

Engadin. Süd

Corvatsch, Diavolezza, Muottas Muragl



Bergbahnen Saisonzeiten

Mountain railways operating dates

Corvatsch

- A** Sils-Furtschellas
Ende Juni–Mitte Oktober
End of June–Middle of October
- B** Surlej–Corvatsch
Ende Juni–Mitte Oktober
End of June–Middle of October

Corviglia

- C** St. Moritz Bad–Signal
Ende Juni–Mitte Oktober
End of June–Middle of October
- D** St. Moritz Dorf–Corviglia*
Ende Juni–Mitte Oktober
End of June–Middle of October
- E** Corviglia–Piz Nair*
Ende Juni–Mitte Oktober
End of June–Middle of October
- F** Celerina–Marguns
Ende Juni–Mitte Oktober
End of June–Middle of October
- G** Marguns–Corviglia
Ende Juni–Mitte Oktober
End of June–Middle of October
nur bei gutem Wetter
only if weather conditions are good
- H** Suvretta–Randolins
Ende Juni–Mitte Oktober
End of June–Middle of October

Muottas Muragl / Alp Languard

- I** Punt Muragl–Muottas Muragl
Anfang Juni–Ende Oktober
Beginning of June–End of October
- J** Pontresina–Alp Languard
Anfang Juni–Ende Oktober
Beginning of June–End of October

Diavolezza

- K** Diavolezza*
Anfang Mai–Ende Oktober
Beginning of May–End of October

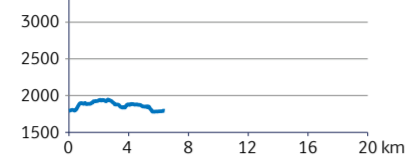
*Gepäcktransport möglich / Luggage transfer available

Mehr Informationen zu den Bergbahnen.
Änderung der Betriebszeiten vorbehalten.
More information about mountain railways.
Dates subject to change.

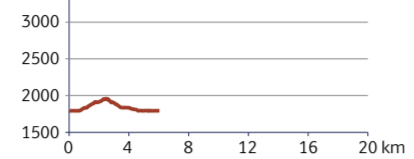
Mehr Informationen zu den aktuellen
Bergbahn Preisen.
More information about the current
mountain railway prices.



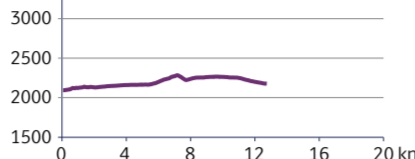
14 Stazerwald Runde
⌚ 45 min Ⓞ 67 m
→ 6,2 km Ⓞ 67 m
Schwierigkeit: einfach / Level: easy
📍 OVAVERVA Hallenbad & Spa, St. Moritz Bad
🏠 OVAVERVA Hallenbad & Spa, St. Moritz Bad



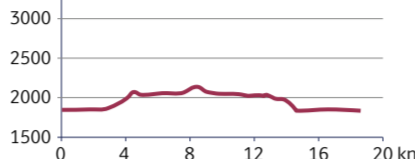
15 Celerina Runde
⌚ 50 min Ⓞ 212 m
→ 6,2 km Ⓞ 212 m
Schwierigkeit: einfach / Level: easy
📍 Celerina San Gian
🏠 Celerina San Gian



16 Morteratsch
⌚ 1h 30 min Ⓞ 345 m
→ 12,1 km Ⓞ 222 m
Schwierigkeit: einfach / Level: easy
📍 Bikezentrum Cuntschett, Pontresina
🏠 Morteratsch, Pontresina



17 Val Fedoz
⌚ 2h 30 min Ⓞ 329 m
→ 18,7 km Ⓞ 329 m
Schwierigkeit: mittel / Level: intermediate
📍 Turnhalle / Schweizerhaus / Post, Maloja
🏠 Turnhalle / Schweizerhaus / Post, Maloja



Orientierungslauf

Orienteering courses

Wie kaum ein anderer Laufsport fordert der Orientierungslauf (OL) Geschwindigkeit und Grips im Doppelpack. Immer auf der Suche nach dem nächsten Wegposten. Natürlich auch im Engadin, wo zahlreiche OL-Strecken für alpines Laufvergnügen sorgen. Like no other running sport, orienteering requires both speed and brains. They are always in search of the next control point – which they will find in the Engadin, where several orienteering courses offer alpine running fun.

