

# PISTENPLAN

GASTRONOMIE  
LANGLAUF  
WINTERWANDERN  
SCHLITTELN



**LAAX**  
Films Laax Falera

DEUTSCH

## INSIDE LAAX

Die INSIDE LAAX App ist Ihr bester Freund während Ihres LAAX Aufenthaltes. Sie ist stets aktuell, interaktiv und die besten Liftticketangebote befinden sich nur auf der App.

Die App weiss live welche Bahnen geöffnet haben, welche Pisten in Betrieb sind, sie reserviert Tische oder bestellt Essen. Sie zeigt Ihnen die nächsten Shuttle oder Busverbindungen an und weiss gerade wo sich Ihre Freunde befinden.

Was Sie tun müssen? – App im App Store oder Google play runterladen und mit Ihrer KeyCard verbinden!

Weitere Informationen zur App auf: [laax.com/inside](http://laax.com/inside)

## SERVICE



## UNTERRICHT

LAAX school	+41 81 927 71 71
Bergsportschule Grischa	+41 79 102 33 65
Bergsportschule Alpine Action Unlimited	+41 81 936 74 74
Renato Decasper	+41 78 908 89 84
Skischule Montagnarda	+41 79 655 44 83

## SHOPS/RENTALS

<b>FLIMS</b>	
Burton Store	+41 81 927 70 77
Bundi Sportarena	+41 81 911 33 90
CHOPP Snowboardshop	+41 81 911 20 11
FREE Skirental	+41 81 927 70 73
Mountain Fantasy	+41 81 936 70 77
Rudolf alpine fashion AG	+41 81 911 11 57
Sport Beat	+41 81 911 33 21

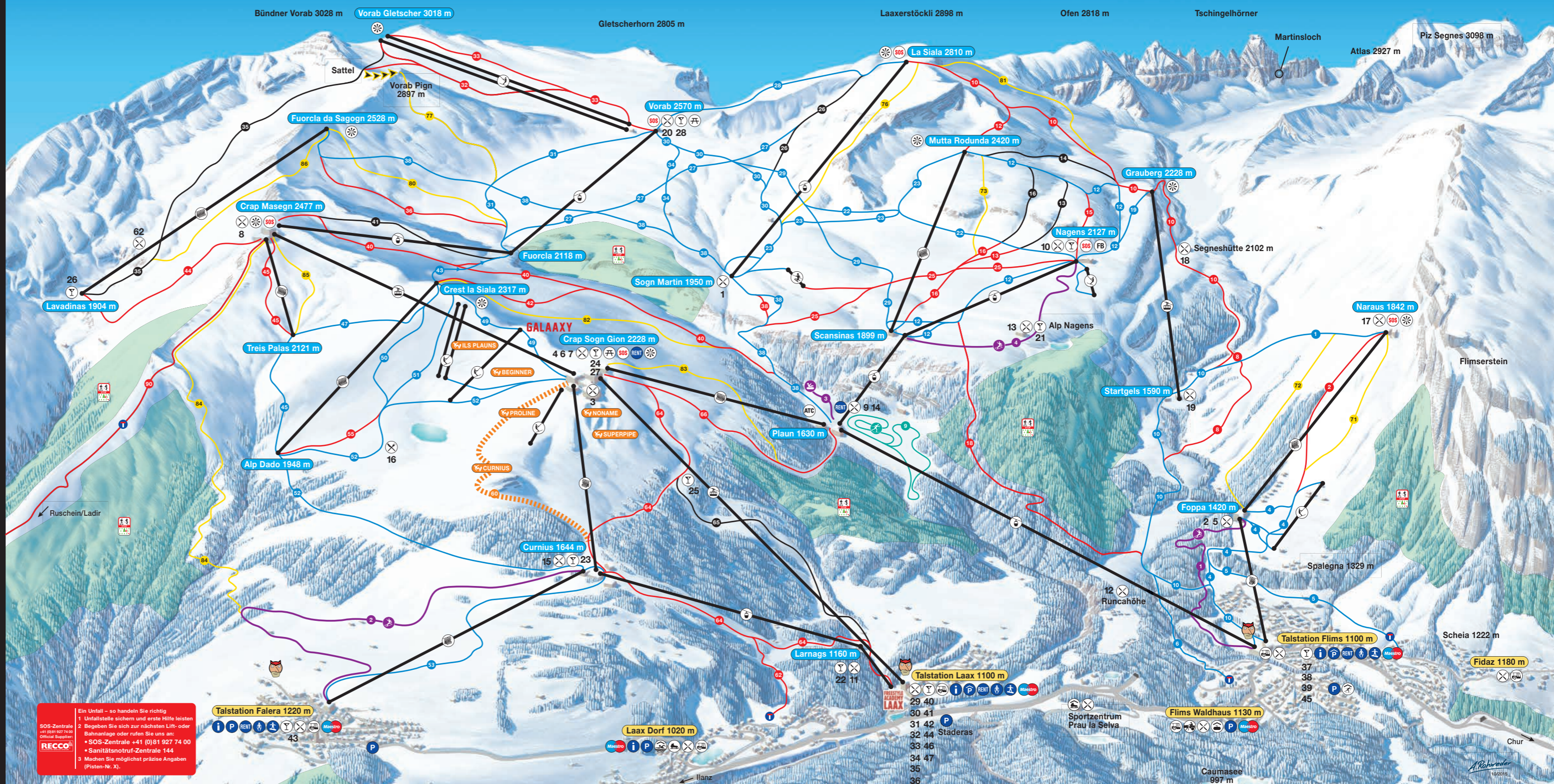
<b>LAAX</b>	
Burton Store	+41 81 927 70 80
FREE Skirental	+41 81 927 70 70
Menzli Sport	+41 81 921 57 65
Meini Sport & Mode	+41 81 936 62 00

