

Bikewege



PETrina Agility

Auf dem 300 Quadratmeter großen Platz mit Tunneln, Sprüngen, Slalom, Passarelle, Steilwand und Wippe können eure Freunde Koordination, Rhythmus und Geschwindigkeit, vor allem aber Bewegung und Spass lernen. Die Benutzung des Platzes ist für Catrina Gäste inklusive. Externe Gäste können den Platz für CHF 15,- pro Stunde benutzen.

Un agility park di 300 metri quadrati con tunnel, salti, slalom, passerelle, parete ripida e altalena, i tuoi amici possono imparare la coordinazione, il ritmo e la velocità, ma soprattutto il movimento e il divertimento. L'uso del campo è incluso per gli ospiti di Catrina. Gli ospiti esterni possono utilizzare il campo per 15 CHF all'ora.

Agility mit einer Trainerin

Am besten lernen du und dein Hund das Agility mit einer professionellen Hundetrainerin. Dazu hast du an folgenden Daten die Möglichkeit.

Il modo migliore per te e il tuo cane di imparare l'agility dog è con un addestratore di cani professionista. Avrai la possibilità di farlo nelle seguenti date.

Kurse 08. – 29. Mai 2022

Jeweils am Sonntag von 10.00 bis 11.00 Uhr
Jeweils am Mittwoch von von 13.30 bis 14.30 Uhr

Anmeldungen bitte im Voraus bei:
Flurina Tschuur-Nay +41 76 562 08 12

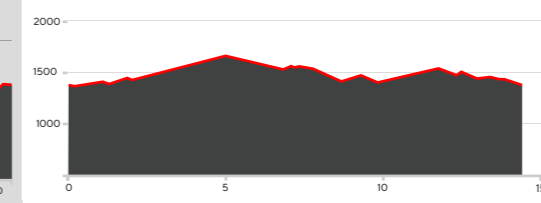


M Plauen Menisch Bike

S1 - leicht Mittel Fit
↔ 14.5km ↑ 775hm ↓ 775hm
🚲 Mtb, Gravel, E-Bike
|| 10%, 🚧 60%, 🏠 30%
🚰 100% ⚠️ 1612M.ü.M.

Diese Route kann mit anderen Routen verlängert oder abgekürzt werden. Sie beinhaltet Teerstrassen Forstwege und auch Wanderwegabschnitte die technisch einfach sind aber teilweise an sehr steilen hängen entlang führen. Stürzen ist keine gute Option. Kinder die Biketechnisch etwas fortgeschritten sind können diese Runde gut fahren.

Questo percorso può essere esteso o accorciato con altri percorsi. Comprende strade asfaltate, strade forestali e anche tratti di sentieri escursionistici tecnicamente facili ma in parte lungo pendii molto ripidi. Cadere non è una buona opzione. I bambini che sono tecnicamente avanzati possono percorrere questo roundtour.

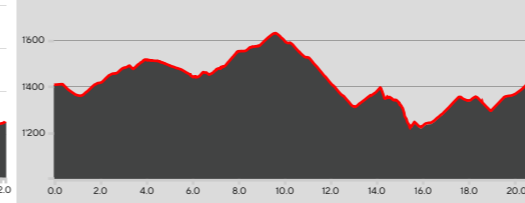


C Cavorgia Bike

S2 - mittel Mittel Fit
↔ 20.9km ↑ 803hm ↓ 803hm
🚲 Mtb, E-Bike
|| 35%, 🚧 55%, 🏠 10%
🚰 100% ⚠️ 1633M.ü.M.

Start und Endpunkt der Tour ist Sedrun, Dorfmitte und führt auf der Alpine Route #1 über Forststrassen und Wiesenwege. Ein Abschnitt befindet sich auf einem Wanderweg, der als schwierig eingestuft ist. Für geübte Biker ist der Wanderweg, mit kurzen Schiebepassagen, machbar.

Il punto di partenza e di arrivo del tour è Sedrun, centro del villaggio, e conduce sul percorso alpino #1 su strade forestali e sentieri di prato. Una sezione è su un sentiero che è classificato come difficile. Per i ciclisti esperti, il sentiero è fattibile, con brevi passaggi a spinta.

