



Gl'Uaul Casti sut Cons (el center dalla foto) indichescha la collina, sisum era la tuor principal da Lagenberg.



Sisum il crest ein mirs dalla tuor principala semanteni.

FOTOS AUGUSTIN BEELI

Ils mirs sigl Uaul Casti

En cuort entscheiva a Laax la restauraziun dalla ruina Lagenberg

AUGUSTIN BEELI/FMR

■ **Gl'Uaul Casti a Laax ei la collina denter Murschetg e Cons. En connex cun ina senda da cultura Laax ha la Pro Laax montau avon otg onns sil Plaun Casti ina tabla d'informaziun. Ussa suonda ina proxima etappa: las restonzas dils mirs dalla ruina Lagenberg vegnan libras.** Viandar ed esplorar ei cumbinau per pign e grond cun ina avventura. Quei ei il cass a Laax egl Uaul Casti. Viandonts e bikers che seferman avon la tabla d'informaziun sil Plaun Casti legian l'informaziun, e vulan scuvierer il casti da Lagenberg. Sper il reservuar dil provediment d'aua suondan els ina senda. Suentar circa 100 meters cala quella denton. Ins emprova dad ir tras la bostga, da reiver dalla teissa plaunca si ni dad ir tras ina valletta. Uaul e caglias ein spess, la finala capituleschan ils biars e tuornan anavos tiel reservuar. Tgisà nua ch'ins duess anflar cheu ils mirs dil vegl casti descrets silla tabla?

Bia traffic avon 750 onns

Tal scenari ei serepetius adina puspei ils davos onns. Perquei ha la Fundaziun Pro Laax decidiu dad arver il crest e da musar las ruinas da Lagenberg. Ils mirs fus-

sen da principi veseivels lunsch entuorn. Sche la collina fuss buca surcarschida. Lagenberg ei numnadamein in punct marcant amiez la cuntrada. Sisum sper il mir ha ei schizun in punct triangular dalla mesiraziun ufficala.

Sut ed entuorn il crest ei il territori semidaus talmein ils davos 50 onns che negin s'imaginescha pli las restonzas d'ina ruina medievals. Al pei digl Uaul Casti ei la rundella Marcau. Ella stagiun aulta carreschan mintga gi varga 11 000 vehichels tras quella. Avon 750 onns era ei in bionton dameins, denton era ei gia lu in liug da transit sper la via dil Lucmagn. Miez october era leu mintg'onn la fiera

da sogn Gagl. Il crest da Lagenberg ed il territori sisum la Val Mulin era liug da sentupada dalla populaziun. Il castellan aveva – cun urbida imperiala – d'organisar e survigilar quella fiera che cuzzava plirs gis.

Restauraziun – e buca renovaziun

Ella truscha dil 20. e 21avel tschentaner ei quella perdetga historica ida en emblidanza. La Fundaziun Pro Laax vul render attent ad ella e sensibilisar indigens e hosps per fatgs dil vargau. Onn vargau ha ella saviu gudignar la fundaziun Platta Pussenta per l'idea d'ina restauraziun migeivla. La menadra da project *Murièle*

Jonglez lavura per quella sco meinagestion. En connex cun in mandat ha ella elaborau in concept per la sanaziun migeivla dalla ruina Lagenberg.

Naven dall'entschatta han la Pro Laax e la menadra dil project inclus il Surveysch archeologic cantonal. Gl'uost 2020 han ins fatg ina uatga cun *Christoph Walser*, il menader dalla perscrutaziun dil terren digl uffeci. Quel ha beneventau l'iniziativa, ha denton accentuau ch'ei dueigi veramein esser ina restauraziun e conservaziun – e nuot dapli.