<b>FALERA</b>	
FREE Skirental	+41 81 924 70 76
Fravgia Sport	+41 81 921 36 88

## SKICARE

Versichern Sie sich mit dem Kauf Ihres Skipasses. SkiCare und LAAX bieten Ihnen Pakete aus innovativen Versicherungen an, damit Sie sorgenlos Ihren Skitag geniessen können. Mehr Informationen erhalten Sie an den Kassen unserer Talstationen oder unter [laax.com](http://laax.com).

## PISTENPLAN



Ein Unfall – so handeln Sie richtig  
1. Unfallstelle sichern und erste Hilfe leisten  
2. Benutzen Sie sich zur nächsten Lift- oder Bahnstation oder rufen Sie uns an:  
• SOS-Zentrale +41 (0)81 927 74 00  
• Sanitätstrauf Zentrale 144  
3. Machen Sie möglichst präzise Angaben (Pisten-Nr. X).

## GASTRONOMIE

### RESTAURANTS AUF DEM BERG

1 Alp Sogn Martin	+41 81 927 75 95	12 Runchahöhe	+41 81 911 15 88
2 Berghaus Foppa	+41 81 911 16 50	13 Stalla	+41 81 927 99 28
3 Caffè NoName	+41 81 927 73 44	14 Station Plaun	+41 81 927 99 60
4 Capalari	+41 81 927 73 34	15 Tegia Curnius	+41 81 927 99 30
5 Casa Berendi	+41 79 241 32 51	16 Tegia Miež	+41 81 927 99 19
6 Crap Sogn Gion Self Service		17 Ustria Narauš	+41 81 911 58 78
7 Crap Sogn Gion Snacks		18 Ustria Segnes	+41 81 927 99 25
8 Das Elephant	+41 81 927 73 90	19 Ustria Startgels	+41 81 911 58 48
9 La Vacca	+41 81 927 99 62	20 Vorab Gletscher	+41 81 927 73 80
10 Nagens	+41 81 927 99 20	62 Restaurant Fops	
11 Tegia Larnags	+41 81 927 99 10		

### BARS AUF DEM BERG

21 Alp Nagens		25 Gustis Jagdhütte	
22 Bar Tegia Larnags		26 Lavadinäs	
23 Curnius Bar		27 rockbar	
24 Galaaxy		28 Vorab Bar	

## GALAXY



Die Bergstation auf dem Crap Sogn Gion geht galaktische Wege und benennt sich neu. – Frei nach dem Motto – weg von grauen Betonwänden, hin zu Farbe und witzigen Details.

