



**HOCHEBENE PALFRIES**  
DIE SONNENTERRASSE FÜR  
DIE GANZE FAMILIE

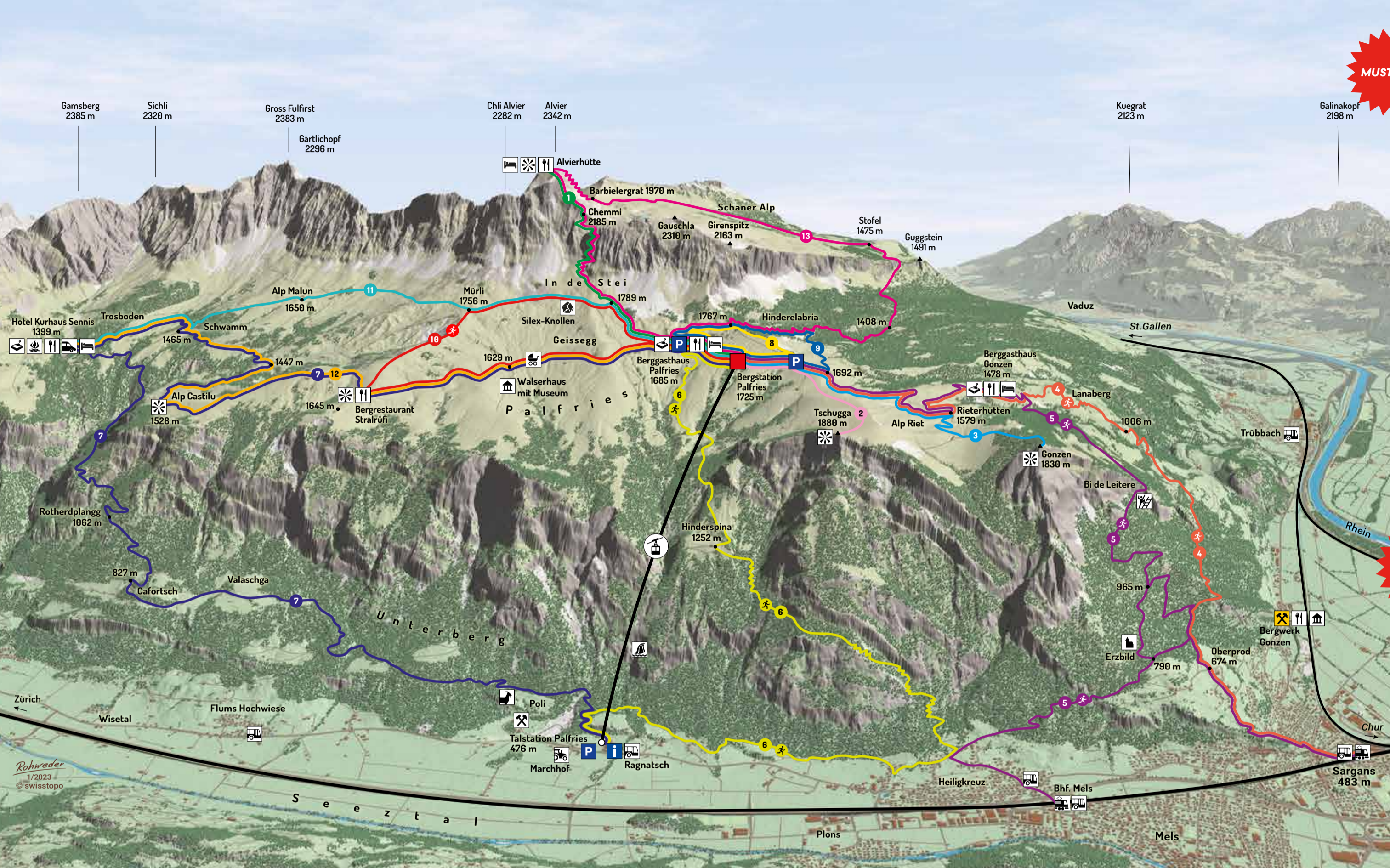
**palfriesbahn**

**palfriesbahn**

Seilbahn Palfries  
Ludwigweg 11  
8888 Heiligkreuz  
T 081 599 43 79  
info@seilbahn-palfries.ch  
www.seilbahn-palfries.ch



