

Gmündertobel

Region St. Gallen

26

Gmünden ⇨ St. Gallen in der Sitter

**Hindernissreicher, felsiger
Schwimm-Kletterparcours**



Von Anfang an ist es Hindernislauf über Gehölz, Felsen und durchs Wasser.

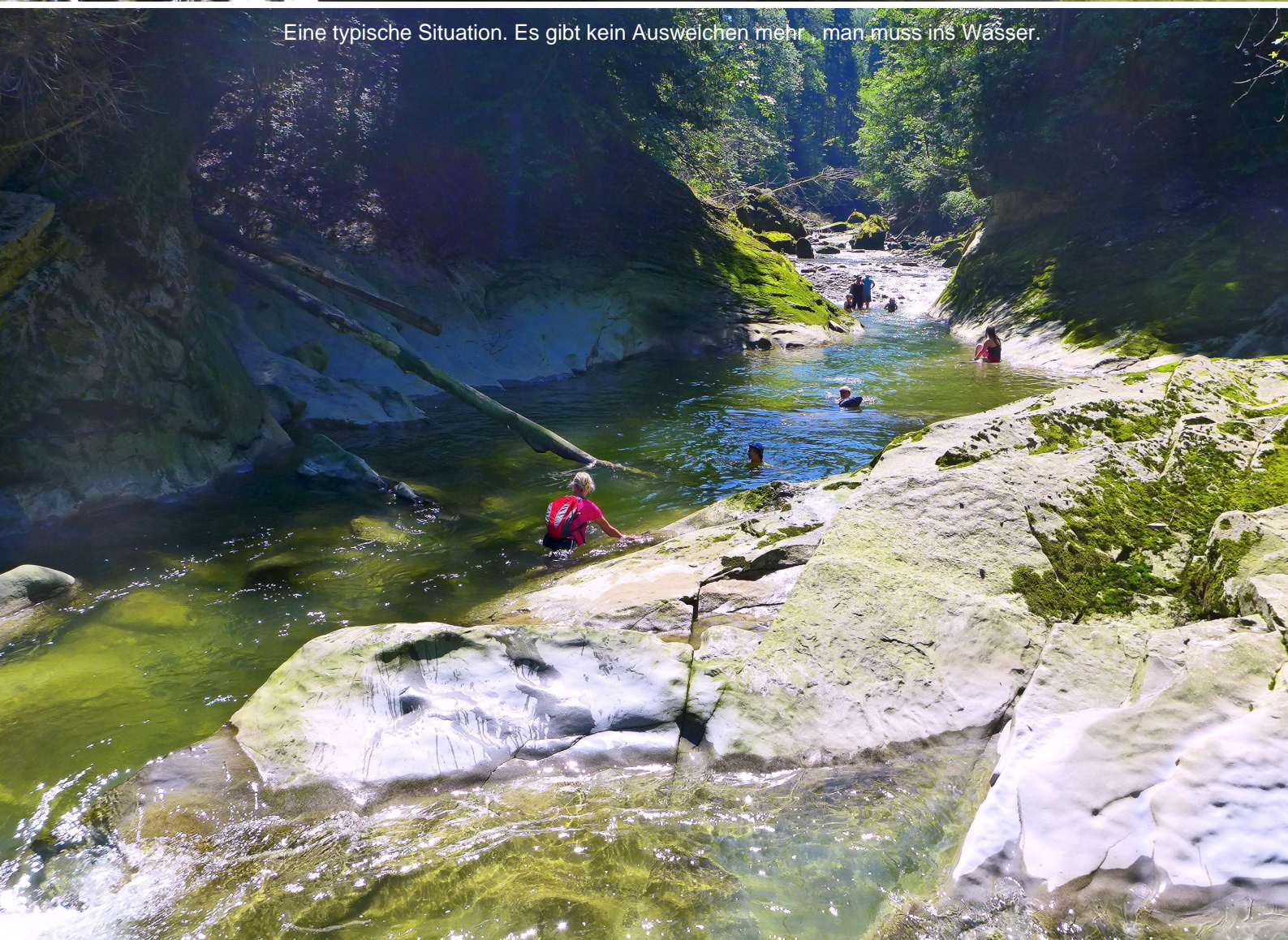
3 Stunden
mittelschwer



"Wässeriger» geht es nicht! Auf dieser perfekten Hochsommer-Hizetour ist man fast so viel im Wasser wie auf dem Trockenen. Bereits kurz nach dem Einstieg beim Badeplatz rücken die Felsen ein erstes Mal so nahe zusammen, dass man nicht um ein erfrischendes Bad herumkommt. Kleine Kletterpassagen wechseln sich dann immer wieder mit grossen Badewannen ab. Gegen Schluss wird das Gelände einfacher, jedoch bleibt es bis zum letzten Meter feucht.



Gleich zu Beginn gilt es grössere Felshindernisse zu überwinden.