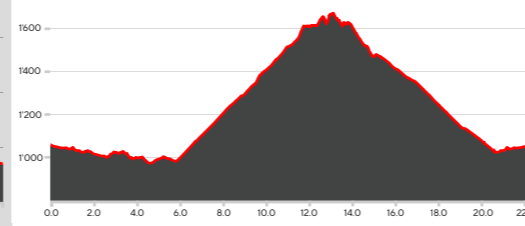


L Laus Bike

S3 - schwer Sehr Fit
↔ 22.3km ↑ 934hm ↓ 934hm
🚲 Mtb, E-Bike
|| 30%, 🚧 60%, 🏠 10%
🚰 92% ⚠️ 1671M.ü.M.

Die Runde kann von beiden Seiten gefahren werden. Die Aufstiege und Abfahrten sind steil aber ohne technische Schwierigkeiten. Der 2 km lange Singletrail ist nur für sehr geübte Biker geeignet. Wenig erfahrenen Bikern wird wieder die selbe Strasse empfohlen.

Il giro può essere percorso da entrambi i lati, le salite e le discese sono ripide ma senza difficoltà tecniche. Il single trail di 2 km è adatto solo a ciclisti molto esperti. Ai ciclisti meno esperti si raccomanda di riprendere la stessa strada.

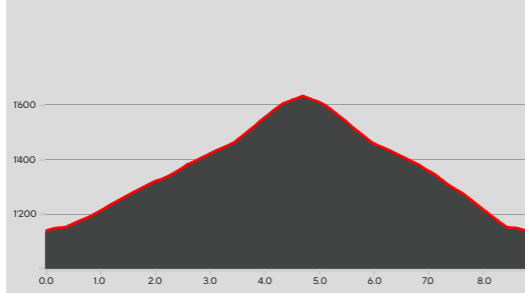


R Runfoppa Bike

S1 - leicht Leicht Fit
↔ 8.8km ↑ 502hm ↓ 502hm
🚲 Mtb, Gravel, E-Bike
|| 20%, 🚧 80%, 🏠 0%
🚰 100% ⚠️ 1633M.ü.M.

Einfache Strecke, die über Forststrassen führt und fahrtechnisch einfach ist. Für Anfänger eine geeignete Tour mit Start und Endpunkt in Faltscharidas.

Percorso facile, che conduce su strade forestali e tecnicamente facile da percorrere. Un tour adatto ai principianti con punto di partenza e di arrivo a Faltscharidas.

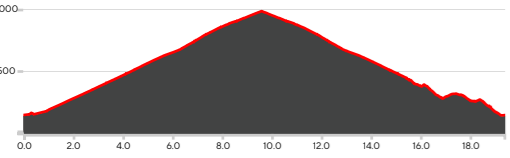


T Tir Bike

S1 - leicht Mittel Fit
↔ 19.4km ↑ 954hm ↓ 954hm
🚲 Mtb, Gravel, E-Bike
|| 40%, 🚧 55%, 🏠 5%
🚰 100% ⚠️ 1987M.ü.M.

Start und Enpunkt sind an der Via Sogn Placi, Disentis. Der Anteil technischer Abschnitte ist klein und man bewegt sich grösstenteils auf Forststrassen. Der obere Teil der Tour endet in eine Sackgasse und ist nur für konditionell gute Biker geeignet. Da an mehreren Stellen beliebig abgekürzt oder verlängert werden kann, ist diese Strecke auch für Familien mit bikerfreudigen Kindern geeignet.

La partenza e l'arrivo sono alla Via Sogn Placi, Disentis. La percentuale di sezioni tecniche è piccola e ci si muove principalmente su strade forestali. La parte superiore del tour termina in un vicolo cieco ed è adatta solo a ciclisti con una buona condizione fisica. Poiché è possibile accorciare o allungare il percorso in diversi punti, questo itinerario è adatto anche alle famiglie con bambini che amano andare in bicicletta.



Wanderwege

15 Mit Kinderwagen nach Segnas
 Leicht
↑ 150m ↓ 150m - ⌚ 1:30h

S. Catrina – Segnas – S. Catrina

Wir beginnen die Tour beim Parkplatz der Bergbahnen Disentis. Der Weg steigt immer leicht an, bis wir auf der Höhe der Marienkapelle in Acletta kommen. Wir folgen der Naturstrasse, die hinauf zum Ortsteil Peisel und nach Segnas führt. Der obere Dorfrand ist zugleich der höchste Punkt unserer Tour, nun geht es sanft talwärts und an den sonnenverbrannten typischen Walserhäusern vorbei. Über Buretsch, Cuoz und Acla da Fontauna kehren wir nach S. Catrina zurück.

