

# Von der Quelle bis zum Rheinhafen

*Velotour* Die Rhein-Route führt vom Gebirge am Oberalppass in die Weite der Bodenseeregion, weiter zum stiebenden Rheinfall bis ins geschäftige Basel.

Monika Neidhart

«Brrr, ist das Wasser eiskalt.» Mein Begleiter lässt es sich nicht nehmen, am Anfang der Velotour auf der Rheinroute bis nach Basel in den Tomasee einzutauchen. Hier, auf 2345 m ü.M., bildet der Bergkessel das Quellgebiet des Rheins. Stille. Bergwelt pur. Die Alpenflora in voller Blüte. Zwei Wanderstunden entfernt vom Oberalppass ist das sportliche Fahren von Motorrädern, Autos und die Touristen weit weg. In Disentis ersetzt Capuns, ein Knöpfleteig mit Salsiz, der in Mangoldblätter gewickelt ist, die verbrannten Kalorien des ersten Tages. Nach 600 Höhenmetern mit dem Velo



Karte: jbr

und 400 Höhenmetern zu Fuss, sind die grossen Aufstiege hinter uns, schliesslich geht es nun in Flussrichtung weiter. Denken wir. Der Benediktiner im Klosterladen schmunzelt nur. Zusätzliche Höhenmeter sind der Kapelle S.Benedetg oberhalb von Sumvitg auf der linken Rheinseite geschuldet. Mit dem E-Bike kein Problem. Mein Begleiter, der ein Tourenvelo hat, wird von einer junggebliebenen Pensionärin im Dorf aufgemuntert, die ihre Blumen giesst: «Oben hat es ein Restaurant.» Die Kapelle, die Peter Zumthor 1989 entworfen hat, passt bestens in die Landschaft. Die Schindeln der tropfenförmigen Kapelle sind dunkel verwittert, der Glockenturm symbolisiert eine Himmelsleiter. Der Ausblick über das enge V-Tal der Surselva ist fantastisch. Weit unten zwischen Bäumen der Vorderrhein oder «Rain Anterior» auf Rätoromanisch.

## **Naturarena Ruinaulta – die Rheinschlucht**

Nach Ilanz wird es dramatisch: Nach dem Felssturz bei Flims vor 15 000 Jahren musste sich der Rhein, der nun zu einem Fluss angewachsen ist, einen neuen Weg bahnen. Entstanden ist die Rheinschlucht, die Ruinaulta. Wir fahren auf der stetig ansteigenden Hauptstrasse, die durch bewaldete hohe Berghänge und in einer Schussabfahrt ins Flache Richtung Bonaduz führt. Dazwischen liegen drei Aussichtspunkte. Jeder lohnt einen Halt! Senkrecht abfallende, nackte Kalksteinfelsen öffnen sich unmittelbar. Bizarr geformt durch Wind und Wetter. Unter uns, 130 Meter tiefer der opalfarbige Rhein. Auf der anderen Seite bis zu 300 Meter hohe Wände. Dahinter schneebedeckte Berge. Schlauchboot- und Kajakfahrer geniessen den Canyon vom Wasser aus. Autos brausen an uns vorbei. Ein Deutscher, der mit seinem Sohn ebenfalls mit dem Velo unterwegs ist, schüttelt den Kopf: «Die sehen ja gar nichts!»



Bei Versam: Ruinaulta - Rheinschlucht  
Foto Monika Neidhart

Nach so viel Naturspektakel mutet der Blick von der Brücke in Reichenau fast beschaulich an. Hier vereinen sich Vorder- und Hinterrhein zum Alpenrhein. Weniger romantisch ist der Gegenwind, der uns auf dem Veloweg entlang des Rheins bis weit nach Chur bremst. Umso mehr geniessen wir die Abwechslung durch die «kleine Region mit grossen Weinen», wie es am Rebenweg bei Malans und Jenins zu lesen ist. Der Jeninser mundet tatsächlich hervorragend zur traditionellen Hirschesuppe. Auf Schloss Sargans blicken wir zurück auf das erste Drittel. Die grossen Steigungen sind geschafft. Vor uns die Ebene des Rheintals. Zwischen den Liechtensteiner Bergen und dem Alpstein geht es teils schnurgerade auf dem Alpenrhein-Dammweg bis zum Bodensee – mit Gegenwind im Gesicht.

**«Wenn ich den See seh,  
brauch ich kein Meer mehr»**

Nicht nur die Landschaft, auch der Dialekt verändert sich unterwegs. Die Lernende an der Hotelrezeption in Buchs meint im breiten Ausserrhödler Dialekt: «Seit ich hier arbeite, spreche ich gerne meinen Dialekt. Es ist doch schön, wenn man hört, woher man ist.» Auch die Baustile wechseln im Verlaufe der Reise. Wir entdecken Juwelen von kleinen Altstädten, wie etwa Werdenberg, dazwischen erleben wir die Natur. Bei Altstätten stehen gleichzeitig Fischreihler und Störche im Gras und im Naturschutzgebiet des Rheindeltas zwischen dem alten Rhein und dem seit 1900 kanalisierten Rhein beobachten wir, wie ein weisser Vogel einen Raubvogel jagt.

