

Planung einer Outdoortour im Sommer 2020

Arosa-Tritt-Strelasee-Strelapass-Davos Platz

«Auf Schritt und Tritt in den Spuren des Gigathlon 2018»

Ersatzarbeit

HPM-Woche

Universität Bern

vorgelegt von

Ursina Matossi

Matrikel-Nr.: 15-104-706

St. Moritz, Juli 2020

1. Tourenbeschreibung

1.1. Thema der Tour

Mit dem Thema «auf Schritt und Tritt in den Spuren des Gigathlon 2018» ist diese Wanderung ein Rückblick auf ein Erlebnis vor zwei Jahren, als der Gigathlon in Arosa und Davos ausgetragen wurde. Die erste Strecke des Gigathlons 2018 war ein Trailrun und führte von Arosa nach Davos. Da der Trailrunner unseres Teams sehr von dieser Strecke schwärmte, habe ich beschlossen diese Strecke ebenfalls, mit einer kleinen Änderung zum Schluss, zu absolvieren. Jedoch wandernd mit einer Freundin und nicht laufend, wie die Gigathleten dies taten.

In der Kategorie «Team of five» des Multisportevents, welcher in verschiedenen europäischen Ländern jedes Jahr ausgetragen wird, stehen wie der Name bereits sagt fünf Sportler für ein Team an der Startlinie, jedes Teammitglied macht eine Strecke pro Tag, der Zeitmesschip wird in der Wechselzone immer übergeben und ist somit «der Einzige», welcher die ganze Strecke zurücklegt. An jedem der beiden Tage wurden die fünf Sportarten alpiner Trailrun, Laufen, Schwimmen, Radfahren und Mountainbiken ausgetragen. Auf Abbildung 1 ist ein Teil des Teams zu sehen, alles Sportler aus anderen Sportarten, vor allem Langlauf und Skifahren.



Abbildung 1: Ein Teil des Teams am Gigathlon 2018 in Arosa und Davos (v.r.n.l.): Yanik Pauchard, Ursina Matossi, Fabiana Wieser und Livio Matossi. Das fünfte Teammitglied, Maurus Grond, fehlt auf dem Foto.

Das Thema des Gigathlon 2018 war «unleash the animal». Für die Teams of five startete der Wettkampf am Samstag morgen mit dem Trailrun von Arosa nach Davos, auf welchem 19 km und 900 hm zu absolvieren waren. Auf der Bergstation der Parsennbahn wurde die Zeit dann gestoppt und die Athleten konnten gemütlich die Bahn nach Davos Dorf nehmen und zum See spazieren, wo die Zeit wieder zu laufen begann sobald der Schwimmer ins Wasser ging. Nach 1.5 km im kalten Davoser See übergab der Schwimmer dem Läufer, welcher 10 km mit 150 hm bestritt und wieder dem Schwimmer übergab, welcher dann noch einmal die 1.5 km lange

Strecke im See schwamm. Danach folgte die Radstrecke, welche von Davos über den Albulapass ins Engadin und dann über den Flüelapass wieder zurück nach Davos führte und 118 km lang war, dabei wurden 2500 hm überwunden. Zum Schluss fuhr der Biker von Davos, auf der 30 km langen Strecke mit 1300 hm, über den Strelapass zurück nach Arosa. Am zweiten Tag fanden alle Strecken in Arosa statt. Die Radstrecke war zeitneutral bis nach Chur, wo die Zeit zu laufen begann, in einem Bergrennen nach Arosa über 58 km und 1400 hm. Dann folgte der erste Teil der Schwimmstrecke im Aroser Untersee über 1.5 km, gefolgt vom Trailrun rund um Arosa mit 20 km und 700 hm, und einem erneuten 1.5 km langen Schwimmen im Untersee. Dann folgte eine Bikestrecke von 34 km und 1300 hm, mit anspruchsvollen Singletrails. Den Schluss dieses Wochenendes machte eine relativ flache Laufstrecke durch Arosa von 13 km und 350 hm (<https://www.gigathlon.com/switzerland/2018/de/disziplinen>, besucht am 10. Juli 2020).

Der Gigathlon 2018 war ein sehr spannendes, anstrengendes und cooles Erlebnis, für fünf Athleten, welche alle nicht aus einer der Sportarten des Gigathlons kommen. Das Ziel der Tour ist es, Erinnerungen an dieses Ereignis noch einmal aufleben zu lassen.

