

# 1 KLANGWEG TOGGENBURG

Neu

Alp Sellamatt	0.75 h	Itlios
Itlios	1.75 h	Oberdorf

Auf dem Soundride fahren, Wasser durch Klang zum Hüpfen bringen oder mit den Felsen singen: Unzählige Klanginstallationen freuen sich entdeckt, erlebt und bespielt zu werden.

DISTANZ	2.5 - 6 km	SCHWIERIGKEIT	leicht
---------	------------	---------------	--------

HÖHENDIFFERENZ	40 - 120 m	KONDITION	●○○○○
----------------	------------	-----------	-------

## INSTRUMENTE DES KLANGWEGS

- 1 Einklang-Nachklang
- 2 ab Sommer 2025
- 3 Woodpeckers
- 4 Kuhlockler
- 5 Zugspecht
- 6 Edaphone
- 7 Glockenbühne
- 8 The Ringing an Shining Flowers
- 9 Aeolion
- 10 The Archive Cabine
- 11 Klangmühle
- 12 Klangbahn
- 13 Schellenbaum
- 14 Felsentöne
- 15 Hörtrichter
- 16 Klangpilze/Waldweid/Röhrophone
- 17 Tonmühlen
- 18 Donnertrummel
- 19 3x4 Stühle und Podest
- 20 Klangschalenbaum
- 21 Der Baum
- 22 Air Frequences
- 23 Orthoptera Tracks
- 24 Extraterrestrischer Besucher
- 25 Brunnenstübete
- 26 Soundride
- 27 Klingendes Logo
- 28 Hüpfwasser
- 29 Lauschiger Ort

Neuer Klangweg im Aufbau, Änderungen vorbehalten.

# 2 SAGENWEG

START	3 h / 5 h	ZIEL
Bergstation Alp Sellamatt		Bergstation Alp Sellamatt

An verschiedenen Stationen entlang der Route sind spannende Geschichten über Toggenburger Sagen und Mythen dargestellt. Geeignet für Kinder und Erwachsene.

DISTANZ	12 km	SCHWIERIGKEIT	leicht
---------	-------	---------------	--------

HÖHENDIFFERENZ	250 m	KONDITION	●○○○○
----------------	-------	-----------	-------

## STATIONEN DES SAGENWEGS

- 1 Wie das Toggenburg entstand
- 2 Der Berggeist
- 3 Der versteinerte Drache
- 4 Das Fetzfräule
- 5 Die Warnung
- 6 Die wilden Mannli
- 7 Der letzte Vogt
- 8 Die seltene Blume
- 9 Rettung am Berg
- 10 Der Schatz am Gräppelensee
- 11 Die Herberge zum blutlosen Tobel
- 12 Idda vom Toggenburg



Sesselbahn	Luftseilbahn	Kistenbahn	Parkplatz	Unterkunft	Bahnhof	Strandbad	Wasserfall	Burgruine	Spielplatz	Trottinett	Tennis	Paragliding	Wander-/Bergweg
Standseilbahn	Gondelbahn	Information	Restaurant	Camping	Bushaltestelle	Freibad	Höhle	Feuerstelle	Kiosk	Minigolf	Curlinghalle	Klangschmiede	Boulderhalle

### 3 OBERDORF-GAMSAHP-VORALPSEE-ÖLBERG-OBERDORF

START	6 h	ZIEL
Oberdorf		Oberdorf

Nach dem Aufstieg zur Gamsalp geht's via Inggadels an den Abstieg Richtung Voralpsee. Durch Wald und Weiden führt der Weg via Gamperfin und Ölberg zurück ins Oberdorf.

DISTANZ	16.7 km	SCHWIERIGKEIT	mittel
---------	---------	---------------	--------

HÖHENDIFFERENZ	758 m	KONDITION	●●●○○
----------------	-------	-----------	-------

### 4 ILTIOS-RUGGSCHOPF-CHÄSERRUGG

START	3 h	ZIEL
Bergstation Itlios		Chäserrugg

Mit dem Anstieg über den Skihang Stöfeli beginnt die Wanderung. Über gut ausgebaute Queren und durch Zwergstrauchheiden ist der Chäserrugg erreicht.

DISTANZ	6 km	SCHWIERIGKEIT	mittel
---------	------	---------------	--------

HÖHENDIFFERENZ	912 m	KONDITION	●●●○○
----------------	-------	-----------	-------

### 5 ILTIOS-PLISEN-SATTEL-CHÄSERRUGG

START	3.5 h	ZIEL
Bergstation Itlios		Chäserrugg

Über Weiden, mit Blick auf die Alpen bis hin zum Sattel: Spektakuläre Wanderung durch die eindrückliche Karstlandschaft zwischen Gamserrugg und Chäserrugg.