«En duas jamnas savein nus entscheiver cullas mesiras», declara la menadra da project. Ina renovaziun resp. reconstruc-

zion dil casti Lagenberg ei ni giavischada ni garegiada. Murièle Jonglez descriva suandontamein las mesiras: «Runcar plontas e caglias, rinforzar ils mirs restonts, sanar il trutg entuorn il casti e pussibilitar dad ir a pei tochen tier las restonzas dalla tuor». Actualmein ei quei access ni interessants ni agreabels, ils viandonts ch'enqueran el sespiardan ella bostga. La meinaproject conferma las finamiras: «La populaziun duei haver la pussevilda da scuvierer da niev la ruina Lagenberg sco part dalla historia da Laax.» Ei seigi denton tuttaviva buca aschia ch'ins vegli commercialisar la ruina liberada. Ei detti avunda ruinas da castials pli attractivas, perquei fetschien ins era buca specialmein reclama per quella cheu. Persunas che vulan sapientivamein ir sisum il crest, dueien el futur saver s'informar sper las restonzas dils mirs, leu dat ei ina tabla cun ulteriuras informaziuns. Denter auter vegn quella a render attent al vargau dil territori ondulau e stendiu. Sut il meschal, ragischs e caglias schai ulteriura miraglia. Quella vegn denton negin ad excavar e prender neunavon. «Plontas e caglias vegnan allontanus aschia ch'ins vegn a saver s'imaginar la dimensiun da quei complex medieval», declara Murièle Jonglez.

«Lagenberg» Laax

Il num «Uaul Casti» regorda ad in center administrativ d'avon 750 onns. Igl onn 1283 era Lagenberg il center dil Signuradi da Laax. Cheu resideva il castellan digl imperatur Rudolf de Habsburg. Lez possedeava ton en Rezia sco ella Svizra centrala territoris ch'el confidava ad administratur. Da quei temps che Lagenberg era en fluriziun ein ils treis confederai Werner Stauffacher da Sviz,

Walter Fürst digl Uri ed Arnold von Melchtal dalla Sutsilvania s'entupai il 1291 sil Rütli – pervia d'in castellan rubiesti. Quel che governava a Laax gudeva probabel dapli simpatia. Siu patrun possedeava en Rezia numerus tals beins e segns dalla pussonza imperiala. In da quels era Lagenberg. Il num romontschdestg ha connex culla cuntrada dils lags (Tiert, Sec, Grond, Oberst). En di-

versas descripiuns san ins era leger «Langenberg», quei che renda attent al complex stendiu silla collina. Il Contadi da Laax era ina corporaziun lucca da persunas libras spatitschadas lunsch entuorn. Lagenberg consisteva pia buca d'in territori circumscret e definiu cun clars cunfins, mobein da persunas e famiglias libras che stuevan buca dar giu la dieschma al castellan.

Sport s'entaupa cun art

Eva Cavelti-Caduff dislochescha las uras da gimnastica dalla scola ella sculptura Ogna a Trun

SUSI ROTHMUND/FMR

■ **Il sport ha gia adina fascinau Eva Cavelti-Caduff da Trun. Cun Eva's Gym & Swin eis ella daventada independenta e porscha cuors da tuttas uisas per affons e carschi. Per buca stuer trenar cun maschina endaden, dislochescha ella a partir dil matg l'instrucziun da gimnastica ella sculptura Ogna a Trun.** «Ins sa s'endisar, mo trenar cun maschina ei secapescha mai aschi emperneivel sco senza», conceda *Eva Cavelti-Caduff* da Trun. Suentar ina lunga pausa causa prescripiuns en connex cun corona, fuss ei actualmein pussevild da far gimnastica en gruppas da 15 endadens. Quei cun tener distanza e purtar maschinas. Tuttina ha ella tschercau alternativas. L'idea d'instruir ella sculptura Ogna ei vegnida duront in trenament persunal questa primavera: «Jeu sun currida si Schlans e cun vegnir engiu hai jeu mirau giu Trun e la sculptura da Matias Spescha ei curdada en egl a mi. Quei fuss ideal – ei stau miu patratg. Igl ei in liug schurmegiau dil vent e d'egliadas nungjavischadas. Sulet il tetg

maunca, mo cun quei ch'ins vesa la pézza ed il tschiel ei quei era in avantatg.» Ladinamein ha ella dumandau per lubientscha alla Fundaziun Ogna che ha lubiu il diever. «Ussa s'entaupa art e sport, quei ei franc ina buna cumbinaziun», selegra la dunna da 54 onns.

