

Infos Touren 2026

Auf Dürers Spuren (Italien)*	28.03. – 04.04.2026
Vom Lago Maggiore zum Ortasee (Italien)	12.04. – 19.04.2026
Fluchtpunkt Hiddensee (Mecklenburg Vorpommern)	18.04. – 24.04.2026
Valli del Natisone (Friaul)*	09.05. – 16.05.2026
Zwischen Himmel und Hölle III (KARST) (Slowenien/Italien)*	17.05. – 24.05.2026
Val Varaita (Piemont)*	05.06. – 12.06.2026
Belle-Île-en-Mer (Bretagne)	06.06. – 13.06.2026
Monte Rosa (Piemont)* I	21.06. – 28.06.2026
Val Poschiavo (Alpenüberquerung, Schweiz, Italien)*	05.07. – 11.07.2026
Monte Rosa (Piemont)* II	26.07. – 02.08.2026
Gletscherwelten (Schweiz)*	18.08. – 24.08.2026
Val d'Ossola (Piemont)	22.08. – 29.08.2026
Via Spluga (Alpenüberquerung, Schweiz, Italien)*	13.09. – 19.09.2026
Monti Maggiore (Piemont / Lombardei)*	19.09. – 26.09.2026
Cinque Terre (Italien)	04.10. – 10.10.2026
Mali Losinj (Kroatische Insel)	10.10. – 17.10.2026

Auf Dürers Spuren (Italien)* | 28.03. – 04.04.2026

Sechstageswanderung in den Frühling. Über das Südtiroler Unterland ins 'italienische' Trentino

Termin: 28.03.- 04.04.2026

Preis: 990 Euro

Mit Gepäcktransport

Wegverlauf

Die Reise beginnt Samstagabend in Eppan-St. Michael im südtiroler Unterland. Wir passieren dann den kaum bekannten Aussichtsbalkon von Graun und folgen den Spuren Albrecht Dürers über den Crocolla-Paß (980 Meter) und den Heiligen See (1200m höchster Punkt der Tour) ins malerische Cembratal. Von dort wandern wir auf historischen Pilgerwegen hinauf zum Wallfahrtsort Montagnaga und schließlich hinunter in die frühlingshafte Val Sugana. Höhepunkt sind zwei Übernachtungen im Castello Pergine, einer der imposantesten Burgen des Trentino – ein echter Traum. Abstieg vom Burghügel am Samstag früh. Wer will ist am gleichen Abend wieder zu Hause. Oder hängt noch einen oder zwei Tage im Castello an (www.castelpergine.it) – oder in der Renaissanceperle Trento/Trient, die nur 10 Kilometer entfernt liegt.

Naturräumliche und thematische Besonderheiten

Dolomitenkulisse, historische Handels- und Pilgerrouten, Begegnung mit einem in Originalgestalt erhaltenen mittelalterlichen Pilgerhospiz, landschaftliche und kulturgechichtliche Motive, die Albrecht Dürer vor 500 Jahren hier gesehen und gemalt hat, das einmalige Castello Pergine samt seiner ambitionierten Küche. Erfahrungsgemäß herrscht in dieser Jahreszeit im Etschtal allerbestes Wanderwetter. Kälte und Regen gab es in den 20 Jahren, in denen ich diese Tour führte, so gut wie nie. Fast immer schien die Frühlingssonne so warm, dass man ausgiebige Mittagspausen in der Wiese machen konnte.

Umfang der Tagesetappen

Die Höhenunterschiede sind gering, nur einmal 600 Meter Aufstieg am Stück, sonst nur 'kleinere' An- und Abstiege (wir müssen aufgrund der Jahreszeit in Talnähe bleiben!). Weil es hier Anfang April schon mal ziemlich warm werden kann, handelt es sich aber trotzdem nicht um leichte Spaziergänge. Die erste Etappe ist mit 20 Kilometern ziemlich lang, woraus die Empfehlung folgt, einen oder zwei Tage früher anzureisen, um sich zu akklimatisieren

Alpinistische Schwierigkeiten

Keine, hin und wieder aber steinige Bergwege.

Leistungen

7x HP, kompetente Begleitung, eventuelle Zwischentransfers, Gepäcktransport.

Karten

Tabacco 049 + 062, oder Kompass 074 + 656.

Leitung

Wanderführer Gerhard Fitzthum

Vom Lago Maggiore zum Ortasee (Italien) | 12.04. – 19.04.2026

6-tägige Frühlingswanderung für den eher gemütlichen Einstieg in die Wandersaison

Termin: 12.04. – 19.04.2026

Preis: 1.050 Euro

Mit Gepäcktransport

Diese Streckenwanderung richtet sich an weniger geübte und besonders genussorientierte Bergfreunde und -freundinnen. Sie macht mit einem Alpenraum bekannt, der zu den ältesten und beliebtesten Ferienzielen der Nordeuropäer zählt, vermeidet dabei aber weitgehend die touristischen Trampelpfade.

Treffpunkt ist Cannobio, das schönste und ursprünglichste Städtchen am Lago Maggiore. Von hier aus geht es auf wunderschönen Wegen (und auch mal über Stock und Stein) in aussichtsreicher Höhe das komplette Westufer entlang bis Intra, wo wir – mit kurzem Abstecher auf die Isola Bella – nach Stresa übersetzen – wieder ein Örtchen mit großer Geschichte und bezaubernder Architektur.

Von dort steigen wir zum fantastischen Aussichtsberg Monte Falò auf, von wo es über verträumte Dörfchen an den Bilderbuchort Orta am gleichnamigen See hinuntergeht. Klar, dass wir noch nach S.Giulio, die berühmte Klosterinsel übersetzen.

Naturräumliche und thematische Besonderheiten

Seenlandschaft mit mediterranem Charakter, Nischen absoluter Stille unweit der Tummelzonen, traditionelle Saumpfade durch die alte Kulturlandschaft, atmosphärische Städtchen und Bergdörfer mit pittoresken Gassen und tropisch anmutenden Gärten, sehenswerte Kirchen und Kapellen und der Sacro Monte di Orta, den Friedrich Nietzsche als schönsten Ort der Welt bezeichnet hat. Geschichte auf Schritt und Tritt jedenfalls.

