

DIE SINFONIE GEHT IMMER WEITER



© Daniel Ammann

Martin Maron, Direktor Flims Electric AG
Martin Maron, director of Flims Electric AG

Mit dem technischen Kulturprojekt Sinfonia d'aua nutzt Flims Wasser in einzigartiger und umfangreicher Weise. Martin Maron verrät uns die weiteren Pläne.

The symphony plays on. The combined and technical and cultural project called Sinfonia d'aua (Water Symphony) uniquely exploits the waters of Flims and does so on a grand scale. Martin Maron reveals some of the plans for the future.

Als Direktor der Flims Electric AG war Martin Maron federführend bei der Umsetzung von Sinfonia d'aua. Keiner weiss so gut wie er, welche bedeutende Rolle das Wasser in der Region spielt.

Herr Maron, haben sich die Zielsetzungen, die man mit Sinfonia d'aua verband, alle erfüllt?

Ja, unser oberstes Ziel war, Ökologie und Wirtschaftlichkeit auf Augenhöhe zu behandeln. Wir haben der Natur ihre Vielfalt gelassen und durch die im Projekt genutzten Synergien eine höchst wirtschaftliche Infrastruktur erstellt. Das Projekt ist nachhaltig ausgerichtet, was uns auch die Umweltverbände immer wieder bestätigen.

Gibt es noch weitere Pläne?

Die Sinfonie geht immer weiter und jeder kann daran mitwirken. Ich nenne hier nur zwei von zahlreichen spannenden Projekten. Das wäre zum einen ein Multifunktions-speicher als Gletscherersatz. Dieses grosse Projekt wird vom Bund im Rahmen eines Pilotprogrammes zur Anpassung an den Klimawandel unterstützt. In Flims ist zudem ein Anergienetz im Bau. Dabei geht es um die Gewinnung von Wärme aus dem bereits zur Stromerzeugung

im Kraftwerk Stenna genutzten Wasser. Parallel dazu soll auch dem Tunnelwasser Wärme entzogen werden, bevor dieses in der Zentrale Felsbach zur Stromerzeugung verwendet wird. Das Stenna Flims, unsere Schule und mehrere grosse Gebäude in der näheren Umgebung der Energiezentrale Stenna nutzen bereits die so gewonnene hochwertige Umweltwärme.

Bereitet Ihnen das Wasser manchmal auch Sorgen?

Ich habe mich ein Leben lang mit der Dynamik des Wassers beschäftigt. Ich bin in Thusis neben dem reissenden Nollabach aufgewachsen und habe dort die Gewalt des Wassers als Jugendlicher hautnah erlebt. In Flims habe ich nebst der enormen Sommertrockenheit von 2003 auch das gewaltige Hochwasser bei der Stauanlage Ual da Mulin miterlebt.

Verraten Sie uns Ihre liebste Stelle an einem Gewässer in der Region.

Meine liebste Stelle ist das Ufer des sprudelnden Lag Prau Pulté. Seine Mystik, aber auch die Ruhe in dieser Naturarena faszinieren mich jedes Jahr von neuem.

As director of Flims Electric AG, Martin Maron was in charge of realising the Sinfonia d'aua project. Nobody knows as well as he does how significant a role water plays in the region.

Mr Maron, have all of the aims and ambitions behind Sinfonia d'aua been realised?

Yes, our principal aim was to treat ecology and economic efficiency with equal importance. We have used synergies to construct an infrastructure of maximum economic value without disrupting biodiversity. As environmental agencies have repeatedly confirmed, the project is based on sustainability.

Are there still further plans in the works?

The Sinfonie keeps developing and everyone can get involved. Here, I'll mention just two of several exciting projects. The first is a multifunctional reservoir intended as a glacier substitute. This large project is supported by the state within the framework of a pilot programme for adapting to climate change. An energy network is also currently under construction in Flims. The aim is to obtain heat from the water already being used to generate electricity in the Stenna power

plant. At the same time, the plan is to extract heat from the mountain water before it's used for electricity generation at the Felsbach station. The Stenna centre, our schools and several large buildings nearby the Stenna power plant already use the high-grade environmental heat obtained through this method.

Does water ever make you anxious?

I've spent a lifetime involved in the dynamics of water. I grew up in Thusis right next to the fast-flowing Nollabach river and so got to experience the power of the waters up close from an early age. Whilst in Flims, I've witnessed both the extremely dry summer of 2003 and the massive flooding of the weir at Ual da Mulin.

Which is your favourite watery location in the region?

My favourite place is the bank of the effervescent Lag Prau Pulté. I remain just as fascinated every year by the mystery and the calm of this extraordinary natural phenomenon.

IN DER WASSERWELT

Gehst du im Sommer in die Berge oder ans Wasser? Wer die schönste Zeit des Jahres in Flims Laax Falera verbringt, muss sich bei dieser Frage nicht entscheiden. Er bekommt beides.

In the water world. In summer, do you go to the mountains or to the water? If you're spending the best time of year in Flims Laax Falera, you don't have to choose. You get both.

Text: Gisela Femppel

Auf den ersten Blick steht die Schweiz für ihre Berge, dabei spielt Wasser eine mindestens ebenso bedeutende Rolle – für Graubünden auch in wirtschaftlicher Hinsicht. Neben den Kantonen Wallis und Bern zählt Graubünden zu den wichtigsten Schweizer Produzenten von Strom aus Wasserkraft. Diese ist somit ein entscheidender Wirtschaftsfaktor, spült viel Geld in die Kassen des Kantons und der Standortgemeinden.