Mehr Informationen zu OL.
More information about orienteering courses.

Vita Parcours

Fitness trails

Gratis und rund um die Uhr geöffnet - und dank einer festen Trägerschaft immer tiptop in Schuss! Sechs Vita Parcours bieten im Engadin Lauf- und Fitness-Spass unter freiem Himmel bzw. unter Baumwipfeln. Open round the clock, free to use, and in top condition thanks to a solid sponsorship arrangement. In the Engadin, six of these fitness trails offer an atmospheric exercise opportunity in the open air and under the treetops.

Mehr Informationen zu Vita Parcours.
More information about fitness trails.

Events

Events

- Anfang Juli / Beginning of July**
Bernina Ultraks
www.berninaultraks.com/de
- Mitte Juli / Middle of July**
Engadin Ultra Trail
www.engadinultra.ch
- Mitte August / Middle of August**
St. Moritz Running Festival
www.stmoritzrunningfestival.ch
- Mitte September / Middle of September**
Maloja Seelauf
www.maloja-seelauf.ch

Mehr Informationen zu Events.
More information about events.

Berg- und Ausflugsrestaurants

Mountain and excursion restaurants

- 1** Panoramarestaurant Muottas Muragl +41 81 842 82 32
- 2** Alp Muottas +41 79 770 24 77
- 3** Chamanna Segantini +41 79 681 35 57
- 4** Unterer Schafberg +41 79 793 06 80
- 5** Alp Languard +41 79 719 78 10
- 6** Chamanna Paradis +41 78 670 95 79
- 7** Berghaus Diavolezza +41 81 839 39 00
- 8** Restorant Lej da Staz +41 81 833 60 50
- 9** Corvatsch Mittelstation Murtèl +41 81 838 73 83
- 10** Berghaus Fuorcia Surlej +41 79 791 48 84
- 11** Hotel Restaurant Roség Gletscher +41 81 842 64 45
- 12** Restaurant Morteratsch +41 81 842 63 13
- 13** Alp Schaukerei +41 81 842 62 73
- 14** Restaurant Lagrev +41 81 824 35 91
- 15** Restaurant Cuvocciò +41 79 438 92 82
- 16** Alp Pet Preir Self-Service
- 17** Alpetta +41 79 828 86 50

Legende

Legend

- 📍 Tourist Information / Tourist Information
- 🚉 Bahnhof, Haltestelle / Railway station, train stop
- 🚌 Bushaltestelle / Bus stop
- P Parkplatz / Parking
- 🅓 Parkhaus / Indoor parking
- 🚠 Standselbahn / Gondola
- 🚡 Gondelbahn / Gondola
- 🪑 Sesselbahn / Chair lift
- 🏃 Vita Parcours / Fitness trail
- 📍 Orientierungslauf mit fixen Posten
Orienteering courses with fix control posts
- 🛀 Öffentliche Bäder und Spa / Public baths and spa
- ♨️ Mineralbad & Spa Samedan
Mineral bath and spa Samedan
- 🏊 Badensee / Swimming lake
- 🚢 Schifffahrt / Ship route
- 🍴 Berg- und Ausflugsrestaurant
Mountain and excursion restaurants
- 🍷 Trinkbrunnen / Drinking fountain
- 🏠 Berghütte mit Verpflegung / Mountain hut with meals
- 📍 Top Aussichtspunkte / Top view points
- 🏥 Spital / Klinik / Hospital / Clinic
- 🔄 Hub / Hub

* Bergbahnen als Auf- oder Abstiegshilfe.
* Mountain railways can be used for ascent or descent.