Umfang der Tagesetappen

12 bis 16 km, längere Anstiege gibt es nur an zwei Tagen (aber auch kleine addieren sich). Die Herausforderungen sind mit einer durchschnittlichen Kondition aber gut zu meistern. Die reinen Laufzeiten betragen 3,5 bis 5,5 Stunden. Auch wenn die Streckenwanderung nicht zu den anspruchsvollsten Touren des TCEN-Programms gehört, wird man hin und wieder Schweiß auf der Stirn spüren.

Alpinistische Schwierigkeiten

Keine, jedoch gelegentlich steile und ungepflegte Hangwege, bei denen man vor die Füße schauen muss.

Leistungen

7 Übernachtungen (familiengeführte Hotels) mit Frühstück und landestypischen Abendmenüs, Gepäcktransport.

Mindestteilnehmer*Innenzahl

10

Leitung

Geführt wird die konditionell nicht allzu anspruchsvolle Tour von der erfahrenen, kenntnisreichen und sympathischen Wanderleiterin Susanne Mayer, die das oberitalienische Seengebiet schon vor vielen Jahren zu ihrer Heimat gemacht hat.

Karten

Geo4Map Nr. 14, 15 und 17.

Fluchtpunkt Hiddensee (Mecklenburg Vorpommern) | 18.04. – 24.04.2026

Wandern und Genießen auf der spannendsten Ostseeinsel

Termin: 18.04. – 24.04.2026

Preis: 990 Euro (1.090 € im EZ)

Standortwanderung

Gerhart Hauptmann nannte Hiddensee „das geistvollste der deutschen Seebäder“ und hatte als großzügiger Gastgeber seines Sommerhauses mit dafür gesorgt, dass das Eiland diesem Titel gerecht wurde. Das „Capri der Ostsee“ hätte sich aber wohl auch ohne ihn zum Sehnsuchtsort der Künstler, Literaten und Wissenschaftler gemacht. Seit Anfang des 20. Jahrhunderts reisten sie auf der Suche nach unverbrauchter Natur und Weltabgeschiedenheit auf die Insel, auf der man bislang vom Fischfang gelebt hatte: Albert Einstein, Joachim Ringelnatz, Sigmund Freud, Thomas Mann, Hans Fallada, Asta Nielsen, Carl Zuckmayer, Max Reinhard, Billy Wilder und viele andere, die das Image des Eilands als „Künstlerkolonie“ bis heute prägen.

Vor wenigen Jahren wurde Hiddensee dann auch noch durch Lutz Seilers Roman „Kruso“ verewigt – als Treffpunkt all derer, die „das Land [die DDR] verlassen hatten, ohne eine Grenze zu überschreiten“. Im Grunde profitiert die Insel noch heute von einem Fluchtmpuls: Wer die moderne Zivilisation mit ihrem Autoverkehr, ihren wuchernden Neubaugebieten und dem Massentourismus hinter sich lassen will, setzt für ein paar Tage oder länger von Stralsund über, um an endlosen Sandstränden entlangzubummeln, ins Wasser zu springen oder einfach nur aufs Meer zu schauen. Auch die Hügellandschaft im Norden mit ihrer Steilküste und ihren wunderbaren Aussichtspunkten machen Hiddensee zu einem Biotop für WandererInnen. Es geht also keineswegs nur die ganze Zeit am Ufer entlang. Für einsame Strandspaziergänge bleibt an den Nachmittagen allerdings auch noch Zeit. Wenn das Wetter mitspielt werden sich Frühlingsgefühle kaum unterdrücken lassen!

Naturräumliche und thematische Besonderheiten

Eine weitestgehend unverbaute Insel mit zahlreichen Schutzgebieten und Heidelandschaften, wundervolle Naturwege auf den Höhen des Dornbusch, bezaubernde Reetdächer, historische Hotelbauten und Traumhäuser in the middle of nowhere. Zudem eine Geschichte, die es in sich hat.

Umfang der Tagesetappen

4 Wandertage mit 12-15 km Gesamtlänge, keine längeren Anstiege, so gut wie keine Asphaltpassagen. Ein bisschen Kondition und Trittsicherheit ist aber hilfreich. Reine Wanderzeit 3 bis 5 Stunden am Tag.

Alpinistische Schwierigkeiten

Keine, jedoch hin und wieder auch steilere und ungepflegte Wege, bei denen man vor die Füße schauen muss.

Leistungen

6x Halbpension im Kultort Kloster – ÜF in Doppelzimmern im Traditionshotel „Dornbusch“, das nach der Wende einen schönen Anbau mit großzügigen Appartments, Indoor-Schwimmbad und Sauna erhalten hat.

EZ mit Aufpreis und solange der Vorrat reicht. Die (im Preis eingeschlossenen) Abendmenus nehmen wir nebenan in einer weiteren Perle der Bel Epoque, im altehrwürdigen Hotel Hitthim, ein (siehe Foto).

Eine dreistündige Expedition auf den Spuren der einstigen Künstler und Literaten, geleitet von der quicklebendigen Berliner Verlegerin und Kulturführerin Ute Fritsch, Museumseintritte.

Leitung

Wandeführer Gerhard Fitzthum und Irmela Hannover

Valli del Natisone (Friaul)* | 09.05. – 16.05.2026

Frühlingswanderung durch die unbekannten Welten Friauls.

Termin: 09.05. – 16.05.2026

Preis: 840 Euro

Mit Gepäcktransport

Treffpunkt ist Samstag Abend in Pulfero bei Cividale, dem schönsten Städtchen im östlichen Friaul. Die mittelschwere Wanderung führt über die einsamen Hügelketten an der Grenze zu Slowenien, quert dabei die weltfernen Natisone-Täler und endet am Freitag Abend in Cividale, wo mit einem schönen Abendessen Abschied gefeiert wird.