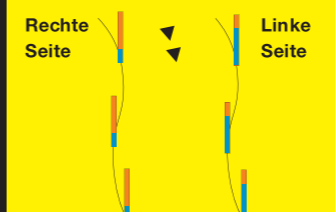
### RESTAURANTS AN DEN TALSTATIONEN

29 Burgers	+41 81 927 95 99	33 Grandis – Ustria da Vin	+41 81 936 00 36
30 Ca'Grand's Arena Kitchen	+41 81 911 22 00	34 Mulania	+41 81 927 91 91
31 Camino – Pizza Pasta	+41 81 927 90 26	35 Nooba	+41 81 927 99 88
32 Casa Veglia – Bodega y Tapas	+41 81 927 99 50	36 Piazza – cafedeli	+41 81 927 99 40
		43 La Punt	+41 81 921 60 10

### BARS AN DEN TALSTATIONEN

37 Arena Bar		42 Indy	
38 Café Flims		44 Laaxerhof Bar	
39 Camelot Pup		45 Legna	
40 Camino Bar / Lounge		46 Riders Hotel Lobby Bar	
41 Il Pup		47 rockslounge	

Pisten sind beidseitig markiert.



Beispiel: Piste leicht

Der Pisten- und Rettungsdienst überwacht und kontrolliert nur die markierten und geöffneten Pisten.

Ausserhalb der Bahnbetriebszeiten sind die Abfahrten geschlossen und vor keinen Gefahren wie Lawinsprengungen oder Pistenmaschine mit Seilwinden gesichert!

**! LEBENSGEFAHR !**

- Piste leicht
- Piste mittelschwer
- Piste schwer
- Abfahrts-/Freeriderroute
- ▲ Aufstieg
- ⓘ Sackgasse
- ⚠️ **KEY ZONEN**
- 60 Freestyle-Piste
- 🏂 Schneewunderland
- 🚣 Tubing
- 🚡 Schlittelweg
- 🚶 Loipen
- ⛔ STOP Wildruhezone

- 🚠 Luftseilbahn
- 🚡 Gondelbahn
- 🚡 Sesselbahn
- 🚡 Skilift
- 🗿 Aussichtspunkt
- ATC Avalanche Training Center
- FB Freeride Base
- 🎓 Freestyle Academy
- 🍴 Restaurants
- 🍷 Bar
- 🌳 Picknick Zone
- 📍 Gästeinformation
- 🏠 Eislauf-Halle
- ♨️ Hallenbad
- 🚗 Films Laax Falera Shuttle
- 🅑🅓 Parkhaus/-platz
- 🅑🅓 Mietstation/Depot
- 🏂 Ski-/Snowboardschule
- 🏧 Bankomat

## WILDRUHEZONEN

Wildtiere ziehen sich im Winter in ruhigere Waldgebiete zurück, um zu überwintern. Sie benötigen Ruhe, um möglichst wenig Energie zu verbrauchen und den Winter zu überleben. Neben den bekannten Wildtieren sind auch seltene Vogelarten wie z.B. die stark gefährdeten Auer-, Birk- und Schneehühner besonders schützenswert.

Am Rande der Wildruhezonen sind entsprechende Hinweisschilder zur Signalisierung aufgestellt. Sie markieren die Grenzen. Die Wildruhezonen sind auf dem Pistenplan entsprechend gekennzeichnet.

Weitere Informationen zu Greenstyle und den Wildruhezonen finden Sie unter [weissearena.com](http://weissearena.com).

## PISTENKONTROLLE

Die Pisten- und Schlusskontrollen sind an den jeweiligen Liftstationen angeschlagen.

Aufgrund von sich ändernden Witterungsbedingungen, können die Betriebszeiten und Pistenkontrollen aus Sicherheitsgründen angepasst werden.



# LANGLAUF



Generelle Infos zu Preisen, Kursen, Langlaufzentren und Loipenbericht auf: [trinnordic.ch](http://trinnordic.ch)

Automatisches Informationstelefon Langlauf:  
+41 81 635 16 88

Gästeinformation Flims Laax Falera:  
+41 81 920 92 00, [info@flimslaaxfalera.ch](mailto:info@flimslaaxfalera.ch)

Verkehrsverein Trin:  
+41 81 635 18 88, [vvtrin@bluewin.ch](mailto:vvtrin@bluewin.ch)

Sagogniturissem:  
+41 81 920 88 03, [ferien@sagogn.ch](mailto:ferien@sagogn.ch)

## LANGLAUFZENTREN

Unsere Langlaufzentren befinden sich jeweils direkt an der Loipe.