Pissiu pil sport

Empriu ha Eva Cavelti-Caduff designadra da costrucziun aulta. Suentar gl'emprendissadi ha ella luvrau enzacons onns sil mistregn. Cul temps eis ella daventada mumma da treis affons ch'ei ussa carschi e ha aschia aunc designau enzacons onns da casa anora. Gia en giuvens onns era ella fascinada da differents sports e ha fatg ils emprems pass sco 'scolasta' cun dar uras d'instrucziun all'Uniu da gimnastica dallas dunnas. Duront quei temps ha ella frequentau ils emprems cuors sco instructura e aveva aschi grond tschaffen, ch'ella ha decidiu da far carriera en tut in'otra direcziun che l'architettura. Il sport – sia pissiu – ei daventaus sia lavur e culla famiglia ha quei seschau cumbinar detg bein. Cul temps

eis ella sescolada, seperfectuonada e daventada instructura da Sportkids (BCG) e per gruppas da carschi. Dapi onns eis ella era mussadra da senudar e ha gia mussau a tschients affons dalla Surselva da senudar e co reagir, sch'ei dattan ell'aua senza vuler. Beinfrequentadas ein era sias gruppas da gimnastica en l'aua. Quellas han liug el bogn dalla Casa Depuoz (actualmein mo per cuors) e cu igl ei puspei aviert era el Bogn Sedrun. Per la Lia grischuna da reumatism dat ella plinavon cuors dad «Aquawell». Era ad affons dil Consorzi da scola Sumvitg Trun muossa Eva Cavelti-Caduff da senudar e di: «Ei gaudan ch'ei san puspei vegnir a far bogn, secapescha cun risguardar il concept da segirtad.»

Sport en atmosfera famigliara

La trenadra da fitness ei seperfectuonada en pliras disciplinas e porscha a Trun e Breil cuors d'Antara, BodyToning e M.A.X. per dunnas ed umens. Antara ei in trenament pil dies che rinforza il dies, la butschida e promovava ina buna tenuta dil tgierp ed in venter plat.



La trenadra da fitness – Eva Cavelti-Caduff – porscha a partir dil matg ses cuors ella sculptura Ogna a Trun. FOTO SUSI ROTHMUND

BodyToning e M.A.X. ein cuors favorisai da persunas che vulan far enzatgei per lur fitness, figura e la tenuta dil tgierp. Suentar ina extendida scolaziun a Turitg ella «Star School for training and recreation» sescolescha Eva Cavelti-Caduff mintg'onn vinavon en cuors da repetiziun e perfectiun. «Sport fa bein e dat ina vesta positiva sillas causas. Tgi che vegn cun schliata luna, tuorna pil solit a casa cun buna», ei la trenadra da fitness perschuadada.

Igl unviern – cu l'instrucziun da gruppas eri scumandada – hagi ella fatg ton cuorsaliunga sco aunc mai. Normalmein trenescha ella pliras uras al di cun sias gruppas e conceda ch'ella seigi aunc adina empau gnervusa avon mintga lecziun. Las lecziuns sespleighien en atmosfera famigliara cun participont(a)s dall'entira regiun e mintgin trenesch tenor siu agen tempo. «Uss ein ei unfs da trenar persuls, perquei offereschel aunc enzacons cuors duront il matg, suenter datti ina pausa entochen igl atun. Lu sperel ch'ei siegi pussevild da trenar tut normal e senza restricziuns.»