Iniziamo il tour dal parcheggio delle funivie di Disentis. Il sentiero sale leggermente fino a raggiungere l'altezza della Cappella Marian di Acletta. Seguiamo la strada naturale che porta fino al villaggio di Peisel e poi a Segnas. Il bordo superiore del villaggio è anche il punto più alto del nostro tour, ora scendiamo dolcemente e passiamo le tipiche case Walser bruciate dal sole. Attraverso Buretsch, Cuoz e Acla da Fontauna ritorniamo a S. Catrina.

16 Mit Kinderwagen von Dorf zu Dorf
 Leicht
↑ 0m ↓ 250m - ⌚ 2:30h

Disentis – Sedrun

Die Wanderung kann in beide Richtungen gemacht werden. Wir wandern oberhalb der Bahnlinie nach Bugnei, wobei wir das imposante Viadukt im Val Bugnei überqueren. An der sonnigen und meist windstillen Seite des Tales wandern wir weiter nach Mompé Tujetsch, wo sich das Tal öffnet und wir nach Disentis und bis zum Flimsenstein sehen können. Über Segnas, Buretsch und Cuoz gelangen wir auf wenig befahrenen Strassen und Wegen nach Disentis. Der steingesäumte Weg am Sportzentrum und an der Wollkarderei De Sax vorbei erinnert an frühere Zeiten.

L'escursione può essere fatta in entrambe le direzioni. Camminiamo sopra la linea ferroviaria fino a Bugnei, attraversando l'impressionante viadotto della Val Bugnei. Sul lato soleggiato e per lo più senza vento della valle, continuiamo la nostra passeggiata fino a Mompé Tujetsch, dove la valle si apre e possiamo vedere fino a Disentis e fino al Flimsenstein. Attraverso Segnas, Buretsch e Cuoz raggiungiamo Disentis su strade e sentieri poco usati. Il sentiero di pietra che passa davanti al centro sportivo e al lanificio De Sax ci ricorda i tempi passati.

17 NEAT Erlebnispfad
 Leicht
↑ 120m ↓ 100m - ⌚ 1:45h

Sedrun – Rueras – Campadi Rein – Lag da Claus Surrein – Sedrun

Tief unter der Gemeinde Tujetsch ist während zweier Jahrzehnte ein gigantisches Bauwerk entstanden: Der Gotthard-Basistunnel. Mit 57 Kilometer Länge gehört das Herzstück der NEAT (Neue Eisenbahn-Alpentransversale) zu den längsten Tunnelröhren der Welt. Auf zwei Rundgängen gewährt der NEAT Erlebnispfad Einblicke in Bau und Betrieb dieses Jahrhundert Bauwerks. Zwölf informative Stationen animieren zum Spielen und Ausprobieren.

Nel profondo del comune di Tujetsch, un gigantesco progetto di costruzione è stato costruito nel corso di due decenni: La galleria di base del Gottardo. Con i suoi 57 chilometri di lunghezza, il cuore della NFTA (Nuova ferrovia transalpina) è una delle gallerie più lunghe del mondo. In due tour, il NFTA Adventure Trail fornisce approfondimenti sulla costruzione e sul funzionamento di questa struttura. Dodici stazioni informative vi descriveranno il progetto interagendo con esse.

20 Dorfrunde Sedrun
 Leicht
↑ 150m ↓ 150m - ⌚ 2h

Sedrun – Rueras – Campadi Rein – Lag da Claus Surrein – Sedrun

Wir beginnen unsere Wanderung beim Bahnhof in westlicher Richtung nach Rueras. Vor dem Dorf überqueren wir die belebte Hauptstrasse, wonach es ein Stück durch den alten Dorfteil geht und weiter abwärts bis zum Talgrund. Auf der rechten Seite des Rheins erwartet uns bis Surrein ein schattiger Wald. Sobald wir die Häuser von Surrein erreichen, sehen wir den Badesee Lag da Claus mit Spielplatz.

