

Zauberhafte Ostschweiz

Der Alpstein ist ein Paradies wie aus dem Bilderbuch. Nur schöner.

Einfach mal durchatmen

Wir haben Gärten und Parks besucht. Unbedingt nachmachen!

via

bewegt dich.

4 | 2015

Welscher Witz

Vincent Veillon und Vincent Kucholl erklären die Welt in 26 Minuten. Zum Totlachen.



Gerlinde Neff bewirtschaftet im Sommer die Altenalp hoch über dem Seealpsee.

Das Appenzellerland und insbesondere der Alpstein ist ein Wanderland erster Güte. Steile Felspartien wechseln sich ab mit sanften Wegen über gepflegte Alpweiden. Gegen 200 Alpen werden im Sommer von Äplern traditionell und naturverbunden bewirtschaftet.

Text: Jürg Bühler

Alpstein aus dem Bilderbuch

Man wähnt sich fast am Ende der Welt, einige Kilometer hinter dem malerischen Innerrhoder Hauptort Appenzell. Wasserauen ist Endstation der Appenzeller Bahnen. Von hier bringt uns die Luftseilbahn hinauf zur Ebenalp. Ein prächtiger Rundblick auf die Bergwelt im Alpstein lässt staunen und macht erwartungsfroh.

Von Eremiten und Kapuzinern

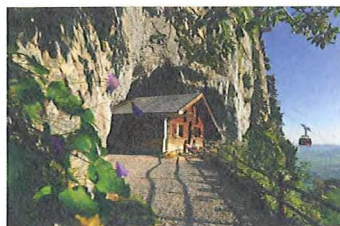
Von der Ebenalp (1589 m) führt ein gut ausgebauter Wanderweg durch die Höhle hinab zum sagenumwobenen Wildkirchli (1465 m) mit Einsiedelei und Kapelle. Die Höhlenkapelle wurde 1621 von einem Kapuzinerpater gegründet. 1658 wurde das Eremitenhäuschen errichtet, dort hausten bis 1853 Einsiedler. Später wurde die Einsiedelei in ein Gasthaus umfunktioniert. Das heutige kleine Museum trat als Rekonstruktion des früheren Eremitenhäuschens 1972 an die Stelle des Gasthauses. Im Frühjahr 2015 ist die Wildkirchli-Höhle sanft saniert worden. «Wir wollen das Wildkirchli als bedeutendes Kultur- und Naturdenkmal aufwerten und für Besucherinnen und Besucher attraktiver machen», sagt Beat Kölbener, der sich als Verwaltungsrat der Ebenalpbahn mit der Sanierung befasst. «Es soll kein Rummelplatz entstehen, unser Ziel ist eine angepasste Aufwertung des Wildkirchli.» Von hier schlängelt sich der Weg vorbei am Berggasthaus Äscher zuerst leicht abwärts und dann aufwärts zur Altenalp.

Alpen werden bewirtschaftet

Die Altenalp (1751 m) hoch über dem Seealpsee wird seit Jahren von Bruno und Gerlinde Neff bewirtschaftet. «Wenn man dem Alp-Virus einmal verfällt, dann lässt er einem nicht mehr los», sagt Gerlinde Neff und ergänzt, «man weiss, warum man arbeitet». Zusammen mit den Neffs leben Kühe, Rinder, Geissen und Schweine für einige Wochen auf der Altenalp. Während Kühe und Rinder nach zehn bis elf Wochen wieder den beschwerlichen Weg ins Tal zurücklegen, bleiben die Geissen während rund 15 Wochen oben. Die Milch wird direkt auf der Alp verarbeitet und vermarktet: «Unser eigener Alpkäse findet bei Wanderern guten Absatz und auch unser Joghurt wird als erfrischende Zwischenverpflegung sehr geschätzt», erzählt Gerlinde Neff. Die Altenalp ist eine

