




**Sonntag
07.09.2025**
10 bis 16 Uhr
30 km



#slowUp

ALLEGRA UND GRÜEZI AM ALBULA

Aufstiegsmöglichkeiten à discrétion – motorfrei durch den Parc Ela über den Albulapass ins Oberengadin oder umgekehrt. Willkommen in den Bündner Bergen!

Für Sie schliessen wir am Sonntag, 07. September 2025 von 10.00 bis 16.00 Uhr den ganzen Albulapass von Filisur bis La Punt im Oberengadin – motorfrei am slowUp Mountain Albula! Die Strasse über den Albulapass ist von 08.00 bis 17.00 Uhr für den motorisierten Verkehr gesperrt.

Zusammen mit Gleichgesinnten geniessen Sie freie Fahrt durch den Parc Ela, den schweizweit grössten Naturpark, entlang dem UNESCO Welterbe der Rhätischen Bahn. Das OK und alle Helferinnen und Helfer heissen Sie bereits zum 19. Mal herzlich willkommen. Wichtig zu wissen ist, dass an einem slowUp niemand gegen die Zeit ankämpft, sondern Spass, Freude, Gesundheit und zuletzt wahre Bündner Gastfreundschaft im Vordergrund stehen. Vergessen Sie für einen Moment Hektik und Alltag.

SLOWUP MOUNTAIN ALBULA 2025

Am 07. September 2025 findet am Albulapass bereits die 19. Austragung des slowUp statt. Das OK freut sich auf zahlreiche Teilnehmerinnen und Teilnehmer in den Bündner Bergen. Es ist uns eine grosse Ehre, diesen besonderen und einzigartigen slowUp anbieten zu dürfen. Dabei danken wir insbesondere auch den nationalen Hauptsponsoren, die uns jedes Jahr wieder als kleine Perle in der Schweizer slowUp-Landschaft unterstützen.



MIETVELOANGEBOT

In La Punt und in Bergün stehen die offiziellen slowUp-Mietvelos zur Ausleihe bereit. Im Angebot sind unsere beliebten Famigros-E-Bikes, mit denen erklimmen Sie Steigungen mit Leichtigkeit.

Reservation online unter rentabike.ch/slowup

Preise in CHF:		
	Halbtax/GA/Famigros	Normaltarif
E-Bike	CHF 55.00	CHF 60.00
Helm	–	CHF 5.00

Famigros E-Bike:

Abmessungen:

S = 44 cm (150–155 cm),
M = 48 cm (155–170 cm),
L = 52 cm (ab 170 cm)
Nabenschaltung 8-Gang, Scheibenbremsen

Rabattgestaltung:

Halbtax und GA:

Miet-Reduktion von CHF 5.00 auf den Normaltarif in La Punt und Bergün. Unbedingt Halbtax oder GA vor Ort vorweisen. (Ansonsten keine Reduktion)

«SLOWAPPETIT»

Am slowUp Mountain Albula geht's wacker bergauf und das braucht eine gehörige Portion Kraft in den Beinen! Dafür sorgen die feinen Spezialitäten aus den Bündner Bergen. Wir konzentrieren uns für unsere Besucher auf die leichten Highlights, wie zartes Fleisch vom Bergschwein, Getreide von unseren Bergäckern und schmackhaftem Gemüse aus den Bergtälern. Alles mit einem Ziel serviert: High Energy, Best Taste & Most Pleasure!



Famigros Club-Mitglieder:

Famigros-Mitglieder profitieren von CHF 5.00 Rabatt. Famigros-Karte bzw. Migros-App (unter «Profil–Mein Cumulus» muss Famigros-Logo ersichtlich sein) am slowUp vorweisen und von Ermässigung profitieren.

Hinweis:

Reservationen können bis am Samstag 17.00 Uhr gemacht werden. Reservierte Velos müssen am Sonntag bis 11.00 Uhr abgeholt werden, ansonsten ist deren Verfügbarkeit nicht mehr gewährleistet!

Annulationsbedingungen:

Online oder telefonische Annullaion bis Freitag, 17.00 Uhr vor jedem slowUp: keine Kostenfolge.

