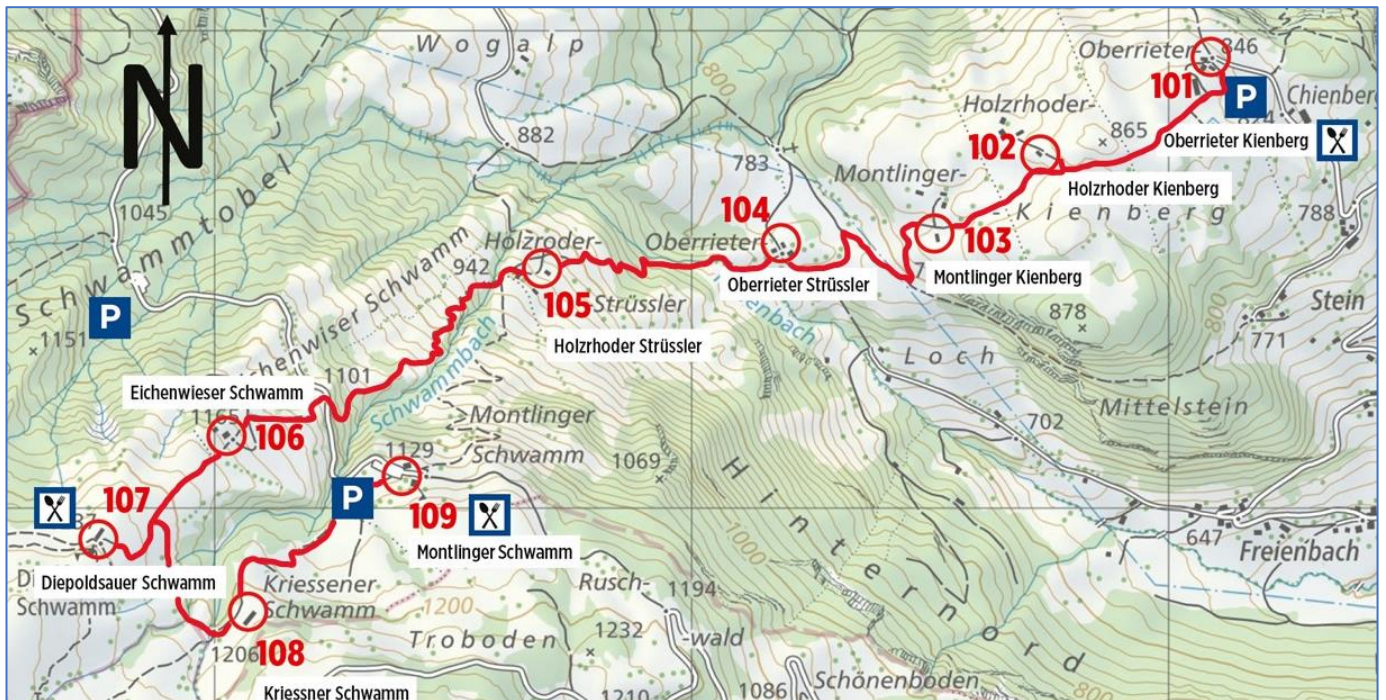


### Hinweg:

Ca. 5 km Länge, ↗480 Hm, ↘200 Hm, Dauer ca. 2 Stunden

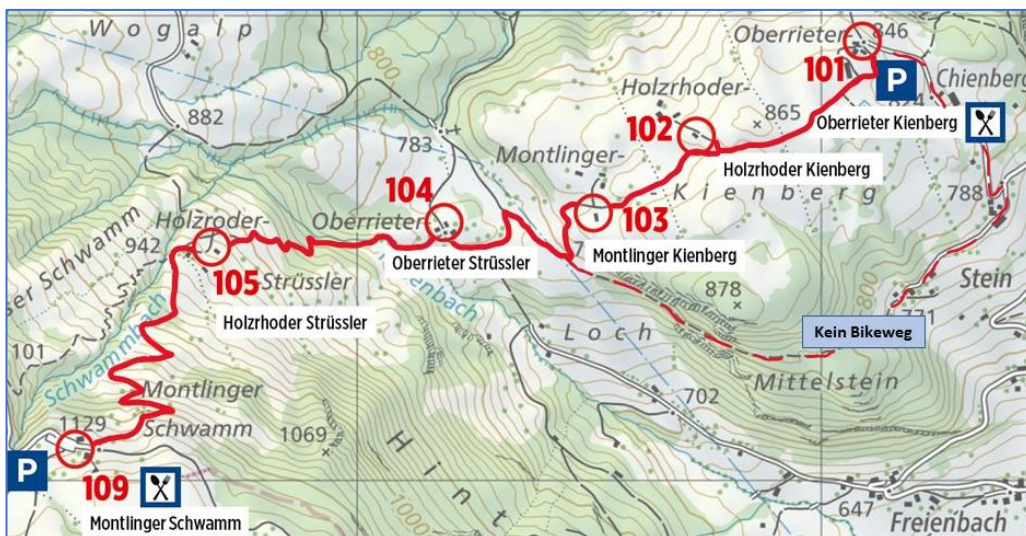
Fahrt bis zum Parkplatz oberhalb Pension Kienberg / Oberrieter Kienberg – Holzrhoder Kienberg - Montlinger Kienberg – Oberrieter Strüssler – Holzrhoder Strüssler – Eichenwieser Schwamm – Diepoldsauer Schwamm ☒ – Kriessner Schwamm – Montlinger Schwamm ☒



