

## Mittelschwere Bergwanderung.

### Wanderroute

Frümsen 486 m 🍷 – Seilbahn – Staubereren 1740 m 🍷 – Staubererenfirst 1693 m – Baritsch 1590 m – Kastensattel 1678 m – Hoher Kasten 1794 m 🍷 – Kastensattel – Baritsch – Alp Rohr 1213 m – Britschli 830 m – Lögert 470 m – Frümsen 486 m 🍷

Wanderzeit 4 h 20 min

Karten 1 : 25'000  
2598 Werdenberg – Alvier  
1115 Säntis



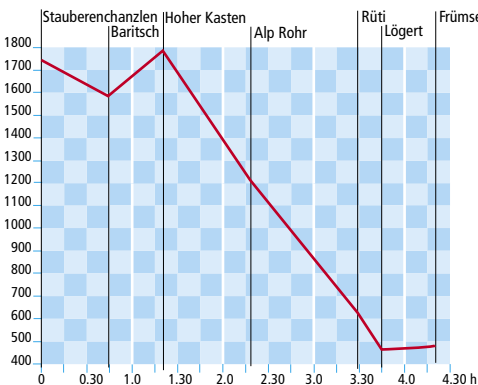
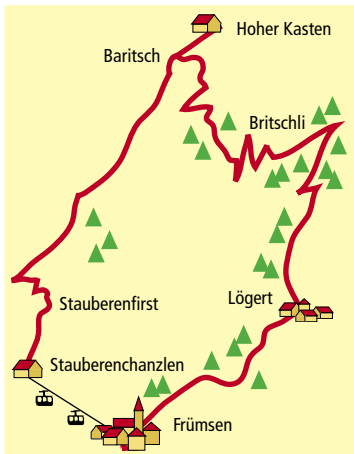
## 19 (Frümsen -) Staubereren – Hoher Kasten - Frümsen

Frümsen bildet zusammen mit Haag, Salez, Sax und Sennwald die Politische Gemeinde Sennwald. Für den Aufstieg zur Staubereren benützen wir die Kabinenbahn. Zu Fuss sind dafür etwa 3 Stunden einzurechnen.

Von der Bergstation wandern wir auf dem Grat zum Staubererenfirst und Stelli Richtung Hoher Kasten. Der Weg ist ein Teilstück des

von Dr. Heierli angelegten Geologischen Wanderweges Hoher Kasten – Saxerlücke. Bei Baritsch beginnt der letzte Aufstieg über den Kastensattel zum bekannten Ausichtsberg Hoher Kasten, wo wir die schöne Rundsicht geniessen: im Süden liegen Werdenberg und

Fürstentum Liechtenstein, westlich die Alpsteinkette mit Säntisersee und Alsigel, nordwärts das Unterrheintal und der Bodensee und ostwärts Zimbaspitze und Schesaplana. Der Abstieg führt hinunter zum Kastensattel und zurück nach Baritsch, wo der eigentliche Abstieg ins Rheintal beginnt.



In steilem Zickzack führt der Bergweg durch Wald und Alpweiden hinunter zu der in den Sommermonaten bewirteten Alp Rohr. Auf dem Bergsträsschen gelangen wir zu den in den 30er Jahren als Notstandsarbeit erstellten Tunnels und Galerien. Bei der Abzweigung Britschli gehts nach Sennwald – Lögert und auf dem Rheintal Höhenweg zurück zum Ausgangspunkt.