

6. Etappe – Sardona-Welterbe-Weg: Elm – Martinsloch / Segnespass – Flims



WegWandern.ch



schwer | 9 h | 20 km | 1808 Hm ↓ 1674 Hm | Tschinglen, Segnespass, Segneschütte | Jul – Okt

6. Etappe der Wanderung auf dem Sardona-Welterbe-Weg – UNESCO-Welterbe Tektonikarena Sardona – von Elm zum sagenumwobenen Felsfenster in den Tschingelhörnern: das Martinsloch. Über den Segnespass geht es zur Schwemm- und Moorlandschaft Segnesboden und zur Segneschütte und via Foppa nach Flims. Ausgangspunkt der Wanderung auf dem Sardona-Welterbe-Weg ist die **Bushaltestelle Elm**, Station im **Sernftal**. In **Elm** empfiehlt sich zur Einkehr- und Übernachtungsmöglichkeit das **Hotel zum Bergführer** (+41 55 642 21 06).

- Ausgangspunkt:** Elm, Station – Busstation
- Endpunkt:** Flims – Bushaltestelle
- Einkehr:** Unterkunft und Verpflegung: div. in Elm, Tschingel-Wirtschaft, Segnespass Mountain Lodge, Segneschütte, nur Verpflegung: Berghaus Foppa, div. in Flims weiss-rot-weiss (Trittsicherheit, Schwindelfreiheit und Ausdauer erforderlich!)
- Anforderungen:** UNESCO-Welterbe Sardona, Martinsloch, Schwemm- und Moorlandschaft Segnesboden
- Highlights:** UNESCO-Welterbe Sardona, Martinsloch, Schwemm- und Moorlandschaft Segnesboden

00.00 h	Elm, 960 m			
00.25 h	Talstation Tschinglenbahn, 1043 m			
01.25 h	Tschinglen, 1394 m			
03.30 h	Büschegg, 2128 m			
05.00 h	Segnespass Mountain Lodge, 2625 m			
06.25 h	Segneschütte, 2088 m			
07.25 h	Startgels, 1588 m			
08.10 h	Foppa, 1370 m			
09.00 h	Flims, 1095 m			

[Wanderkarte](#)



Wegbeschreibung

Bevor es los geht, lohnt sich ein Besuch im **Besucherzentrum Elm** im alten Schulhaus. Über sieben Stationen erhält man hier vertiefende Einblicke in die Entstehung der **Glerner Hauptüberschiebung**.

Von der Bushaltestelle geht man zum Ortskern **Untertal** und Richtung **Tschingelbahn Talstation**. Wer will, kann sich die ersten 400 Höhenmeter sparen und gleich zur **Tschinglenalp** hochfahren, verpasst aber die grossartige, enge und tief eingeschnittene **Tschingelschlucht** mit dem teilweise aus dem Felsen herausgesprengten Weg. Auf der **Tschinglenalp** kann man sich nochmals stärken und in der **Tschinglen-Wirtschaft** (+41 79 505 59 53) einkehren und auch übernachten.

Das **Martinsloch** bereits im Blick, geht es über Alpweiden oberhalb des **Biffenbachs** steil aufwärts. Einige ausgesetzte Stellen sind zu meistern. Weiter geht es zum Aussichtspunkt **Brüschegg**, der zur Pause einlädt. Hier hat man einen schönen Blick auf die messerscharf gezackten **Tschingelhörner**. Über Geröll geht es nochmals steil bergauf bis zum **Segnespass / Pass dil Segnas** mit der **Mountain Lodge** (+41 79 704 05 94).

Besonders eindrücklich ist das **Martinsloch**, ein Durchbruch des Gesteins in der Alpenkette der **Tschingelhörner**. Zweimal im Jahr scheint die Sonne morgens für wenige Minuten hindurch, direkt auf den Kirchturm von **Elm**; jedes Jahr am 12. oder 13. März um 8:52 Uhr MEZ und im Herbst am 30. September und 1. Oktober um 9:33 Uhr MESZ. Infolge der Schalttage können die Tage um einen Tag früher oder später variieren. Tatsächlich jedoch scheint die Sonne länger als einen Monat durch die Felsöffnung am Fusse des **Grossen Tschingelhorns**, jedoch nur beobachtbar vom westlichen Gegenhang des Ortes aus. Vorsicht bitte – Sonnenbrille tragen – bei direkter Beobachtung.

Vom **Segnespass** führt die Route steil abwärts, durch einen mit Ketten gesicherten Weg. Über eine Felsrinne und durch eine Mulde gelangt man zur Schwemm- und Moorlandschaft **Segnesboden**, die von nationaler Bedeutung ist. Die Landschaft ist zunehmend geprägt vom **Flimser Bergsturz** – dem grössten Bergsturz der Alpen. Ein Blick zurück lohnt sich, um nochmals das **Martinsloch** auf der anderen Seite zu betrachten. Kurz darauf erreicht man die **Segneschütte / Ustria Segnes** (+41 81 927 99 25), eine der ältesten Berghütten der Region. Am Bergbach **Flem** entlang, geht es via **Punt Desch** und **Startgels** nach **Foppa** (+41 81 911 16 50) mit Einkehrmöglichkeit. Wer will, kann hier die Sesselbahn nach Flims hinunter nehmen. Der Wanderweg führt am **Trutg dil Flem** hinunter bis nach **Flims**.



WARUM BELOHNEN WIR EINEN AKTIVEN

LEBENSSTIL? WEIL GESUNDHEIT ALLES IST



swica.ch/fit