f i o y t s j v  
Wetter: Aktuell auf unseren Webcams



**SENNIS-RUNDTOUR**

Bist du bereit für einen unvergesslichen Tag in den Bergen? Die Rundtour beginnt mit der Seilbahnfahrt nach Palfries, von wo du eine von zwei abwechslungsreichen Routen wählst. Unterwegs erwarten dich herrliche Aussichten, frische Bergluft und gemütliche Berggasthäuser, die zu einer Pause einladen. Die Tour eignet sich für alle – allein, zu zweit, mit Familie oder Freunden. Die Wanderung endet beim Hotel Kurhaus Sennis, von wo dich der Bus bequem zurück zur Talstation bringt. Ein Tag voller Natur, Panorama und Genuss wartet auf dich!



**360° PANORAMA, 100% ERLEBNIS**

Geniesse die beeindruckende Rundumsicht auf unzählige Gipfel und spektakuläre Sonnenauf- und Sonnenuntergänge auf dem Alvier, ein Ort, der dich den Alltag vergessen lässt und pure Faszination verspricht. Die Kombination aus atemberaubender Aussicht, gemütlicher Hüttenbewirtung und wohlthuender Bergluft macht jeden Moment zu einem unvergesslichen Erlebnis. Eine Übernachtung lohnt sich ganz besonders.



**ARVENWEGLI**

Raus in die Berge und gemeinsam unterwegs! Schon die Fahrt mit der Seilbahn ist ein Erlebnis. Danach geht es ins Arvenwäldli, wo Gross und Klein auf Entdeckungsreise gehen können. Weiter über Alpweiden und an kleinen Bächli vorbei, die zum Spielen einladen, öffnet sich immer wieder ein atemberaubender Blick auf die Berge und den Walensee. Unterwegs finden sich schöne Plätze in der Natur für eine Pause oder ein Picknick. Zum Abschluss wartet das Berggasthaus Palfries mit Sandkasten, sonniger Terrasse und vielleicht einem feinen Glace.



**NATURPARADIES**

Im Frühling und Sommer begeistert Palfries mit einer einzigartigen Tier- und Pflanzenwelt. Enzian, Edelweiss und zahlreiche weitere Blumenarten schmücken die Alpweiden und Berghänge. Im Herbst zeigt sich die Alp in warmen Farben und ruhiger Stimmung. Die farbenprächtige Natur wird von einer eindrucksvollen Bergkulisse begleitet. Mit etwas Glück entdeckst du unterwegs Gämsen, Steinböcke, Birkhühner und viele weitere Tiere der Alpen.

**FAHRZEITEN**

08.00 – 11.45 Uhr und 13.00 – 17.30 Uhr  
von Auffahrt bis Mitte November  
  
Die Bahn fährt jeweils um xx.00, xx.15, xx.30 und xx.45. Bitte 15 Minuten vor Abfahrt bei der Station eintreffen.

**RESERVATION**

Reservation dringend empfohlen:  
Online über unser Reservationssystem  
oder per Telefon 081 599 43 79



**WANDERUNGEN**

- 1 ALVIER**  
Dauer 2 h Länge 3.3 km
- 2 TSCHUGGA**  
Dauer 0.75 h Länge 2 km
- 3 GONZEN**  
Dauer 1.5 h Länge 3.8 km
- 4 BERGGASTHAUS GONZEN-LANABERG-SARGANS**  
Dauer 3 h Länge 9.7 km
- 5 GONZENLEITER-SARGANS/HEILIGKREUZ**  
Dauer 2.75 h Länge 9.5 km
- 6 SPINA-HEILIGKREUZ-TALSTATION**  
Dauer 3.5 h Länge 9.2 km
- 7 SENNIS-TALSTATION**  
Dauer 5 – 6 h Länge 17.5 km