Anreise

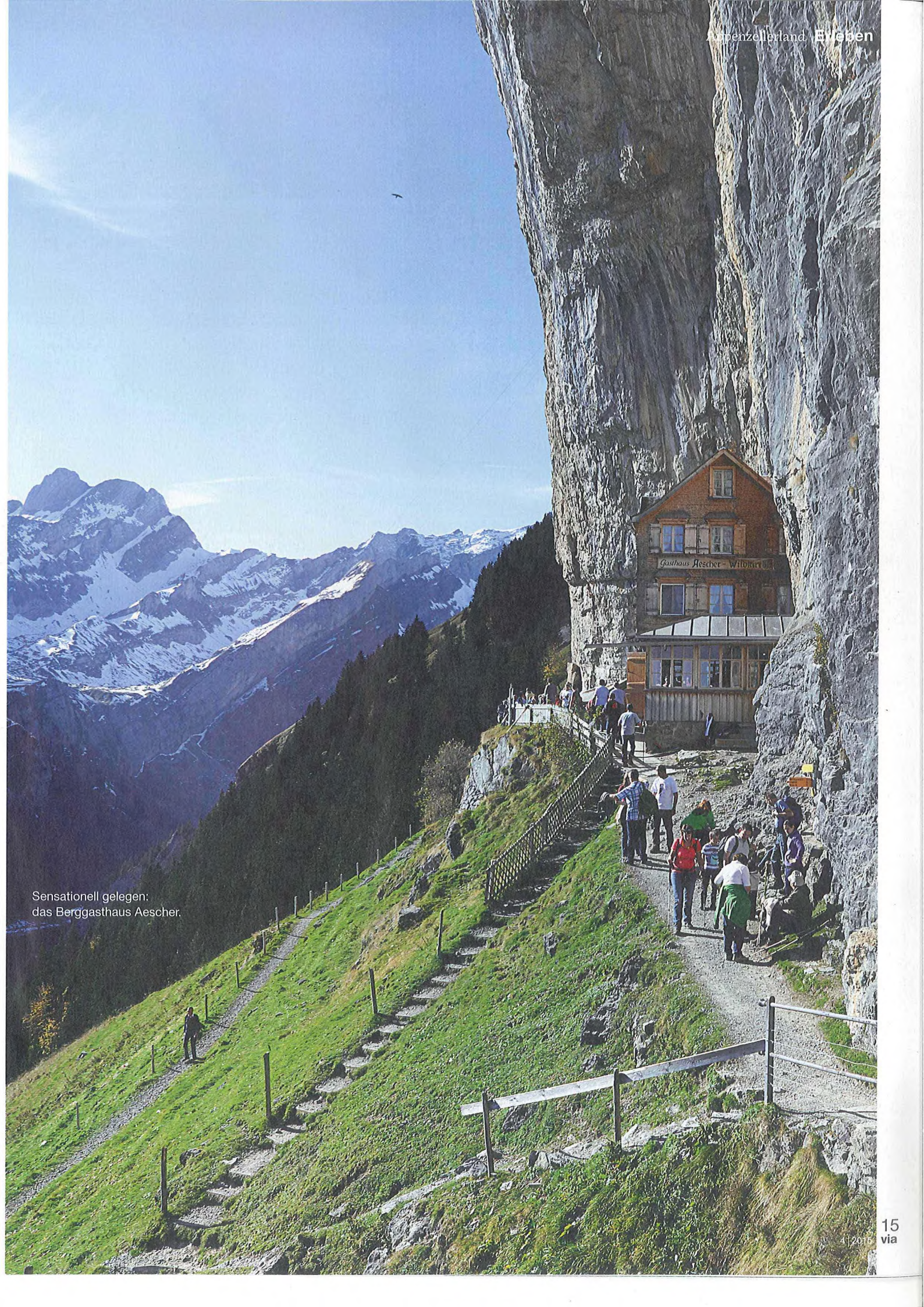
Wasserauen im Appenzellerland ist am besten ab St. Gallen in rund einer Stunde, ab Zürich in zwei Stunden erreichbar. sbb.ch



Sagenumwobener Ort: das Wildkirchli mit Höhle und Museum.



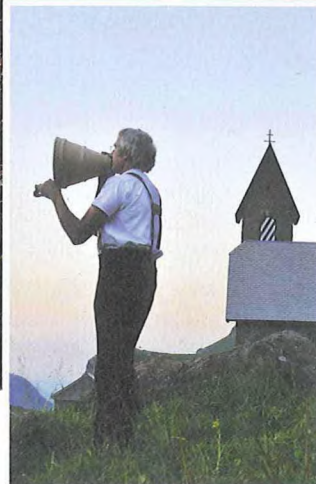
Nur Märchen sind schöner: Der Seealpsee auf 1143 m ü. M. ist eines der beliebtesten Ausflugsziele im Alpstein.



Sensationell gelegen:
das Berggasthaus Aescher.



