

Sommer 2024.



Best. Summer. Activities.



lenzerheide.swiss/bucketlist-sommer

Die sonnenverwöhnte Ferienregion Lenzerheide hat alles, was du suchst. Eine alpine Szenerie, duftende Alpweiden, den glasklaren Heidsee und ein abwechslungsreiches Angebot: Wandern und Trailrunning, Biken, Kultur, Rodeln, Golfen, Badespass und Wassersport, zahlreiche Hotels und Restaurants am Berg und im Dorf sowie ganz besondere Bergerlebnisse. Worauf wartest du?

Teile deine Erlebnisse mit [#entdeckelenzerheide](#) und [#lenzerheide](#)

Wann. Wo. Was.

Was meint das Wetter – indoor- oder outdoor Aktivität? Welche Anlagen haben geöffnet? Und welche Veranstaltungen finden während deines Aufenthaltes statt? Hier werden deine Fragen beantwortet.



Weitere Informationen unter lenzerheide.swiss/aktuell

Bergerlebnisse	4
Ausflüge	9
Kultur und Tradition	12
Schlechtwetter	17
Wellness	20
Sport und Spiel	22
Kulinarik	27
Event Highlights	30



Verwöhnen. Verweilen. Erinnern.

Schon mal auf 2'865 mü.M. beim Sonnenaufgang gebruncht oder bei Sonnenuntergang Yoga gemacht? Du willst mal wieder unter freiem Himmel schlafen?

In der Ferienregion Lenzerheide ist der Sommer voller magischer Momente. Bestaune den Sonnenaufgang am Rothorn Sunrise, schlafe unter freiem Himmel oder starte mit deiner Familie am Märli Brunch gemütlich in den Tag.

Millionen Sterne Hotel

Nach einer geführten Wanderung auf den Piz Scallottas, hast du die Möglichkeit mit dem Teleskop dem Sternenhimmel nahe zu sein und die Juwelen der Nacht zu entdecken. Nach einem genussvollen Abendessen übernachtet du in einem warmen Schlafsack unter freiem Sternenhimmel.



Weitere Informationen unter
lenzerheide.swiss/bergerlebnisse

Hesch gwüss:

Die Zipline am Erlebnisberg Pradaschier in Churwalden ist einmalig in den Bündner Bergen. Höhenflüge sind garantiert!

Erlebnisberg Pradaschier

Die 4er-Sesselbahn bringt dich bequem an den Erlebnisberg Pradaschier oberhalb von Churwalden auf 1'750mü.M. Hier erwarten dich die erste Zipline in Graubünden, die längste Rodelbahn der Schweiz und ein Seilpark mit drei Parcours und einer Tyrolienne. Erlebe einen sportlichen und abwechslungsreichen Tag mit viel Spass und Action am beliebten Freizeitberg der Ferienregion Lenzerheide. Verpflege dich im Bergrestaurant Pradaschier, im Restaurant Portal oder bei einer Grillstelle entlang der Wanderwege.



Weitere Informationen unter pradaschier.ch



SCHAMUELA

KUHSTALL

Öffnungszeiten ab 22.6.2024

MI-SO, 09.30-17.30 Uhr

15.7.-18.8 & 23.9.-20.10.

7 Tage offen, FR/SA bis 22.30 Uhr

Für Gruppen auf Anfrage auch
ausserhalb der Öffnungszeiten

Kontakt

T + 41 (0)81 384 11 11

schamuella@huettenzauber.ch

Voa Spoina 16, 7077 Valbella



Auch im Sommer geöffnet

**Die Location für Winterevents, Konzerte
und DJ-Gigs direkt im Skigebiet**

OPENING
SOON



VAL · SARAINA

by *HüttenZauber*^{CH}

NEU AB WINTER 2024/2025

Die Annehmlichkeiten der Gastronomie
sowie Wellness und Sportbereiche des
Hotel Sarain geniessen und trotzdem
nicht auf voll ausgestattete «eigene»
vier Wände verzichten – das machen die
Apartments Val Saraina möglich.

7083 Lantsch/Lenz

Ab August 2024
buchen und Frühbucher-
rabatt sichern



Ausflüge

Du bist auf der Suche nach erlebnisreichen Ausflügen
rund um die Ferienregion Lenzerheide?

Wie wäre es mit einem Besuch bei unseren Freunden
im Arosa Bärenland? Auf 2'000 m.ü.M. neben der
Mittelstation der Luftseilbahn Arosa-Weisshorn wird
dir eine einzigartige Inszenierung auf nachhaltige Art
geboten und im Aussenbereich vom Arosa Bärenland
kannst du die Bären von der Besucherplattform oder
dem Abenteuerweg aus beobachten.