**Trin Mulin:** bei geöffneten Loipen: 10.30 – 15.30 Uhr  
**Flims Unterwaldhaus:** bei geöffneter 5 km-Loipe: 10.00–11.00 Uhr  
 bei geöffneter 10 km-Loipe: 10.00–15.00 Uhr  
 Weihnachten/Neujahr täglich 10.00–15.00 Uhr  
**Bargis:** bei geöffneter Loipe: 10.00–16.00 Uhr  
**Sagogn:** bei geöffneten Loipen: 11.00–16.00 Uhr  
**Plaun:** bei geöffneten Loipen, gemäss Bergbahnbetrieb

## LANGLAUFPASS

Für die Benutzung der Langlaufloipen wird ein offizieller Schweizer Langlaufpass benötigt. Die Benutzung der Loipe Plaun ist im Bergbahnticket inbegriffen.

## SCHNUPPERKURSE

	10.30–12.00 Uhr	12.00–13.30 Uhr
<b>Montag</b>	Skating	Classic
<b>Mittwoch</b>	Classic	Skating
<b>Freitag</b>	Skating	Classic

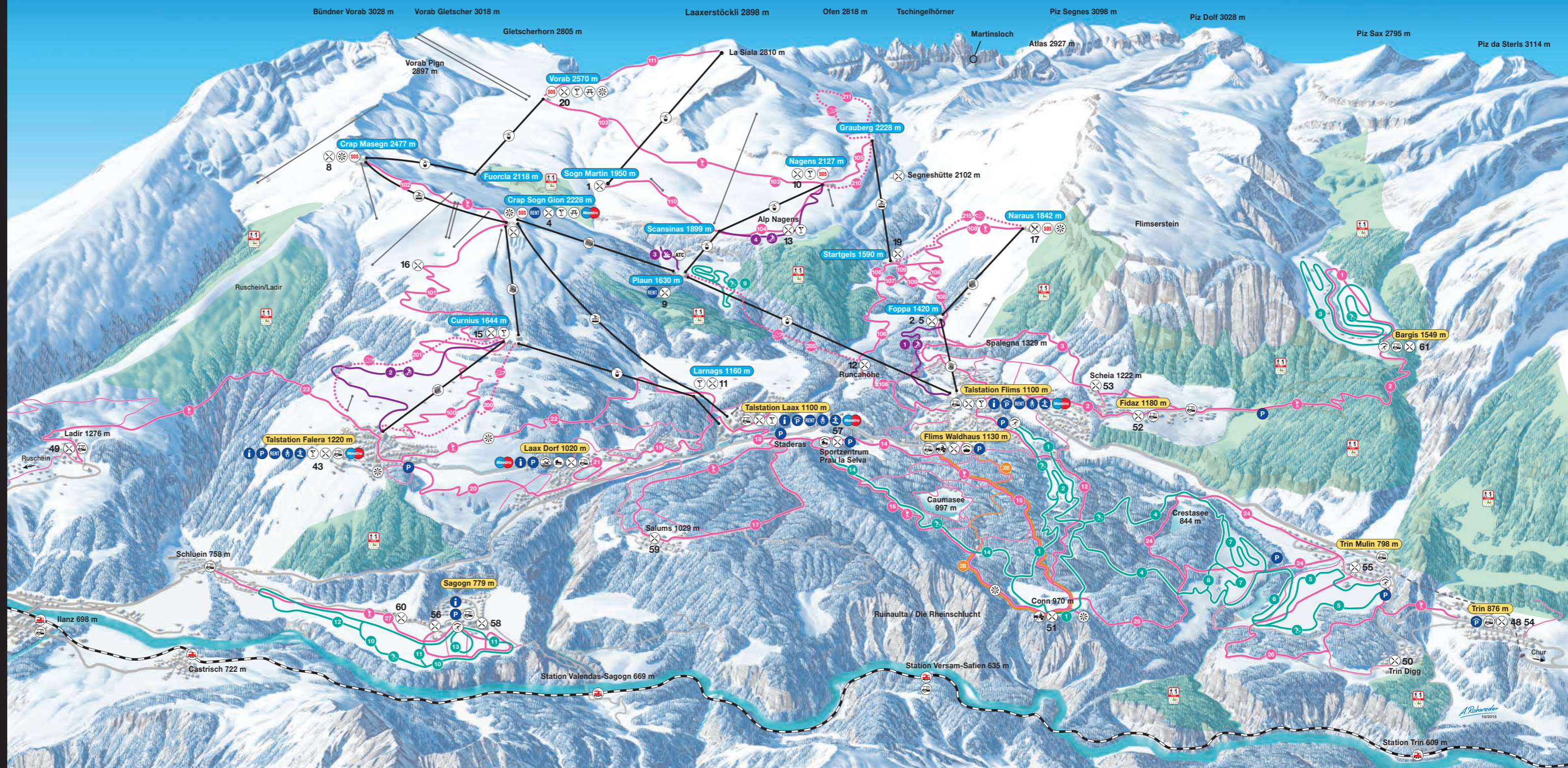
Es werden auch Gruppen- und Privatkurse angeboten.