Bitte beachten Sie, dass der Handyempfang in den Seitentälern nicht überall gewährleistet werden kann. / Please note that in the side valleys, mobile phone reception is not always available.

Hub

Hub

Die sogenannten Hubs sind zentrale Knotenpunkte und dienen als Ausgangs- und Treffpunkt verschiedener Sportarten. Sie tragen zum sportlichen wie auch sozialen Austausch bei und bieten Gästen und Einheimischen verschiedene Dienstleistungen. Die Hubs sind mit Sternen klassiert. Je nachdem welche Infrastruktur der jeweilige Hub anbietet, wird er mit ein bis vier Sternen ausgezeichnet. The Hubs serve as starting and meeting points for various sports, foster social interaction, and offer guests and locals various services. The Hubs are classified with stars. Depending on the infrastructure the respective Hub offers, it is rated one to four stars.

Mehr Informationen zu den Hubs.
More information about the Hubs.

Trailrunning



Engadin. Diese Berge, diese Seen, dieses Licht.

Weiterführendes Kartenmaterial

Additional maps

Ausgewählte topografische Karten sind bei den Tourist Informationen erhältlich.
Panoramakarten: Wandern, Bike, Familien
Selected topographic maps are available at the tourist information.
Panoramic maps: Wandern, Bike, Familien

Tourenportal Running mit aktuellen Wegsperrungen.
Tour portal running with current trail closures.

Nützliche Links

Useful links

- 🏠 Trailrunning Hotels.
Trail running hotels.
- 📖 Verhaltenstips in der Engadiner Natur.
Safety guidelines and other tips for respecting nature.
- 📖 Buchen Sie Ihre Running-Erlebnisse im Engadin im Experience Shop.
Book your running adventures in the Engadin in the Experience Shop.



Kontakt

Contact information

Engadin Tourismus AG
7500 St. Moritz
T +41 81 830 00 01
allegre@engadin.ch
www.engadin.ch

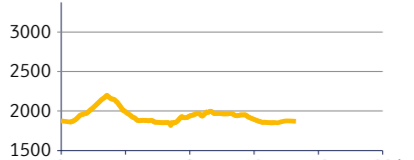
Notrufnummern

Emergency numbers

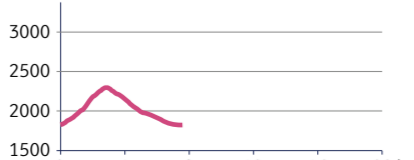
Internationaler Notruf	112
International emergency number	112
Sanitätsnotruf / Ambulance	144
Police / Polizei	117
REGA - Rettungsflugwacht	1414
REGA - Swiss Air Rescue	1414
Spital Oberengadin Samedan	+41 81 851 81 11
Upper Engadin Hospital, Samedan	+41 81 851 81 11
Klinik Gut St. Moritz	+41 81 836 34 34
Cut Clinic, St. Moritz	+41 81 836 34 34



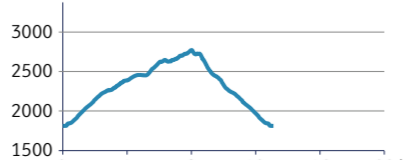
18 Cavloc
⌚ 2h 15 min Ⓞ 621 m
→ 15,2 km Ⓞ 621 m
Schwierigkeit: mittel / Level: intermediate
📍 Turnhalle / Schweizerhaus / Post, Maloja
🏠 Turnhalle / Schweizerhaus / Post, Maloja



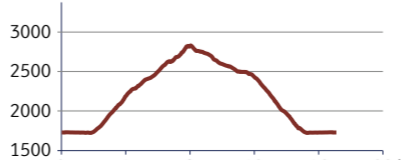
19 Senda Muottas da Scharligna (804 / Signalisierte Route)
⌚ 1h 15 min Ⓞ 533 m
→ 7,9 km Ⓞ 535 m
Schwierigkeit: mittel / Level: intermediate
📍 Bahnhof Pontresina
🏠 OVAVERVA Hallenbad & Spa, St. Moritz Bad