Weitere Informationen unter
arosabaerenland.swiss



Parc Ela Trek

Kennst du schon den Naturpark Parc Ela? Seit letztem Sommer können Wanderfreundinnen und -freunde aus nah und fern in 17 Tagesetappen die Alpen rund um den Parc Ela umrunden ohne zwischendurch ins Tal abzusteigen.

Der Trek verläuft grösstenteils auf über 2'000 m ü. M. rund um den Parc Ela: von Tiefencastel nach Stierva, Radons, Plang Faller, Juf, auf den Septimer, den Julierpass, auf die Alp Flix, die Alp d'Err, zur Ela Hütte, nach Preda Bergün, zur Escha- und Keschhütte, ins Sertig, nach Stuls, Jenisberg, auf die Wiesner Alp via die Alp Sanaspans auf der letzten Etappe nach Lenzerheide. Der Trek verläuft auf bestehenden Wanderwegen und ist nicht zusätzlich signalisiert.



Weitere Informationen unter
parc-ela-trek.ch

Tradition. Brauchtum. Innovation.

Lenzerheide ist ein Ort der erlebbaren Kultur. Historische Bauwerke, Kirchen und Burgen erzählen dir Geschichten vergangener Tage. Ja wir zeigen dir sogar, wie wir das berühmte Bündnerfleisch und unseren Käse machen.

Wie hat man früher gelebt? Wie ist die Ferienregion Lenzerheide entstanden? Im Ortsmuseum Vaz/Obervaz kann man alles über Tourismus, Sport und Traditionen der Region erlernen.



Weitere Informationen unter
kulturampass.ch

Hesch gwüss:

Wer lernt, weiss Bescheid. Überrasche deine Gspänli mit deinem Wissen zur Geschichte der Ferienregion Lenzerheide. Wie? Der Erlebnisweg «Senda Cultura» wird es dir zeigen.



21 Tafeln in Lenzerheide und Valbella erzählen die Geschichte
«Vom Maiensäss zur beliebten Ferienregion».
Per QR-Code können weitere Kapitel geöffnet werden.

WWW.KULTURAMPASS.CH

Dorfführungen – Geschichte erleben

Die kulturellen Angebote in Lenzerheide sind vielfältig. Auf einer Dorfführung lässt sich beispielsweise die Geschichte der Region erlernen und gleichzeitig lernt man unsere Dörfer viel besser kennen.

Die vom Verein «Kultur am Pass» organisierten Dorfführungen finden über den gesamten Sommer und Herbst regelmässig statt.

Von einem Besuch der Baselgia viglia da Lantsch und der Grabkreuze bis zu Führungen in der Klosterkirche Churwalden oder zum Thema «Vom Maiensäss zum Kurort» in Lenzerheide - es ist für alle etwas dabei.



Weitere Informationen unter
kulturampass.ch/dorffuehrungen

AROSA LENZERHEIDE CHUR

WRITE YOUR OWN LEGEND



Schlechtwetter

Golfclub Lenzerheide

Dein Golferlebnis mit
Bergpanorama



golflenzerheide.ch | info@golflenzerheide.ch



Regen und Sturm halten dich sicher nicht auf.

Du findest deinen Weg zu Sport und Action. Zum Beispiel in der Tennishalle Lenzerheide oder bei einem Besuch in Chur, der ältesten Stadt der Schweiz. Abwechslung von der ersten Minute verspricht Cross Golf in Brambrüesch oder Urban Golf in Chur. Das ist wie Golf auf dem Green, einfach bunter. Mega beliebt ist der Foxtrail, die spannende Schnitzeljagd in Lenzerheide. Besonders bei uns in den Bergen ein intensives Erlebnis.



Weitere Informationen unter
lenzerheide.swiss/schlechtwetter

Hesch gwüsst:

Die Minigolfanlage im Sportzentrum hat 18 verschiedene Bahnen und ist ein Spass für alle. Komm vorbei und teste deine Präzision!

Lenzerheide Sportzentrum – Wellness und Sport unter einem Dach

Das Lenzerheide Sportzentrum hat ein vielseitiges Sport- und Wellnessangebot. Spüre die Wärme des Wellnessbads H₂Lai mit dem beheizten Aussen-Sprudelbad, das 25m-Becken und die Riesenrutschbahn. Für Entspannung sorgt der Spa-Bereich mit Saunen und Dampfbädern. Deine Energie wirst du im Fitnessraum, der Eishalle und auf der Minigolfanlage los. Für das leibliche Wohl sorgt das Team des Restaurant Sportzentrum.



