



3h

**Wanderkarte/n 1:50'000 247T**  
**Gesamtaufstieg 552m**

**Länge 9.3km**  
**Gesamtabstieg 546m**



Adler könnte eine Wirtschaft heissen, um frei fliegende Adler könnte es jedoch auch gehen auf dieser Wanderung. Beides ist nicht der Fall, die Route führt lediglich an einem Gipfel vorbei, der so heisst. Er steht gegenüber von Trimmis, etwa 1km nördlich von Chur.

Ich starte in Untervaz, wohin mich das Postauto fährt, denn die Bahnstation der RhB ist etwas gar weit entfernt! Aus der Dorfmitte wandere ich zum Ausgang des Cosenzbach-TO-bels und steige dann entlang dem Strässchen in wilden Schleifen hinauf zu Michelis Bünthen.

Etwas weiter oben breitet sich der Fallboden aus und bietet bereits einen schönen Blick hinab in die Ebene des Rheintals. Hoch über dem gewaltigen Steinbruch mit den dazugehörenden Industrieanlagen zieht sich mein Weg weiter

bergwärts und erreicht nochmals hundert Höhenmeter später die Lichtung Pramanengel.

Die verstreut hingeworfenen Wäldchen bieten sich an, um die Beine nach dem Aufstieg zu strecken und den Wolken auf ihrer Reise ins Ungewisse zuzuschauen. Den eingangs erwähnten Adler sieht man schon von da aus, aber der Weg durch das Untertöbeli lässt ihn buchstäblich links stehen. Ebenso den Curtanäschchopf, der ebenfalls die Aussicht ins Rheintal versperrt.

Im Bärenhag - oder je nach Karte: Bärhag - überschreite ich den höchsten Punkt der Tour, folglich geht's nun wieder bergab. Anfangs sehr angenehm sachte durch den Sassardontwald, ab der Rängg spürbar heftiger bis zum Lauf des Odlibachs.

Ich geniesse den Schatten des Waldes, aber immer wieder durchziehen schroffe Felsbänder den Hang. Diese boten im Mittelalter den Rittern in ihren Burgen Lichtenstein und Grottenstein Schutz und Geborgenheit.

Nach einem letzten Schlenker erreiche ich schliesslich das schmucke Dorf Haldenstein mit dem stolzen Schloss und einer Bushaltestelle. Vor der Abfahrt jedoch verpflege ich mich im heimeligen Restaurant mit dem fast zwingenden Namen Calanda.

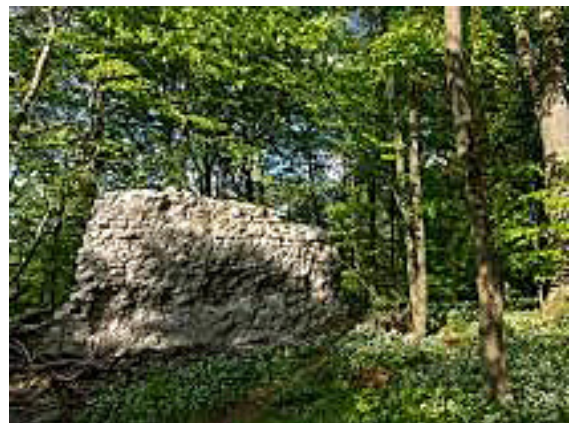
## Grottenstein und Lichtenstein

Die zwei Ruinen zu beiden Seiten des beschriebenen Weges könnten unterschiedlicher nicht sein.

Da ist zur Rechten die Ruine **Grottenstein**, die ,wie der Name sagt, in eine Höhle hinein gebaut wurde. Sie erscheint urkundlich erstmals im Jahre 1617 als Crottenstein. Wahrscheinlich bezieht sich die eher abschätzig-Bezeichnung auf die ebenfalls ansässigen Kröten. Das Wort Grotte erscheint im deutschen Sprachraum erst hundert Jahre später, und dürfte aus dem Italienischen *la grotta* stammen.

Der felsige Überhang wurde seinerzeit mit einer fast 2m dicken Mauer aus Bruchsteinen abgeschlossen. Der Zugang erfolgte über eine Lücke in 5m Höhe und wurde über einen Steg aus Holzbalken erreicht. Die Quelle innerhalb der Behausung erleichterte das Leben in diesem ansonsten unwegsamen Gebiet, das vermutlich als Notunterkunft gedient haben könnte, sozusagen als Fluchtburg in kriegerischen Zeiten derer von Lichtenstein.

Die Burg **Lichtenstein** steht auf einer Felsnase rund 200m über der Talsohle. Weil ihre Umriss einer liegenden Katze ähnlich sieht, wird sie von den Einheimischen auch



# Adler

Katzenburg genannt.

Anhand gefundener Überreste konnte die Anwesenheit von Menschen an diesem Ort zwischen der Jungsteinzeit und der späten Antike bewiesen werden. In schriftlichen Quellen erscheinen die Herren von Lichtenstein erstmals 1180. Die Burg hat wahrscheinlich aber bereits bestanden, während Grottenstein und Haldenstein jünger sein müssten.

Die Häufung alter Bauten über dem Dorf geht darauf zurück, dass sich im 12. Jahrhundert die Familie der Lichtensteiner gespalten haben dürfte. Der eine Zweig verblieb auf der Stammburg, während der andere sich eine neue Bleibe unmittelbar über dem Dorf errichten musste.

Als die Lichtensteiner hundert Jahre später ausstarben, ging ihre Burg an die Haldensteiner, die den Namen Lichtenstein weiter als Vornamen benutzten, bis auch ihr Geschlecht aus den Urkunden verschwand.