Verspätete oder fehlende Annullierung können zu 100% verrechnet werden.

Gerichte

Dorfplatz Bergün, Musikgesellschaft Bergün:

Ciabatta-Faustbrot aus Gran-Alpin-Mehl, gefüllt mit fein geschnittenem, im Oklahoma-Grill zubereiteten Schweinshals vom Alpschwein. Gefüllt mit Salat und Kabis aus regionaler Produktion und verschiedenen Saucen. Auch gibt es einen vegetarischen Alpenkebab gefüllt mit verschiedenem Gemüse. Zum Dessert gibt es eine Portion Bio-Öpfelringli. Ebenso gibt es Cervelats und Bratwürste aus der Region.

Albulapass Gasthaus Albula Hospiz

Nachdem Sie den höchsten Punkt erreicht haben, können Sie sich hier mit einer feinen Portion hausgemachten Quark-Pizokel stärken.

Alp Alesch:

Hier erleben Sie Alp-Feeling pur und werden dabei mit einer feinen, selbstgemachten Gerstensuppe aus regionalen Zutaten verwöhnt.

An Gueta!

SCHON BALD AUCH IHRE FERIENREGION?

Die Ferienregionen rund um den Albulapass bieten zahlreiche attraktive Angebote. Wir freuen uns, wenn Sie uns besuchen und stehen Ihnen bei der Organisation Ihres Aufenthaltes gerne zur Verfügung.

La Punt Tourist Information

7522 La Punt Chamues-ch
Tel. +41 81 854 24 77
lapunt@engadin.ch
www.engadin.ch



La Punt Chamues-ch

Bergün Filisur Tourismus AG

7482 Bergün/Bravuogn
Tel. +41 81 407 11 52
info@berguen-filisur.ch
www.berguen-filisur.ch



Bergün
Filisur

Die Daten*

27.07.2025	la Broye	17.05.2026	Schaffhausen-Hegau
10.08.2025	Brugg Regio	07.06.2026	Valais
24.08.2025	Sempachersee	14.06.2026	Schwyz
31.08.2025	Bodensee Schweiz	21.06.2026	Hochrhein
07.09.2025	Mountain Albula	28.06.2026	Jura
14.09.2025	Emmental-Oberaargau	05.07.2026	Vallée de Joux
21.09.2025	Basel-Dreiland	26.07.2026	la Broye
28.09.2025	Zürichsee	09.08.2026	Brugg Regio
19.04.2026	Ticino	23.08.2026	Seetal
26.04.2026	Murtensee	30.08.2026	Bodensee Schweiz
03.05.2026	Werdenberg-Liechtenstein	06.09.2026	Mountain Abula
10.05.2026	Solothurn-Buechibärg	13.09.2026	Emmental-Oberaargau

* Voraussichtliche Daten, Änderungen vorbehalten

MIGROS

Gesundheitsförderung
Schweiz

SchweizMobil

swiZERland

PROGRAMM SONNTAG, 07. SEPTEMBER

Sonntag: 10.00 Uhr Eröffnung der Strecke

Der slowUp Mountain Albula startet um 10.00 Uhr in den Orten Filisur, Bergün, Preda und La Punt. Auf der ganzen slowUp-Strecke erwartet Sie bis 16.00 Uhr ein vielfältiges Angebot und ein reichhaltiges, sportliches Naturerlebnis.

Filisur: Dorfmarkt in den Gassen und Festbetrieb im Dorf – musikalisch begleitet durch die «Val Tuorser».

Bergün: slowUp-Village, Festbetrieb mit feinen Grilladen auf dem Dorfplatz. Offizielle Eröffnung um 10.00 Uhr mit musikalischer Unterhaltung.

Beim Berggasthaus Albula Hospiz: slowUp-Village, Festbetriebe im und um das Berggasthaus mit musikalischer Unterhaltung.

La Punt: Das slowUp-Village ist die ideale Motivation vor der Bergfahrt und ein entspannter Ort zum Ausruhen nach der Talfahrt. Der Festbetrieb bietet Kaffee, Kuchen und warme Mahlzeiten – perfekt zum Geniessen und Verweilen.

AN- UND RÜCKREISE...