Abreise ist Samstag nach dem Frühstück. Heimreise mit dem Zug über Udine, Venedig-Mestre, Verona und den Brenner (oder per IC-Bus über Villach) zurück nach München.

Naturräumliche und thematische Besonderheiten

Vergessene Bergdörfer und alte Kulturlandschaften im gemischtsprachlichen (italienisch/slowenischen) Grenzgebiet, historische Wege, bedeutende Kulturdenkmäler und Schauplätze bewegender Geschichte, kristallklare Wildbäche, Stille und Einsamkeit.

Umfang der Tagesetappen

Gesamt-Tagesaufstieg zumeist unter 1000 Höhenmeter, kaum längere Anstiege (aber auch kleinere Anstiege addieren sich!). Zudem sind zwei Etappen mit 6 Stunden Laufzeit recht lang.

Alpinistische Schwierigkeiten

Keine, doch immer wieder schmale und ungepflegte Wege.

Leistungen

7x ÜN (Mix aus kleinen Hotels, Gasthäusern, Pensionen und Hütten, meist bescheiden, Doppelzimmer sind die Regel, aber nicht an jedem Tag möglich) mit Frühstück und reichhaltigen landestypischen Abendmenüs, kompetente Tourenbegleitung, Gepäcktransport.

Karten

Tabacco-Wanderkarte 041, Valli del Natisone – Cividale del Friuli 1: 25000 ; Literatur: „Die letzten Täler“ von Gerhard Pilgram, Wilhelm Berger, Werner Koroschitz, Annemarie Pilgram-Ribitsch, Drava-Verlag Klagenfurt 2008, ISBN: 978-3-85435-532-8, 24,80 Euro.

Leitung

Antonietta Spizzo

Zwischen Himmel und Hölle III (KARST) (Slowenien/Italien)* | 17.05. – 24.05.2026

Teil 3: 6 Wandertage in einem unbekannten Land vom Karst ans Meer

Termin: 17.05. – 24.05.2026

Preis: 990 Euro

Mit Gepäcktransport

Die mittelschwere Wanderung ist der letzte Teil der Sloweniendurchquerung "Zwischen Himmel und Hölle" und führt auf verschlungenen Wegen durch die erstaunlich abwechslungsreichen Landschaften des slowenischen und italienischen Karsts. Sie verbindet eine Reihe herausragender Natur- und Kulturdenkmäler, erschließt aber auch weniger bekannte Gegenden.

Teil I: führt über die Pokljuka-Hochebene zum Wocheiner See (einer der schönsten der Alpen!) und von dort weiter nach Süden bis ins Bergarbeiterstädtchen Idrija.(Geplant für 2027)

Teil II: geht es dann aussichtsreich der Südkante der Alpen entlang und endet in Matavun, am Eingang der weltberühmten St. Kanzianshöhlen.(Geplant für 2028)

Teil III: Zu den Höhepunkten zählen der Park Skocjanske Jame (UNESCO-Weltkultur- und Naturerbe), der Aussichtsberg Slavnik (südwestlichster Eintausender Sloweniens mit traumhaftem Panorama), die „Winnetou-Landschaft“ Kraski rob (Karstrand) bei Zazid, die mittelalterliche Wehrkirche Hrastovlje (bedeutendes Kulturdenkmal), die spektakulären Felswände von Osp mit der Burg von Socerb (alte Festung, hoch über der Küste), das legendäre Val Rosandra (Naturschutzgebiet und Schauplatz der Literatur) und schließlich die Steilküste bei Triest (Weinterrassen und Felsklippen). Dazu kommen zahlreiche malerische Karstdörfer und alte Kulturlandschaften, die an historischen Saumpfaden und Wanderwegen abseits der Hauptverkehrsrouten liegen.

Anreise

Die Anreise mit öffentlichen Verkehrsmitteln ist übrigens ganz unproblematisch. Nachtzug und Eurocity fahren direkt von Frankfurt nach Ljubljana!

Umfang der Tagesetappen

Täglich etwa 6 Stunden Gehzeit, aber nur max. 600 Höhenmeter Aufstieg am Stück, kleinere Aufstiege addieren sich allerdings auch!

Alpinistische Schwierigkeiten

Keine, jedoch hin und wieder steinige Wege, Karst eben. Es braucht Trittsicherheit und ein bisschen Ausdauer.

Alternativlose Literatur

„Tiefer Gehen“ von Gerhard Pilgram, Wilhelm Berger und Werner Koroschitz, Drava-Verlag, 2. Aufl. 2013.

Leistungen

7x HP, thematische Einführung, Eintritte, Gepäcktransport.

Karten

1:50.000 Slovenska Istra, cicarija, brkini in kras.

Leitung

Gerhard Fitzthum

Val Varaita (Piemont)* | 05.06. – 12.06.2026

6-Tage durch das weltferne Nachbartal der Valle Maira (Piemont/GTA)

Termin: 05.06. - 12.06.2026 | Preis: 980 Euro | Mit Gepäcktransport

Eine etwas leichtere Variante der bisherigen Varaita-Tour: weniger Höhenmeter, komfortablere Unterkünfte. Auf verwunschenen und aussichtsreichen Wegen durchstreifen wir das von der allgemeinen Entwicklung abgehängte Westalpental und tauchen dabei auch in das gottverlassene Seitental Vallone di Gilba ein. Ein großartiges Erlebnis der Ursprünglichkeit und der Stille.

Um die vielen rutschigen und steinigen Wege zu meistern, sollte man Übung im Bergwandern haben – und auch etwas Kondition. Dafür lernt man eine einmalige uralte Kulturlandschaft kennen, die von historischen Saumpfaden, unzerstörten Ortsbildern und Zivilisationsferne geprägt ist. Ein zweites Mairatal – nur ohne den dortigen Andrang!

