



Gitschberg Jochtal
Rio Pusteria

mountain moments

Gitschberg Jochtal | Rio Pusteria



Hütten- und Wanderführer
Guida di malghe e escursioni
Hut and hiking guide



— mountain moments —

das erwartet Sie! | questo vi aspetta! | this awaits you!



4 VALS & SPINGES | VALLES & SPINGA

WANDERUNGEN | ESCURSIONI | HIKING:

- 6 Panoramawanderung Steiner Mandl
Sentiero panoramico Steiner Mandl
Steiner Mandl panoramic trail
- 7 Von Spinges zur Anratterhütte
Da Spinga al Rifugio Anratter
From Spinges to the Anratter hut

Wanderung zur Bergstation Jochtal
Escursione al monte Jochtal
Hike to the Mountain Station Jochtal
- 8 Wanderung zur Tschiffernaun-Alm
Escursione alla Malga Tschiffernaun
Hike to the Tschiffernaun hut

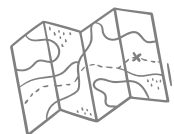
Wanderung zur Brixner Hütte
Escursione al Rifugio Bressanone
Hike to the Brixner hut
- 9 Über den Milchsteig zur Fane Alm
Sentiero del latte - Malga Fane
Hike to Fane Alm along the Milk Trail
- 10 Rotensteiner Höhenweg
Alta via Rotenstein
Rotenstein high mountain trail
Wurmaulspitze 3.022 m
- 11 Wilde Kreuzspitze 3.132 m

HÜTTEN | MALGHE | HUTS:

- 12 Anratterhütte | Ochsenalm
- 14 Bergrestaurant Jochtal | Nockalm
- 16 Die Mühle | Kurzkofelhütte
- 18 Gattererhütte | Zingerle Hütte
- 20 Kuttnhütte | Brixner Hütte
- 22 Tschiffernaunalm

23 WOCHENPROGRAMM & VIELES MEHR

PROGRAMMA SETTIMANALE
& MOLTO ALTRO ANCORA
WEEKLY PROGRAM & MUCH MORE



24 MERANSEN | MARANZA

WANDERUNGEN | ESCURSIONI | HIKING:

- 26 Altfasstal
Valle d'Altafossa
Altfasstal valley
- 27 Almhüttenrundweg Gitschberg
Giro delle Baite sul Monte Gitschberg
Gitschberg Alpine Hut Trail

Über den Leitensteig nach Vals
Sentiero Leitensteig
Leitensteig trail
- 28 Vom Gitsch ins Altfasstal
Dal Gitschberg alla Valle d'Altafossa
From Mt. Gitschberg into
the Altfasstal valley

2-Gipfel-Tour Fallmetzer & Gitsch
Tour delle Due Cime:
Monte Val di Mezzo e Monte Gitschberg
- 29 Seefeldspitz 2.715 m

HÜTTEN | MALGHE | HUTS:

- 30 Schutzhaus Wieserhütte
Pranterstadlhütte
- 32 Großberghütte | Hofschank „Heisla“
- 34 Bar Igloo Restaurant Pizzeria s'Pfandl
Bacherhütte
- 36 Pichlerhütte | Nesselhütte
- 38 Gitschhütte | Kiener Alm

40 MÜHLBACH | RIO DI PUSTERIA

WANDERUNGEN | ESCURSIONI | HIKING:

- 42 Historischer Rundweg Mühlbach
Percorso storico di Rio di Pusteria
Mühlbach historical route
- 44 Cikilyrweg
Stauseerundweg
Giro del lago di Rio di Pusteria
Mühlbach reservoir circular walk
- 45 Lindenweg
Sentiero dei Tigli
Linden tree trail

Naherholungszone Bunker
Zona ricreativa del bunker
Bunker recreation area

46 RODENECK | RODENGO

WANDERUNGEN | ESCURSIONI | HIKING:

- 48 Bienenweg
Sentiero delle api
Bee trail

Dörferrundweg in Rodeneck
Giro delle frazioni di Rodengo
Walk through the hamlets of Rodeneck
- 49 Ywein-Weg
Sentiero Ywein
Ywein trail