Auch in Flims Laax Falera ist Wasser allgegenwärtig. Es hat sich in Seen breit und lang gemacht, sprudelt in Bächen, fliesst aus Brunnen, presst sich durchs Gestein, versteckt sich in Quellen. Trink- und Gebrauchswasser steht uns nicht nur jederzeit und uneingeschränkt zur Verfügung, sondern in der ganzen Destination auch in allerbesten Qualität. Als besonders fein gilt das Wasser aus dem Brunnen vor dem Volg in Falera. Es gibt Feriengäste, die das kostbare Nass in Flaschen abfüllen und mit nach Hause nehmen.

At first glance, Switzerland means mountains, but water plays at least as important a role, and also in economic terms for Graubünden. Along with the cantons Wallis and Bern, Graubünden is one of the most important Swiss producers of hydroelectric power. As such, it's a decisive economic factor, with money flowing into the coffers of the canton and local communities.

In Flims Laax Falera, too, water is ubiquitous. It has spread itself far and wide in lakes, it gushes along streams, flows from fountains, squeezes itself through rock, conceals itself in springs. Drinking and service water isn't just available at any time in unlimited quantities, but it is also available throughout the area at the highest standards of quality. The water from the spring in front of the Volg store in Falera is considered particularly good. Holidaymakers have been known to fill bottles with this precious water to take home with them.

Was für uns selbstverständlich ist, ist andernorts auf der Welt ein rares Gut. Bereits seit 1993 führt die UNO am 22. März den Weltwassertag durch, um darauf aufmerksam zu machen, dass mehr als zwei Milliarden Menschen keinen dauerhaften Zugang zu sauberem Trinkwasser haben. Wie wichtig Wasser für den Menschen ist, zeigt allein die Tatsache, dass wir unter normalen Bedingungen zwar 60 Tage ohne Nahrung, aber nur vier Tage ohne zu trinken überleben können.

Wasser erfüllt viele Aufgaben

Wasser ist unser Lebenselixier. Dort, wo es reichlich vorhanden ist, dient Wasser aber auch dem Vergnügen und der Erbauung. Dank den vielen Seen und Bächen finden sich in Flims Laax Falera zahlreiche Möglichkeiten, Wasser zu geniessen – sei es sportlich, sei es emotional. Wie kaum irgendwo sonst hat sich das Wasser in der Region zudem als Landschaftsarchitekt betätigt. Der Rhein und sein kleiner Bruder Flem haben nach dem Flimser Bergsturz vor rund

While for us it's a matter of course, elsewhere in the world it's a rare commodity. Beginning in 1993, the UN introduced World Water Day on 22 March to raise awareness of the fact that more than two billion people do not have constant access to clean drinking water. The importance of water is shown by the fact that, under normal circumstances, we can survive for 60 days without food, but only four days without water.

Water performs many duties

Water is the elixir of life. Wherever water is readily available, it edifies and brings joy. Thanks to the numerous lakes and streams, there are abundant opportunities in Flims Laax Falera to enjoy water – be it actively or emotionally. Like almost nowhere else, the water in the region has been acting like a landscape architect. Following the Flims rockslide around 10,000 years ago, the river Rhine and its little brother the

10 000 Jahren beeindruckende Schluchten gegraben. Im Bergsturzgebiet entstanden zudem sieben Seen, die Leuchtpunkte in die Landschaft setzen, darunter die drei herrlichen Natur-Schwimmbäder Caumasee, Crestasee und Laaxersee. Wahre Kleinode sind aber auch die vier anderen Bergseen: Lag Tiert, Lag Prau Pulté, Lag Tuleritg und Lag digl Oberst.

Eine seiner wichtigsten Aufgaben nimmt Wasser als einheimische Energiequelle wahr. Bereits seit 1904 versorgt die Flims Electric das Dorf mit klimafreundlich produziertem Strom aus Wasserkraft. Nicht zuletzt sichert Wasser der Destination die wichtigste touristische Grundlage des Winters, den Schnee. Die technische Beschneigung von Pisten ist heute unerlässlich. Und dafür braucht es reichlich Wasser. Zwei Speicherseen in Nagens und unterhalb des Crap Sogn Gion sowie ein ausgeklügeltes System von Zuleitungen und Beschneigungsanlagen sorgen dafür, dass das Wasser dann, wenn es kalt genug ist, grüne Wiesen in weisse Pisten verwandelt. →

Flem have dug out impressive gorges. The landscape also features seven lakes that formed in the rockslide zone, including the three wonderful natural swimming pools Caumasee, Crestasee and Laaxersee. But the other four lakes are also true gems: Lag Tiert, Lag Prau Pulté, Lag Tuleritg and Lag digl Oberst.

One of water's most important tasks is as a local source of energy. Since 1904, Flims Electric has been supplying the village with climate-friendly energy produced through hydro power. Last but not least, water provides the most important element in the area's winter tourism: snow. Today, being able to create pistes through technical snowmaking is essential, for which plenty of water is needed. Two reservoirs in Nagens and below Crap Sogn Gion, as well as a sophisticated system of supply pipes and snow cannons, ensure that, when it's cold enough, the water transforms green fields into white pistes. →

«SCHNEE IST AUCH NUR SCHICK
AUFGEMACHTES WASSER.»

- Anonym



© Flims Electric AG

Die Zentrale Felsbach
The station Felsbach



© Flims Electric AG

Ein Blick ins Innere der Zentrale Punt Gronda.
A view into the inside of the station Punt Gronda.