Anreise

Treffpunkt ist Freitag Abend im mittelalterlichen Städtchen Saluzzo, am Alpenrand südöstlich von Turin. Der Ort ist so einzigartig, dass man mindestens einen Tag früher anreisen sollte. Abreise ist am darauf folgenden Freitag gegen 10:20 Uhr in Sampeyre, Busankunft am überregionalen Zugbahnhof Savigliano um 11.46 Uhr. Wer früher los muss, kann vor Ort einen Shuttlebus chartern. Per Zug erreicht man Frankfurt dann gegen Mitternacht. Genaueres aber erst im Infobrief im Frühjahr.

Umfang der Tagesetappen

12-20 Km (4,5-7 Stunden reine Laufzeit), in der Regel nicht mehr als 500-700 Meter Anstiege am Tag also auch für weniger Trainierte machbar. Trotzdem keine Spaziergänge!

Alpinistische Schwierigkeiten

Keine, aber auch keine Wanderautobahnen.

Leistungen

7 Übernachtungen mit opulenten piemontesischen Abendmenus (incl. Wein) in Zwei- bis 4-Bettzimmern (auch Ehepaare müssen mal damit rechnen, in einem Vierbettzimmer zu übernachten), Gepäcktransport, Eintritte und Transfers. In der zweiten (sehr komfortablen) Unterkunft bleiben wir 2 Nächte, kehren also einmal abends wieder zurück.

Leitung

Fachkundige Tour-Führung von der wunderbaren Gudrun Queitsch.

Belle-Île-en-Mer (Bretagne) | 06.06. – 13.06.2026

Wandern zwischen Himmel und Meer

Termin: 06.06. – 13.06.2026 | Preis: 1.220 -1.350 Euro | Standortwanderung (ein Unterkunftswechsel)

Die vor der bretonischen Küste liegende Belle-Île-en-Mer wird ihrem Namen vollauf gerecht. Ihre Schönheit verdankt sich aber weniger ihrem paradiesischen Charakter als ihrer erhabenen Wildheit. Immer wieder lässt sie den Menschen sich so klein fühlen, wie er im Blick auf unzählbare Naturlandschaften tatsächlich auch ist.

In schöner Regelmäßigkeit wird man mit Steilabbrüchen konfrontiert, gegen die die Wellen des Atlantiks gewaltig antoben und denen man nicht zu nah kommen will. Kurz darauf tauchen wir dann in eine maßlos wuchernde Vegetation ein, in der sich niemand verirren möchte. Umso erfreulicher, dass fast 60 Prozent des nur spärlich bewohnten Eilands schon vor 50 Jahren unter Naturschutz gestellt wurden. Was die 87 Quadratkilometer große Insel außerdem so einzigartig macht, ist, dass die französische Organisation der Grandes Randonnées einen durchgehenden, 80 Kilometer langen Wanderweg ausgewiesen hat, der ausnahmslos direkt am Küstensaum entlang verläuft – fernab jeder Autostraße und nur an ganz wenigen Stellen von zivilisatorischen Einrichtungen unterbrochen.

Kein Wunder, dass der „GR 340“ 2022 zum schönsten Fernwanderweg Frankreichs gekürt wurde. Von „Spazier“-wegen kann allerdings keine Rede sein – die Route hat größtenteils Pfadcharakter und führt in stetem Auf und Ab von einer Bucht zur nächsten – wodurch man auf unberührte Sandstrände trifft, an denen man in glasklares (womöglich aber auch ziemlich kühles) Wasser springen kann.

Um genügend Zeit für die herrlichen Rast- und Badestellen zu haben und es insgesamt nicht zu anstrengend werden zu lassen, werden die Tagesetappen die 15 Kilometermarke nicht überschreiten (die angegebenen Höhenunterschiede für die fünf offiziellen Etappen liegen zwischen 350 und 550 Meter, wir bleiben aber meist darunter, weil wir nur einmal eine vollständige Etappe laufen). Natürlich kommen wir auch mit den zahlreichen sich im Inland versteckenden typisch bretonischen Dörfchen und Weiler in Kontakt, in denen nichts touristisch inszeniert wirkt (man aber auch nicht an jeder Ecke ein Café findet).

Anreise

Die Anreise mag weit erscheinen, ist letztlich aber unproblematisch: Mit dem TGV oder Eurostar nach Paris, von dort weiter mit einem Hochgeschwindigkeitszug nach Auray, wo die gemütliche Regionalbahn nach Quiberon abfährt. Die Überfahrt mit der Fähre nach Le Palais dauert eine knappe Stunde, danach betritt man eine völlig andere Welt, in der es nur im Zentrum der Inselhauptstadt etwas hektisch zugeht. Unser erstes Hotel liegt 200 Meter vom Hafen entfernt, aber auf einer Anhöhe – ein erster Konditionstest!

Naturräumliche und thematische Besonderheiten

Eine weitestgehend unverbaute Insel mit zahllosen Schutzgebieten und wundervollen Naturwegen, auf denen man kaum einmal den Blick aufs Meer vermisst. Typische bretonische Häuser, zwei reizvolle Küstenstädtchen. Zudem eine Geschichte, die es in sich hat.

Umfang der Tagesetappen

6 Wandertage mit 10-15 km Gesamtlänge, keine längeren, aber viele kleine Anstiege, so gut wie keine Asphaltpassagen. Kondition und Trittsicherheit sind aber hilfreich. Reine Wanderzeit 3,5 bis 5 Stunden am Tag.

Alpinistische Schwierigkeiten

Keine, jedoch hin und wieder auch steilere und (bei Nässe) rutschige Wege, bei denen man vor die Füße schauen muss.

Leistungen

7x Halbpension in zwei komfortablen Hotels, das Vauban in Le Palais mit Logenblick auf Meer und Hafen und das ziemlich luxuriöse Le Cardinal bei Sauzon, dem schönsten Ort der Insel. Im Cardinal gibt es sogar Sauna und Open-Air Schwimmbad. Einzelzimmerbuchung ist nicht möglich, Einzelreisende müssen sich ein Zimmer teilen (natürlich mit getrennten Betten)! Das Standardangebot kostet pro Person 1.220 Euro, die Unterbringung mit Meerblick 1.350 Euro – solange der Vorrat reicht!

