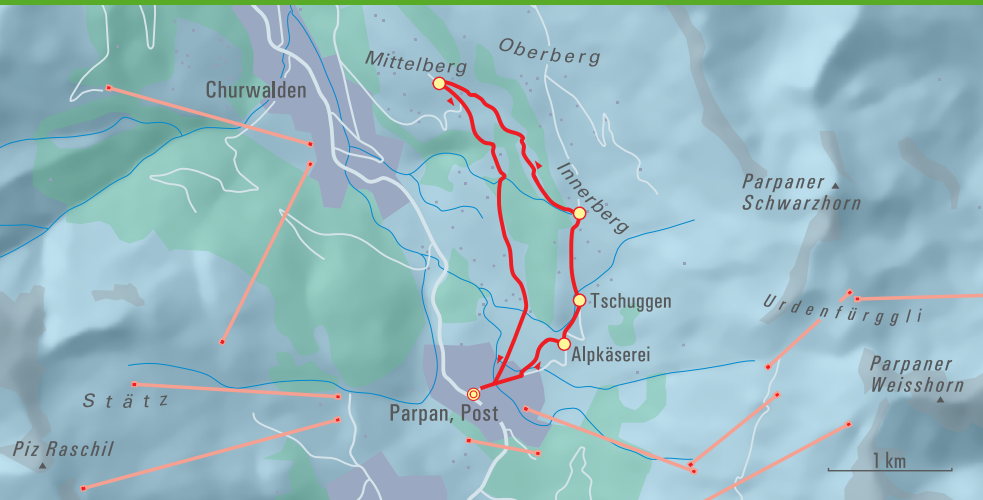


# Abseits der Pistenhektik auf der Lenzerheide

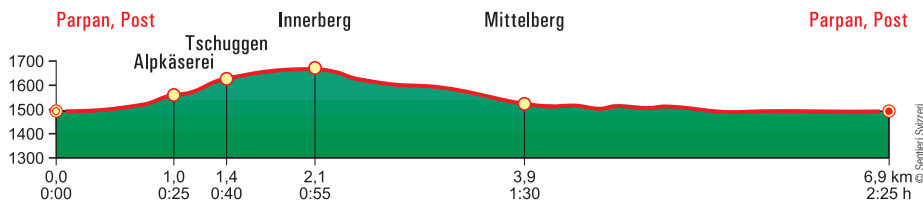


## Parpan, Post > Parpan, Post

	Parpan, Post	0 h 00 min	
	Alpkäserei	0 h 25 min	
	Tschuggen	0 h 40 min	
	Innerberg	0 h 55 min	
	Mittelberg	1 h 30 min	
	Parpan, Post	2 h 25 min	

## Escursione invernale

	Media
	2 h 25 min
	6,9 km
	190 m
	190 m
	dicembre - marzo
	3309T Arosa-Davos





## Kalte Käsekessi und Spuren im sonnigen Schnee

xDie Lenzerheide ist eine der beliebtesten Wintersportdestinationen mit unzähligen Skipisten, einer Biathlon- und einer Langlaufarena sowie einem dichten Netz an präparierten Winterwanderwegen und Schneeschuhrouuten. Abseits des Trubels, gleich nebenan liegt der Rundweg 207 bei Parpan, ideal für eine gemütliche Winterwanderung bei nicht optimalen Pistenverhältnissen oder zur Erholung nach intensiven Skitagen.

Die Winterwanderung beginnt in Parpan und führt über das Langlaufzentrum zur Alpkäserei Parpan. Während im Sommer durch die grossen Panoramafenster dem Käser bei der Arbeit zugesehen werden kann, bleibt das Käsekessi im Winter kalt. Infotafeln, das Fenster zum Käsekeller und der Selbstbedienungskühlschrank machen die Alpkäserei aber trotzdem zu einem lohnenden Zwischenstopp. Nach einem kurzen Aufstieg zum Tschuggen erreicht man ein kleines Plateau. Bei der Abzweigung Innerberg geht es durch kurze Waldstücke nach Mittelberg, wo der Winterwanderweg auf die Langlaufloipe trifft. Der folgende Abschnitt ist ein gutes Beispiel für die Koexistenz verschiedener Wintersportarten, die

vor allem durch gegenseitige Rücksichtnahme funktioniert. Entlang der Loipe geht es zurück zum Langlaufzentrum und nach Parpan.

Michael Dubach, 2023

### INFO

Erreichbar ist «Parpan, Post» mit dem Postauto von Chur oder Tiefencastel/Lenzerheide.

Alpkäserei Parpan, 077 433 78 28,  
[www.alpkaeserei.ch](http://www.alpkaeserei.ch)  
Restaurant Tschugga,  
[www.restaurant-tschugga.com](http://www.restaurant-tschugga.com), 081 382 15 53  
Langlaufzentrum Parpan, [www.langlaufparpan.ch](http://www.langlaufparpan.ch),  
079 512 55 68



Ab Mittelberg teilen sich Langläuferin und Winterwanderer den Weg.

Bild: Michael Dubach