Ein Projekt rund ums Wasser

In Flims ist Wasser noch präsenter. Nicht ohne Grund geht der Ortsname auf *fluvius*, das lateinische Wort für Fluss, zurück. Er bezog sich auf die Quellbäche, die einst durch das Dorf strömten. Heute gibt es im Raum Flims viele oberirdische Bachläufe, aber auch vier verschiedene Grundwassersysteme. Nach dem prähistorischen Flimser Bergsturz neue Wege und bildete dabei ein weit verzweigtes unterirdisches Röhrensystem, ein Karstgebiet. Alle Flimser Seen liegen zudem auf dem Material des Bergsturzes.

Der Bedeutung des Wassers für das Wohl von Mensch und Tier sowie für den Tourismus trägt man in Flims in einzigartiger Weise Rechnung. Zu Beginn der 2000er Jahre lancierten die Flims Electric, die Weisse Arena Gruppe und die Gemeinde

Flims das technische Kulturprojekt *Sinfonia d'aua* – Wasser-Sinfonie. Man wollte das Element Wasser mit seinem ganzen Spektrum wirtschaftlich und umweltfreundlich nutzen, um damit Ökostrom zu produzieren, die Trinkwasserversorgung zu garantieren und eine umweltfreundliche Beschneidung sicherzustellen.

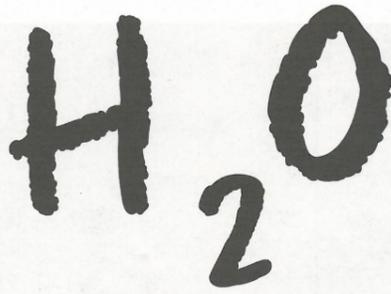
Hinzu kam, dass es eine Lösung zu finden galt, um die Probleme zu beheben, die durch den Bau des Flimser Umfahrungstunnels entstanden waren. Beim Tunnelbau wurde eine grosse Karströhre, eine unterirdische Wasserader, durchtrennt, wodurch nebst dem *Lag Tiert* auch die Pegel des *Lag Prau Pulté* und des *Caumasees* in ihren natürlichen Schwankungen beeinträchtigt wurden. Zudem trat im Tunnel selbst Karst- und Bergwasser aus.

Ausgeklügelte Infrastruktur erstellt

Um die ambitionierten Ziele zu erfüllen, hat Flims Electric in den vergangenen zehn Jahren eine ausgeklügelte Infrastruktur geschaffen, die bis hinauf ins Weltnaturerbe *Tektonikarena Sardona* reicht. Unter anderem wurden in Zusammenarbeit mit den Gemeinden und der *Weissen Arena Gruppe* Quellfassungen erneuert, Druckleitungen und Brücken gebaut, die Beschneidungsinfrastruktur erweitert sowie sechs Kleinwasserkraftwerke mit den Zentralen Felsbach und Punt Gronda erstellt.

Punt Gronda ist das Herz der *Sinfonia d'aua*, das man auch gerne vorzeigt. Im multimedial gestalteten Besucherraum wird alles Wissenswerte rund ums technische Kulturprojekt anschaulich präsentiert. Die unterhalb von *Runca* gelegene Zentrale beherbergt zwei grosse Reservoirs für die Trinkwasserversorgung und vier Turbinen zur Erzeugung von Ökostrom. Integriert wurden auch die Infrastruktur für die Beschneidungsanlagen und die Steuerung der indirekten Wasserzuführung für den *Caumasee*. Mit dem Bau der Zentrale Felsbach unweit des *Crestasees* gelang es überdies, das aus dem Umfahrungstunnel austretende Wasser in künstlichen Röhren aus dem Tunnel zu führen und zur Produktion von Ökostrom zu nutzen.

Gleich neben der Zentrale Punt Gronda meldet sich das Flimser Wasser selbst zu Wort. Es klingt, singt und murmelt auf einer Installation, die aus einer rund 100 Meter langen Natursteinmauer besteht. Auf dieser verläuft eine mit Hindernissen versehene, wasserführende Rinne aus *Lärchenholz*. Hier spielt das Wasser seine eigene Sinfonie. Und gibt, wie überall, den Ton an. →



A watery project

In Flims, water has an even greater presence. Not for nothing does the name Flims derive from fluvius, the Latin word for river. It refers to the water sources that once flowed through the village. Around Flims today, there are many streams coursing above ground, but there are also four different groundwater systems. After the prehistoric Flims rockslide, the water had to find new ways through the limestone rock and in doing so formed a karst topography, creating an underwater drainage system that branches out in a multitude of ways. All the lakes in Flims formed on top of material from the rockslide.

The importance of water for the well-being of humans and animals, as well as for tourism, has been acknowledged in a unique way. In the early 2000s, Flims Electric, the Weisse Arena Group and the Flims municipality launched a combined technical and cultural project called Sinfonia d'aua (Water Symphony). The idea was to exploit water in all its aspects both economically and in an eco-friendly manner: to produce green energy, guarantee the provision of drinking water and to ensure environmentally friendly artificial snow.

On top of this was the search for a solution to solve the problems caused by the construction of the Flims bypass tunnel. During its construction, a large karst drain – an underground water vein – was split, which hindered the natural fluctuations of water levels in Lag Tiert, Lag Prau Pulte and Caumasee. Karst and mountain water also leaked into the tunnel itself.