Leitung

Gerhard Fitzthum und Irmela Hannover.

TCEN | Hainstraße 2 | 35457 Lollar | Telefon: 06406 74363 | Fax 06406 830170 | info@tcen.de | www.tcen.de

Monte Rosa (Piemont)* I | 21.06. – 28.06.2026

Sechs Wandertage auf der nördlichen GTA

Termin: 21.06. – 28.06.2026

Preis: 990 Euro

Mit Gepäcktransport

Die Wanderung südlich des Monte Rosa ist die seit Jahren beliebteste Tour aus dem TCEN-Programm.

Treffpunkt ist am Sonntagabend in der Nähe von Domodossola (Bahnlinie Basel-Brig-Mailand). Wir bewegen uns dabei in sechs Wandertagen durch den Siedlungsraum jener ersten Kolonisten des Hochgebirges, die Walser genannt werden: Val Strona, Val Sesia, Anzascatal und Seitentäler.

Dabei werden bis zu 2000m-hohe Pässe auf historischen Wegen überschritten. Rückfahrt ist Sonntag früh von Macugnaga aus (mit öffentlichen Verkehrsmitteln möglich). Spätestens um 11 Uhr erreicht man dann den Bahnhof von Domodossola – auf der Eurocity-Linie Mailand-Basel.

Thematische Besonderheiten

Walsersiedlungen, alte Passwege und Saumpfade, traumverlorene Berglandschaften und unvergessliche Ortsbilder, knisternde Nähe zum Monte Rosa, dem zweithöchsten Massiv der Alpen. Schöne Badestellen.

Umfang der Tagesetappen

15 bis 22 Kilometer (tägliche Laufzeit: 5- 6,5 Stunden).

Alpinistische Schwierigkeiten

Keine. Die Tour gehört nicht zu den schwersten aus dem TCEN-Programm, setzt aber einen gewissen Konditionsstand voraus. Man muss in der Lage sein, bis zu 1000 Meter auf- und absteigen zu können.

Leistungen

7x HP (hauptsächlich kleine Hotels, aber auch eine Hütte.) mit opulenten piemontesischen Abendmenüs (incl. Wein), Gepäcktransport, Museumsbesuch (evtl.), Transfers innerhalb des Wanderprogramms.

Karten

1:50000 Istituto Geografico Torino No.10

Leitung

Kompetente Tour Begleitung von Susanne Mayer.

Val Poschiavo (Alpenüberquerung, Schweiz, Italien)* | 05.07.–11.07.2026

Alpenüberquerung vom Val Müstair nach Tirano

Termin: 05.07.– 11.07.2026

Preis: 990 Euro

Mit Gepäcktransport

Alpenüberquerungen sind im Trend. Die meisten wählen aber den E5, ein touristisches Kunstprodukt, das nichts Besonderes und völlig überlaufen ist. Dass es andere und attraktivere Möglichkeiten gibt, zeigt diese Tour, auf der wir uns weitab der großen Touristenströme vom Schweizer Val Müstair in das italienische Veltlin bewegen.

Hier gibt es viel weniger Autoverkehr, kaum verbaute Täler und alpine Naturräume vom Feinsten. Mit Poschiavo erleben wir dann eines der schönsten Alpenstädte – und ein Tal, das sich wie kein anderes der Produktion biologischer Lebensmittel verschrieben hat. Natürlich machen wir davon beim Abendessen und beim Einkehren reichlich Gebrauch.

Naturräumliche und thematische Besonderheiten

Phantastische Bergpanoramen mit Ortler, Königspitze und Piz Palü, zwei der ursprünglichsten Täler der Alpen: die Val Mora und die Val di Campo, zahllose glasklare Bergseen, Stille und Einsamkeit.

Umfang der Tagesetappen

Gesamt-Tagesaufstieg liegt stets unter 1000 Höhenmeter, kaum längere Anstiege (aber auch kleinere Anstiege addieren sich!). Zudem sind zwei Etappen mit 6 bis 7 Stunden Laufzeit recht lang.

Alpinistische Schwierigkeiten

Keine, doch immer wieder richtige Bergwege, keine Wander-Autobahnen.

Leistungen

6xÜN (Mix aus Hotels, Gasthäusern, Pensionen und Hütten, nicht immer bescheiden, Doppelzimmer sind nicht an jedem Tag möglich) mit Frühstück und reichhaltigen landestypischen Abendmenüs, kompetente Tourenbegleitung, Gepäcktransport – mit Ausnahme eines Hüttentages.

Geplante Leitung

Gerhard Fitzthum

Monte Rosa (Piemont)* II | 26.07. – 02.08.2026

Sechs Wandertage auf der nördlichen GTA

Termin: 26.07. – 02.08.2026

Preis: 990 Euro

Mit Gepäcktransport

Die Wanderung südlich des Monte Rosa ist die seit Jahren beliebteste Tour aus dem TCEN-Programm.

Treffpunkt ist am Sonntagabend in der Nähe von Domodossola (Bahnlinie Basel-Brig-Mailand). Wir bewegen uns dabei in sechs Wandertagen durch den Siedlungsraum jener ersten Kolonisten des Hochgebirges, die Walser genannt werden: Val Strona, Val Sesia, Anzascatal und Seitentäler.

Dabei werden bis zu 2000m-hohe Pässe auf historischen Wegen überschritten. Rückfahrt ist Sonntag früh von Macugnaga aus (mit öffentlichen Verkehrsmitteln möglich). Spätestens um 11 Uhr erreicht man dann den Bahnhof von Domodossola – auf der Eurocity-Linie Mailand-Basel.

Thematische Besonderheiten

Walsersiedlungen, alte Passwege und Saumpfade, traumverlorene Berglandschaften und unvergessliche Ortsbilder, knisternde Nähe zum Monte Rosa, dem zweithöchsten Massiv der Alpen. Schöne Badestellen.

