

**Elmar Bereuter**

# Schweiz

## Schwabenkinder-Wege

Auf den alten Wegen der Schwabenkinder durch die  
Schweiz und Liechtenstein bis nach Bregenz



**BERGVERLAG ROTHER GMBH • MÜNCHEN**

# Inhaltsverzeichnis

Vorworte .....	2
Übersichtskarte .....	6
Touristische Hinweise .....	7
GPS-Tracks .....	7
Routenübersicht .....	9
Schwabenkinder-Wege Schweiz und Liechtenstein .....	12
Wandern in der Schweiz und Liechtenstein .....	34
Informationen und Adressen .....	40
Kochrezepte aus der Zeit der Schwabenkinder .....	43
<b>A. Wege aus der Surselva nach Bregenz .....</b>	<b>48</b>
<b>A1</b> Zervreila/Vals – Ilanz – Chur – Bregenz .....	56
<b>A2</b> Sedrun – Disentis – Ilanz .....	146
<b>A3</b> Val Medel – Disentis .....	172
<b>B. Wege aus dem Albulatal und dem Oberhalbstein .....</b>	<b>182</b>
<b>B1</b> Schmitten – Lenzerheide – Chur .....	190
<b>B2</b> Savognin – Zorten – Lenzerheide .....	216
<b>C. Wege aus dem Calancatal .....</b>	<b>232</b>
<b>C1</b> Arvigo/Braggio – San Bernardino – Viamala – Bonaduz .....	238
<b>D. Wege aus dem Appenzell .....</b>	<b>278</b>
<b>D1</b> Appenzell – Altstätten – Lauterach .....	282
Fotopunkte .....	296
Glossar .....	298
Projektbeteiligte .....	300
Literatur (Auszug) .....	300
Stichwortverzeichnis .....	301