Weitere Informationen unter
lenzerheide.swiss/sportzentrum

Wellness-Angebote – Einmal Entspannung bitte

Verschiedene Hotels in der Region öffnen ihre Wellness-Oasen auch für externe Gäste. Von Hamam bis Massagen, Dampfbäder bis Bio Saunen und kosmetische Behandlungen ist für alle etwas dabei.



Weitere Informationen unter
lenzerheide.swiss/wellness

Action. Abwechslung. Abschalten.

Wandern und Biken genügen dir nicht? Kein Problem. Bei uns findest du viele Alternativen. Golfplatz, Biathlonschiessanlage, Seilpark, Tennisplatz oder ein Gleitschirmstartplatz. Mittendrin verspricht der Heidsee actionreiche Tage auf und im Wasser.

Roland Arena

Die Roland Arena in Lantsch/Lenz ist die erste fix installierte Biathlon-Anlage der Schweiz. Winter oder Sommer – das Trainings- und Wettkampfbereich ist beliebt bei nationalen und internationalen Teams. Du möchtest Biathlon probieren? Buche einen Schnupperkurs, wir zeigen dir alle Tricks. Du willst deine Ausdauer trainieren? Dafür kannst du im Sommer die 4,0 Kilometer lange Rollskibahn nutzen. Oder diverse Routen in der Umgebung mit dem Bike oder als Läufer bewältigen. Das moderne Übernachtungs- und Gastronomieangebot macht deinen Aufenthalt perfekt.



Weitere Informationen unter rolandarena.ch



Hesch gwüst:

Vom 11. bis 23. Februar 2025 werden die Biathlon-Weltmeisterschaften erstmals in der Schweiz ausgetragen. Sei dabei, wenn in Lenzerheide WM-Medaillen vergeben werden! Tickets sind unter lenzerheide2025.ch erhältlich.

Hesch gwüsst:

In Lenzerheide gibt es einen Surf- und Segelclub. Die Mitglieder sind des Öfteren am See und an diversen geselligen Clubanlässen anzutreffen. Besuche sie an einer der verschiedenen Regatten am Heidsee oder nimm sogar selber teil. ssclv.com

Heidsee. Freibad. Wassersport.

Du liebst das kühle Nass? Dann bist du hier in Lenzerheide in deinem Element. Obwohl – bei uns ist es nicht nur kühl, es ist auch warm. Aber der Reihe nach. Der Heidsee ist deine Erfrischungsoase in den Bergen. Für einen entspannten Sonntag im Freibad gehst du nach Churwalden. Und für alle, die es warm mögen – wartet das Wellnessbad H₂Lai. Du bist aktiver unterwegs? Dann ab ins Wassersportcenter am Heidsee.

Wind. Wasser. Wellen.

Trocken geht hier niemand heim. Diverse Windsurf- und Segelkurse, ein kostenloses Beachvolleyballfeld, Wassersportgeräte und Pedalos warten auf dich. Die thermischen Winde zwischen drei und fünf Bft lassen dein Herz höherschlagen, oder? Lass einfach die Landschaft wirken. Oder entdecke sie – mit einem der motorlosen Mietboote. Abhängen und auftanken kannst du am besten auf der windgeschützten Sonnenterrasse. Der Kiosk bietet Getränke, Glaces und Snacks.



Weitere Informationen unter
[lenzerheide.swiss/
wassersportcenter](http://lenzerheide.swiss/wassersportcenter)



V O L V O

Leistung, die wirklich zählt.

Für uns bedeutet Leistung, wie schnell du abbremsen kannst, nicht beschleunigen. Wie viel Raum dein Auto deinem Leben bietet, nicht wie viel Hubraum. Verbindungen zu Menschen aufbauen, nicht nur zu deinem Smartphone.

Entdecke den Volvo XC60.



volvocars.ch/XC60

Kulinarik



Lokal. International. Phänomenal.

Die zahlreichen Restaurants der Ferienregion Lenzerheide tischen die unterschiedlichsten Gaumenfreuden auf: von Gault Millau, Guide Michelin und Gilde Restaurant Menüs bis zu urchigen Bündnerspezialitäten, Fondue und Raclette im Bündnerstübli. Auch die Bergrestaurants überzeugen mit ihrem vielseitigen Angebot und Spezialitäten aus der Schweizer und Bündner Küche. Tagsüber locken die Cafés im Dorf mit heimischem Gebäck und Kaffee.



