

## Kondition

Unser Ökosystem sähe ganz anders aus ohne Ameisen. Sie erfüllen wichtige Aufgaben wie: Samen verbreiten, Pflanzen fressen, Pilze züchten. Zudem sind sie sehr fleissige und ausdauernde Tiere, die bis das dreissigfache ihres Gewichtes tragen können.



mässige Kondition vorausgesetzt, ca. 3-4h Wanderzeit,  
bis ca. 400 Höhenmeter Aufstieg



normale Kondition vorausgesetzt, ca. 4-5h Wanderzeit,  
bis ca. 700 Höhenmeter Aufstieg



gute Kondition vorausgesetzte, ca.5-7h Wanderzeit,  
bis ca. 1000 Höhenmeter Aufstieg

## Technik

Gegenblättriger Steinbrech (*Saxifraga oppositifolia*)

Diese Blütenpflanze ist eine Ausnahmserscheinung. Sie wurde auf dem Dom auf 4505m von einem Botaniker gesichtet, was ein Blütenhöhenrekord in Europa ist. Die Pflanze ist ein absoluter Spezialist und kann in sehr schwierigen Verhältnissen wie steinigem Boden und grosser Höhe überleben.



einfache Bergwanderung mit Wegen, ohne ausgesetzte Stellen



Bergwanderung mit wenig ausgesetzten Stellen, meist auf Wanderwegen,  
dazwischen kurze weglose oder geröllige Abschnitte



Bergwanderung mit weglosen oder etwas ausgesetzten Abschnitten, die  
Trittsicherheit und Schwindelfreiheit erfordern

## Komfort

Die Beutelmeise gehört zu den kunstfertigsten Nestbauern unter den europäischen Brutvögeln. An den äusseren Zweigenden einer Weide oder einer Birke beginnt das Männchen mit Pflanzenfasern und Samenwolle eine birnenförmige Grundkonstruktion, die dann zusammen mit dem Weibchen zum beutelförmigen Nest vollendet wird.



einfache Unterkunft in Hütten / Rifiugi oder unter freiem Himmel



einfache Unterkunft in Berghütten oder Rustici mit Infrastruktur



Unterkunft in Pension, Ferienwohnung oder Hotel in Zwei- oder Dreibettzimmern