Sophisticated infrastructure developed

To reach these ambitious goals, Flims Electric has spent the last ten years developing a complex infrastructure extending all the way up into the Tectonic Arena Sardona. Initiatives include a collaboration with the municipalities and the Weisse Arena Group which has led to renewed spring tapping, the building of pressure lines and bridges, the expansion of the snowmaking infrastructure, and the establishment of six small hydroelectric power generators with stations in Felsbach and Punt Gronda.

Punt Gronda is the heart of Sinfonia d'aua, and it is shown off with pride. In a multimedia visitors' room, everything worth knowing about the combined technical and cultural project is presented in an accessible way. The station, situated below Runca, houses two large reservoirs to supply drinking water, and four turbines to generate eco-friendly energy. Also included is infrastructure for the snow canons and the control of the indirect water supply for Caumasee. With the construction of the Felsbach station near to Crestasee, it became possible to remove water leaking into the bypass tunnel by using artificial pipes, and to use it to generate eco-friendly energy.

Just next to the Punt Gronda station, Flims' water gets to have its own say. It rings, sings and murmurs on an installation that consists of a wall of natural stone of about 100 metres in length. A channel made of larch and fitted with obstacles guides the water along the top of the wall. Here, the water plays its own symphony. And sets as everywhere the tone. —>

“SNOW IS JUST SMARTLY DRESSED-UP WATER.”

– Source unknown



Brunnen gibt es überall.
There are fountains everywhere.



TOP QUALITY

VON BESTER QUALITÄT

Das Trinkwasser wird in Flims, Laax und Falera regelmässig von externen Experten kontrolliert. Auch die jüngsten Daten zeugen von dessen Qualität.

Drinking water in Flims, Laax and Falera is regularly tested by external experts. The very latest data again confirms its quality.

FLIMS

- Das Trinkwasser ist hygienisch einwandfrei.
- Die Gesamthärte liegt bei 11.1° fH (weich).
- 97 Prozent des Trinkwassers stammen aus Quellen, 3 Prozent aus Grundwasser. Das Quellwasser wird durch UV-Bestrahlung entkeimt. Das Grundwasser ist unbehandelt.
- Die mittlere Temperatur des Flimser Trinkwassers beträgt 8 Grad Celsius.

- The drinking water is hygienically flawless.
- The total water hardness is 11.1° fH (soft).
- 97 percent of drinking water comes from springs, 3 percent from groundwater. The spring water is treated with UV irradiation. The groundwater is untreated.
- The average temperature of Flims' drinking water is 8 degrees Celsius.

LAAX

- Das Trinkwasser ist hygienisch einwandfrei.
- Die Gesamthärte im Gebiet Dorf und Salums liegt bei 19° fH (mittelhart). In Murschetg und Teilen von Cons liegt sie bei 11° fH (weich).
- 100 Prozent des Trinkwassers sind Quellwasser. Das Wasser ist unbehandelt.
- Die Temperatur des Trinkwassers ab Reservoir beträgt 7 bis 8 Grad Celsius.

- The drinking water is hygienically flawless.
- The total water hardness in the area of the village and Salums is 19° fH (medium hard). In Murschetg an parts of Cons it is 11° fH (soft).
- 100 percent of the drinking water is spring water. The water is untreated.
- The temperature of the drinking water from the reservoir is 7 to 8 degrees.

FALERA

- Das Trinkwasser ist hygienisch einwandfrei.
- Die Gesamthärte liegt bei circa 6.0° fH (sehr weich).
- Das Trinkwasser ist 100 Prozent Quellwasser.
- Die Temperatur des Trinkwassers beträgt 5 Grad Celsius.

- The drinking water is hygienically flawless.
- The total water hardness is approx. 6.0° fH (very soft).
- The drinking water is 100 percent spring water.
- The temperature of the drinking water is 5 degrees.

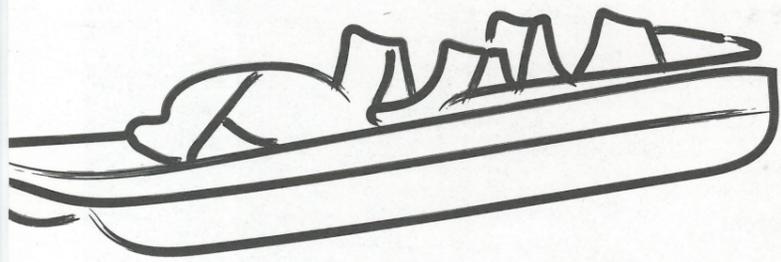
Wasser nimmt auf seinem Weg durch die Gesteinsschichten unter anderem Kalzium- und Magnesiumteilchen auf. Je mehr davon im Trinkwasser gelöst sind, umso härter wird es. Die Wasserhärte, gemessen in französischen Härtegraden (° fH), hat keinen Einfluss auf die Qualität, jedoch auf den Geschmack. Die Wasserhärte beeinflusst zudem die Waschmittelmenge und wie oft oder ob man Haushaltsgeräte überhaupt entkalken muss.

On its journey through the layers of rock, water takes on minerals, including calcium and magnesium. The more of these that are dissolved into the drinking water, the harder it will be. Water hardness, measured in French degrees (° fH), has no impact on quality, but does make a difference to taste. Water hardness also affects how much washing powder is needed and how often, if at all, household appliances need descaling. With soft or medium-hard water, descaling products are generally unnecessary.