Die Aussichten vom Lisengrat sind atemberaubend. Aber schwindelfrei sollte man bei manchen Passagen schon sein.



Authentisch: Volkstanz, Trachten und Alpsegen sind gelebter Ausdruck der regionalen Tradition.

→ von knapp 200 Alpen im Alpstein. Während auf verschiedenen Alpen die Milch direkt verarbeitet wird, liefern sie andere ins Tal. Im Verlaufe der Alpsaison finden in zahlreichen Bergwirtschaften Alpstobeten statt, wo sich zu original Appenzeller Streichmusik die Sennen und ihre Mädchen, aber auch Einheimische und auswärtige Gäste bestens unterhalten.

Agateplatte als Pièce de Résistance

Von der Altenalp führt der Weg in einem stetigen Auf und Ab weiter zum Berggasthaus Mesmer (1613 m), das auch Übernachtungsmöglichkeiten anbietet. Der Mesmer ist eines der 27 Berggasthäuser, die das Wandern im Alpstein besonders machen: Dank dem dichten Netz an Wirtschaften entlang der Wander- und Bergwege ist man selten mehr als eineinhalb Stunden ohne Einkehrmöglichkeit unterwegs. Vom Mesmer gehts im steilen Zickzack hinauf zum mit Stahlseilen gesicherten Felsweg über die Agateplatte (1738 m), der eigentlichen Pièce de Résistance dieser 2-Tages-Wanderung. Auf dem Grat der Rossmad (1896 m) geniesst man eine grandiose Rund-sicht auf die umliegenden Berge bis hinauf zum Säntis.

Meglisalp – Dörfli in den Bergen

Schon der Blick von der Rossmad zeigt: Die Meglisalp (1517 m) ist eine grosse Alp. Wie ein kleines Sennendorf im Herzen des Alpsteins präsentiert sie sich. Ne-

ben dem grossen Berggasthaus mit Übernachtungsmöglichkeiten stehen die Kapelle und Alphütten. In frühen Abendstunden kann man hier etwas ganz Besonderes erleben: den Betruf oder Alpsegen, wie er auf verschiedenen Innerrhoder Alpen allabendlich gerufen wird. Wer ihn hört, wird an Klänge aus dem Mittelalter erinnert. Archaisch ist der Text, halb Dialekt, halb altmodisches Hochdeutsch. Im Betruf kommt tief religiöses, uraltes katholisches Brauchtum zum Ausdruck. Der heute 66-jährige Emil Dörig hat von Kindsbeinen an die Sommerwochen auf der Meglisalp verbracht und wird auch diesen Sommer als Senn allabendlich den Betruf rufen: «Ich erbitte mir damit den Schutz der Alp ond Glück ond Gfell.» Er habe den Holztrichter vom Nachbarsenn als 16-Jähriger übernommen und rufe seither den Betruf während der Alpzeit jeden Abend, erzählt Emil Dörig.

Auf der Meglisalp kreuzen sich verschiedene Wanderwege. Wer weiter aufsteigen will, der wandert Richtung Rotsteinpass (2124 m) und dann über den Lisengrat (nur für Schwindelfreie) zum Säntisgipfel (2502 m). Von dort bringt die Luftseilbahn die Wanderer hinunter zur Schwägälp (1352 m) mit der Alp-schaukäserei.

Zäuerli und Rugguuseli

Wer behauptet, ein «Zäuerli» und ein «Rugguuseli» seien dasselbe, wird sich bei echten Appenzellern keine Freunde machen. Da wird streng zwischen den beiden Naturjodel-Varianten differenziert. Zu Recht, denn es gibt einen hörbaren Unterschied: Während beim Innerrhoder «Rugguuseli» nur eine Solostimme vorkommt, sind es beim Ausserrho-der «Zäuerli» deren zwei.