1.2. Anreise und Abreise

Die Reise nach Arosa wird mit dem Zug gemacht. Der Zug fährt von Chur jede Stunde um xx:08 Uhr durch das Schanfigg nach Arosa. Wir werden bereits früh am Morgen auf den Zug gehen, um den Menschen etwas auszuweichen. Starten kann man die Wanderung dann direkt am Bahnhof in Arosa.

In Davos angekommen, kann man zu Fuss zurück zum Bahnhofs Dorf oder Platz, je nach dem in welche Richtung man fahren muss, um nach Hause zu reisen. Wir werden nach der Wanderung noch zum Davoser See gehen, um dort Strandbad Davos, wo die Wechselzone war. Im Davoser See werden wir noch eine Runde schwimmen gehen, wie dies beim Gigathlon auch der Fall war. Die Strecke von Davos Platz zum Davoser See kann man gut zu Fuss zurücklegen, dies dauert ca. 20 min. Wer möchte kann auch den Bus nehmen, dieser fährt ungefähr alle 10 min von Davos Platz durch die Stadt, entweder über die Promenade oder entlang der Talstrasse nach Davos Dorf, wo man dann zum See gelangt.

1.3. Sicherheit

Diese Tour ist sicherheitstechnisch gesehen kein Problem. Gute Trekking- oder Trailrunschuhe sind jedoch notwendig. Da es bereits Juli ist, wird es kaum noch Schnee auf der Route haben und daher wird die Wanderung kein Problem sein.

Auf der Passage beim Tritt wartet eine Treppe im Fels, welche nichts für Menschen mit Höhenangst ist, es wird jedoch ein Stahlseil neben der Treppe im Fels befestigt sein, wo man sich falls nötig festhalten kann. Die letzten 100 m bevor man zu dieser Passage mit den Treppen kommt ist der Weg in einer Geröllhalde, und teilweise etwas rutschig, was jedoch auch kein Problem sein sollte, wenn man gute Schuhe trägt.

Ansonsten ist die ganze Wanderung auf Forstwegen oder schmaleren Wanderwegen zu gehen und sollte durchgehend sehr sicher sein.

Beim Schwimmen werden wir nicht alleine gehen und aufeinander aufpassen, da der See doch kalt ist. Wir werden einen langen Neoprenanzug tragen. Wichtig ist, dass man zusammenbleibt und falls man sich nicht wohlfühlt, dies der anderen Person meldet. Da die Temperaturen zwar kalt aber nicht sehr kalt sind, sollte dies mit Neoprenanzug jedoch kein Problem sein.

1.4. Beschreibung der Route

Die Tour startet beim Bahnhof in Arosa. Zuerst gibt es einen kurzen Abstieg zum Stausee Isel auf 1606 M.ü.M. Danach führt die Route über die Furggenalp vorbei am Tiejer Wald nach Tieja und dann nach Tschuggen auf 2040 M.ü.M. Von Tschuggen führt der Wanderweg über Medergen und die Chüpfer Alp hinauf zu der berühmten Treppe Tritt, welche über 264 Stufen den Fels hinauf führt. Ein dickes Stahlseil ist am Felsen befestigt, damit man sich falls nötig festhalten kann.



Abbildung 2: Der Weg hin zur Felswand, wo die Passage «Tritt», mit ihren 264 Stufen liegt. (Auf dem Foto ist sogar das Gigathlon-Tshirt von 2018 zu sehen).



Abbildung 3: Die Treppe des «Tritt» ist im Felsen zu sehen.

Nach dieser interessanten Passage führt der Weg über die letzten Steigungen hoch zur Latschüelfurgga auf 2405 M.ü.M. Dort angekommen kann man eine wunderschöne Aussicht Richtung Schanfigg oder Landwassertal genießen. Von der Latschüelfurgga aus führt ein schmaler Weg ziemlich flach zum Strelasee (2404 M.ü.M), wo eine Pause gemacht und die Aussicht über Davos, hinüber zum Jakobshorn genossen werden kann.