Caumasee



OUR LAKES → **UNSERE SEEN**

CAUMASEE

Ganze 600 Meter lang und 300 Meter breit und bis zu 30 Meter tief ist der Flimser «Paradesee» Lag da Cauma, auf Deutsch «See der Mittagsruhe». Entstanden auf dem Bergsturzgebiet, wird der Caumasee wie auch sein Nachbar, der Crestasee, unterirdisch gespeist. Im Gegensatz zum Crestasee hat der Caumasee auch keinen oberirdischen Abfluss. Er ist gewissermassen das Fenster eines grossen Grundwassersees. Fest steht zudem, dass sein Wasser aus dem Karstgestein der Flimser Bergwelt stammt. Auch Schmelzwasser füllt über das Karstsystem den See, weshalb der Pegel unterschiedlich hoch ist, entsprechend der Schneemenge und den Niederschlägen des Winters. Seine aussergewöhnliche türkisblaue Farbe verdankt der Caumasee der Streuung des Lichts an kleinen anorganischen Schwebestoffen wie Calcitkristallen. Seine überraschend angenehme Temperatur – eine wärmere Quelle leistet hierzu einen Beitrag – liegt im Sommer zwischen 19 und 24 Grad Celsius. Das Wasser des Caumasees wurde in früheren Zeiten wegen seiner heilenden Wirkung geschätzt: Man war davon überzeugt, dass es Heilungsprozesse beschleunigt und vor allem bei Haut-, Augen- und Rheumaleiden hilft. In den Anfängen des Tourismus im 19. Jahrhundert kamen viele Gäste, um sich am Caumasee kurieren zu lassen. Selbst die Flimser Bauern badeten ihre kranken Kühe im See.

Lag da Cauma, "the" lake in Flims, is a whole 600 metres long, 300 metres wide and up to 30 meters deep. Its German name translates as the "lake of midday rest". Having emerged on the rockslide area, the Caumasee is fed from underground, like its neighbour, the Crestasee. Yet unlike the Crestasee, it has no overground outlet. You can see it as something like the window to a large groundwater lake. Moreover, its waters stem from the karst stone of the Flims mountain region. Meltwaters also stream into the lake meaning that the water level varies depending on the quantity of snow and precipitation during the winter. The Caumasee owes its extraordinary turquoise colour to how light disperses over inorganic suspended solids such as calcite crystals. In the summer, it reaches surprisingly pleasant temperatures – aided by the contribution of a warmer source – of between 19 and 24 degrees. In earlier times, the waters of the Caumasee were valued for their healing powers: locals were convinced that it accelerated the healing process for eye and skin complaints as well as for rheumatism. In the early days of tourism in the 19th century, many visitors came to the Caumasee seeking a cure. Even the farmers of Flims used to bathe their ill cows in the lake.

Das hat's: Boote zum Mieten, Stand-up-Paddling, Sprungturm, Beachvolleyball, Kinderspielplatz, Kiosk, Restaurant, Floss, Umkleidekabinen, Duschen.

Amenities: boats for hire, stand up paddling, diving platform, beach volleyball, children's play area, kiosk, restaurant, raft, changing rooms, showers.



Laaxersee



CRESTASEE

Der «wildere» Bruder des Caumasees, der Crestasee – auf Romanisch «Lag da Cresta» –, liegt genau auf der Grenze zwischen Flims und Trin. Er ist 370 Meter lang, 160 Meter breit und bis zu 14 Meter tief. Es gibt keinen sichtbaren Zufluss, das Wasser fliesst in den Fleim ab. Anders als beim Caumasee weist der Crestasee über das Jahr einen fast stabilen Wasserspiegel auf. Er ist bekannt für seinen Fischreichtum und am Ufer findet man kleine Krebse. Der See gehört zudem zum Inventar geschützter Naturdenkmäler des Kantons Graubünden. Neben der grossen Liegewiese, gleich beim Gasthaus Crestasee, finden sich viele idyllische Plätzchen am Ufer, an denen man den See ungestört geniessen kann. Die Wassertemperatur liegt sogar noch etwas höher als beim Caumasee. Zu den Besonderheiten des Sees zählt, dass in nur drei Tagen das ganze Wasservolumen erneuert wird, somit ist das Badewasser auch durchgehend trinkbar. Man darf es beim Baden also problemlos hinunterschlucken.

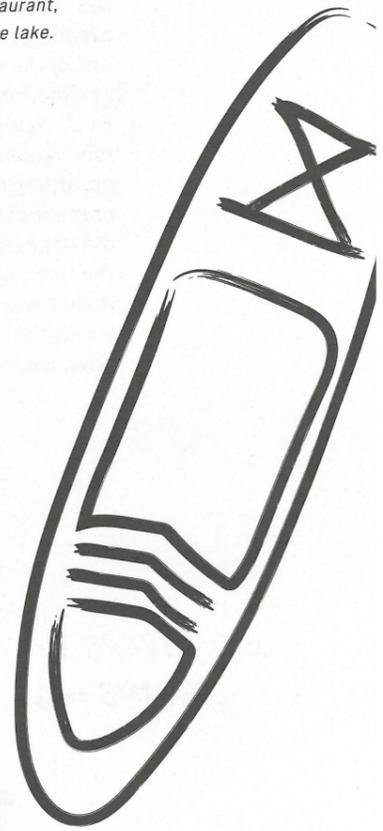
The "wilder" brother of the Caumasee, the Crestasee – Romansh: Lag da Cresta – lies right on the border between Flims and Trin. It is 370 metres long, 160 metres wide and up to 14 metres deep. It has no visible inlet and its waters stream into the river Fleim. Unlike the Caumasee, the Crestasee maintains an almost stable water level throughout the year. The lake is renowned for its plentiful fish and the small crabs can be found at its shores. In addition, it is one of the protected natural landmarks of the Graubünden canton. Beside the large bathing area at the Gasthaus Crestasee, there are several idyllic spots at the lakefront where you can enjoy the lake in peace and quiet. The temperature of the water is even a little higher than that of the Caumasee. One of the lake's noteworthy features is that its entire volume of water is replaced within a mere three days, meaning that the bathing water is continually drinkable. You can have a gulp whilst swimming without any problems.