...mit dem Velo

Fahren Sie mit dem Fahrrad direkt zum slowUp auf der Veloland Route 6 oder 65 von Schweiz-Mobil, schweizmobil.ch

...mit der Bahn

Die RhB fährt stündlich ab Chur. (xx.58 h) Je nach konditioneller Verfassung können Sie bis Filisur, Bergün oder gar bis Preda mit dem Zug fahren und gelangen von dort aus hoch zum Albula Hospiz.

Extrazug Chur – Samedan

Weitere Informationen

www.slowup.ch/albula/de/anreise-teilnahme/anreise.html

... mit dem Auto

...ins Albulatal

Autobahn A13/E43, Richtung Chur. Ausfahrt «Thusis Süd» (Nr. 22), Richtung Tiefencastel, St. Moritz – beim Kreisel in Tiefencastel zweite Ausfahrt Richtung Albulapass.

...ins Engadin

gelangen Sie auf gut ausgebauten Alpenstrassen via Flüela-, Julier-, Albula- (ausserhalb den Sperrzeiten), Ofenpass oder via Autoverlad durch den Vereinatunnel.

Velotageskarte

Wir empfehlen bei Hin- und Rückreise (zum Zugticket) eine Tageskarte von CHF 15.– zu lösen.

Velotransport im öffentlichen Verkehr

Bitte beachten: Die Transportkapazitäten sind beschränkt. Vereinzelt werden Zusatzkapazitäten zur Verfügung gestellt. Für den Velotransport sind Spezialbillette erforderlich, näheres siehe www.sbb.ch/velo oder Website des jeweiligen Transportpartners.



WEITERE PARTNER

RENT A BIKE
SchweizMobil



Gesundheitsförderung
Schweiz

SWISSLOS

Rhätische Bahn
ferrovie retica valter retica

swiZERland

ENGLADIN 92 CLUB
graubünden
Parc Ela

graubünden Sport

Kurhaus Bergün

EWD
schutzfilisur
Gesundheit und Natur

COMMUNICAZIUN.CH






Bitte fahren Sie vorsichtig mit angemessenem Tempo abwärts und nehmen Sie Rücksicht! Vielen Dank!



Herzlich willkommen im Bahndorf!




Parc Ela – igl gi grond parc natural dalla Svizra

Exkursionen & Veranstaltungen

Sen veia aint igl Parc Ela

Begeben Sie sich mit der ganzen Familie auf eine Exkursion, nehmen Sie an Kursen oder Events teil und erfahren Sie mehr zum traditionsreichen Park.

www.parc-ela.ch/veranstaltungen

Jetzt anmelden!



Folgen Sie uns auf Social Media

#SLOWUP | GETEILTE ERLEBNISSE

Sind Sie am slowUp Mountain Albula unterwegs? Dann posten Sie Ihre Fotos und teilen Ihre persönlichen Erlebnisse mit den anderen Teilnehmenden.

Los geht's:
Posten Sie Fotos auf Instagram oder Facebook Tagge das Bild mit #slowUp und @slowUp.ch Folge oder like @slowUp.ch

SLOWUP-NEWSLETTER

Nie mehr die neusten slowUp-Infos verpassen? Dann abonnieren Sie jetzt unseren Newsletter unter: www.slowup.ch/newsletter



«WISSENSWERTES»

Streckensperrung: 8.00 bis 17.00 Uhr

Streckenöffnung für den Anlass: 10 bis 16 Uhr

Kosten & Anmeldung: Der slowUp ist kostenlos und eine Anmeldung ist nicht erforderlich. Er findet bei jedem Wetter statt.

Verpflegung: Entlang der Strecke befinden sich diverse Möglichkeiten zur Verpflegung.

Abfall – weniger ist mehr. Abfall lässt sich nicht ganz vermeiden, jedoch gehört dieser in den Mülleimer. Sie finden auch auf der Strecke etliche gut markierte Abfallstellen.