Weitere Informationen unter
lenzerheide.swiss/gastro

Gastrotipp

FÖ Feuerküche Guarda Val, Lenzerheide

Abenteuerlich, ursprünglich und doch luxuriös. Du bist hautnah dabei, wenn genussvolle Menüs direkt auf dem Feuer entstehen. Das Bratgut wird im Heu oder direkt auf der Glut gegart oder im Erdloch verbuddelt. Bei trockenem Wetter wird alles gleich vor Ort verzehrt.

T +41 81 385 85 85, guardaval.ch



Hotel Sarain, Lantsch/Lenz

Eine Holzofenpizza, ein Menü aus der französisch-italienischen Speisekarte oder ein Aperitif in der Schmutzlerbar – im Sarain ist für jeden Geschmack etwas dabei. sarain.ch



Café | Bar, Lenzerheide

Trendige Küche, regionale Produkte und 100% Getränke aus der Schweiz.

schweizerhof-lenzerheide.ch



Restaurant Hotel Seehof am Heidsee

Naturnahe Bergsommerrküche mit regionalem Einkauf, Sonnenterrasse mit Seeblick, Kaffee, Kuchen und Glace von Gletsch aus Surava. T +41 81 384 34 10



Scalottas Terroir, Lenzerheide

Einzigartiges Genusskonzept (16GM) mit Terroir-Produkten und einem grünen Stern von Guide Michelin.

scalottas-terroir.ch



Restaurant St. Cassian, Lantsch/Lenz

Bereits in 3. Generation verwöhnen wir in unserem Familienbetrieb unsere Gäste mit viel Freude und echter Gastfreundschaft. Regionale Spezialitäten sind das Markenzeichen unserer Küche.

T +41 81 384 14 57, st-cassian.ch



Restaurant Spescha, Lenzerheide

Im gemütlichen Ambiente, mit natürlichen Materialien wie Holz und Granit aus den Bündner Bergen ausgestattet, geniesst du schmackhafte Menüs aus frischen, saisonalen Zutaten. Das Restaurant mit grosser Sonnenterrasse ist jeweils ab 11:00 Uhr geöffnet und bietet am Mittag und Abend warme Küche. Ruhetage: Dienstag & Mittwoch

T +41 81 385 86 87, hotel-lenzerhorn.ch



Sommer Heid-Stübli, Lenzerheide

Hier servieren wir täglich ab 18:00 Uhr typische Heid-Stübli Gerichte wie Holzsteinofen-Pizza, heisser Stein, Käsefondue und Raclette und vieles Mehr. Freue dich auf das Pop-Up Sommer Heid-Stübli mit Terrasse und Aussicht auf unsere Aussenküche, wo du zuschauen kannst, wie unser Pizzaiolo deine Pizza frisch zubereitet.

T +41 81 385 86 87, hotel-lenzerhorn.ch



Restaurant Sportzentrum, Lenzerheide

Mit unserem Motto «Gsund & Bwusst» erwarten und überraschen wir dich täglich durchgehend mit warmer Küche, Mittagsmenüs, verschiedenen hausgemachten Schorlen, Smoothies, Kuchen und vielem mehr.

T +41 81 384 38 90,

restaurantsportzentrum@bluewin.ch



Hesch gwüsst:

Das diesjährige Bike Kingdom Feast markiert das fünfjährige Bestehen des Bike Kingdom. Sei bei dieser ausgelassenen Party dabei, welche wie gewohnt mit packenden Rennen, Side-Events und einem coolen Kinderprogramm aufwartet.



Das Beste an der Ferienregion Lenzerheide?

Sie lebt das ganze Jahr. Im Sommer und Winter sorgen unsere Events für Emotionen, sportliche Höchstleistungen, Begeisterung und Freude.

Diesen Sommer erwartet dich eine Vielzahl an Veranstaltungen. Von den Lenzerheide Motor Classics bis zu diversen Kinder- und Familienevents wie der Heidsee Olympiade, dem Globi Kindertag oder Musik & Märli im Wald. Auch kulturbegeisterte kommen mit dem Origen Commedia auf ihre Kosten. Das kleine aber feine Musikfestival Secret Garden rundet das spannende Angebot ab. Diesen Sommer kommst du nicht aus dem Feiern raus.



Weitere Informationen unter lenzerheide.swiss/events



SSBS+

SCHWEIZER SCHNEESPORT
BERUFS- UND SCHULVERBAND

ALL IN ONE PLACE



PRIMUSSPORT.CH

RENTAL SHOP SERVICE TEST

FADAIL