Das hat's: Boote zum Mieten, Stand-up-Paddling, Kiosk, Restaurant, Umkleideräume, Duschen, abgetrennter Kinderbereich im See.

Amenities: boats for hire, stand up paddling, kiosk, restaurant, changing rooms, showers, separate children's area in the lake.



Crestasee



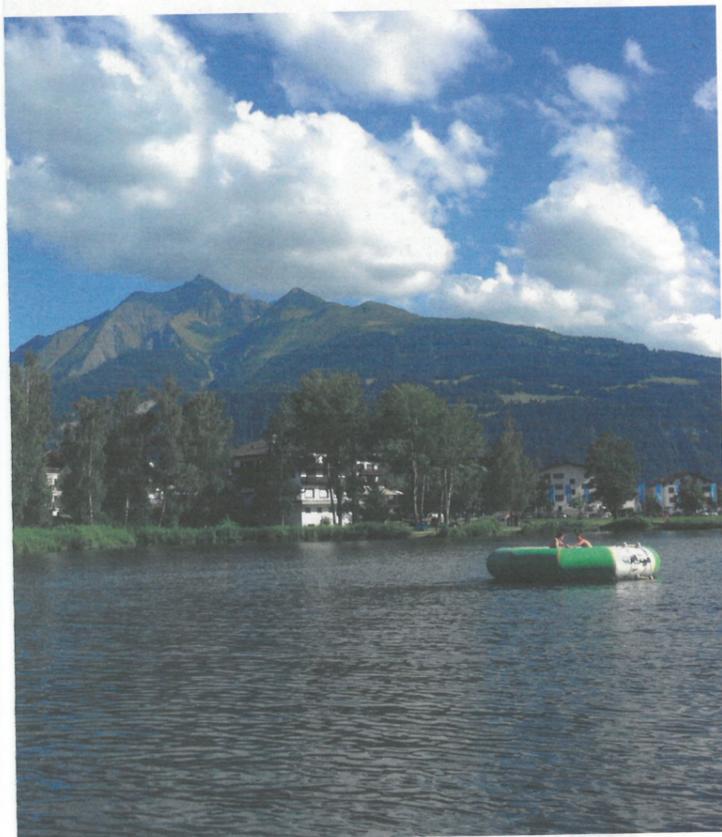
LAAXERSEE

Der Laaxersee, rätoromanisch Lag Grond und auf Deutsch «Grosser See», ist der eigentliche Mittelpunkt von Laax und im Sommer wie im Winter Freizeitarena für Jung und Alt. Mit einer Länge von 350 Metern und 150 Metern Breite eignet er sich perfekt zum Schwimmen und Planschen. Die Liegewiese bietet genügend Platz zum Sonnen und Spielen und ist mit Feuerstellen, Tischen und Bänken ausgestattet. Es ist alles da für ein ungetrübtes Grillvergnügen. Der Laaxersee punktet auch mit kurzen Wegen, und wer mit Kind und Kegel unterwegs ist oder sich nur schnell im See abkühlen möchte, der weiss das zu schätzen. Seit Herbst 2018 ist der See noch attraktiver, dafür sorgen das Kulturzentrum, das Seerestaurant und die Neugestaltung des Seeufers. Wie es sich für einen richtigen Natursee gehört, so leben auch im Laaxersee Fische, darunter Hechte, Karpfen, Egli und Brassen. Deshalb darf im See zu bestimmten Zeiten gefischt werden. Das nötige Patent erhält man bei der Gemeinde. Der Laaxersee kann mit bis zu 25 Grad Celsius angenehm warm werden.

The Laaxersee – Lag Grond in Rhaeto-Romanic and Great Lake in German – is the real centre of Laax and serves as a recreation and leisure area for young and old alike in both summer and winter. With a length of 350 metres and a breadth of 150 metres, it's perfect for swimming and paddling. The bathing area offers plenty of space for sunbathing and games and is equipped with designated fire pits, tables, and benches. There's everything you need to have the perfect barbecue. Another plus are the quick and easy access routes to the lake, which is an additional bonus for those with families or for those who want only a quick dip to cool off in the hot weather. Since autumn 2018, the lake has been an even more attractive destination thanks to the addition of a cultural centre, restaurant and the renovation of the lakefront. As is only to be expected for a natural lake, it also contains a variety of fish, including pike, carp, perch and bream. Fishing is permitted at the lake at designated times, and the necessary permit can be obtained from the municipality. The Laaxersee can reach temperatures of up to a very pleasant 25 degrees.

Das hat's: Boote zum Mieten, Floss, Planschbecken, Spielplatz, Beachvolleyball, Feuerstellen, Restaurant, Kiosk.

Amenities: boats for hire, raft, paddling pool, play area, beach volleyball, fire pits, restaurant, kiosk.