Umfang der Tagesetappen

15 bis 22 Kilometer (tägliche Laufzeit: 5- 6,5 Stunden).

Alpinistische Schwierigkeiten

Keine. Die Tour gehört nicht zu den schwersten aus dem TCEN-Programm, setzt aber einen gewissen Konditionsstand voraus. Man muss in der Lage sein, bis zu 1000 Meter auf- und absteigen zu können.

Leistungen

7x HP (hauptsächlich kleine Hotels, aber auch eine Hütte.) mit opulenten piemontesischen Abendmenüs (incl. Wein), Gepäcktransport, Museumsbesuch (evtl.), Transfers innerhalb des Wanderprogramms.

Karten

1:50000 Istituto Geografico Torino No.10

Leitung

Kompetente Tour Begleitung von Susanne Mayer.

Gletscherwelten (Schweiz)* | 18.08. – 24.08.2026

Spektakuläre Wandertage im Weltnaturerbe Jungfrau/Aletsch

Termin: 18.08. – 24.08.2026

1.440 Euro

Mit einem Gepäcktransport

Rund um Wengen und Grindelwald im Berner Oberland kommen wir in Tuchfühlung mit den Alpengletschern. Auf faszinierenden Hochgebirgswegen führen wir Sie zu Schlüsselstellen der alpinen Klimaerwärmung, die uns vom Experten Dr. Jürg Meyer anschaulich vermittelt werden. Höhepunkte sind die Begehung des Tschingel-Gletschers und der hautnahe Einblick in den wilden Hochgebirgskessel des Unteren Grindelwaldgletschers.

Übernachtet wird in der Belle Epoque – Perle des Hotel „Falken“ in Wengen, im romantischen, stromfreien Kerzenhotel „Obersteinberg“ auf 1800 m im abgeschiedenen hinteren Lauterbrunnental, und in der modernen Berghütte „Bäregg“ ob Grindelwald.

Für Transfers nutzen wir Postautos, Seilbahnen und die spektakuläre Jungfraubahn vor dem Dreigestirn Eiger – Mönch – Jungfrau. Für die An- und Abreise bietet die Schweiz ein unvergleichliches Netz öffentlicher Verkehrsmittel.

Thematische Besonderheiten

Begegnung mit dem ‚ewigen‘ Eis und faszinierend unberührten Hochgebirgslandschaften, sachkundige und anschauliche Informationen zum globalen Klimawandel und seinen Auswirkungen auf die Alpen, Einblick in die Hotellerie des Fin de Siècle und in die Verkehrsgeschichte der Alpen.

Anforderungen

Vorausgesetzt werden Bergwander-Erfahrung und körperliche Fitness, aber keine alpinistischen Fähigkeiten; die konditionellen Herausforderungen sind durchschnittlich. Die Aufstiege betragen bis zu 900 m, die Abstiege bis 1'200 m. Weil es immer wieder spektakuläre Tiefblicke gibt, sollte man keine Höhenangst haben. An den Tagen der Hüttenauf- und abstiege müssen die Utensilien für die Übernachtung auf dem Rücken getragen werden

Leistungen

6 x HP in 2-3 Bett-Zimmern, auf der Bäregghütte auch in 6-8 Bett-Zimmern. Kompetente Führung und Fachleitung. Ausrüstung für die Gletscherbegehung, alle Transfers und Eintritte, Gepäcktransport.

Mindestteilnehmerzahl

12, maximal 18.

Leitung

Geleitet werden die Wanderungen von Dr. Gerhard Fitzthum und Dr. Jürg Meyer, Geologe und Bergführer, ehemals Umweltbeauftragter des Schweizer Alpen-Clubs SAC. Er ist profunder Kenner der Alpen ganz generell sowie ihrer Dynamik in Zeiten der Klimaerwärmung.

Karten

An sich genügt die regionale Exkursionskarte Lauterbrunnen/Mürren/Wengen 1:40 000, die vor Ort erhältlich ist. Auf der Webseite der schweizerischen Landestopografie www.map.geo.admin.ch sind sämtliche Kartenwerke der Schweiz in allen Maßstäben gratis herunterladbar.

Val d'Ossola (Piemont) | 22.08. – 29.08.2026

Sechs Wandertage zwischen Kultur und Natur im unbekannten Norden Piemonts

Termin: 22.08. – 29.08.2026

Preis: 930 Euro

Mit Gepäcktransport

Trotz ihrer geographischen Nähe zum deutschen Sprachraum sind die Ossola-Täler den meisten von uns völlig fremd geblieben. Zwar ist jeder schon mal mit dem Zug oder dem Auto an Domodossola vorüber gefahren, nach Norden abgebogen dürften hier aber die wenigsten sein – schließlich will, wer den Simplon hinter sich gelassen hat, in den Süden!

Dabei verpasst man den landschaftlich sehr reizvollen und touristisch kaum erschlossenen Taleinschnitt des Toce, der im 19. Jahrhundert Reisende aus ganz Europa anzog, weil er im Ruf stand, den schönsten Wasserfall der Alpen zu besitzen.

Die von uns besuchten Täler Val Antigorio und Val Formazza (der untere bzw. obere Talabschnitt des Toce) bestechen durch uralte Architektur, große Einsamkeit und historische Saumpfade, die das Herz jedes Wanderers höher schlagen lassen.

Treffpunkt ist Samstagabend im Zentrum von Domodossola, wo wir im altehrwürdigen Albergo-Ristorante „Da Sciolla“ logieren und den späteren Abend auf einer der schönsten Piazzen Oberitaliens verbringen. Die Reise endet Samstag nach dem Frühstück: Busfahrt von Ponte Formazza nach Domodossola.

Naturräumliche und thematische Besonderheiten

Phantastische Bergpanoramen, Dörfer ohne Straßenanschluss, die berühmte Cascata del Toce, eine geheimnisvolle Gletscherschlucht, mittelalterliche Bogenbrücken, traumhafte Badestellen.