«Wenn ich den See seh, brauch ich kein Meer mehr», meint ein Herr in Konstanz. Den freien Blick auf den Bodensee haben wir erstmals im Delta, dann ab Rorschach. Entlang des rund 60 km langen Seeweges locken Bäder mit grossen Rutschen, die Städte mit

gepflegten Quaianlagen. Der See selbst ist mit Booten bevölkert. Und auf dem gut ausgebauten Veloweg kreuzen wir mit Velos verschiedener Ausführungen. Die Landschaft um Arbon ist von intensivem Obstbau geprägt, ab dem Untersee dann auch durch Ackerbau. Vor Gottlieben wird es wieder dramatisch. Dieses Mal am Himmel. Wir fahren unausweichlich auf ein Gewitter zu. Dunkel, schwarze Wolken, grüner Himmel. Das Wasser wild aufgewühlt. Just in dem Moment, wo wir im Hotel angekommen sind, öffnen sich die Schleusen des Himmels. Hagel. Am nächsten Morgen zeugen zerfetzte Laubblätter vom nächtlichen Sturm. Der Seerhein, wie er hier genannt wird, liegt wieder ruhig da. Die Kraft des Wassers erleben wir gewollt am Rheinflall.



Foto Monika Neidhart

Von der Schaffhauser Seite fahren wir mit einem Boot zum Felsen. Eine Treppe führt zur Spitze hinauf. Um uns rauscht und tobt das Wasser. Es verschluckt jedes Wort. Ein weisser, breiter Wasserlauf fliegt über einen Felsen, quer dazu ein anderer. Wahnsinn: diese Kraft des Wassers. Rund 300 km vom stillen Tomasee entfernt.

### **Gemächlich vorbei an Biberspuren und Picknickplätzen**

Während sich der Hochrhein, wie er nun heisst, mal ruhig und breit, mal schmal und reissend den Weg zwischen Deutschland und der Schweiz sucht, führt der Veloweg gemächlich über Land und durch Dörfer mit Riegelhäusern. Er eröffnet dann und wann Blicke aufs Wasser von steilen Hängen wie in Rheinau oder Eglisau, in Kaiserstuhl, wo das EBike die steile Strasse hinauf eine angenehme Hilfe ist. Oder führt beschaulich ans Tössegg oder an den Klingnauer Stausee. Die riesigen Fotoapparate von einzelnen Personen zeigen, dass es hier Seltenes für Naturliebhaber zu beobachten gibt. In der Gegend um Möhlin führt der Veloweg durch eine herrliche Waldpartie. Zwischen den Bäumen freie Blicke auf den ruhig dahinfließenden Rhein. Am Ufer Biberspuren. Einladende Picknickplätze. Warum nicht unser Mittagessen angeln, bevor es in die Geschäftigkeit der Grossregion Basel geht und wir uns am Dreiländereck vom Rhein verabschieden? Ein Lachs wird es nicht mehr sein, wie es noch vor zwei Jahrhunderten üblich war.

---

## Wasser, Klöster und Uhren - Wichtiges in Kurzform

**Beschilderung:** ab Andermatt ist die Rheinroute mit den roten SchweizMobil-Pfeilen und der Nummer 2 bestens markiert.

**Anforderungen:** total 432 km und rund 2000 Höhenmeter ohne Umwege. Ab Bad Ragaz keine grösseren Aufstiege mehr. Teilstrecken mit dem Zug oder mit dem Schiff möglich.

**Miete von e-bike und Velo, Arrangements, Gepäcktransport:** Eurotrek AG, Dietikon;  
[www.eurotrek.ch](http://www.eurotrek.ch) (offizieller Partner von SchweizMobil)

**Verpflegung:** unterwegs kein Problem

Hotel Alpsu, Disentis: Capuns

Seecafe Gottlieben: Gottlieber Hüppen

Cafe Vordergasse, Schaffhausen: vegetarisches Essen und wunderbare Kuchen

**Sehenswertes:** viele kleine und grössere Städte lohnen einen Halt

u.a.

Bad Ragaz: Taminaschlucht, Bad RagARTz - Freilichtkunstaussstellung bis 4. November

Arbon: Mosterei Möhl, Besucherzentrum und Museum rund ums Mosten

Salenstein: Schloss Arenenberg und Napoleonmuseum

Rheinau mit Klosterinsel

Rheinfelden: älteste Zähringerstadt der Schweiz

Augusta Raurica: Römische Siedlung bei Kaiseraugst