Iniziamo la nostra escursione dalla stazione ferroviaria in direzione ovest verso Rueras. Prima di raggiungere il villaggio attraversiamo la strada principale, dopo di che camminiamo un po' attraverso la parte vecchia del villaggio e continuiamo a scendere verso il fondo della valle. Sul lato destro del Reno ci aspetta una foresta ombrosa fino a Surrein. Appena raggiungiamo le case di Surrein vediamo il lago balneabile Lag da Claus con parco giochi.

21 Sedrun nach Curaglia
 Mittel
↑ 400m ↓ 450m - ⌚ 4h

Sedrun – Cavorgia – Stagias – Curaglia

Von Sedrun wandern wir auf einer asphaltierten, wenig befahrenen Strasse in Richtung Cavorgia. Stetig und gleichmässig führt die Strasse in weiten Kehren bis zur Anhöhe Stagias. Locker geht es weiter bis nach Mutschnengia hinunter, wo wir einen Abstecher zur aussergewöhnlichen Hängebrücke machen. Sie überspannt das Val Mutschnengia mit einer Länge von 96 Metern. Weiter gehts abwärts zum Medelser Rhein und ein kleiner Aufstieg bis Curaglia. Zurück nach Disentis geht es mit dem Postauto.

Da Sedrun camminiamo su una strada asfaltata con poco traffico verso Cavorgia. La strada conduce costantemente e uniformemente in ampi tornanti alla collina di Stagias. Continuiamo a scendere fino a Mutschnengia, dove facciamo una deviazione per lo straordinario ponte sospeso. Attraversa la Val Mutschnengia con una lunghezza di 96 metri. Continuiamo a scendere fino al Reno di Medels e una breve salita fino a Curaglia. L'autopostale ci riporta a Disentis.

Aktivitäten/ Ausflüge

Wichtige Nummern

NOTRUF 114
REGA 112
Europäischer Notruf 112

Catrina Experience
+41 81 920 30 20
Catrina Sportshop
+41 81 920 30 48
Apotheke
Apoteca Desertina
Via Lucmagn 8
+41 81 947 64 65

www.catrina-experience.com

Museen & Sehenswürdigkeiten

- 01 Klostermuseum**
Täglich offen von 08.30 bis 17.00 Uhr
- 10 Museum Cuort Ligia Grischa Trun**
Öffnungszeiten: Montag, Mittwoch, Samstag, 2. und 4. Sonntag im Monat jeweils von 14.00 – 17.00 Uhr.
Gut zu verbinden mit einem Spaziergang auf dem Kunstpfad in Trun.
- 11 Zumthor Kapelle S. Benedetg**
zu erreichen mit dem Auto oder mit dem Zug bis Sumvitg und dann etwa 1 Stunde zu Fuss.

Ausflüge

- 07 Ausflug zum Oberalppass**
Der Leuchtturm auf dem Pass ist immer einen Besuch wert. Achtung: Öffnung für Autos geplant am 23. April (mit Vorbehalt). Ansonsten bequem mit dem Zug zu erreichen.
- 12 In der Rheinschlucht**
Die Rhätische Bahn fährt direkt durch die Rheinschlucht, an verschiedenen Orten kann man aussteigen und kurze oder längere Wanderungen zu unternehmen. Schöne Orte zum Grillieren gibt es auch. Eine Übersicht gibt es hier: www.rheinschlucht.ch

Sport und Spass

- 03 Bike und E-Bike Miete**
im Catrina Sportshop: shop@catrina.swiss
- 04 Minigolf beim Sportzentrum**
www.centerdasport.com
- 05 08 Spielplätze**
(Sportzentrum, Camping Rueras)
- 06 Ponyreiten**
für Kinder von 3 bis 8 Jahren: www.mypony.ch
- 13 Lama Trekking**
www.lamaventura.ch
- 09 Kutschenfahrten in Sedrun**
www.biohof-edihess.ch

Legende Karte

- Mtb Routen
- Zwei Richtungen
- Eine Richtung
- Familientrail
- Gefährlicher Punkt
- Level
- Länge
- Total Höhenmeter +
- Total Höhenmeter -
- % Asphalt
- % Gravel
- % Trail
- Fahrbarkeit
- Fahrradtyp
- Höchster Punkt
- Total Höhenmeter +
- Total Höhenmeter -
- Total Wanderzeit
- Einfache Wanderung
- Geeignet mit Kinderwagen