

## Auf alten Wegen des Val Maira

**Streckenwanderung: 27. Mai – 3. Juni (So-So)**

Das Val Maira ist eines der am meisten entvölkerten Alpentäler. In einer vorbildlichen Gemeinschaftsaktion haben die Bewohner alte Kultur- und Transportwege für einen sanften Tourismus wiederhergestellt und eine Talumrundung auf den „Percorsi Occitani“ durch passende „Posti Tappa“, einfache Unterkünfte mit Zimmern und bester piemontesischer Küche, möglich gemacht. Seilbahnen und Skigebieten werden wir hier nicht begegnen, dafür viel Natur, einsamen Weilern, überwucherten Mauerresten, Kirchen mit sehenswerten Fresken....

Das Gepäck wird auf Wunsch zum nächsten Quartier befördert.

Im Frühjahr gehen wir auf sonnenbeschienen Südhängen vom Talbeginn stetig talaufwärts.



San Martino superiore

### Reiseverlauf:

Sonntag: Anreise durch die Schweiz mit Picknick oberhalb des Genfer Sees.

Fahrt durch Aostatal und Po-Ebene ins Val Maira zu unserem Ausgangspunkt Dronero. Auf Wunsch, „Aufwärm-Spaziergang“ durch einen Naturpark mit interessanten Steininformationen.

Montag – Samstag: Strecken-Wanderung mit Übernachtungen im „Posto Tappa“. Alle Etappen liegen im Schwierigkeitsbereich „mittel“, wir wandern auf einer Höhe von 674 m bis ca. 2.000 m. Tagesetappen etwa 3 - 6 Std.

Sonntag: Stadtbummel in Dronero,

Rückfahrt nach Freiburg

**Reisepreis: 980 €**

## Großer St. Bernhard - Aostatal

**Wochenend-Ausflug: 7. – 8. Juli (Sa/So)**

In nur ca. 4 Std. erreichen wir von Freiburg aus den Pass des großen St. Bernhard auf 2.469 m. Mit wenigen Schritten entfernen wir uns vom Trubel am Pass und tauchen ein in die herrliche Bergwelt mit Blick (bei guter Sicht) auf so berühmte Bergriesen wie MontBlanc, Grandes Jorasses, Grand Combin, Gran Paradiso und der Chance, mit etwas Glück sogar einem Steinbock zu begegnen.

Ein Bummel in der alten Römerstadt Aosta mit gemütlichem Abendessen rundet den Tag ab.

Am Sonntag machen wir uns auf eine leichte Wanderung an einem wunderschönen Stausee umstanden von Gletscherbergen (bis fast 4.000 m) über eine Alm mit Murmeltierbehausungen zu einem Rifugio, bevor wir die Heimfahrt antreten.

Ein Bergwochenende mit Genuss auch zum Ausprobieren für (Wieder-)EinsteigerInnen.



Blick auf Mont Blanc und Grandes Jorasses

### Reiseverlauf:

Samstag: Anreise durch die Schweiz mit Picknick oberhalb des Genfer Sees.

Auffahrt zum Gr. St. Bernhard mit einer leichten Bergtour (ca. 3 Std., ca. 250 Höhen-m) mit Chance auf Blick zum Mont Blanc, Gr. Jorasses u.a. Berühmtheiten.

Fahrt ins Aostatal zu unserem Quartier.

Stadtbummel in Aosta mit Abendessen

Übernachtung in gemütlicher Bergpension

Sonntag: Einfache Wanderung (ca. 2 Std.) an einem Stausee zu einem Rifugio mit Einkehrmöglichkeit

Rückfahrt nach Freiburg

**Reisepreis: 220 €**

## Bergtouren im Monviso-Gebiet

**Wanderwoche: 2.– 8. September (So-Sa)**

Die majestätische Pyramide des Monviso (3.841 m), dem „Re di Pietra“ (König aus Stein), fällt schon von weitem beim Durchqueren der Po-Ebene auf.

Da wo der Po - Italiens Mississippi - entspringt, starten wir unsere Bergtouren. Über weite Bergwiesen oder steinige Felspfade, vorbei an malerischen Bergseen erreichen wir Aussichtspunkte mit Blick über den gesamten westl. Alpenbogen vom Monte Rosa bis zu den See-Alpen.

In unserem festen Quartier mit einfachen Zimmern werden wir mit üppiger piemontesischer Küche verwöhnt.

Wander-Stopps auf An- und Rückreise am Gr. St. Bernhard und/oder dem Aostatal ermöglichen Bergerlebnisse vom ersten bis zum letzten Urlaubstag.



Blick auf Monviso

### Reiseverlauf:

Sonntag: Anreise durch die Schweiz mit Picknick oberhalb des Genfer Sees.

