Algen entwickelt. Grasfrosche und Bergmolche finden hier willkommene Laichplätze und Heuschrecken, Libellen sowie andere Insekten einen auf sie zugeschnittenen Lebensraum.



SESSELBAHN MATTSTOCK

MAI UND JUNI

Mo - Fr: 8.30 bis 12.30 | 13.15 bis 16.45 Uhr
Sa / So / Feiertage: 8.30 bis 16.45 Uhr

JULI, AUGUST UND SEPTEMBER

Täglich: 7.30 bis 17.30 Uhr

OKTOBER / NOVEMBER

Mo - Fr: 8.30 bis 12.30 | 13.15 bis 16.45 Uhr
Sa / So / Feiertage (1. Nov.): 8.30 bis 16.45 Uhr

Bei unsicherer Witterung informieren Sie sich über den aktuellen Betrieb.

Preise für Einzelpersonen

Erwachsene Bergfahrt oder Talfahrt: 10.- | Retour: 15.-
Kinder Bergfahrt oder Talfahrt: 5.- | Retour: 8.-
Kinder bis 16 Jahre in Begleitung der Eltern fahren kostenlos (ausser Gruppenfahrten).
Kinder unter 6 Jahren fahren immer kostenlos.

Alle Preise in CHF. Halbtax und GA sind nicht gültig.

Sportbahnen Amden

+41 55 611 12 75 | sportbahnen@amden.swiss



AMDEN & WEESEN TOURISMUS TOURIST INFO

Dorfstrasse 22
8873 Amden - Schweiz
Telefon: +41 58 228 28 30
tourismus@amden.ch
www.amden-weesen.ch



Amdener Höhenweg



DE | EN | FR

0 200 1000 m
1 : 25.000



AMDENER HÖHENWEG

Moorlandschaften, Fernsicht und genüssliche Alpbeizli



Nach der gemütlichen Fahrt mit der Sesselbahn Mattstock gibt es direkt die erste Einkehrmöglichkeit bei bestem Panorama im Restaurant Walau. Frisch gestärkt gehen wir auf dem Höhenweg ostwärts in Richtung Hinter Höhi. Nach kurzer Zeit erreichen wir das Alpstübli Strichbode mit feinen Ammler Bio-Spezialitäten vom Galloway-Rind. Direkt im Anschluss gelangen wir auf ein kleines Alpsträsschen. An dessen Ende beginnt das grosse Moor, das wir bequem durchwandern und dabei die spezielle Pflanzenwelt und die schöne Aussicht Richtung Säntis bewundern. Weiter geht's zur Alpwirtschaft Furgglen. Die kleine Alpwirtschaft bietet den perfekten Zwischenhalt. Erwachsene sollten die berühmte "Wurmkur" nicht verpassen. Über blühende Alpweiden führt der Weg dem Gulmen entlang, schliesslich durch ein kleines Wäldchen über Altschen (eine weitere Möglichkeit, sich zu verpflegen und die Kinder auf dem erlebnisreichen Spielplatz rumtollen zu lassen) zum Endpunkt Arvenbüel. Hier steigen wir in den Bus nach Amden.

Wer noch nicht genug hat, kann auch den Wiesenweg zurück ins Dorf nehmen (+ 50 Minuten).

Alternativ besteht bereits bei Hüttlisboden die Möglichkeit via Tschierwald ins Dorf zu gelangen.

Der Höhenweg eignet sich zum Wandern genauso gut in entgegengesetzter Richtung, mit Startort Arvenbüel.

AMDENER HÖHENWEG

Paysage marécageux et vue panoramique



Après une balade dans le télésiège «Mattstock», la première occasion de s'arrêter pour manger un morceau avec le meilleur panorama se trouve au restaurant Walau. Fraîchement renforcés, nous nous dirigeons vers l'est, dans la direction de «Hinter Höhi». Après peu de temps nous atteignons l'alpage «Strichbode». Au chalet d'alpage, ils offrent des spécialités locales. Alors nous atteignons une petite ruelle alpestre. Au bout de cette dernière démarre le haut-marais que nous traverserons tranquillement en admirant la flore particulière et en profitant de la belle vue en direction de «Säntis». Nous continuons vers le petit restaurant d'altitude «Furgglen». Le sentier traverse les pâturages d'altitude alpins, longe le «Gulmen» et sillonne une petite forêt d'«Altschen» avant d'atteindre le point de destination, «Arvenbüel». C'est ici que nous prenons le bus pour Amden. Si vous n'en avez pas eu assez, vous pouvez également emprunter un chemin de pré pour retourner au village (+50 minutes). Sinon, il est possible de retourner au village par le «Hüttlisboden» en passant par la «Tschierwald».

La plus grande tourbière de Suisse orientale

Le paysage marécageux «Hinter Höhi» s'étend sur plus de 6 km² et est l'une des tourbières les plus impressionnantes de Suisse unique en son genre avec ses pins de montagne parfois vieux de 200 ans. C'est au cours des mois d'automne que la région se dévoile sous son meilleur jour. La tourbière est composée de bas-marais, alimentés d'eaux souterraines, et de hauts-marais, qui s'alimentent d'eau et de nutriments provenant exclusivement des précipitations. Les hauts-marais sont des couches de tourbe vieilles de plusieurs milliers d'années et de plusieurs mètres de haut qui grandissent de moins d'un millimètre par an. Les régions sont donc extrêmement fragiles.

Végétation intéressante

Le «Höhenweg» sillonne l'étage subalpin, caractérisé par des forêts de sapins et de pins de montagne. La riche diversité florale frappera sûrement les observateurs : anémones, gentianes, œillets, populages des marais d'un jaune éclatant, etc. Sur le sol humide et peu fertile, seuls des champions de la survie poussent, tels que l'insectivore rossolis, la linaigrette engainée ou le discret carex. En périphérie, zone un peu plus sèche qu'on appelle la lande, poussent des airelles ainsi que des rhododendrons des Alpes. Dans la «Stöcklerriet», une pente marécageuse sous le «Furgglen», sont apparues les plus petites gouilles de tourbières dans lesquelles se développe une multitude d'algues. Les grenouilles rousses et les tritons alpestres trouvent ici une zone de reproduction accueillante et les orthoptères, les libellules et d'autres insectes un habitat adapté à leur espèce.

Télésiège Mattstock: Heures d'ouverture: voir la dernière page. Tarifs : Montée | Descente 10 CHF | Aller-retour 15 CHF. Gratuit pour les enfants accompagnés de leurs parents.