Eine typische Situation. Es gibt kein Ausweichen mehr – man muss ins Wasser.

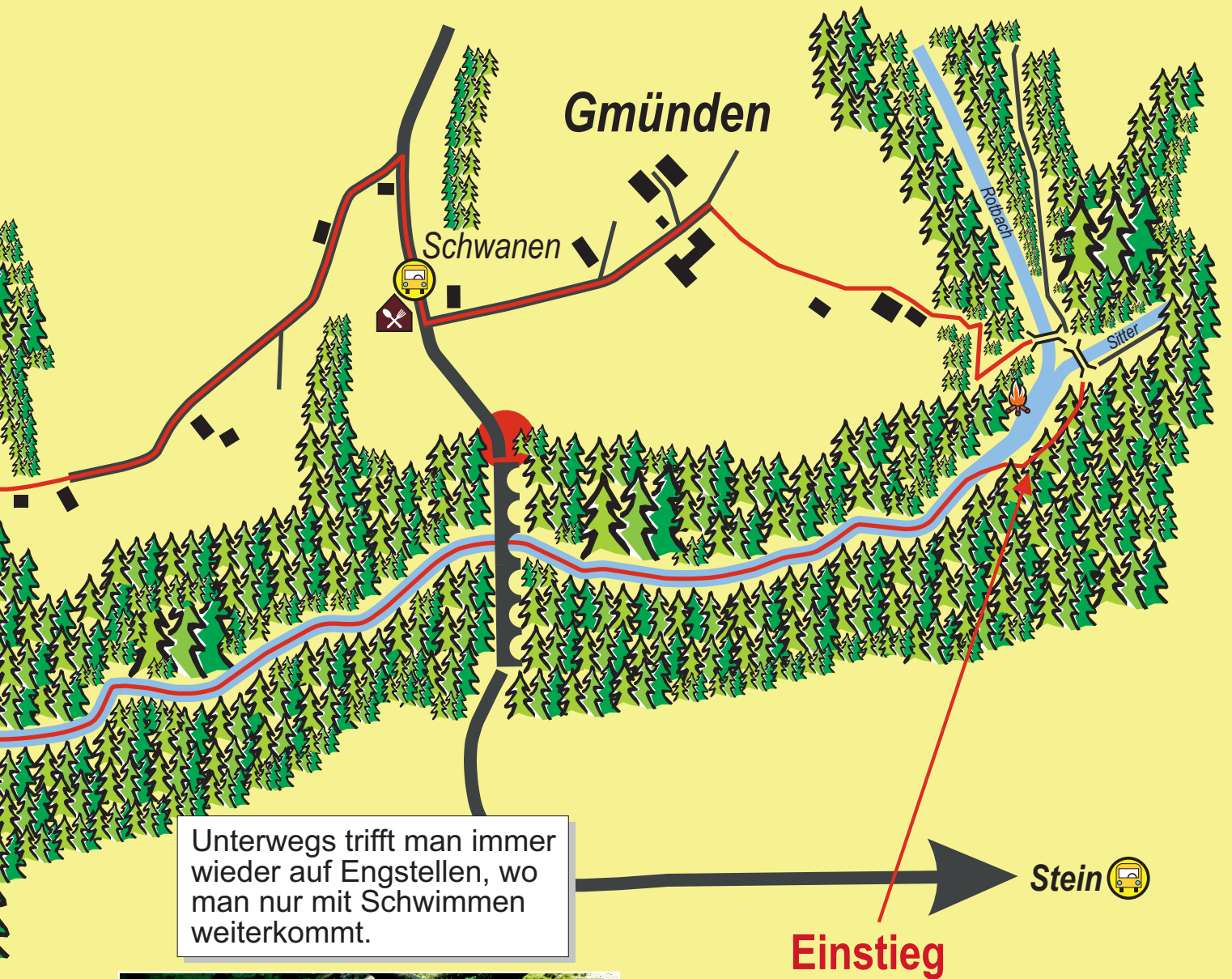
Eine furchteinflössende Engstelle,
welchè aber problemlos zu meistern ist.



Entweder wandert man nach der Tour auf einer der Flusseiten zurück nach Gmünden oder bis Stein. Am einfachsten ist es aber, in St. Gallen beim Schlössli in den Bus zu steigen und so den Heimweg anzutreten.



Über den Tunnel oder kurz danach kann man linkerhand zu einem Weglein aussteigen.



Im Bereich des Gmündner "Badeplatzes", beim Zusammenfluss von Rotbach und Sitter, kann man gut in den dort breiten Fluss einsteigen.



Gmünden ⇒ Einstieg: 20 Minuten
 Schlucht: 2-3 Stunden
 Ausstieg ⇒ St. Gallen: 20 Minuten
 Ausstieg ⇒ Stein: 90 Minuten
 Ausstieg ⇒ Gmünden: 60 Minuten

