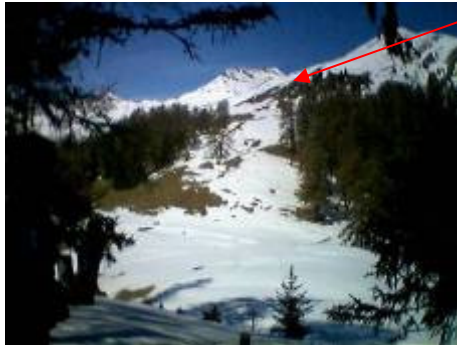


Ein Muss: Hinauf auf den Senter Hausberg! Wir empfehlen: Hinauf via Plan Dartòs (wer früh dran ist soll hier Auerwild sehen, wir waren noch nie so früh dran...) und hinunter via Alp Telf. Und: Wer um 11.00 Uhr oben ist, hört aus dem Tal heraus die Glocken von 7 Kirchen. Darum der Name: "Berg der 7 Glocken". Und weil man 7 Glocken hört ist auch klar, dass man eine schöne Aussicht hat...

Tiere: Murmeli bei der Alp Telf

Und: Sent - Alp Telf - Alp Spadla retour ist übrigens eine tolle Mountain Bike Tour...

Mot da Set Mezdis (eigentlich nur eine Erhöhung auf dem Gratrücken, der sich noch weit nach oben zieht)



zwischen Plan Dartòs und Mot da Set Mezdis



oben (früh im Frühling...)



Blick ins Val Sinestra



Blick hinab nach Scuol und zur Lischanagruppe



Blick talaufwärts



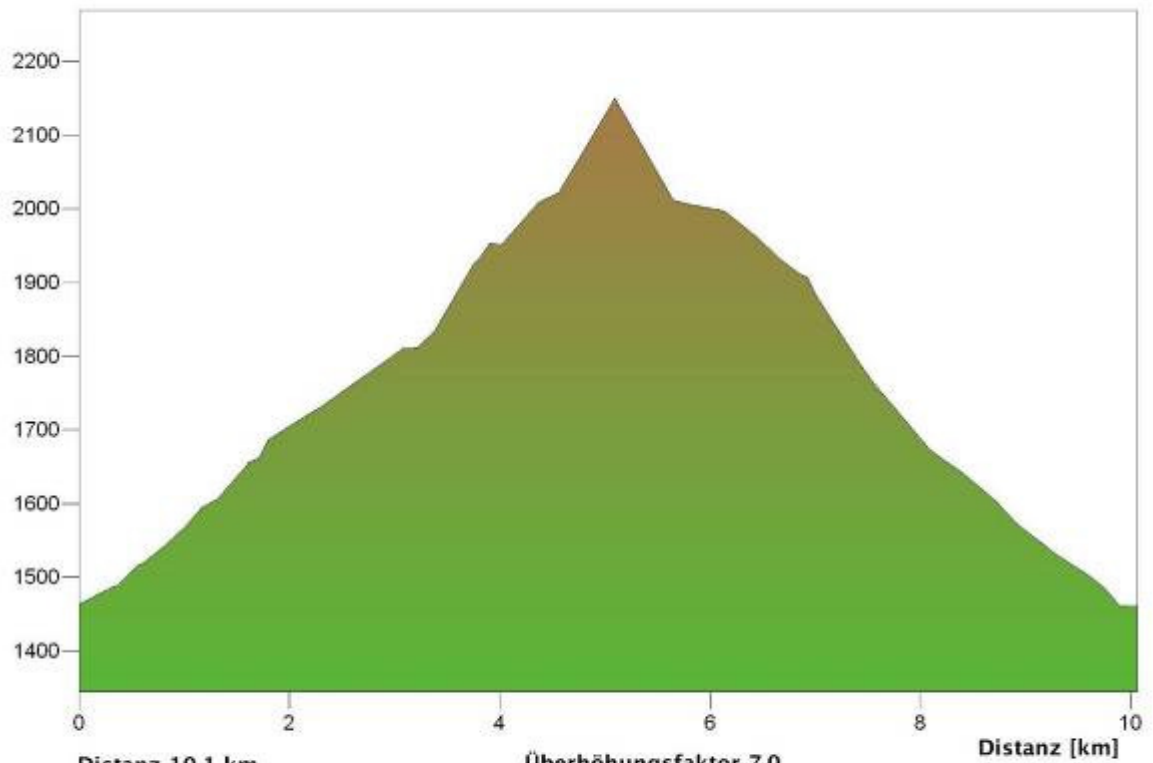
eben: es war noch früh im Frühling...

Höhenprofil, Distanz, Laufzeit

© www.swisstopo.ch

Sent - Mot da Set Mezdis - Sent

Höhe [m]



Distanz 10.1 km

Gesamtaufstieg 691 m

Maximale Höhe 2152 m

Marschzeit hin 3 h 32 min

Überhöhungsfaktor 7.0

Gesamtabstieg 692 m

Minimale Höhe 1462 m

Marschzeit zurück 3 h 32 min

Distanz [km]