Umfang der Tagesetappen

Dank des Gepäcktransports keine allzu schwierige Tour! Trotzdem keine Spaziergänge – an zwei Tagen müssen wir jeweils insgesamt rund 900 Höhenmeter aufsteigen. Zweimal bleiben wir aber zwei Nächte an einem Ort, was die Möglichkeit eröffnet, eine Etappe auszulassen oder abzukürzen.

Alpinistische Schwierigkeiten

Keine, zwischendrin aber auch mal der eine oder andere schmale, rutschige Steig. Wir bewegen uns zunächst in niedriger Höhe, steigen dann aber auf mehr als 2000 Meter auf; wo es auch mal kühl werden kann. Selbst im Sommer.

Leistungen

7 Übernachtungen (familiengeführte Hotels, drei Berghütten) mit Frühstück und exzellenten landestypischen Abendmenüs (incl. Wein), Tourenbegleitung, thematische Einführung, Gepäcktransport. In der Salecchio-Hütte steht uns das große Gepäck nicht zur Verfügung. Es erwartet uns erst in der nächsten Unterkunft.

Karten

1:50 000, Kompass Nr. 89, „Domodossola“.

Leitung

Kompetente Tour Begleitung von Susanne Mayer.

Via Spluga (Alpenüberquerung, Schweiz, Italien)* | 13.09.- 19.09.2026

Durch Via Mala und Cardinello-Schlucht in die mediterrane Welt des Comer Sees

Termin: 13.09.- 19.09.2026

Preis: 1.250 Euro

Mit Gepäcktransport

Der Saumweg über den Splügen-Pass wurde schon von den Römern benutzt und gehörte ab dem 15. Jahrhundert zu den wichtigsten Handelswegen über die Alpen. Auch nach dem Bau der kutschengängigen Kommerzialstraße im frühen 19. Jahrhundert wickelte sich hier ein großer Teil des alpenquerenden Transport- und Reiseverkehrs ab. Zum Glück ist die historische Säumeroute nur zum Teil überbaut worden, sodass wir immer wieder stundenlang über altes Pflaster wandern, was uns mit Haut und Haaren in eine spannende Passgeschichte eintauchen lässt.

Sehr besonders ist es auch, dass einige Herbergen aus der Säumerzeit und Bel Epoque-Hotels erhalten geblieben sind und noch heute betrieben werden – wenn auch auf sehr viel höheren Niveau als damals. Auch wenn die Übernachtungskosten hier (in der Schweiz) irrwitzig hoch sind, haben wir diese architektonischen Perlen als Quartier gewählt. In den beiden Schweizer Edel-Etablissements kann man sich nach einem langen Wandertag deshalb noch im Schwimmbad oder in der Sauna erholen, oder einfach nur die Aura vergangener Zeiten genießen. Im traditionsreichen Hotel Bodenhaus in Splügen hat man zudem das schöne Gefühl, dort in die Kissen zu sinken, wo sich zuvor Friedrich Nietzsche, Albert Einstein und Napoleon III. ausgeschlafen hatten. Klar, dass solcher Luxus den Reisepreis in die Höhe treibt!

Naturräumliche und thematische Besonderheiten

Insgesamt drei abenteuerliche Schluchten, traumhafte Saumpfade durch verwilderte Mischwälder, Bilderbuchstadt Chiavenna, Ankommen in der mediterranen Wasserlandschaft des Lago di Como, Nischen absoluter Stille unweit der Passstraßen, ein Original erhaltenes Säumerquartier, Geschichte auf Schritt und Tritt.

Umfang der Tagesetappen

15 bis 20 km, in den ersten beiden Tagen steigen wir bei nur kleineren Zwischenabstiegen von 700 auf insgesamt 2100 Meter Höhe auf, kein Hexenwerk also, dennoch empfiehlt sich, einen Tag früher zur Akklimatisation anzureisen – das Posthotel in Sils (bei Thusis) ist für Schweizer Verhältnisse äußerst günstig! In der zweiten Wochenhälfte geht es dann weitestgehend bergab oder ohne große Höhenunterschiede am Fluss entlang. Die Herausforderungen sind mit einer durchschnittlichen Kondition gut zu meistern. Die reinen Laufzeiten betragen 4,5 bis 6,5 Stunden. Natürlich sollte man nicht das erste Mal im Gebirge wandern.

Alpinistische Schwierigkeiten

Keine, jedoch hin und wieder steile und ungepflegte Bergwege, bei denen man vor die Füße schauen muss.

Leistungen

6 Übernachtungen in gemütlichen Hotels, von denen zwei historisch aufsehenerregend sind mit Frühstück und landestypischen Abendmenüs, 2- und 3-Bettzimmer, Gepäcktransport.

Karten

Ideal: Kümmerly & Frey Nr. 27 + Kompass WK 92 „Chiavenna-Val Begaglia“ 1 : 50 000.

Leitung

Fachkundige Tour-Führung von Gerhard Fitzthum

Monti Maggiore (Piemont / Lombardei)* | 19.09. – 26.09.2026

Vom Centovalli durch die Traumlandschaft des Lago Maggiore

Termin: 19.09. – 26.09.2026

Preis: 1.050 Euro

Mit Gepäcktransport

Diese Tour ist eine neue Variante der bisherigen Monti Maggiore-Wanderung. Sie macht mit einer Alpenregion bekannt, die zu den ältesten und beliebtesten Feriendestinationen Europas gehört, vermeidet dabei aber weitgehend die touristischen Ballungsräume.

Treffpunkt und Startpunkt ist Santa Maria Maggiore im Centovalli (unkomplizierte Anreise über Domodossola). Von hier tauchen wir ins gottverlassene Val Cannobina ein und berühren dabei auch den Nationalpark Val Grande. Nach zwei Wandertagen auf uralten und halbvergessenen Saumpfaden erreichen wir mit Cannobio das schönste Städtchen am Lago Maggiore, wo wir uns für zwei Nächte in bester Lage einquartieren. Wer auf der endlosen Seepromenade keine Urlaubsgefühle entwickelt, ist selber schuld. Wer sich ein Bad im noch warmen Wasser entgehen lässt, ebenfalls. In der zweiten Wochenhälfte folgen wir dem aussichtsreichen Höhenzug in Richtung Verbania, setzen mit dem Passagierschiff über nach Stresa, wobei wir einer der berühmten Borromäischen Inseln noch einen Besuch abstatten.

