

Umbrailpass – Piz Umbrail – Lai da Rims – Sta. Maria Val Müstair



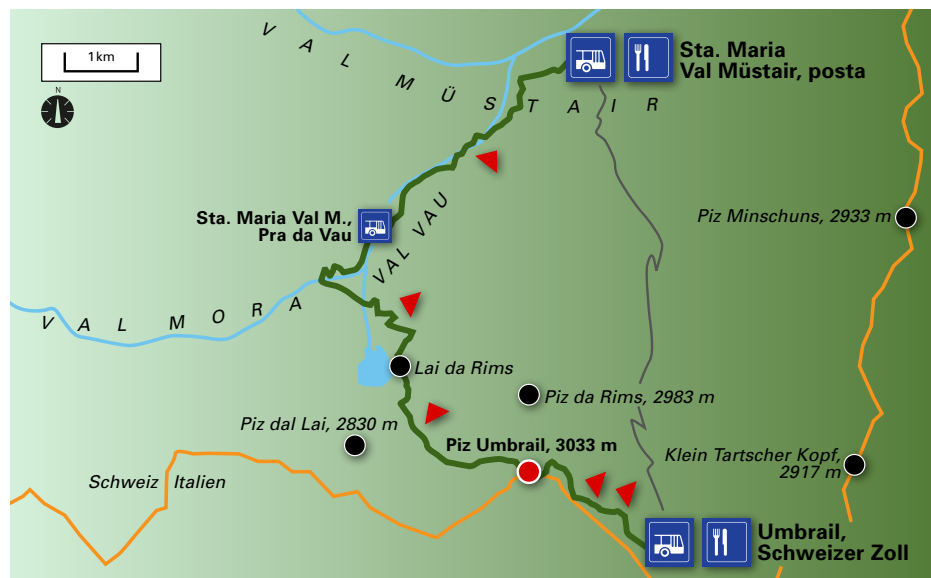
schwer | ⌚ 5 h | ↔ 14.3 km | ↑ 575 Hm ↓ 1696 Hm | 🍴🏠 Umbrailpass, Sta. Maria | 📅 Jul – Okt

Anspruchsvolle Wanderung auf den Piz Umbrail, 3033 m.ü.M., – eine Gipfeltour par excellence! Vom Umbrailpass nach Santa Maria Val Müstair. Es wartet eine fantastische Aussicht, der idyllische Lai da Rims und militärhistorische Relikte der Schweizer Grenzbefestigung aus dem Ersten Weltkrieg.

Ausgangspunkt: Umbrail, Schweizer Zoll – Busstation
Endpunkt: Sta. Maria Val Müstair, posta – Busstation
Einkehr: Unterkunft und Verpflegung: Berghaus Astras auf dem Umbrailpass, div. in Santa Maria
Anforderung: T3 – Schwindelfreiheit und Ausdauer erforderlich, lange Wanderung
Highlights: Aussicht auf dem Piz Umbrail, Lai da Rims, militärhistorische Relikte

00.00 h	Umbrail Schweizer Zoll, 2501 m	🚌 🍴 🏠
01.35 h	Piz Umbrail, 3033 m	
02.45 h	Lai da Rims, 2406 m	
03.40 h	Val Vau, 1947 m	
04.00 h	Pra da Vau, 1778 m	🚌 (Busfahrplan beachten!) 🍴 🏠
05.00 h	Santa Maria, 1375 m	🚌 🍴 🏠

📄 *Wanderkarte*



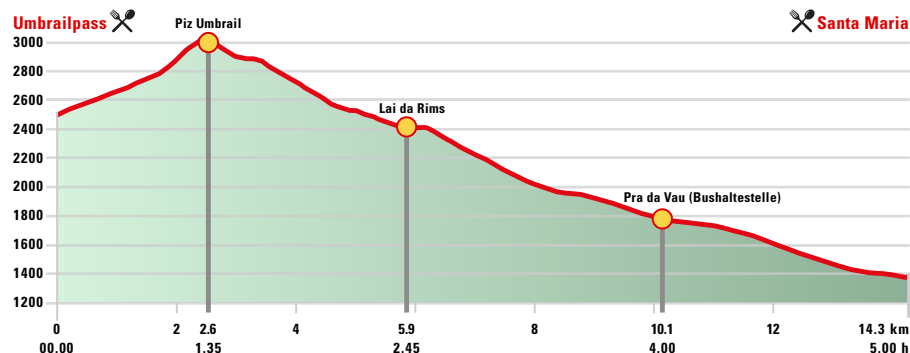
Wegbeschreibung

Ausgangspunkt der Wanderung ist die **Bushaltestelle Umbrail, Schweizer Zoll** auf dem **Umbrailpass**. Mit 2501 Meter ist der **Pass Umbrail** die höchste Haltestelle der Postautos überhaupt. Schon im Mittelalter bestand der Übergang über den Umbrail zwischen Santa Maria Val Müstair und Bormio. Säumer transportierten aus dem Süden Korn und Wein und aus dem Norden Salz aus dem Tirol. Gleich bei der Bushaltestelle findet man das **Berghaus Astras** (+41 79 513 39 16), wo man einkehren und übernachten kann.

Während des ersten Ersten Weltkrieges (1914-1918) standen sich beim nahen Stilfserjoch österreichische, italienische und schweizerische Truppen gegenüber. Auch auf dem Umbrailpass verschanzten sich Soldaten in den Schützengraben, um die Grenze zu sichern. Ein **Lehrpfad mit Schautafeln** erklärt die militärhistorische Bedeutung. Viele Soldaten fielen hier in der unwirtlichen Gegend im Kampf gegen Sturm, Schnee, Kälte und Lawinen zum Opfer.

Vom **Pass Umbrail** führt der Wanderweg zunächst über Alpweiden, dann an alten Schweizer **Schützengraben** vorbei an den Fuss des Piz Umbrail hinauf, immer längst der Grenze zu Italien. Über steile Kalkstein-Geröllhalden und zwischen den Felsen hindurch, geht es in leichter Kletterei (Schwindelfreiheit erforderlich!) hinauf zum Gipfel. Auf dem 3033 Meter hohen **Piz Umbrail** genießt man eine fantastische Aussicht auf das Ortlermassiv und ins Münstertal mit dem Lai da Rims.

Vom Pass Umbrail führt der Bergweg durch eine mondähnliche Landschaft hinunter zum idyllischen **Lai da Rims**. Einer der schönsten Bergseen der Alpen. Vom See führt die Route im Zickzack steil hinunter ins **Val Vau**. An der **Alp Praveder** vorbei, geht es zur **Alp Clastras**. Beide Alpen sind im Besitz vom Kloster Müstair. Bei **Tschuccai** erreicht man die **Bushaltestelle** (Sta. Maria Val M., Pra da Vau, Fahrplan beachten!) und eine Weggablung, wo man den Wanderweg zur rechten Hand nimmt. Durch Tannen- und Lärchenwald geht es nun durch das **Münstertal** bis zu schmucken Bergdorf **Santa Maria Val Müstair**.



**WARUM BELOHNERN WIR EINEN AKTIVEN
LEBENSSTIL?** WEIL GESUNDHEIT ALLES IST **SWICA**

swica.ch/fit