**RUNDWANDERUNGEN**

- 8 ARVENWEGLI**  
Dauer 1 h Länge 2.8 km
- 9 HINDERELABRIA**  
Dauer 2 h Länge 4.3 km
- 10 STRALRÜFI**  
Dauer 2.5 h Länge 7 km
- 12 SENNIS-RUNDTOUR, VIA ALP CASTILU**  
Dauer 2.5 h Länge 8 km
- 13 ALVIER-SCHANER ALP-VORMSWEG**  
Dauer 6 h Länge 13.7 km

**TRAIL-RUNS**

- 4 LANABERG**  
Länge 13.1 km Höhe 1472 hm Kondition ●●●
- 5 GONZENLEITER**  
Länge 11.9 km Höhe 1525 hm Kondition ●●●
- 6 HINDERSPINA**  
Länge 9.1 km Höhe 1401 hm Kondition ●●●
- 10 STRALRÜFI**  
Länge 7 km Höhe 265 hm Kondition ●○○



**TRAIL RUNNING**

Entdecke unsere Trails für alle Levels. Ab der Talstation warten drei anspruchsvolle Strecken mit steilen Anstiegen und vielen Höhenmetern, ideal für erfahrene Läufer. Wer es etwas gemütlicher angehen möchte, kann ab der Bergstation Palfries starten und eine kurze, abwechslungsreiche Strecke laufen, ideal für Einsteiger. Unterwegs werden alle Läufer mit der beeindruckenden Alpenkulisse belohnt.



**TRADITION ERLEBEN**

Erlebe die traditionelle Alpwirtschaft hautnah auf den Alpen Riet, Castilu, Malun, Schanerberg und Malschuel. Während der Alpzeit kannst du frisch hergestellten Alpkäse, Butter, Joghurt und weitere Köstlichkeiten direkt auf der Alp kaufen. Kühe, Ziegen, Schafe und andere Alptiere beleben die Weiden. Ein Besuch lohnt sich!



**WALSERHAUS**

Entdecke das Leben der Walser auf Palfries! Das über 600 Jahre alte Walserhaus öffnet dir einzigartige Einblicke in das damalige Bergvolk. Im Museum erwarten dich spannende Artefakte, alte Bräuche und Traditionen. Erfahre hautnah, wie die Walser früher lebten, und tauche ein in ihre faszinierende Geschichte.

- Seilbahn
- Infostelle
- Bahnhof
- Bushaltestelle
- Sennis-Bus
- Parkplatz
- Restaurant
- Leiter
- Spielplatz
- Silex Knollen
- Walserhaus mit Museum
- Schweizer Familie Feuerstelle
- Wasserfall
- Aussichtspunkt
- Kapelle
- kinderwagentauglich
- Bergwerk Gonzen
- Versuchsstollen Hagerbach VSH
- Marchhof Hofladen & Schlaffass
- Geissen-Trekking



1

### ALVIER

Der 2-stündige Aufstieg zum Alvier setzt Trittsicherheit und mässige Schwindelfreiheit voraus, wird jedoch belohnt mit einer unglaublichen Weitsicht bis zum Walensee und Bodensee. Nach einem leichten Anstieg wird es steil. Durch eine Felsspalte, Chemmi, führt eine Holzleiter. Das letzte Teilstück ist mit Seilen gesichert.

Dauer 2 h  
Länge 3.3 km  
Kondition ●●●



2

### TSCHUGGA

Dein Aufstieg über einen Trampelpfad wird mit einer prächtigen Alpenflora (insbesondere auf dem Grat) sowie mit einer herrlichen Aussicht ins Seetal, zum Walensee sowie in die weite Bergwelt belohnt. Starte südöstlich und biege beim höchsten Punkt der Alpstrasse (Parkplatz auf dem Chamm) rechts ab.

