



## Senioren SAC Winterthur



- Tour:** **Bike & Hike Grüşch - Girenspitz (2133 m)**  
Biken mit Teilstrecken auf den Routen 330 Panorama Ride und 325 Furna – Trimmiser Alp (Schweiz Mobil).  
Diese Tour wird zusammen mit dem „Alpin Club Region Flughafen“ (ACRF) durchgeführt. [www.alpinesektion.ch](http://www.alpinesektion.ch)  
Aktualisierte Beschreibung vom 10.8.2019 (Biken ab Valzeina).
- Datum:** **Donnerstag, 5. Sept. 2019**
- Typ und Grad:** Biken S1- BW/T2  
Biken "wenig schwierig" auf Fahrstrassen; Hiken mit einigen T3 Stellen.
- Karten:** LK 1:25 000 1176 Schiers
- Ablauf:** 06.30 Uhr Abfahrt mit PW und aufgeladenen Bikes aus dem Raum Winterthur via Grüşch nach Valzeina.  
08.30 Uhr Eintreffen in Valzeina, Parkplatz im Dorf.  
Biken ab Valzeina - Unterclavadätsch - Laubenzug - Alp Falsch nach Zanutsch (1688m). Ab hier zu Fuss auf den Girenspitz (2133m).  
Danach weiter auf dem Höhenweg, vorbei am Hanen und Sunntigberg zum Zanutscher Boden. Abstieg nach Zanutsch.  
Abfahrt mit MTB auf der Aufstiegsroute zurück nach Valzeina.  
Variante: Abfahrt mit MTB ab Valzeina durch das Tobel (schöner Trail) auf die andere (östliche) Talseite nach Grüşch (unter der Voraussetzung, dass jemand die PW's nach Grüşch bringt und dort die Biker in Empfang nimmt).
- Zeiten:** Bergfahrt MTB ca. 1 3/4 Std. / 720 hm aufwärts / 150 hm abwärts / 10 km.  
Wanderung Girenspitz ca. 2 Std. / 450 hm / 7 km.  
Abfahrt MTB ca. 3/4 Std. / 720 hm abwärts / 150 hm aufwärts / 10 km.  
Variante Abfahrt Valzeina - Grüşch: 670 hm abwärts / 150 hm aufwärts / 8 km.
- Anforderung:** Kondition für obige Bike - und Wanderstrecken.
- Kosten:** Anteil Auto.
- Verpflegung:** Zwischenverpflegung aus dem Rucksack.
- Ausrüstung:** Mountain Bike und entsprechende Kleidung.  
Stabile Turnschuhe für Hike ok; evtl. Stöcke. Wetterschutz.
- Anmeldung:** SAC: online über DropTours bis 31. Aug. 2019.  
ACRF: per E-Mail an Kurt Brühwiler bis 31. Aug. 2019.  
Autozuteilung erfolgt nach Anmeldeschluss.
- Die Tourenleiter** Kurt Brühwiler, Unterwegli 11, 8404 Winterthur  
Tel. 052 242 95 66 (079 425 82 93), [bruehwiler@gmx.ch](mailto:bruehwiler@gmx.ch)  
  
Armin Oehy, Helgenstrasse 19, 8404 Winterthur  
052 242 80 97 (079 228 44 63), [armin.oehy@bluewin.ch](mailto:armin.oehy@bluewin.ch)