Rundweg Rienzschlucht
Sentiero Gola di Rienza
The Rienz Gorge circular trail
- 50 Dolorama Weitwanderweg
Sentiero Dolorama
Dolorama trail
- 51 Rodenecker-Lüsner Alm – Astjoch
Alpe di Rodengo e Luson – Cima Lasta
Rodenecker-Lüsner Alp – Astjoch

HÜTTEN | MALGHE | HUTS:

- 52 Ahner Berghof | Oberhauserhütte
- 54 Roner Alm | Rastnerhütte
- 56 Starkenfelddhütte
Schutzhütte Kreuzwiesenalm

58 VINTL | VANDOIRES

WANDERUNGEN | ESCURSIONI | HIKING:

- 60 Elfenweg
Sentiero degli elfi
The Elves' trail
- 61 Almhüttenrundweg Pfunders
Percorso circolare delle baite di Fundres
Pfunders alpine huts trail

Bergseenrunde
Giro dei laghi
Mountain lakes trail
- 62 Der Pfunderer Höhenweg
L'Alta via di Fundres
High mountain trail of Pfunders
- 63 Die Napfspitze – der Aussichtsberg
Escursione panoramica alla Cima Cadini
Panoramic Mt. Napfspitze

HÜTTEN | MALGHE | HUTS:

- 64 Weitenbergalm | Boden Alm
- 66 Gampiel Alm | Kröllhütte
- 68 Edelrauthütte | Hofschank Wieserhof

70 TEREENTEN | TERENCE

WANDERUNGEN | ESCURSIONI | HIKING:

- 72 Rundwanderung in Margen
Sentiero circolare di Marga
Margen circular hike

Zum Hexenstein
La Pietra delle Streghe
The Witches' Stone
- 73 Mühlenweg & Erdpyramiden
Sentiero dei mulini & piramidi di terra
Mills trail & earth pyramids
- 74 Zum Terner Jöchel
Escursione al Giogo di Terento
Excursion to the Terenten saddle
- 75 Alpenrosensteig
Sentiero della Rosa Alpina
Alpenrosensteig trail
- 76 Tiefrautenhütte und Tiefrautensee
Rifugio Lago di Pausa
Tiefrauten hut and lake
- 77 Hütten-Tour
Tour delle baite
Alpine huts tour

HÜTTEN | MALGHE | HUTS:

- 78 Hofschänke Lechnerhof
Tiefrautenhütte / Rifugio Lago di Pausa
- 80 Astner Bergalm | Pertinger Alm

82 ERLEBNISPARCS PARCHI D'AVVENTURA ADVENTURE PARKS

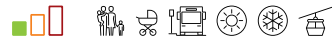
90 WINTER INVERNO WINTER

91 LEGENDE LEGENDA KEY



— Panoramawanderung Steiner Mandl

Sentiero panoramico Steiner Mandl | Steiner Mandl panoramic trail



2,1 km

Bergstation | Stazione a monte
Mountain station Jochtal

45 min

Bergrestaurant Jochtal,
Ochsenalm

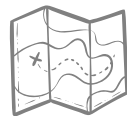
112 ↗

11, 1A
 11, 1A

Eine gemütliche Wanderung mit 360° Blick von der Bergstation Jochtal bis zur Panoramaplattform Steiner Mandl. Der Weg führt in Richtung Ochsenalm und dann nach links bis hin zur Kuppe des Steiner Mandl auf 2.117 Metern mit seiner Panoramaplattform. Die Bergbahn Jochtal ist sowohl im Sommer als auch im Winter geöffnet.

Questa piacevole escursione dalla stazione a monte della funivia Jochtal alla piattaforma panoramica Steiner Mandl offre una vista a 360°. Seguendo il sentiero si arriva prima alla Malga Ochsenalm, poi si prosegue verso sinistra fino a 2.117 metri, dove si trova la cima dello Steiner Mandl con la sua piattaforma panoramica. La funivia Jochtal è in funzione sia in estate che in inverno.