Dauer 0.75 h  
Länge 2 km  
Kondition ●○○



3

### GONZEN

Am Ziel erwartet dich eine imposante Aussicht ins Rheintal sowie in die Bergwelt Liechtensteins und des Bündnerlands. Der Bergweg führt zunächst durch ein Feuchtgebiet, dann leicht abfallend zu den Rieterhütten. Über die Naturstrasse geht es zur Alp Folla und weiter auf dem Bergweg zum Gipfelkreuz.

Dauer 1.5 h  
Länge 3.8 km  
Kondition ●●○



4

### BERGGASTHAUS GONZEN-LANABERG-SARGANS

Nach 800 m Asphaltstrasse geht es leicht abfallend durch Feuchtgebiet und Alpweiden zum Berggasthaus Gonzen. Anschliessend führt der steile Abstieg über Wege und Weiden zum Rheintal-Höhenweg Richtung Oberprod mit Abzweigung nach Sargans oder Heiligkreuz.

Dauer 3 h  
Länge 9.7 km  
Kondition ●●○



5

### GONZENLEITER-SARGANS ODER HEILIGKREUZ

Die Wanderung erfordert Trittsicherheit und Schwindelfreiheit (für Hunde ungeeignet). Nach ¾ Stunden erreichst du das Berggasthaus Gonzen. Von dort geht es über die Gonzenleiter durch den Staatswald nach Sargans oder Heiligkreuz (über Erzbild-Kapelle).

Dauer 2.75 h  
Länge 9.5 km  
Kondition ●●●

## RESTAURANTS

Frisch, regional und mit ganz viel Liebe zubereitet – deine Pause hat sich noch nie so gut angefühlt! Lass dich in sonnigen Bergrestaurants von traditioneller Schweizer Küche verwöhnen, umgeben von beeindruckenden Panorama-Ausblickten.



### BERGGASTHAUS PALFRIES

T 081 783 12 24  
www.palfries.ch  
0.25 h ab Bergstation



### BERGRESTAURANT STRALRÜFI

T 081 783 11 60  
www.bergrestaurant-stralruefi.ch  
1 h ab Bergstation



### HOTEL KURHAUS SENNIS

T 081 733 12 29  
www.hotelkurhausennis.com  
2.5 h ab Bergstation



### BERGGASTHAUS GONZEN

T 079 708 22 99  
www.berggasthaus-gonzen.ch  
0.75 h ab Bergstation



### ALVIERHÜTTE

T 079 632 03 08  
www.alvierhuette.ch  
2 h ab Bergstation

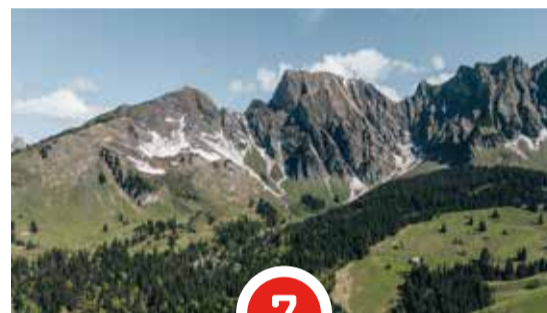


6

### SPINA-HEILIGKREUZ-TALSTATION

Der 3 ½-stündige, steile Abstieg beginnt östlich des Berggasthauses Palfries und ist gefahrlos begehbar. Zunächst führt er über Alpweiden, dann ab Hinterspina durch Wald und entlang Felsflanken bis Heiligkreuz. Von dort sind es 3,5 km zur Talstation.