Naturräumliche und thematische Besonderheiten

Seenlandschaft mit mediterranem Charakter, Nischen absoluter Stille unweit der Tummelzonen, traditionelle Saumpfade durch die untergehende Kulturlandschaft.

Umfang der Tagesetappen

15 bis 20 km, längere Anstiege gibt es kaum (aber auch kleine addieren sich). Die Herausforderungen sind mit einer durchschnittlichen Kondition aber gut zu meistern. Die reinen Laufzeiten betragen 4,5 bis 6,5 Stunden. Natürlich sollte man nicht das erste Mal im Gebirge wandern.

Alpinistische Schwierigkeiten

Keine, jedoch hin und wieder steile und ungepflegte Bergwege, bei denen man vor die Füße schauen muss.

Leistungen

7 Übernachtungen (familiengeführte Hotels) mit Frühstück und landestypischen Abendmenüs, 2- und 3-Bettzimmer, Gepäcktransport.

Leitung

Fachkundige Tour-Führung von der Reisejournalistin und Italienexpertin Barbara Schaefer

Karten

Ideal: Kompass Nr. 90 „Lago Maggiore, Lago di Varese“ 1 : 50 000.

Cinque Terre (Italien) | 04.10. – 10.10.2026

Sechs Tage im bekanntesten italienischen Wandergebiet außerhalb der Alpen

Termin: 04.10. – 10.10.2026

Preis: 950 Euro

Standortwanderung

Die Cinqueterre gehören zu den Sehnsuchtsorten Italiens – auch wegen ihres fantastischen Wegenetzes mit Meerblick. Kein Wunder, dass die fünf Traumdörfchen an den Steilhängen der Riviera ziemlich gut besucht sind. Um dem Trubel zu entgehen, ziehen wir uns nicht nur in die Nebensaison zurück, sondern weichen immer wieder auf schönsten Wegen ins kaum betretene Hinterland aus – wo uns ein großflächiger Naturpark erwartet, der durch eine unvergleichliche mediterrane Vegetation besticht.

Natürlich bleiben aber auch die berühmten Dörfchen nicht ausgespart – und auch das Meer nicht, das um diese Jahreszeit noch mehr als 20 Grad warm zu sein pflegt.

Umfang der Tagesetappen

Aus dem Blickwinkel von BergwandererInnen sind die Höhenunterschiede gering, nur einmal 660 Meter Aufstieg am Stück, sonst nur ‚kleinere‘. Aufstiege zwischen 300 und 500 Metern. Um leichte Spaziergänge handelt es sich trotzdem nicht – die (reinen) Laufzeiten betragen 4 bis 6 Stunden am Tag.

Alpinistische Schwierigkeiten

Keine, aber steile steinige Wegstücke, die bei Nässe rutschig sein können.

Leistungen

6 mal Halbpension in einem netten Hotel, Eintritte, Transfers mit Zug und Schiff.

Leitung

Die Wanderung wird von Sandra Bosch und Marta Rocco geleitet, zwei kompetenten und liebenswerten Naturparkguides aus der Region.

Mali Losinj (Kroatische Insel) | 10.10. – 17.10.2026

Sechs entspannende Wandertage auf einer glücklichen kroatischen Insel

Termin: 10.10. – 17.10.2026

Preis: 1.020 Euro

Standortwanderung (3 Stationen)

In sechs Wandertagen erschließen wir uns die bezaubernde Adriainsel, auf der einst die bessere Gesellschaft des Habsburgerreichs zu überwintern pflegte. Es gibt kaum einem Ort in Europa mit milderem Klima! Wenn nicht gerade die Bora weht, werden wir Badetemperaturen haben.

Die Rede von mediterranem Ambiente wäre fast ein bisschen untertrieben – die Palmen sind höher als die Häuser, die bezaubernde Hafenpromenade wird von gigantischen Kakteen bewacht. Das sich an die Insel Cres anschließende Eiland ist durchaus gebirgig und damit bestens zum Wandern geeignet. Natürlich besteigen wir die höchste Erhebung, die 580 Meter hohe Televrina, die bei den Kroaten Osorica heißt. Das Panorama ist atemberaubend, mal sieht man das Meer auf der einen, mal auf der anderen Seite. Nach zwei Übernachtungen wechseln wir von Cres nach Nerezine, einem bezaubernden Fischerdorf am Nordufer. Die letzten 3 Tage genießen wir in der verträumten Hafenstadt Mali Losinj.

Anreise

Die Anreise mit öffentlichen Verkehrsmitteln ist übrigens ganz unproblematisch. Am einfachsten mit Nachtzügen, die direkt bis nach Ljubljana oder Rijeka fahren. Dort geht jeden Nachmittag ein Katamaran nach Mali Losinj – und mittags ein Bus. Man kann es sich auch gut gehen lassen und einen Tag in Ljubljana verbringen – der menschlichsten europäischen Hauptstadt.

Naturräumliche und thematische Besonderheiten

Wir genießen nicht nur einmalig stille Inselszenen, sondern auch eine großartige Küche, Spezialitäten sind Fisch- und Lammgerichte.

Umfang der Tagesetappen

10 – 20 Kilometer, Anstiege bis 580 m.

Alpinistische Schwierigkeiten

Keine. Auf Karstuntergründen zu wandern ist aber immer mal wieder anstrengend. Man sollte gut zu Fuß sein!

Leistungen

7x ÜF in komfortablen Hotels mit bestem Abendessen, thematische Einführung, Bootstransfers, Eintritte.

Karten

Am besten und preisgünstigsten ist es, eine regionale Wanderkarte vor Ort zu kaufen.

Leitung

Geführt wird die Tour von Gerhard Fitzthum