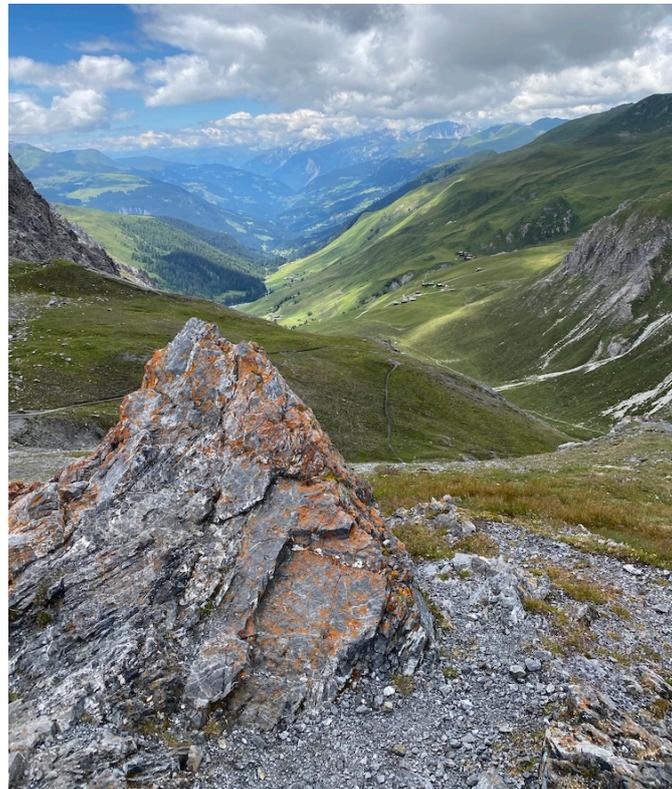


Abbildung 4: Die Aussicht vom Strelapass in Schanfigg.

Schliesslich geht es weiter zum Strelapass auf 2347 M.ü.M, wo noch einmal ein Blick ins Schanfigg gegeben werden kann. Auf dem Strelapass gibt es ein kleines Restaurant, wo man sich verpflegen kann, falls man selbst nichts dabei hat. Nach dem schönen Aufstieg folgt dann der Abstieg über die Strelalp und Schatzalp nach Davos Platz auf 1540 M.ü.M. Von der Schatzalp weg könnte man die letzten Höhenmeter des Abstiegs auch mit der Bahn bestreiten. Es führt jedoch ein angenehmer Forstweg hinunter auf die hohe Promenade und dann nach Davos Platz oder Dorf. Dieser letzte Teil der Strecke, vom Strelapass hinunter nach Davos wird anders sein als am Gigathlon. Nach dem Abstieg folgt kleinen Stärkung im berühmten Kaffee Klatsch in Davos (ein Muss, wenn man in Davos ist). Danach geht es für das Gigathlon-Feeling noch ab ins Strandbad in Davos zum Schwimmen im See, da der See nicht wirklich warm ist, werden wird für ein längeres Schwimmen ein Neoprenanzug empfohlen, wer nur kurz baden möchte, kann dies aber auch ohne Neoprenanzug tun. Von Davos Platz aus, läuft man entweder der Promenade oder der etwas tiefer gelegenen Talstrasse entlang nach Davos Dorf und von da aus direkt zum Strandbad am Davoser See.



Abbildung 5: Abkühlung im Davoser See zum Schluss des Tages.

Karte



Abbildung 6: Wanderung von Arosa nach Davos. Weitere Daten unter:
<https://map.schweizmobil.ch/?lang=de&photos=yes&logo=yes&season=summer&bgLayer=pk&resolution=4.57&E=2775530&N=1185109&trackId=7383983>

GPS Track; <http://www.spw.unibe.ch/touren/15104706a.php>

Arosa-Tritt-Davos Platz

18.07.2020



Länge	21.07 km	Min/max Höhe	1'555 m/2'428 m
Auf-/Abstiege	1'123 m/1'324 m	Wandern	7 h 2 min

Abbildung 7: Höhenprofil der Wanderung von Arosa nach Davos

Anhang

Infos zum Gigathlon 2018 unter:

<https://www.gigathlon.com/switzerland/2018/de/foxy-sunday>

Rangliste zum Gigathlon 2018 unter:

<https://www.trackmyrace.com/running/event-zone/event/gigathlon-switzerland-2018/results/>

Literatur

Offizielle Website Gigathlon:

<https://www.gigathlon.com/switzerland/2018/de/>