Dauer 3.5 h  
Länge 9.2 km  
Kondition ●●●

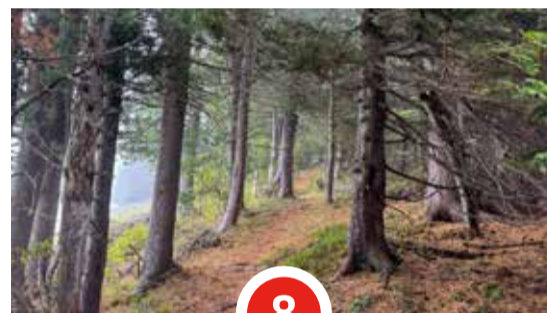


7

### SENNIS-TALSTATION

Die 5- bis 6-stündige Wanderung verläuft grösstenteils über Naturstrassen und Alpweiden, mit nur wenigen asphaltierten Abschnitten. Die Tour führt über das Bergrestaurant Stralrüfi nach Sennis, folgt dem ehemaligen Säumer- und Erschliessungsweg und endet an der Talstation der Seilbahn.

Dauer 5-6 h  
Länge 17.5 km  
Kondition ●●○



8

### ARVENWEGLI

Diese kinderfreundliche Rundwanderung führt von der Bergstation auf der Alpstrasse südöstlich zum Parkplatz Chamm. Dann geht es über Weiden und den arvenbewachsenen Grat weiter zur Alpweide und zurück zum Berggasthaus Palfries bzw. zur Bergstation.

Dauer 1 h  
Länge 2.8 km  
Kondition ●○○



9

### HINDERELABRIA

Der abwechslungsreiche Bergweg führt nach der asphaltierten Alpstrasse durch ein Feuchtgebiet und über verschiedene kleine Holzbrücken bis zum Chamm. Von dort geht es mit Aussicht ins Seetal über Alpweiden und die Alpstrasse zum Ausgangspunkt, eventuell mit einem Halt beim Berggasthaus Palfries.

Dauer 2 h  
Länge 4.3 km  
Kondition ●○○



10

### STRALRÜFI

Diese Kurzrundwanderung ist ideal für die ganze Familie und führt in ¼ Stunden durch eine wunderschöne alpine Landschaft zum Bergrestaurant Stralrüfi. Mit etwas Glück entdeckst du einen weissen Enzian. Die Verbindungsstrasse zwischen Stralrüfi und der Bergstation ist kinderwagentauglich.

Dauer 2.5 h  
Länge 7 km  
Kondition ●○○

## TARIFE

### EINZELFAHRT

	Einfach	Retour
Erwachsene 16+	15.-	22.-
Kinder 6+	7.-	10.-
Hund	5.-	5.-
Geburtskinder ausweispflichtig		gratis

### SENNIS-RUNDTOUR

Erwachsene 16+	35.-
Kinder 6+	15.-
Hund	10.-
Erwachsene 16+ mit Saisonkarte	20.-
Kinder 6+ mit Saisonkarte	8.-
Hund mit Saisonkarte	5.-
Geburtskinder ausweispflichtig	gratis

### FAMILIEN-RABATT

Familien erhalten 10 % Rabatt auf den Normaltarif bei Einzelfahrten und der Sennis-Rundtour für Kinder im Alter von 6 bis 16 Jahren.

### TRAILRUN-ABO

10er Abo für Talfahrten	130.-
-------------------------	-------

### GRUPPEN

	Einfach	Retour
Erwachsene 16+	13.-	18.-
Kinder 6+	6.-	8.-
Gruppenführer/in		gratis

Preise gelten für Gruppen ab 16 Personen. Reservierungen bitte telefonisch während der Betriebszeiten.

### ABEND- & NACHTFAHRTEN

Abendzuschlag bis 22 Uhr, pauschal	100.-
Nachtzuschlag bis 24 Uhr, pauschal	200.-

Ticketlösung für Gruppen ab 8 Personen (16+). Reservation mindestens 7 Tage im Voraus erforderlich. Ticketpreis plus Pauschale, kein Gruppentarif.