Anmeldung bis am Vortag bei Gion Peter Camathias +41 79 607 96 47

## LANGLAUFROUTEN

Nr.	Start	Loipe	Distanz	Hm
1	Flims	Conn	10 km	255 m
2	Flims	Rens	5 km	120 m
3	Bargis	Bargis	7,5 km	100 m
4	Trin	Crestasee	5,5 km	178 m
5	Trin	Prada (Nachtloipe)	3 km	40 m
6	Trin	Isla	2 km	35 m
7	Trin	Suraua	5 km	90 m
8	Trin	Laghizun	1,5 km	60 m
9	Plaun	Audi Quattro Loipe	3 km	30 m
10	Sagogn	Plaun	5 km	110 m
11	Sagogn	Plaun (Nachtloipe)	2,5 km	60 m
12	Sagogn	Sagogn-Schluwein	7 km	190 m
13	Sagogn	Hundeloipe	1 km	16 m
14	Flims	Conn – Prau la Selva	4 km	140 m

# LANGLAUF, WINTERWANDERN, SCHLITTELN



## RESTAURANTS

1	Alp Sogn Martin	+41 81 927 75 95
2	Berghaus Foppa	+41 81 911 16 50
4	Capalari, Crap Sogn Gion	+41 81 927 73 34
5	Casa Berendi	+41 79 241 32 51
8	Das Elephant, Crap Masegn	+41 81 927 73 90
9	La Vacca, Plaun	+41 81 927 99 62
10	Nagens	+41 81 927 99 20
11	Tegia Larnags	+41 81 927 99 10
12	Runchhöhe	+41 81 911 15 88
13	Stalla, Alp Nagens	+41 81 927 99 28
15	Tegia Curnius	+41 81 927 99 30
16	Tegia Mieze	+41 81 927 99 19
17	Ustria Narau	+41 81 911 58 78
19	Ustria Startgels	+41 81 911 58 48
20	Vorab Gletscher	+41 81 927 73 80
43	La Punt	+41 81 921 60 10
48	Casa Alva, Trin	+41 81 630 42 45
49	Casa Crusch, Ladir	+41 81 925 13 66
50	Casa Selva, Trin-Digg	+41 81 635 17 75
51	Restaurant Conn	+41 81 911 12 31
52	Fidazerhof, Fidaz	+41 81 920 90 10
53	Haldenhaus, Scheia	+41 81 911 11 29
54	Mirada, Trin	+41 81 635 11 44
55	Ustria Parlatsch, Trin Mulin	+41 81 635 15 66
56	Ustria Sil Plaz, Sagogn	+41 81 921 34 14
57	Sportzentrum Prau la Selva	+41 81 920 91 92
58	Ustria Stiva Grischuna, Sagogn	+41 81 921 60 70
59	Straussennest, Salums	+41 81 921 59 71
60	Restaurant VISTA, Sagogn	+41 81 921 34 34
61	Berghaus Bargis	+41 81 911 11 45