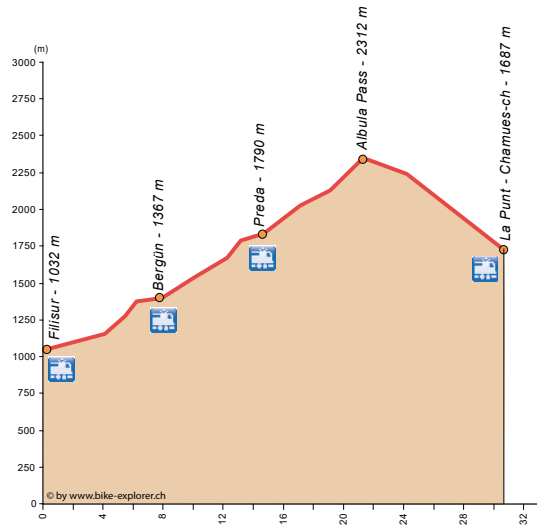
Ab 16.00 Uhr ist mit Aufräum-Fahrzeugen auf der Strecke zu rechnen
[slowUp.ch/albula](http://slowup.ch/albula) → **Gut zu Wissen**

Bus Alpin: La Punt – Bergün

Der Bus alpin La Punt–Preda fährt an diesem Tag nicht. Die Fahrten des Bus alpin Bergün–Chants finden laut Plan statt.

HÖHENPROFIL

Geniessen Sie bequem Teilabschnitte mit der Rhätischen Bahn und erleben Sie atemberaubende Abfahrten!



SICHERHEIT

Sicherheit wird bei uns GROSS geschrieben! Die Geschwindigkeit ist den Sichtverhältnissen anzupassen. Achtung: An diesem slowUp herrscht Gegenverkehr! **Bitte rechts fahren.** Hinweise der Hilfskräfte und Beschilderungen sind zu befolgen. Die Organisatoren lehnen bei Zuwiderhandlung jede Verantwortung ab. Das Tragen eines Helms und entsprechender Schutzausrüstung wird empfohlen.

NOTFALL

Zur Alarmierung wählen Sie die Nr.144 oder 112. Auf der ganzen Strecke sind Samariterposten verteilt.

FUNDBÜRO

Haben Sie etwas verloren? Vielleicht wurde es beim Fundbüro auf der Gästeinformation in Bergün oder La Punt abgegeben.