DISTANZ	7.5 km	SCHWIERIGKEIT	mittel
---------	--------	---------------	--------

HÖHENDIFFERENZ	912 m	KONDITION	●●●○○
----------------	-------	-----------	-------

### 6 GEOLOGISCHER RUNDWEG

START	2.5 h	ZIEL
Bergstation Gamsalp		Bergstation Gamsalp

Wie Meeresmuscheln auf die Berggipfel kamen und spannendes aus der Welt der Geologen: Zu erfahren auf den 12 lehrreichen Tafeln des geologischen Rundwegs rund um den Gamserrugg.

DISTANZ	5 km	SCHWIERIGKEIT	leicht - mittel
---------	------	---------------	-----------------

HÖHENDIFFERENZ	200 m	KONDITION	●●●○○
----------------	-------	-----------	-------

### 7 OBERDORF-GAMSAHP-SATTEL-CHÄSERRUGG

START	4 h	ZIEL
Oberdorf		Chäserrugg

Wandern fernab der Zivilisation - ganz in die Natur eingebettet. Erholende Ruhe, ein traumhaftes Naturschauspiel und eine unvergessliche Tour stehen auf dem Programm.

DISTANZ	7 km	SCHWIERIGKEIT	mittel
---------	------	---------------	--------

HÖHENDIFFERENZ	1036 m	KONDITION	●●●○○
----------------	--------	-----------	-------

# 11 HOCH HINAUS - AUF VIER DER SIEBEN CHURFÜRSTEN

### SCHIBENSTOLL 2234 m ü. M.

START	3 h	ZIEL
Sellamatt		Schibenstoll

DISTANZ	4.8 km	HÖHENDIFFERENZ	845 m	SCHWIERIGKEIT	mittelschwer
---------	--------	----------------	-------	---------------	--------------

### BRISI 2279 m ü. M.

START	3 h	ZIEL
Sellamatt		Brisi

DISTANZ	5.1 km	HÖHENDIFFERENZ	889 m	SCHWIERIGKEIT	mittelschwer
---------	--------	----------------	-------	---------------	--------------

### FRÜMSEL 2263 m ü. M.

START	3.25 h	ZIEL
Sellamatt		Frümssel

DISTANZ	6.3 km	HÖHENDIFFERENZ	877 m	SCHWIERIGKEIT	schwer
---------	--------	----------------	-------	---------------	--------

### SELUN 2204 m ü. M.

START	4 h	ZIEL
Sellamatt		Selun

DISTANZ	7.7 km	HÖHENDIFFERENZ	867 m	SCHWIERIGKEIT	mittelschwer
---------	--------	----------------	-------	---------------	--------------

### 9 SELLAMATT-RUESTEL-SATTEL-CHÄSERRUGG

START	3 h	ZIEL
Bergstation Alp Sellamatt		Chäserrugg

Der steile Anstieg führt in den Waldweg Ober-ruestel und den Sattel auf den Hinterrugg. Über den Verbindungsgrat wird der Chäserrugg erreicht.

DISTANZ	6 km	SCHWIERIGKEIT	mittel
---------	------	---------------	--------

HÖHENDIFFERENZ	990 m	KONDITION	●●●○○
----------------	-------	-----------	-------

### 10 SELLAMATT-GLURIS-HINTERRUGG-CHÄSERRUGG

START	3.25 h	ZIEL
Bergstation Alp Sellamatt		Chäserrugg

Über das Plateau am Fuss des Hinterrugg geht die Wanderung ins unberührte Gluristal. Der Aufstieg führt auf dem Bergwanderweg via Hinterrugg zum Chäserrugg.

DISTANZ	6.5 km	SCHWIERIGKEIT	mittel
---------	--------	---------------	--------

HÖHENDIFFERENZ	990 m	KONDITION	●●●○○
----------------	-------	-----------	-------

## SIGNALISATION

Wanderweg (gelb) leicht  
Bergweg (weiss-rot-weiss) mittel bis schwer

## WILDSCHUTZ- UND RUHEZONEN

Das Begehen der Naturschutz-zonen wird geahndet und kann eine Busse zur Folge haben.

ANGEBOT  
**Natur erleben**

Für Gipfelstürmer, Naturliebhaber und Geniesser. Im Toggenburg gibt's viel zu erleben. Eine Auswahl handgelesener Angebote ist online buchbar.

toggenburg.swiss/angebote