A pleasant hike from the Jochtal lift mountain station to the Steiner Mandl panoramic platform, offering a 360-degree view. The trail leads first in the direction of the Ochsenalm area, then turns left and climbs up to the Steiner Mandl summit and panoramic platform, at 2,117 meters. The Jochtal lift operates in both summer and winter.



- > Erlebnispark Jochtal entlang des Weges
- > Parco Avventura Jochtal lungo il sentiero
- > Adventure Park Jochtal along the path

— Von Spinges zur Anratterhütte

Da Spinga al Rifugio Anratter | From Spinges to the Anratter hut



6,5 km

Naherholungszone Bunker
Zona ricreativa del bunker | Bunker recreation area

2 h 10 min

Anratterhütte

528 ↗

9
 9

Man folgt den Wegweisern der Forststraße Richtung Jochtal. Der Weg verläuft leicht ansteigend inmitten des Spingerwaldes bis zur Anratterhütte. Es lohnt sich auch einen Abstecher ans „Alte Karl“ zu machen. Dafür noch etwa 50 Minuten mehr Zeit einplanen.

Seguite le indicazioni per la strada forestale che porta sul monte Jochtal. Il sentiero in leggera salita vi porterà nel cuore del bosco di Spinga fino a raggiungere il rifugio Anratter. Vale la pena anche di fare una deviazione al pico “Alte Karl”, che aggiunge circa 50 minuti di cammino.

Follow the signposted forest road in the direction of Mt. Jochtal. The trail will lead you into the heart of the Spinges woodland, climbing gently all the way to the Anratter hut. While there, it is worth making a detour to the “Alte Karl” peak – this will extend your hike by approximately 50 minutes.

— Wanderung zur Bergstation Jochtal

Escursione al monte Jochtal | Hike to the Mountain Station Jochtal



4 km

Talstation | Stazione a valle
Valley station Jochtal

2 h

Die Mühle, Nockalm,
Bergstation Jochtal

635 ↗

10

Ausgehend von der Talstation Jochtal, folgt man dem sog. „DynaFitweg“ bergauf in Richtung Nockalm und schließlich zur Bergstation Jochtal. Im Winter dient dieser Weg als Tourenskiweg.


Partendo dalla stazione a valle della funivia Jochtal, seguite il sentiero Dynafit che sale verso la Malga Nockalm e conduce infine alla stazione a monte della funivia. D'inverno questo percorso è utilizzato come un percorso di sci alpinismo.


Starting off from the Jochtal lift valley terminal, follow the Dynafitweg trail that leads uphill towards the Nockalm hut and to the mountain station Jochtal. In winter this trail is used as a ski tour trail.


— Wanderung zur Tschiffernaun-Alm


Escursione alla Malga Tschiffernaun | Hike to the Tschiffernaun hut




 2,5 km

 P Fane Alm | Malga Fane | Fane Alm

 1 h 20 min

 Tschiffernaun-Alm, Zingerlehütte,
Gattererhütte, Kuttnhütte

 459 ↗

 15, 15A

Vom Parkplatz Fane Alm wandert man der Forststraße entlang in Richtung Fane Alm, und zweigt dann rechts auf die Almstraße zur Tschiffernaun-Alm ab. Zu Beginn ist die Landschaft von Wäldern geprägt, später, bei der Stin Alm, weicht der Wald ausgedehnten Almwiesen.


Partendo dal parcheggio della Malga Fane, si cammina lungo la strada forestale che porta alla Malga Fane, poi si prosegue a destra sulla strada che conduce alla Malga Tschiffernaun. Arrivati alla Malga Stin, il paesaggio, inizialmente boschivo, lascia spazio a vasti prati alpini.


Starting from the Fane Alm car park, take the forest road leading to Fane Alm, then turn right onto the mountain road towards the Tschiffernaun hut. The landscape is characterised by woodland at first; then, when you reach the Stin hut, the wood gives way to vast alpine meadows.


— Wanderung zur Brixner Hütte


Escursione al Rifugio Bressanone | Hike to the Brixner hut




 4,4 km

 P Fane Alm | Malga Fane | Fane Alm

 1 h 50 min

 Brixner Hütte, Zingerlehütte,
Gattererhütte, Kuttnhütte

 562 ↗

 17

Man durchquert das urige Almdorf Fane, geht weiter durch die Schrammeschlucht und dann auf einem Steig bergauf bis zur Brixner Hütte. Die Brixner Hütte liegt am Pfunderer Höhenweg.