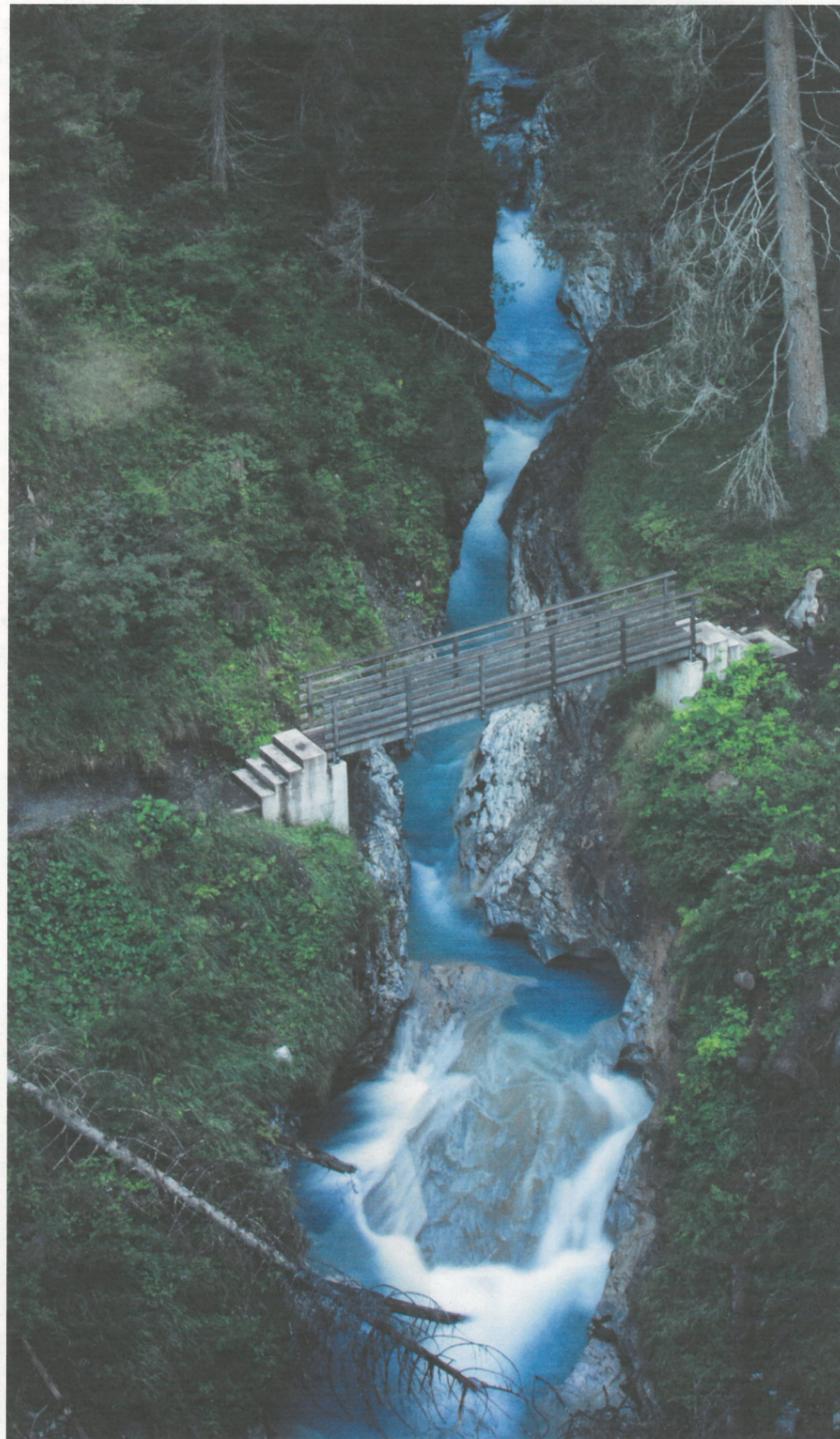


© Gisela Fempfel

FLEM

Es ist ein ansehnliches Gefälle, das der Flem tagtäglich bewältigen muss. Von seiner Quelle am Segnespass führt sein Weg über die Stenna-schlucht bis hinunter zum Rhein. Das macht ihn auch zur «Leitplanke» eines der schönsten Wanderwege in der Region, den Trutg dil Flem. Das Wasser zeigt sich auf der 13 Kilometer langen Strecke mit seiner ganzen schöpferischen Kraft. Egal, welche Steine ihm in den Weg gelegt worden sind, der Flem schuf Wasserfälle, Wassermühlen und Wasserrutschen. Er gestaltete sich eine Schlucht nach seinem Gutdünken. Als es entlang des Flems auch um menschliche Baukunst ging, durfte nur ein Meister ans Werk. Der Churer Bauingenieur Jürg Konzett gestaltete vor wenigen Jahren sieben Fussgängerbrücken über den Flem, die ihm würdig sind. Welche Kraft der Flem in sich trägt, ist auch zwischen Flims und Trin-Mulin deutlich sichtbar. In der Felsbachschlucht durchbricht der tosende Bach die Stille des Waldes. Vor allem an heissen Tagen ist ein Spaziergang durch diese Schlucht eine Wohltat.

Every day, the Flem river covers an impressive distance as it makes its descent. From its source at the Segnes pass, it makes its way through the Stenna gorge and down to the Rhine. This allows it to act as a guide for one of the most beautiful hiking trails in the region, the Trutg dil Flem. The sheer creative power of the water can be seen across the 13-kilometer route. Regardless of which rocks and stones have stood its way, the Flem has created waterfalls, water mills and slides. It has created itself a gorge according to its own design. For the human constructions along the Flem, only a master of their craft would ever be up to the task. A few years ago, the Chur civil engineer Jürg Konzett constructed seven footbridges over the river, which are worthy of their setting. The power that lies hidden in the Flem is also visible between Flims and Trin-Mulin. In the Felsbach gorge, the roaring creek breaks through the silence of the forest. On hot days, walking this route is particularly glorious.