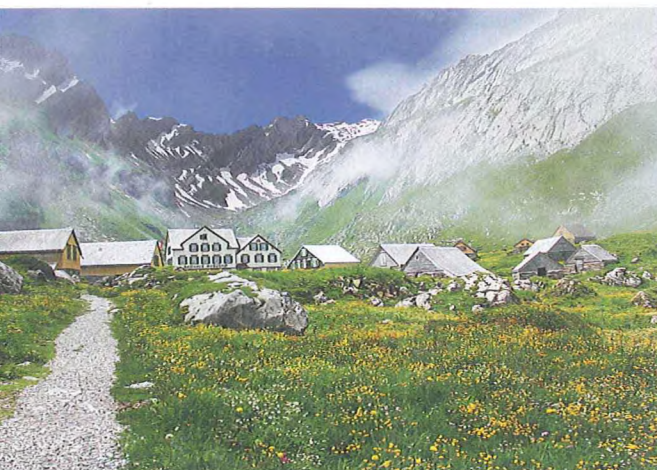




Alpkäserei und Molkebad am Seealpsee

Talwärts geht es von der Meglisalp hinunter zum Seealpsee (1145 m). In der Talebene machen die verstreuten Alphütten deutlich, dass auch hier die Alpwirtschaft in den Sommermonaten einen grossen Stellenwert hat. Einige 100 Meter hinter dem See liegt die Alp Spitzigstein, wo Daniela und Hans Gmünder jeden Sommer mit ihren Kindern und dem Vieh verbringen. «Für uns gibt es nichts Schöneres als die Tage auf der Alp», sagen sie. In der Alpkäserei Spitzigstein verarbeitet Hans Gmünder die Milch von fünf weiteren Sennen, die ihre Tiere auf der Seealp sömmern. So kommen während der Alpzeit rund 90 000 Liter Kuhmilch zusammen. Daraus entstehen neun Tonnen Alpkäse. Aus 6000 Litern Ziegenmilch werden 600 Kilogramm Geisskäse produziert. Beim Käsen fällt Molke an, die grösstenteils den Schweinen verfüttert wird. Aber nicht nur: In einem grossen Holzbottich unter freiem Himmel lädt die Molke zum cremigen Schönheitsbad ein und steht Badefreudigen täglich frisch zur Verfügung. «Die Haut wird geschmeidig und seidenweich. Es ist Entspannung pur», sagt Simone Henke, die den Gmünders einen Alpsommer lang auf der Alp Spitzigstein zu Seite stand.

Vom Seealpsee führt ein steiler Fahrweg hinunter nach Wasserrauen. Der Blick öffnet sich aus dem engen Talkessel in Richtung Appenzell. Zwei schöne Tage im Alpstein sind vorbei und die Begegnungen, die Landschaft und die pure Natur werden noch lange nachwirken. Von oben grüssen Ebenalp und Alp Sigel, der Schwendibach fliesst ruhig talauswärts. ■



Schon vor 1500 Jahren urkundlich erwähnt: Die Meglisalp, östlich des Säntis, auf 1517 m ü. M. gelegen.

Tipps im und um den Alpstein

Gaumen und Freuden



Drehende Rundumsicht

Das Drehrestaurant auf dem Hohen Kasten bietet eine Rundumsicht auf Appenzellerland, Rheintal und Bodensee bis nach Deutschland und Österreich. 259 Meter langer Rondom-Aussichtsweg. hoherkasten.ch



Kulinarische Genüsse

Appenzeller Alpenbitter, Appenzeller Bier und Appenzeller Mineralwasser sind weitherum beliebt und bekannt. Alle drei Produktionsbetriebe laden zu attraktiven Besichtigungen ein. www.appenzell.ch/gratisangebote

Schweben und bewegen



Motorikpark am Kronberg

Der schweizweit erste Motorikpark steht bei der Talstation der Luftseilbahn Jakobsbad-Kronberg AG. Erwachsene, Jugendliche und Kinder können ihre Muskeln auf spielerische Art trainieren. kronberg.ch



Faszination auf 2502 Metern

Auf 2502 Metern bietet der Säntis neben einem authentischen Bergerlebnis eine Vielzahl von Möglichkeiten. Bequeme Gipfelwege, Restaurants, Shops und Ausstellungen laden zum Verweilen. saentisbahn.ch

Traditionell und romantisch



Brauchtummuseum

Das Museum Urnäsch bietet Einblick in die bäuerliche Kultur, das damit verbundene Handwerk und das Brauchtum. Eine Sonderausstellung bis 13. Januar 2016 ist dem Kunstfotografen Ueli Alder gewidmet. museum-urnaesch.ch



Käsekunst erleben

In der Schaukäserei Stein die Geschichte der Käsekunst erfahren und erleben, wie Appenzeller® Käse hergestellt wird. Besuchergalerie, Käsekeller, Käse-Kino, Restaurant, Shop – alles unter einem Dach. schaukaeserei.ch