REPARATURSERVICE

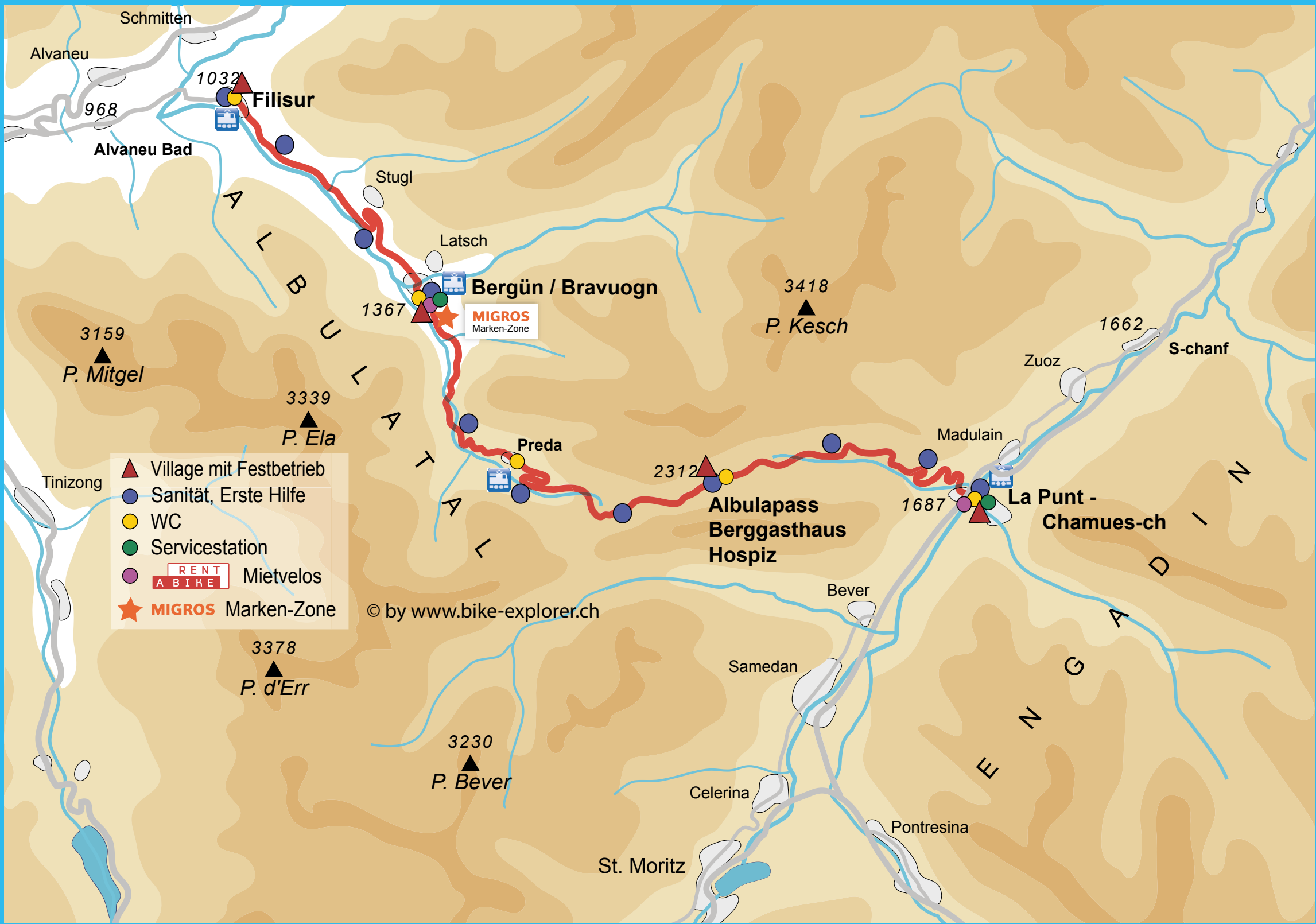
Auf der Strecke befinden sich zwei Servicestellen für Reparaturen. In Bergün ist dies das Sportgeschäft Mark Sport, welches die Türen für Sie öffnet und in La Punt finden Sie die Servicestelle von Colani Sport im slowUp Village.

VERMISSTE KINDER

Es wird empfohlen, den Kindern die Telefonnummer mitzugeben, unter welcher die Eltern/Begleitpersonen erreichbar sind. Am besten die Natelnummer mit wasserfestem Filzstift auf einen Arm schreiben. Orientieren Sie die Kinder, dass sie immer in Fahrtrichtung weiterfahren und sich an die slowUp-Helfer wenden sollen (Sanitätsposten, Polizei, Verkehrsdienst etc.), wenn sie ihre Eltern/Begleitpersonen nicht mehr finden.

Ansprechpartner:

Killian Steiner
Orts-Chef La Punt / Verantwortlicher Strassensicherheit und Sanität
+41 79 575 33 51



slowUp-Wettbewerb 2025 Concours slowUp 2025

Mach mit und gewinne einen von vielen Preisen im Gesamtwert von CHF 7'500.-
Jetzt scannen und gewinnen!

Diese tollen Hauptpreise warten auf dich:

- 1 Familienferien im Hotel Palace Müren
- 2 Drei MIGROS-Geschenkkarten



1 Participe et gagne l'un des nombreux prix d'une valeur totale de CHF 7 500.-
Scanner et gagner!

De super prix t'attendent:

- 1 Un séjour à l'hôtel Palace Müren
- 2 Trois cartes-cadeaux MIGROS



www.slowUp.ch

Landwasser Express



In Bewegung? Denk ans Trinken!

Pro Stunde Sport
4 bis 8 dl Wasser

Für mehr Energie und Ausdauer!



slowUp –
auf der Krokodil-Lok!
www.bahnmuseum-albula.ch



Besuchen Sie den Dorfmarkt in Filisur.



La Punt **Verbundenheit im Engadin**

La Punt Ferien
Chesa Guntinella
CH-7522 La Punt Chamuesch
Tel. +41 81 854 24 77
lapunt@engadin.ch www.engadin.ch/lapunt