© Gaudenz Danuser

Flem

OUR RIVERS &
STREAMS →

UNSERE FLÜSSE & BÄCHE

CONNBÄCHLI

Das im Flimser Wald liegende Connbächli ist fast ein wenig unscheinbar und doch so idyllisch. Es verläuft zeitweise parallel zum Fussweg zum Caumasee. Rund eineinhalb Stunden dauert ein Spaziergang entlang des sechs Kilometer langen Bächleins. Vor allem Kinder haben hier ihren Spass. Wer nicht selbst ein Schiffchen aus Rinde bauen möchte, der erhält bei der Gästeinformation einen Bausatz für ein Mini-Boot und wird im Handumdrehen zum Connbächli-Kapitän. Früher hiess das Connbächli übrigens Conngraben und wurde vermutlich im Frühmittelalter zur Bewässerung der Wiesen und zum Tränken des Viehs erstellt. Es gab in Flims einst mehrere solche Gräben. Zwar war das Dorf durch den Flimser Bergsturz reich an Quellen, das meiste Wasser versickerte jedoch rasch im Boden. Deshalb leitete man das Wasser vom Flem in extra erbaute Kanäle und dorthin, wo es benötigt wurde.

In the Flims forest, the Connbächli irrigation channel is unremarkable and yet truly idyllic. It runs for a distance parallel to the footpath to the Caumasse. A walk along its 6-kilometer length takes around one and a half hours. It's an especially fun place for children. If you don't fancy building a ship out of bark, you can get a construction kit for a mini-boat at the information point and become captain of the Connbächli in no time at all. Connbächli used to be called Conngraben and was supposedly formed in the early middle ages to irrigate the fields and provide water for cattle. Several such channels existed in Flims. Due to the Flims rockslide, the village had plenty of springs. However, most of the water quickly seeped away into the ground so it was fed through specially built channels to where it was needed.



Connbächli

RHEIN – RHINE

Den Rhein, einen der grössten Flüsse Europas, vor der Haustüre zu haben, ist für Flims Laax Falera ein Segen. Dass zwischen Ilanz und Reichenau zudem noch sein wohl schönster Abschnitt liegt, ist dem Flimser Bergsturz und seiner Kraft zu verdanken. Die Ruinaulta ist mit ihren schroffen Wänden und Felstürmen eine einzigartige Flusslandschaft – vielfach als Swiss Grand Canyon bezeichnet – und die perfekte Kulisse für Kanu-, Kajak- und Schlauchboottouren. Riverrafting eignet sich als feuchtfröhlicher Spass für die ganze Familie. Besonders Waghalsige buchen hingegen am besten einen Wildwasserkurs. Zugleich ist die Rheinschlucht aber auch ein grosser Abenteuerspielplatz, um zu wandern, zu biken, die vielfältige Fauna und Flora zu bewundern, um Steinmännchen aufzubauen und kleine Zweige den Stromschnellen anzuvertrauen. Der Rhein lässt sich selbst von oben herab bestaunen, am besten von den Aussichtsplattformen Il Spir bei Conn oder Crap Signina in Laax aus. Die bequemste Variante, den Rhein zu entdecken, dürfte jedoch eine Fahrt mit der Rhätischen Bahn sein.

For Flims Laax Falera, having the Rhine, one of Europe's largest rivers, on its doorstep is a blessing. And thanks to the power of the Flims rockslide, the stretch of the Rhine between Ilanz and Reichenau is certainly the most beautiful part of the river. The Ruinaulta, with its rugged rockfaces and pinnacles, is a truly unique river landscape – often called the Swiss Grand Canyon – and a perfect setting for canoe, kayak and dinghy tours. River rafting is fun for the whole family, and for thrill seekers there's the option of a white-water rafting course. The Rhine gorge is also a huge adventure playground, where you can go walking and biking, admire the diverse flora and fauna, build cairns and race sticks in the rapids. You can also marvel at the Rhine from above, the best views being available from the viewing platforms Il Spir at Conn or Crap Signina in Laax. The most comfortable way of discovering the river, however, is by taking a trip on the Rhaetian Railway.



© Daniel Ammann

Rhein



© Weisse Arena Gruppe

Maliensbach

MALIENSBACH

Der Maliensbach, der auf der Trinser Alp Mora auf 1900 Metern über dem Meeresspiegel entspringt, hat in jahrhundertelanger Arbeit aus Steinen, Sand und Kies Felswannen geformt, bekannt als die Gletschermühlen Alp Mora. Das kristallklare Wasser des Bachs fliesst kaskadenartig von einer rundlichen Felswanne in die nächste. Einige dieser Wannens sind so gross, dass man im Sommer, wenn die Sonne das Wasser angewärmt hat, entspannt darin baden kann. So wird man für den rund zweieinhalbstündigen Aufstieg von Trin auf die Alp Mora reichlich belohnt. Auch via Bargis und Alp Lavadignas gelangt man zu den Gletschermühlen Alp Mora.

The Maliensbach mountain stream, which has its source on the Alp Mora in Trin at 1900 metres above sea level, has spent centuries shaping the stones, sand and gravel, which are known as the glacial mills of Alp Mora. The stream's crystal-clear water flows in cascades from one rounded rock-pool into the next. Some of these pools are so large that you can comfortably bathe in them, especially in the summer when the sun warms the water. You will therefore be richly rewarded for making the roughly two and a half hours climb from Trin to the Alp Mora. The glacial mills can also be reached via Bargis and Alp Lavadignas.