

Rheinfelden nach Frick 1. Tag (29 Kilometer)

Die Richtzeiten verstehen sich für gute Einzelwanderer oder kleinere Gruppen, ohne Pausen.

Strecke und Dauer:

Start 7.30 h:

Rheinfelden (Bahnhof) - Sonnenberg 1 Std. 45 Min. - Dorf Zeiningen 2 Std. 20 Min. - Looberg 4 Std. - Flugplatz Schupfart (Restaurant) 4 Std. 50 Min. - Tiersteinberg (Aussichtspunkt) 6 Std. - Frick (Bahnhof) 7 Std. 30 Min.

Beschreibung der Route:

Ausgangspunkt ist mit 285 m ü.M. der Bahnhof der Zähringerstadt Rheinfelden. Die blaumarkierte Höhenroute führt zunächst über den bewaldeten Steppberg (395 m), hinauf zur langgestreckten Kuppe des Magdener Galgens (449 m). Ueber diesen Höhenzug steigt der Weg weiter bis zum Aussichtsturm mit dem Turmstübli auf dem weitherum bekannten Sonnenberg (632 m). Von der Plattform des Turmes genießt der Wanderer einen herrlichen Rundblick auf die Erhebungen des Baselbietes, St. Chrischona und den benachbarten Schwarzwald. Das markante heimatliche Refugium der Möhliner Naturfreunde - ein beliebtes Ausflugsziel und Rastort - ladet die Besucher jeden Sonn- und Feiertag zum Kaffeehalt ein.

Der Bergkrete folgend, fällt der Höhenweg nach dem Weindorf Zeiningen ab (340 m, Bushaltestelle) und erreicht nach einem Anstieg zum Burgacherhof (440 m), den aussichtsreichen Feldweg am Waldrand des Zeiningerberges. Oberhalb der Rebberge entlang führt der Weg weiter zum Spitzgraben. Den Graben aufwärts, folgt der landschaftlich reizvolle Chriesiberg (533 m), kurz zuvor, auf Spitzgraben Punkt 518, lädt eine Schutzhütte mit einer Feuerstelle zur Mittagsrast ein.

Zum Flugplatz Schupfart (545 m) marschieren wir (auf Hartbelag) über die fruchtbare Tafeljura-Hochebene von Looberg (570 m) und den Wabrig mit seiner schönsten Fernsicht auf Punkt 555 (Ebnet Hof) ins obere Fricktal. Wer den Aufstieg über das Fazedellerkreuz zum 749 Meter hohen Tiersteinberg nicht direkt wagen will, kann sich im Flugplatz-Restaurant Air-Pick noch einmal stärken. Als Belohnung für den Aufstieg zum höchsten Fricktaler Berg und die anschließende Firstwanderung auf dem langgezogenen Bergrücken, erwartet den Naturfreund am Aussichtspunkt ein prächtiger Ausblick. Die Sicht wird im Norden von den weiten Höhenzügen des deutschen Schwarzwaldes begrenzt. Der Abstieg zum historischen Marktflecken Frick (361 m, Bahnhof) führt an der neusanierten Burgruine Alt-Tierstein (630 m, Rastplatz) vorbei und wird erreicht über die Flur Chaltenbrunnen (578 m) und der Ortschaft Gipf-Oberfrick.

31.08.2017/who