## SCHLITTELN

1	Foppa – Flims	3.0 km
2	Curnius – Falera	3.5 km
3	Tubing-Piste Plaun	100 Meter
4	Nagens – Scansinas	1.5 km

Nachtschlitteln in Foppa – Flims und Curnius – Falera möglich.  
 Daten auf [laax.com](http://laax.com) oder Gästeinfo +41 81 920 92 00

## TALWANDERROUTEN

Nr.	Strecke	Distanz	Zeit	Hm
12	Flims Dorf-Conn	4.8 km	1.5 Std.	200 m
14	Flims Waldhaus-Sportzentrum-Staderas	1.6 km	30 min	60 m
15	Flims Waldhaus-Conn	3.2 km	1 Std.	170 m
16	Staderas-Conn	4.2 km	1 Std.	230 m
17	Staderas-Salums-Staderas	5.6 km	1.5 Std.	230 m
18	Laax Talstation-Staderas	0.6 km	15 min	10 m
19	Laax Dorf-Laax Talstation	2.2 km	1 Std.	110 m
20	Laax Dorf-Falera	3.1 km	1 Std.	240 m
21	Laax Dorf-Seerundgang	1 km	15 min	10 m
22	Falera-Larnags-Laax Murschelg	5.5 km	1.5 Std.	250 m
23	Falera-Ladir-Falera	12 km	3.5 Std.	500 m
24	Trin Mulin-Crestasee (Rundgang Crestasee)	4.8 km	1 Std.	80 m
24	Trin Mulin-Conn	3.5 km	1 Std.	200 m
26	Trin-Trin Mulin	4.6 km	1.25 Std.	140 m
27	Sagogn-Schluwein (Rundgang Plaun)	4 km	1 Std.	70 m
28	Kulinarik Trail Wald & Winter	7 km	1.5 Std.	172 m

## BERGWANDERROUTEN

Nr.	Strecke	Distanz	Zeit	Hm
1	Bargis Rundgang	3.5 km	1.25 Std.	70 m
2	Bargis-Fidaz-Flims	5 km	1.5 Std.	480 m
3	Foppa-Spalegna-Scheia-Fidaz	4.5 km	1.5 Std.	340 m
10	Curnius-Falera	3 km	1.25 Std.	450 m
10	Curnius-Crap Sogn Gion	4.6 km	2 Std.	600 m
10	Crap Sogn Gion-Crap Masegn	3 km	1 Std.	260 m
10	Vorab-Nagens	4.5 km	1.5 Std.	450 m
10	Nagens-Alp Nagens-Scansinas	1.5 km	30 min	220 m
10	Grauberg-Nagens	1 km	15 min	120 m
10	Narauus-Startgels-Runchhöhe-Flims	8 km	3 Std.	800 m
10	Foppa-Runchhöhe-Flims Waldhaus	6 km	2 Std.	500 m
10	Foppa-Startgels	2 km	1 Std.	180 m
10	Scansinas-Alp Sogn Martin	1.5 km	45 min	80 m
10	La Siala – Vorab	2 km	1 Std.	250 m

## SCHNEESCHUROUTEN

Nr.	Strecke	Distanz	Zeit	Hm
20	Falera-Curnius	3 km	2 Std.	400 m
20	Curnius-Falera	2 km	1 Std.	350 m
20	Plaun-Runchhöhe	3.5 km	1.5 Std.	350 m
20	Nagens-Grauberg	1 km	1 Std.	100 m
21	UNESCO Rundgang	3.5 km	2.5 Std.	450 m
20	Narauus-Startgels	2 km	1.5 Std.	200 m

- Wanderwege
- Schneeschuhwanderwege
- Loipen
- Schlittelwege
- Bergbahnen für Fussgänger
- Wildruhezone
- Aussichtspunkt
- Restaurant
- Kutschenstandorte
- Eisfeld Indoor
- Eisfeld Outdoor
- Hallenbad
- Curling
- Bushaltestelle
- Langlaufzentrum
- Parkplatz
- Parkhaus
- Gästeinformation
- Skischule
- Snowboardschule
- Mietstation/Depot
- Bankomat