### Rückweg:

Ca. 3 km Länge, ↗80 Hm, ↘360 Hm, Dauer ca. 1 Stunde

Direkt zum Oberrieter Kienberg oder via Mittelsteinweg

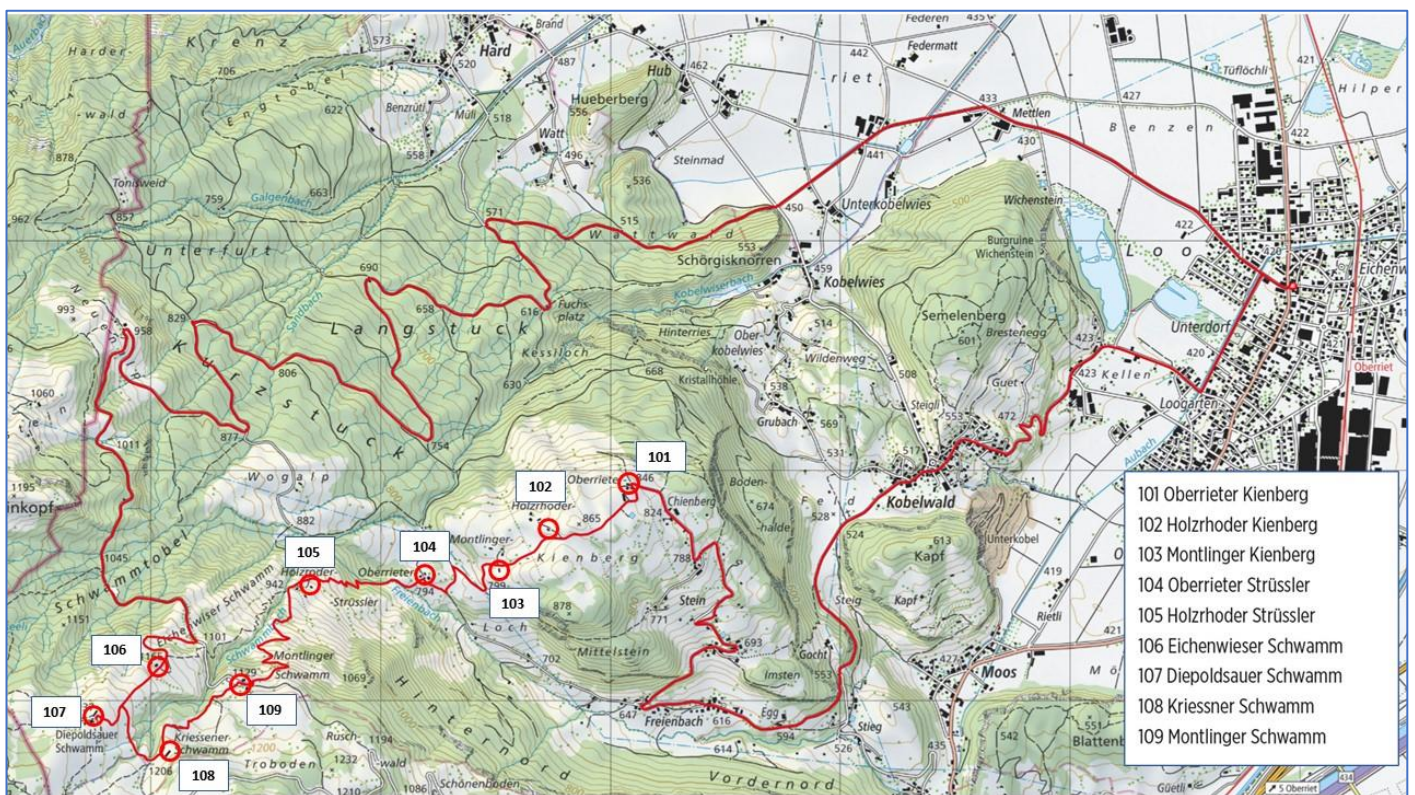


**Hin- und Rückweg:** Ca. 8 km Länge, ↗560 Hm, ↘560 Hm, Dauer ca. 3 Stunden

Start/Ziel beim Museum Rothus Oberriet

Ca. 23 km Länge, ↗950 Hm, ↘950 Hm, Dauer ca. 4 Stunden

**Route:** Museum Rothus Oberriet - Schwammstrasse – Eichenwieser Schwamm – Diepoldsauer Schwamm ☒ – Kriessner Schwamm – Montlinger Schwamm ☒ - Holzhoder Strüssler – Oberrieter Strüssler – Montlinger Kienberg - Holzhoder Kienberg – Oberrieter Kienberg - Freienbach – Kobelwald – Oberriet



☒ Restaurant Diepoldsauer Schwamm: Geöffnet täglich von 09.00 bis 21 Uhr

☒ Restaurant Montlinger Schwamm: **Montag geschlossen**

