

# Winterwanderung Sedrun – Disentis



leicht | ⌚ 2.30 h | ↔ 9.6 km | ↑ 143 Hm ↓ 455 Hm | 🏠🍴 Sedrun, Segnas, Disentis | 📅 Dez – Mar

Beliebte Winterwanderung in der Sulselva von Sedrun nach Disentis / Mustér – Der Klassiker! Auf der Sonnenseite des Tales geht es an der Bahnlinie entlang durch die Winterlandschaft.

**Ausgangspunkt:** Sedrun – Bahnhof  
**Endpunkt:** Disentis / Mustér – Bahnhof  
**Einkehr:** Unterkunft und Verpflegung: Sedrun, Segnas, Disentis  
**Anforderungen:** markierter Winterwanderweg  
**Highlights:** Bergpanorama

00.00 h	Sedrun, 1441 m	
00.30 h	Bugnei, 1431 m	
01.10 h	Mumpé Tujetsch, 1393 m	
01.40 h	Segnas, 1326 m	
02.00 h	Cuoz, 1252 m	
02.30 h	Disentis / Mustér, 1130 m	



## Wegbeschreibung

Ausgangspunkt der Winterwanderung ist der Bahnhof in **Sedrun**. Einkehren und übernachten kann man zum Beispiel im gemütlichen **Hotel Kruezli** (+41 81 949 11 06).

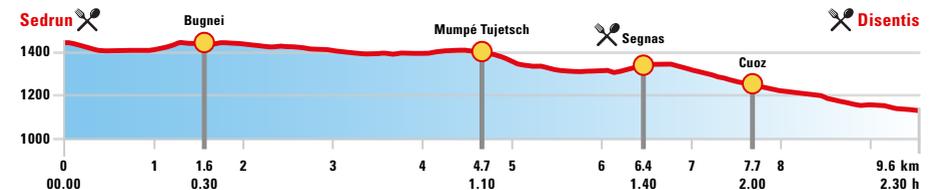
Vom Bahnhof **Sedrun** wandert man Richtung **Hallenbad** und nachher auf Quartierstrassen nach **Bugnei**. Hier beginnt der Winterwanderweg entlang der Bahnlinie, und auf der **Senda Sursilvana** immer talwärts bis **Disentis**. Am sonnigen, windgeschützten Hang entlang führt der Weg zum malerischen Dörfchen **Mumpé Tujetsch**. Sitzbänke laden unterwegs ein, die Sonne zu geniessen und sich auszuruhen. Von **Mumpé Tujetsch** hat man einen wunderschönen Ausblick nach **Disentis** mit seinem eindrucksvollen Kloster. Nach einem leichten Abstieg erreicht man **Segnas**, wo man im **Ustria Cresta** (+41 81 947 41 76) einen Halt einlegen und auf der Terrasse den Blick in die wunderschöne Bergwelt geniessen kann.

Von **Segnas** folgt man dem Weg unterhalb der **Ustria Cresta** nach links und dann wieder rechts zum Dorfteil **Buretsch**. Hier zweigt man nach links nach **Cuoz** ab, wo man kurz an der Hauptstrasse entlang bis zum **Sportzentrum** geht. Von **Cuoz** führt die Winterwanderung weiter bis zum Bahnhof **Disentis / Mustér**.

**Disentis** ist das kulturelle und wirtschaftliche Zentrum der **Surselva**. Seine Bedeutung verdankt die Ortschaft weitgehend dem Kloster, welches im Jahr 720 gegründet wurde.

Einkehr- und Übernachtungsmöglichkeit ua. im **Hotel Pazzola** (+41 81 925 33 33).

**Tipp:** Der Weg kann beliebig abgekürzt werden. Zwischen Sedrun und Disentis gibt es vier Haltestellen der Matterhorn Gotthard Bahn, um wieder an den Ausgangspunkt zurück zu kehren. Auch in umgekehrter Richtung ist die Wanderung sehr schön.



**WARUM** BELOHNERN WIR EINEN AKTIVEN

LEBENSSTIL? WEIL GESUNDHEIT ALLES IST **SWICA**

swica.ch/fit