



Der Wasserweg Trutg dil Flem

The Trutg dil Flem riverside trail

Von der Quelle des Flusses Flem auf dem unteren Segnesboden schlängelt sich der 10 km lange Weg hinab nach Flims. Dem Weg des Wassers folgend, wanderst du durch beeindruckende Schluchten und traumhafte Berglandschaft. Auf dem Weg werden die sieben Brücken des berühmten Bündner Brückenbauers Jürg Conzett überquert.

Der Trutg dil Flem lässt sich dank mehreren Varianten in Teilstücken bewältigen. So ist er auch für weniger geübte Wanderer ein einzigartiges Erlebnis.

From the source of the river Flem on the lower Segnesboden, the 10 km long trail winds its way down to Flims. Following the path of the water, you hike through impressive gorges and dreamlike mountain scenery. Along the way, you will cross the seven bridges built by the famous Grison bridge builder Jürg Conzett.

Thanks to several variants, the Trutg dil Flem can be completed in sections. This makes it a unique experience even for less experienced hikers.



Sicherheit Safety

Der Trutg ist ein schmaler, anspruchsvoller Bergwanderweg.
The Trutg dil Flem is a steep, narrow and challenging mountain hiking trail.

Wichtige Hinweise Important information

- Schwierigkeitsgrad T3
- Kinder stets beaufsichtigen
- Hunde an der Leine führen
- Bergwanderweg nicht verlassen
- Kein Bikeweg
- Begehbar nur in den schnee- und eisfreien Jahreszeiten
- Das Tragen von festen Wanderschuhen wird empfohlen
- Difficulty level T3
- Children must be supervised at all times
- Keep dogs on a lead
- Staying on the trail
- Biking is not permitted
- Only open during summer
- Wearing solid hiking shoes is recommended



Wanderzeit Hiking times Trutg dil Flem

Startpunkt Wasserfall – Segneshütte	1 km	20 min
Segneshütte – Punt Desch	2,2 km	45 min
Punt Desch – Punt da Max	2,6 km	1h
Punt da Max – Punt Gronda	1,8 km	35 min
Punt Gronda – Bergbahnen Flims	2,0 km	40 min

Routenvorschläge Suggested routes

Nagens – Wasserfall – Bergbahnen Flims	14,3 km	4 h
Scansinas – Segneshütte – Bergbahnen Flims	11,2 km	3 h 50 min
Bergbahnen Flims – Punt da Max – Bergbahnen Flims	3,8 km	1 h 40 min



Restaurants	Tel./Phone
Casa Berendi	+41 79 241 32 51
Alp Nagens – Stalla	+41 81 927 99 28
Bergrestaurant Startgels	+41 81 911 58 48
Restaurant Runcahöhe	+41 81 911 15 88
Kiosk Foppa	+41 81 911 16 50

Nagens Shuttle

Laax Murschetg – Alp Stalla

Betriebszeiten 22.6.–20.10.24
Operation hours Täglich Daily

Tickets sind erhältlich über die SBB App.
Tickets are available via the SBB App.

50% Rabatt mit der Digitalen Gästekarte
50% discount with the digital guest card

Informationen Information

Gästeinformation Flims Laax Falera Guestinformation Flims Laax Falera
Tel.+ 41 81 920 92 00 · info@flimslaaxfalera.ch · flimslaax.com

Im Notfall In case of an emergency
Rega: 1414 Rega air rescue: 1414
Notruf: 144 Emergency number: 144



Klimaneutral auf recyceltes Papier
gedruckt. ©2024
Printed carbon neutral on recycled
paper. ©2024