[www.montlinger-schwamm.ch](http://www.montlinger-schwamm.ch)

Start/Ziel beim Museum Rothus Oberriet

**Total:** Ca. 20 km Länge, ↗918 Hm, ↘918 Hm, Dauer ca. 4 Stunden



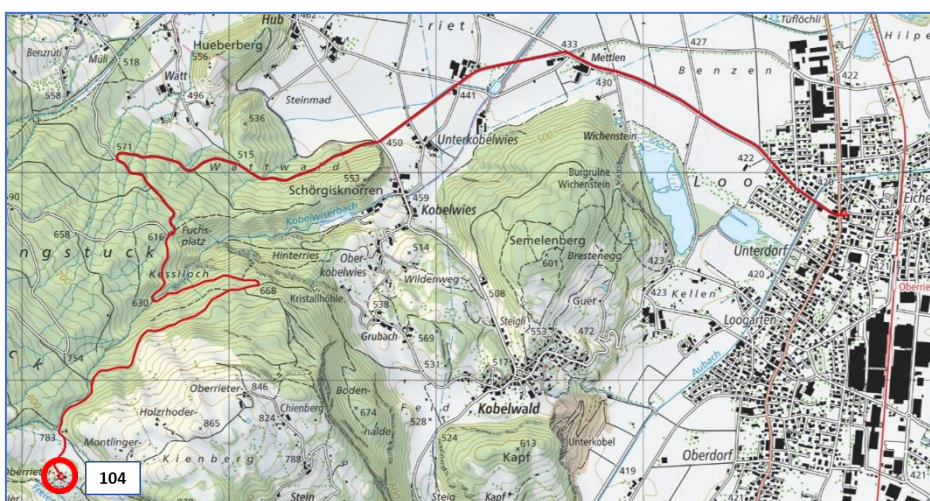
**Bike 1:** Ca. 8 km Länge,  
↗453 Hm, ↘80 Hm,  
Dauer ca. 1 Stunde 45  
Minuten

Kobelwald - Freienbach –  
Oberrieter Kienberg –  
Holzhoder Kienberg –  
Montlinger Kienberg –  
Oberrieter Strüssler



**Wandern:** Ca. 5 km Länge,  
↗462 Hm, ↘462 Hm,  
Dauer ca. 2 Stunden

Oberrieter Strüssler –  
Holzhoder Strüssler –  
Eichenwieser Schwamm –  
Diepoldsauer Schwamm ☒ –  
Kriessner Schwamm –  
Montlinger Schwamm ☒ –  
Oberrieter Strüssler



**Bike 2:** Ca. 7 km Länge,  
↗3 Hm, ↘376 Hm,  
Dauer ca. 15 Minuten

Oberrieter Strüssler –  
Museum Rothus Oberriet