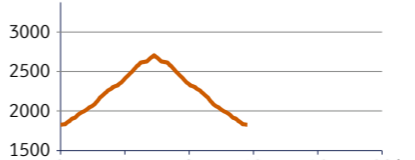
20 Furtschellas*
⌚ 2h 20 min Ⓞ 1034 m
→ 13,2 km Ⓞ 1034 m
Schwierigkeit: mittel / Level: intermediate
📍 Muot Marias, Sils Maria
🏠 Muot Marias, Sils Maria



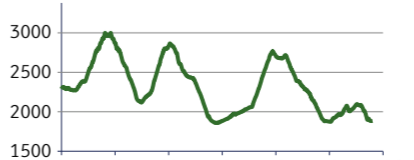
21 Fuorcia Val Champagna (722 / Signalisierte Route)
⌚ 2h 50 min Ⓞ 1129 m
→ 16,8 km Ⓞ 1129 m
Schwierigkeit: mittel / Level: intermediate
📍 Promulins Arena, Samedan
🏠 Promulins Arena, Samedan



22 Ova Cotschna Vertical
⌚ 2h Ⓞ 938 m
→ 11,7 km Ⓞ 938 m
Schwierigkeit: anspruchsvoll / Level: challenging
📍 OVAVERVA Hallenbad & Spa, St. Moritz Bad
🏠 OVAVERVA Hallenbad & Spa, St. Moritz Bad



23 Bernina-Tour (Mehrtagestour)*
→ 58,1 km Ⓞ 3368 m
→ 58,1 km Ⓞ 3804 m
Schwierigkeit: anspruchsvoll / Level: challenging
📍 Ospizio Bernina
🏠 Turnhalle / Schweizerhaus / Post, Maloja



Mehrtagestour Bernina-Tour

Long distance tour Bernina-Tour

Zwischen dem Bernina- und Malojapass warten einige der spektakulärsten Trails der Alpen darauf entdeckt zu werden. Bei dieser anspruchsvollen Trailrunning Tour rund um die Bernina-Gruppe ist jeder Kilometer ein Erlebnis. Between Bernina Pass and Maloja Pass, runners will discover some of the most spectacular Alpine trails. Every kilometer on this trail running tour around the Bernina range is a real treat, and runners will get their money's worth here.

Mehr Informationen zur Bernina-Tour.
More information about the Bernina-Tour.

Engadin. Nord

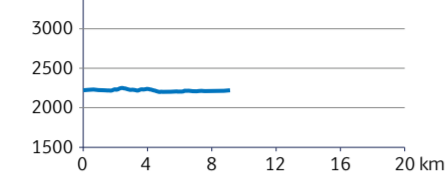
Corviglia, Piz Nair

Allegra liebe Gäste!
Dear guests, welcome!

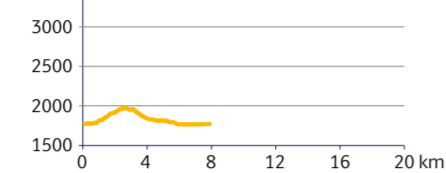
Leichtfüßig über gepflegte Waldwege rennen, auf rauem Schotter und verwilderten Wiesenpfaden entlang oder im Zickzack an Felsen vorbei – wer Trailrunning liebt, genießt den Lauf durch natürliches Gelände. Ein Glück, dass es davon im Engadin mehr als genug gibt.

Through shady woodland, over rough gravel, across wild meadows or past towering cliffs, along flowing trails, up zig-zag ascents, over soft forest paths: trail runners love natural terrain. Happily, the Engadin has plenty to suit all tastes.