Bei passendem Wetter Abstecher zum Gr. St. Bernhard mit einer leichten Bergtour (ca. 3 Std.) zum Einstimmen mit Chance auf Blick zum Mont Blanc, Gr. Jorasses u.a. Berühmtheiten.

Fahrt durch Aostatal und Po-Ebene ins obere Po-Tal zu unserem Quartier, einem „Rifugio di Confort“ (einfaches Berghotel)

Montag – Donnerstag: Tageswanderungen im Schwierigkeitsbereich „mittel“, wir wandern auf einer Höhe von 2.020 m bis ca. 2.950 m. Tagestouren etwa 2,5 – 5 Std. Evtl. ist eine Gipfelbesteigung auf 3.019 m möglich.

Freitag: Stadtbesichtigung Saluzzo, Fahrt ins Aosta-Tal, Übernachtung in hübscher Bergpension.

Samstag: Auf Wunsch kleine Wanderung/Spaziergang, Rückfahrt nach Freiburg

**Reisepreis: 850 €**

## Reiseinformationen

### Leistungen:

- Fahrt ab Freiburg und alle Transfers im Kleinbus
- Halbpension in Doppel- od. Mehrbettzimmern (Einzelzimmer mit Zuzahlung möglich, nur soweit verfügbar)
- Reise- und Wanderleitung

Nicht inbegriffen: Tagesvesper, Gepäcktransport, Getränke

Max. 7 Plätze - bitte rechtzeitig anmelden!

Unsere Wanderungen zielen nicht auf sportliche Leistungen, sondern auf Freude an der körperlichen Betätigung in der Natur in fröhlicher Gesellschaft.

Bei den Wanderwochen sind auch Ruhetage bzw. Überspringen von Etappen per Bus möglich.

Auf Wunsch der Gruppe können Austausch-(Council-)Runden den Kontakt und das innere Erleben vertiefen. Es gibt aber keinen Zwang zur Gruppe. Ganz bei sich sein, Wandern (teilweise) in Schweigen ist ebenso willkommen.

**Frühbucher-Rabatte im Internet!**

Außerdem im Programm:

## Bonne Route

### Felsenwanderungen in den Vogesen

#### Wochenend-Ausflug: 9. – 10. Juni (Sa/So)

Wanderung auf dem bekannten „Sentier des Roches“ mit Picknick auf einem Felsen hoch überm Tal, Aufstieg zum Le Hohneck (1.270 m, Einkehrmöglichkeit) und zurück zum Col de la Schlucht (1.135 m).

Übernachtung im Maison d'ARS mit leckerer, vegetarischer Halbpension.

Wanderung von Col de la Schlucht nach Norden über steile Aussichtsfelsen bis zum Lac des Truites (Einkehrmöglichkeit). Zurück entlang dem Hochmoor-NSG „Gazon du Faing“ und über den Le Tanet (1.292 m).

**Reisepreis: 150 €**

[www.ARSeminare.de](http://www.ARSeminare.de)

## Buon Viaggio

Wanderungen in ursprünglicher vom Massentourismus weitgehend verschonter Alpen-Natur in Kombination mit italienischer Lebensweise und leckerem piemontesischem Essen – ein Genuss.

In kleinen Gruppen von 3-7 Personen möchte ich mit euch zu den schönsten Plätzen in den ital. Alpen fahren, die ich entdeckt habe. Ich Sorge für den Transport, die Unterkunft/das Essen und führe euch auf ausgewählten Routen. Vom Wochenende mit leichten Einstiegs-Touren über anspruchsvollere Wander-Wochen bis zu mehrtägigen Routen – auch ohne Gepäck, damit möchte ich alle ansprechen, die Lust haben, die Natur der hohen Berge zu erleben, dabei nicht alleine aber auch nicht in Gruppen zu 20 Personen unterwegs sein wollen. Du bist herzlich willkommen, auch wenn du keinerlei Bergerfahrung hast oder diese vielleicht länger zurückliegt. Eine gewisse Grundkondition, Trittsicherheit und gute Wanderschuhe sind für alle diese Touren erforderlich.



### Reinhard Bielefeld

geb. 1952, Dipl.-Informatiker, wandert seit seinem 20. Lebensjahr – am liebsten in alpinem Gelände.

Seit 2000 ausgebildet zum Visionssuche-Leiter in der Tradition der School of lost Borders

Fortbildung in Council-Training (Ojai-Foundation).

### Info:

Reinhard Bielefeld  
329 Chemin de la Tête de Saut  
F-88290 Saulxures sur Moselotte  
Tel.: 0033 3 29 24 50 74  
oder: 0761 / 4570114  
eMail: [info@ARSeminare.de](mailto:info@ARSeminare.de)

[www.ARSeminare.de](http://www.ARSeminare.de)

# Buon Viaggio

Wander-Reisen in die Piemontesischen Alpen

2018

