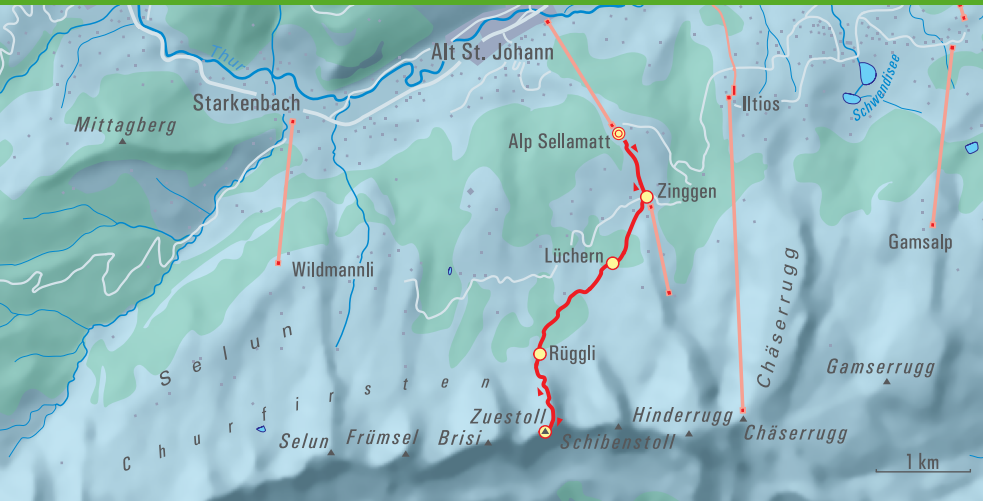


Alpinwanderung im Toggenburg

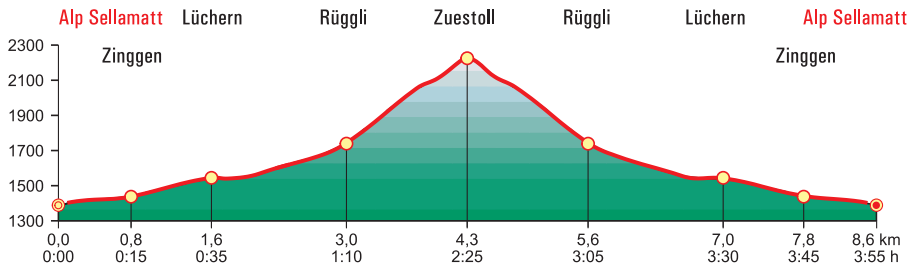


Alp Sellmatt > Alp Sellmatt

	Alp Sellmatt	0 h 00 min	
	Zinggen	0 h 15 min	0:15
	Lüchern	0 h 35 min	0:20
	Rüggli	1 h 10 min	0:35
	Zuestoll	2 h 25 min	1:15
	Rüggli	3 h 05 min	0:40
	Lüchern	3 h 30 min	0:25
	Zinggen	3 h 45 min	0:15
	Alp Sellmatt	3 h 55 min	

Escursione alpina

	T4	
	Difficile	
	3 h 55 min	
	8,6 km	
	905 m	
	905 m	
	giugno - ottobre	
	237T Walenstadt 3301T Säntis	
	Solo per chi non soffre di vertigini	





Auf den schwierigsten Gipfel der Churfürsten

Die Bergkette der Churfürsten fällt auf der Südseite in einer steilen Felswand fast senkrecht zum Walensee ab. Auf der Nordseite hingegen führen Bergwanderwege vom Toggenburg über steile Rücken und Flanken auf die Gipfel. Auf den Zuestoll allerdings führt ausschliesslich ein Alpinwanderweg. Seine Besteigung gilt damit als Meisterstück unter den Churfürstengipfeln.

Die Wanderung beginnt beim Berghotel Alp Sellamatt. Die markanten Gipfel der Churfürsten, Selun, Frümssel, Brisi, Zuestoll und Schibenstoll bilden ein eindrückliches Panorama. Über flache Alpweiden geht es gemächlich nach Zinggen. Dort zweigt man rechts ab und wandert auf einer Alpenstrasse in Richtung Lüchern, wo man sich aus einer Kühltruhe selbständig mit Getränken und diversen Eissorten bedienen kann.

Der Weg führt weiter über Alpweiden und durch offene Wälder mit einzelnen Bäumen. Nach dem Hof Langlitten erreicht man deutlich felsigeres und steileres Terrain. Bei Rüggli trennen sich die Wege; wir nehmen die rechte Abzweigung auf den weiss-blau-weiss markierten

alpinen Wanderweg. Mit eingebauten Stufen im steinigem Weg erklimmt und erklettert man die erste Schlüsselstelle der Wanderung und gelangt auf den grasigen Rücken des Zuestolls. Nun steigt man mit einer stetigen Aussicht auf den Brisi im leichten Zickzack bis zu einem ausgesetzten Grat hoch. Gesichert mit Stahlseilen ist auch diese zweite Schlüsselstelle gut machbar. Auf einem ausgesetzten Wegabschnitt mit Aussicht auf den Schibenstoll bringt man die letzten Höhenmeter bis zum Gipfelkreuz des Zuestolls hinter sich. Der Tiefblick hinunter zum Walensee, der sich erst auf den allerletzten Metern offenbart, ist atemberaubend, ebenso die Aussicht in die Glarner und Bündner Alpen. Der Rückweg verläuft auf der gleichen Route.

Jon Guler, 2022

INFO

Erreichbar ist die Alp Sellamatt mit der Sellamattbahn (Sessel/Gondel-Kombibahn) ab Alt St. Johann, Dorf.

Toggenburg Bergbahnen, 071 998 68 10



Die Aussicht auf den Schibenstoll (links) vom letzten Grat kurz vor dem Gipfel des Zuestoll.



Das Gipfelkreuz mit dem Blick auf den Brisi und den Walensee. Bilder: Jon Guler