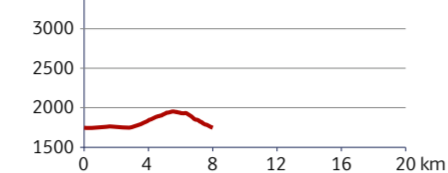
1 Rundtour La Punt – Zuoz
 1h 77m
 9.1 km 77m
 Schwierigkeit: einfach / Level: easy
 La Punt Tourist Information
 La Punt Tourist Information



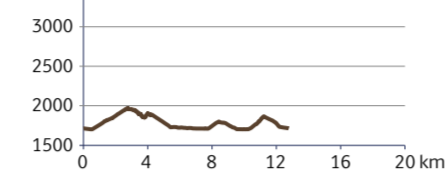
2 Alp Staz
 1h 186m
 8 km 186m
 Schwierigkeit: einfach / Level: easy
 OVAVERVA Hallenbad & Spa, St. Moritz Bad
 OVAVERVA Hallenbad & Spa, St. Moritz Bad



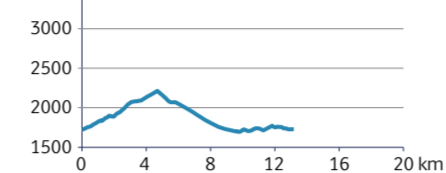
3 Burgruine Guardaival
 1h 309m
 8.0 km 309m
 Schwierigkeit: mittel / Level: intermediate
 Madulain Bahnhof
 Madulain Bahnhof



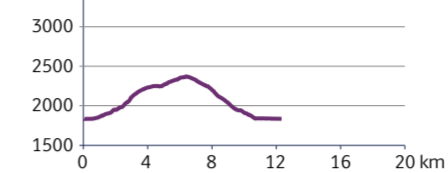
4 Belvoir
 2h 40min 718m
 19.4 km 716m
 Schwierigkeit: einfach / Level: easy
 La Punt Tourist Information
 La Punt Tourist Information



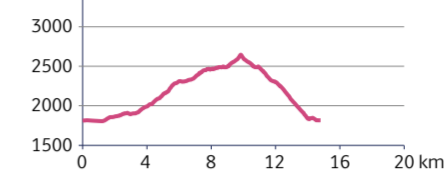
5 Zuoz – Alp Griatschouls
 1h 50min 629m
 12.6 km 629m
 Schwierigkeit: mittel / Level: intermediate
 Zuoz Dorfplatz
 Zuoz Dorfplatz



6 Alp Clavadatsch
 1h 35min 628m
 10.1 km 628m
 Schwierigkeit: mittel / Level: intermediate
 Promulins Arena, Samedan
 Promulins Arena, Samedan



7 Grevaslavas
 2h 20min 969m
 14.8 km 969m
 Schwierigkeit: mittel / Level: intermediate
 Sportzentrum Muot Marias, Sils Maria
 Turnhalle / Schweizerhaus / Post, Maloja



Berg- und Ausflugsrestaurants

Mountain and excursion restaurants

- 1 Hotel Restaurant Salastrains +41 81 830 07 07
- 2 Bar Finale +41 81 833 69 68
- 3 Alpina Hütte +41 81 833 40 80
- 4 quattro BAR +41 81 833 76 80
- 5 Restaurant Chadafò +41 81 839 80 20
- 6 Alp Beizli Laret +41 81 830 00 11
- 7 Alp Muntatsch +41 81 851 00 60
- 8 Gasthaus Spinus +41 81 851 19 20
- 9 Alp Es-cha Dador +41 78 952 04 79
- 10 Alp Arpiglia +41 79 419 26 35
- 11 Restaurant Trutz +41 81 833 70 30

Mehr Informationen zu den Berg- und Ausflugsrestaurants.
More information about mountain and excursion restaurants.



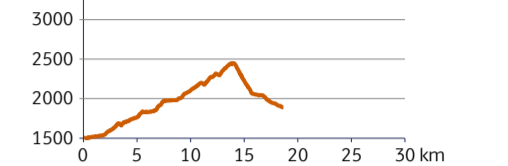
Mehrtagestour Via Grischuna

Long distance tour Via Grischuna

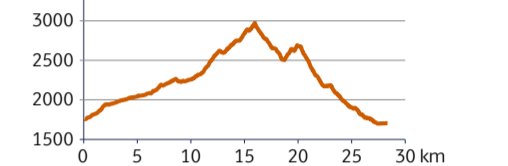
Eine der besten Trailrunning-Destinationen der Alpen ist die Region Graubünden. Die Via Grischuna verbindet in sieben Etappen Davos Klosters mit St. Moritz und führt dabei durch Trailrunning freundliches Terrain.

