

# Bündner Herrschaft: Landquart – Malans – Jenins – Heididorf – Fläsch



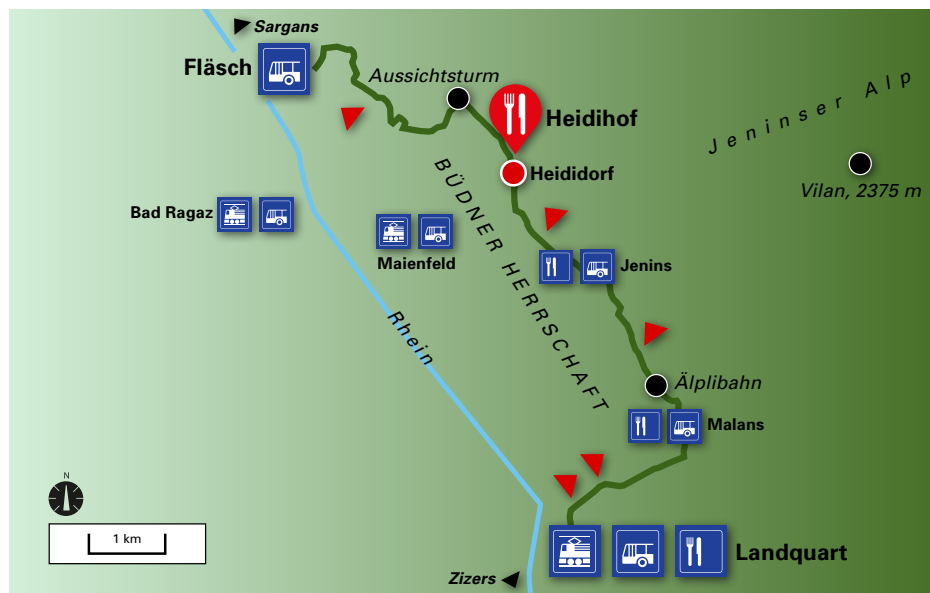
leicht | 3 h | 12 km | 234 Hm ↓ 240 Hm | Landquart, Malans, Heididorf, Jenins | Jan – Dez

Schöne Wanderung durch die Bündner Herrschaft von Landquart via Malans, Jenins, Heididorf nach Fläsch. Die Route führt durch die herrliche Landschaft des grössten Bündner Weinbaugebiets.

**Ausgangspunkt:** Landquart – Bahnhof  
**Endpunkt:** Fläsch – Bushaltestelle  
**Einkehr:** Unterkunft und Verpflegung: Landquart, Malans, Fläsch  
nur Verpflegung: Lenins, Heidihof beim Heididorf  
**Anforderungen:** gelb markiert  
**Highlights:** Weinrebengebiet, schicke Dörfer

00.00 h	Landquart, 523 m	
00.20 h	Rohan-Schanze, 522 m	
00.40 h	Malans, 559 m	
01.00 h	Älplibahn Talstation, 606 m	
01.25 h	Jenins, 621 m	
02.00 h	Heididorf, 657 m	
03.00 h	Fläsch, 518 m	

Wanderkarte



## Wegbeschreibung

Ausgangspunkt der Wanderung ist der Bahnhof in **Landquart**. Hier überquert man auf einem Steg den Fluss **Landquart**, der hier in den **Rhein** mündet. Zunächst wandert man an der Bahnlinie entlang bis zur Rechtskurve, wo man dem Wegweiser **Prättigauer Höhenweg Nr. 72** folgt. Nach rund 20 Minuten gelangt man zu den Erdwällen der **Rohan-Schanze**. Die Überreste des Schutzwalls waren eine ehemalige sternförmige Verteidigungsanlage aus der Zeit des Dreissigjährigen Kriegs (1618-1648).

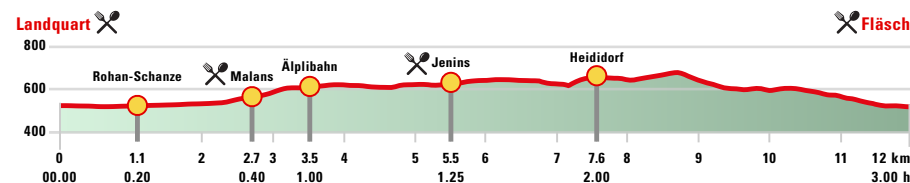
Auf flachem Terrain geht es weiter bis **Malans**, dem südlichsten der vier Weindörfer in der **Bündner Herrschaft**. Es lohnt sich das schicke Dorf ein wenig anzusehen. Zuerst im Dorf entdeckt man das **Schloss Bothmar** mit alter, französischer Gartenanlage. Einkehren kann man zum Beispiel im **Restaurant & Hotel Weiss Kreuz** (+41 81 735 25 00).

Die Kirche passierend, geht es am Rebberg entlang hinauf in den oberen Dorfteil von **Malans**. Beim Dorfbrunnen zweigt der Wanderweg Richtung **Älplibahn** ab und findet sich wenig später mitten im Rebberggebiet. An der Talstation der **Älplibahn** vorbei, geht es am Rand des **Buochwalds** entlang und den **Alpbach** überquerend nach **Jenins**. Auch hier lohnt sich das Dorf mit den schönen Patrizierhäusern genauer anzusehen. Zur Einkehr empfiehlt sich die **Weinstube Alter Torkel** (+41 81 302 36 75) in traumhafter Lage. Die Sonnenterrasse mit Blick auf die Rebberge lässt träumen. Wer will, kann hier hervorragende Bündner Weine degustieren und währschafte Bündner Spezialitäten geniessen.

Weiter geht es bei der Kirche in **Jenins** auf einen Fussweg Richtung **Rofels**. Der Weg führt an alten Mauern vorbei und durch ein Landwirtschaftsgebiet. Hat man den **Teilerfüfi** überquert, sieht man schon den Weiler **Unterrofels** und wenig später **Oberrofels**. Kurz darauf folgt man dem Wegweiser zum **Heididorf**. Hier kann man u.a. das Original-Heidihaus sowie Heidi's Alphütte besichtigen und freilaufenden Tieren zusehen. Ein Souvenirshop findet sich ebenfalls.

Dem Wanderweg Richtung **St. Luzisteig** folgend, kann man wenig später nach rechts abbiegen und im **Heidihof** (+41 81 300 47 47) einkehren. Die Route folgt nach **Bovel** und an einer Weggablung vorbei, wo man weiter geradeaus geht bis zu einer grossen Linkskurve mit Aussichtsturm. Hier biegt man nach links ab und geht am Waldrand entlang bergab via **Stellibovel** und zum **Heidibrunnen**. Auf dem Weinwanderweg geht es abwechselnd durch Rebberge, Wiesen und Wald. Die **Feldrüfi** auf einer Brücke überquerend sieht man kurz darauf die Kirche von **Fläsch**. Das nördlichste Dorf in der **Bündner Herrschaft**, das an den Kanton St.Gallen und das Fürstentum Liechtenstein angrenzt, wurde 2010 mit dem Wakker-Preis vom Schweizer Heimatschutz für seine innovative Ortsplanung ausgezeichnet.

Zum Abschluss der Wanderung empfiehlt sich das **Landhaus Fläsch** (+41 81 302 14 36) mit heimeliger Gaststube zur Einkehr.



**WARUM** BELOHNEN WIR EINEN AKTIVEN

LEBENSSTIL? WEIL GESUNDHEIT ALLES IST **SWICA**

swica.ch/fit