### SAISONKARTEN

Erwachsene 16+	220.-
Kinder 6+	75.-
Familie	400.-
2 Erwachsene 16+ und Kinder 6+	
Familie-Single	250.-
1 Erwachsene 16+ und Kinder 6+	
Hund	50.-

### PARKPLATZ

Tagespauschale 24 h	5.-
Saisonkarte	50.-

### BOLLERWAGEN

Tagesmiete Bollerwagen	8.-
------------------------	-----

Das Angebot ist gültig, solange die Wagen verfügbar sind.

### GÜTERTRANSPORTE

Auf Anfrage: Hängegleiter, Deltasegler und Bikes können nicht transportiert werden.

Keine weiteren Vergünstigungen (z.B. Halbtax, GA). Preise in CHF inkl. MwSt. Änderungen vorbehalten, siehe seilbahn-palfries.ch.

### AGB

Diese sind auf unserer Webseite zu finden.



11

### SENNIS-RUNDTOUR, VIA ALP MALUN

Kombiangebot für Seilbahn-Bergfahrt und ½-stündige Busfahrt zur Talstation mit alpiner Wanderung dazwischen. Eine ideale Wanderung für Familien mit wandergewohnten Kindern. Der Bus fährt bis Ende September jeweils um 16 Uhr, nachher bis Saisonschluss um 15 Uhr.

Dauer 3 h  
Länge 7 km  
Kondition ●○○



12

### SENNIS-RUNDTOUR, VIA ALP CASTILU

Kombiangebot: Seilbahn-Bergfahrt, 2½-stündige Wanderung über Naturstrassen und Alpweiden, dann ½-stündige Busfahrt. Route über Stralrüfi, Alp Castilu (Aussichtspunkt) und Hotel Kurhaus Sennis. Der Bus fährt bis Ende September um 16 Uhr, danach um 15 Uhr.

Dauer 2.5 h  
Länge 8 km  
Kondition ●○○



13

### ALVIER-SCHANER ALP-VORMSWEG

Steiler Aufstieg durch das Chemmi zum Alviergipfel (Wanderung 1) und Abstieg über Alpweiden der Schaner Alp bis zum Stofel. Weiter gehts über den abwechslungsreichen Vormsweg bis zur Alpstrasse. Dann folgt der Aufstieg über Elabria bis Palfries.

Dauer 6 h  
Länge 13.7 km  
Kondition ●●●



TRAIL RUN

### TRAIL-ROUTEN

Jetzt Trailabo sichern: 10 Talfahrten zum Spezialpreis von CHF 130.- für alle Trailrunner, die ab der Talstation hochlaufen. Gültig 5 Jahre ab Ausstellungsdatum.

Route 4 – Lanaberg, schwer  
Route 5 – Gonzenleiter, schwer  
Route 6 – Hinterspina, schwer  
Route 10 – Stralrüfi, leicht



MIETE!

### BOLLERWAGEN

Für einen entspannten Familienausflug kannst du an der Bergstation einen Bollerwagen mieten. So wird die Wanderung mit kleinen Kindern noch bequemer und macht doppelt so viel Spass – solange verfügbar. Perfekt für deinen Aufenthalt auf der Hochebene!

## ANREISE

### MIT DEN ÖV

Die Haltestelle Heiligkreuz Ragnatsch ist 5 Gehminuten von der Talstation entfernt.

### ab Bahnhof Sargans

Bus Nr. 441, Richtung Flumserberg  
Bus Nr. 433, Richtung Ragnatsch

### ab Verrucano oder Bahnhof Mels

Bus Nr. 433, Richtung Ragnatsch

### ab Flumserberg/Flums

Bus Nr. 441, Richtung Sargans

### MIT DEM AUTO

Autobahn A3 (Zürich–Sargans)  
Ausfahrt Flums Nr. 49  
Richtung Mels/Sargans

### Autobahn A13/A3 (Chur–Zürich)

Ausfahrt Sargans Nr. 50  
Richtung Walenstadt