The Graubünden region is one of the Alps premier trail running destinations. The Via Grischuna connects Davos Klosters with St. Moritz in seven stages and passes through friendly trail running terrain.

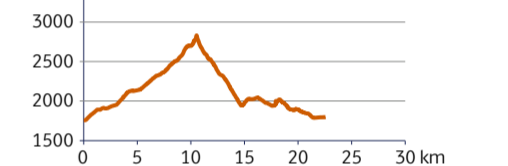
13a Bergün – Spinus
 → 18 km 1102m
 656m



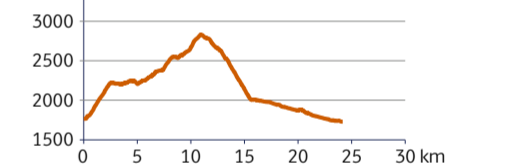
13b Spinus – Bivio
 → 27.5 km 1388m
 1434m



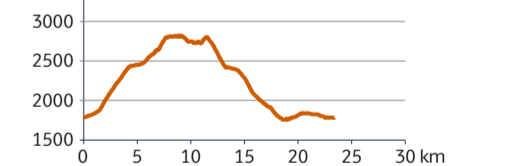
13c Bivio – Sils Maria
 → 21.2 km 1223m
 1185m



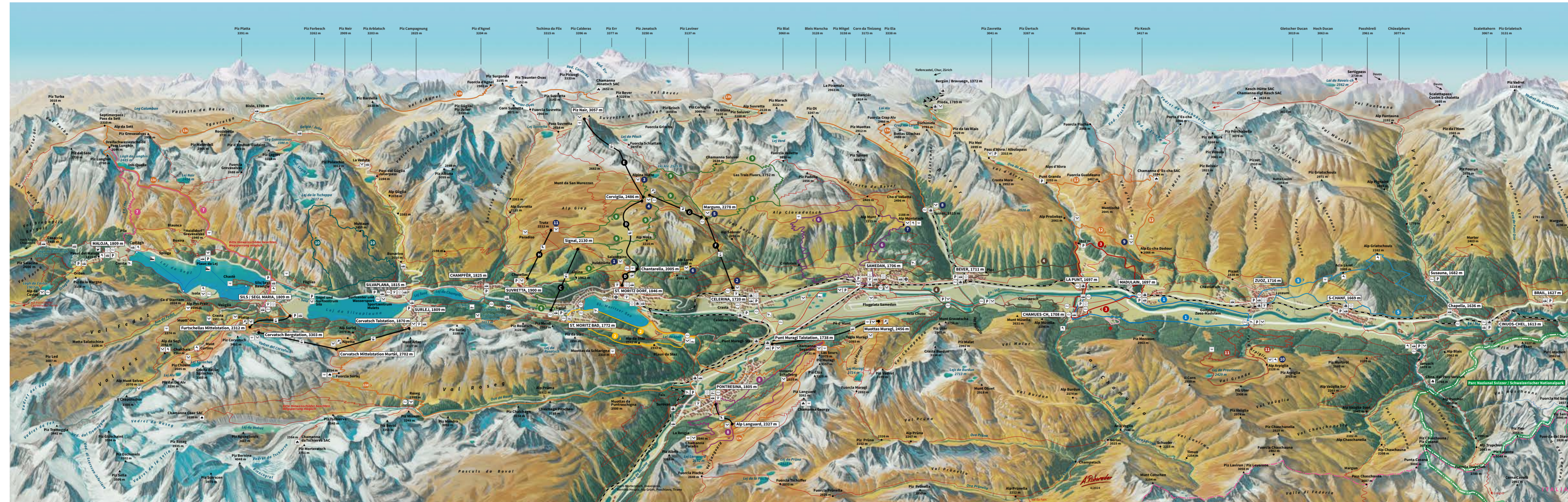
13d Sils Maria – Pontresina
 → 24 km 1072m
 1104m



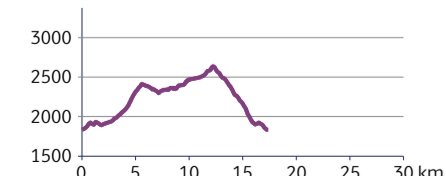
13e Pontresina – St. Moritz
 → 23.5 km 1128m
 1125m



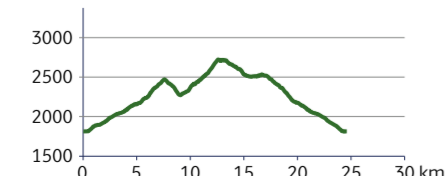
Mehr Informationen zur Via Grischuna.
More information about Via Grischuna.



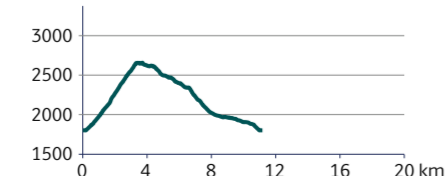
8 Steinbock Trail
 2h 30min 877m
 16.3 km 877m
 Schwierigkeit: mittel / Level: intermediate
 Gemeinde- und Kongresszentrum, Pontresina
 Gemeinde- und Kongresszentrum, Pontresina



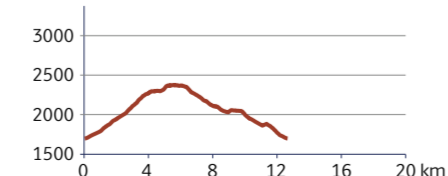
9 Corviglia Attack*
 3h 45min 1357m
 25.3 km 1357m
 Schwierigkeit: anspruchsvoll / Level: challenging
 OVAVERVA Hallenbad & Spa, St. Moritz Bad
 OVAVERVA Hallenbad & Spa, St. Moritz Bad



10 Lej da la Tscheppa
 2h 838m
 11.5 km 838m
 Schwierigkeit: anspruchsvoll / Level: challenging
 Beach Club, Sils Maria
 Beach Club, Sils Maria



11 Arpiglia
 2h 810m
 12.7 km 810m
 Schwierigkeit: anspruchsvoll / Level: challenging
 Resgia, Zuoz
 Resgia, Zuoz



12 Es-cha
 3h 1216m
 18.6 km 1170m
 Schwierigkeit: anspruchsvoll / Level: challenging
 La Punt Tourist Information
 La Punt Tourist Information



Traitreff und Traitrophy

Traitreff and Traitrophy

Traitreff: Gemeinsam laufen bei einem der wöchentlich stattfindenden Traitreffs in verschiedenen Ortschaften. Traitreff: Run together at one of the weekly Traitreff in several villages

Traitrophy: Miss dich mit der Trailrunning-Community und bestimme dabei den Rhythmus, die Startzeit und den Tag selbst. Traitrophy: Compete with the trail running community and set your own pace, start time and day.

Mehr Informationen zu Traitreff und Traitrophy.
More information about Traitreff and Traitrophy.



Trailrunning Parcours

Trail running course

Der Trailrunning Parcours in La Punt Chamues-ch bereitet Läuferinnen und Läufer optimal auf die Herausforderungen auf den Trails vor. Verschiedene Übungen auf einer 1km langen Runde fördern Lauftechnik, Koordination und Kraft auf spielerische Art und Weise.

The trail running course in La Punt Chamues-ch prepares runners optimally for the challenges on the trails. Various exercises on a 1 km loop improve running technique, coordination and strength in a fun way.

Mehr Informationen zur Trailrunning Parcours.
More information about Trailrunning Parcours.