Attraversate l'idilliaca Malga Fane e proseguite attraverso la gola di Valles e ancora oltre, sul sentiero che sale verso il Rifugio Bressanone, situato lungo l'Alta Via di Fundres.

Cross the quaint mountain village of Fane Alm, continue through the Schramme gorge and on along the uphill trail that leads to the Brixner hut. The Brixner hut is located on the Pfunders high mountain trail.


— Über den Milchsteig zur Fane Alm


Sentiero del latte - Malga Fane | Hike to Fane Alm along the Milk Trail



 3 km

 P Berg am Boden

 1 h 10 min

 Kurzkofelhütte, Zingerlehütte,
Gattererhütte, Kuttnhütte

 324 ↗

 17

 17

Vom Talschluss in Vals gelangt man über eine schmale Straße zur Kurzkofelhütte und überquert dort eine Brücke. Von hier aus gelangt man über den Milchsteig aufwärts zur Fane Alm. Längs des Steiges sind immer wieder informative Tafeln über die Milchwirtschaft in Südtirol angebracht. Auf der asphaltierten Straße ist die Fane Alm auch mit einem Kinderwagen erreichbar.

Partendo dalla testata della valle a Valles si percorre una stradina stretta fino alla baita Kurzkofelhütte, poi si attraversa il ponte e si imbecca il Sentiero del Latte che conduce alla Malga Fane. Lungo il percorso sono posizionati pannelli informativi sull'allevamento e la produzione di latte in Alto Adige. Per chi ha con sé un passeggino, la Malga Fane si può raggiungere anche dalla strada asfaltata.

Starting from the head of the valley in Vals, take the narrow road that leads to the Kurzkofel hut and over the bridge. From there, take the Milk Trail all the way up to the Fane Alm alpine village. Along the path, you will find panels with interesting information about dairy farming in South Tyrol. Alternatively, there is also an asphalt road that leads to Fane Alm – recommended for families with prams.



1 h 30 min
Bei Anreise mit Bus
Se si arriva in autobus
If arriving by bus




- > In den Sommermonaten ist die Fane Alm auch mit dem Fane-Shuttle erreichbar.
- > Nei mesi estivi c'è un servizio shuttle per la Malga Fane.
- > During the summer season there is a shuttle service to Fane Alm.





— Rotensteiner Höhenweg


Alta via Rotenstein | Rotenstein high mountain trail




 10,9 km

 Bergstation | Stazione a monte
Mountain station Jochtal

 4 h 30 min

 Die Mühle, Bergrestaurant Jochtal,
Zingerlehütte, Gattererhütte,
Kuttnhütte, Kurzkofelhütte

 635 ↗

 9, 17

An der Bergstation Jochtal angelangt, folgt man dem Weg Nr. 9 über das Valler Jöchel zur Rotenstein Alm (nicht bewirtschaftet) und weiter zum Peachenjoch (einige Seilsicherungen). Anschließend wandert man zum Almdorf Fane Alm hinunter. Der Rückweg zur Talstation Jochtal erfolgt auf dem Milchsteig.


Dalla stazione a monte della funivia Jochtal, seguite il sentiero n. 9 attraverso il Passo di Valles fino alla Malga Rotenstein (non aperta al pubblico) e al giogo Peachenjoch (catena corrimano in alcuni punti). Da lì scendete al villaggio alpino di Malga Fane. Infine prendete il Sentiero del Latte per fare ritorno alla stazione a valle della funivia Jochtal.

From the mountain station Jochtal, follow path No. 9 over the Valler saddle to the Rotenstein alp (not open to the public) and continue to the Peachen saddle (part of the stretch is equipped with a safety rope). The trail continues to the Fane Alm mountain village, and from there the Milk Trail (Milchsteig) takes you back to the Jochtal lift valley terminal.


— Wurmaulspitze


3.022 m




 7,1 km

  Fane Alm | Malga Fane | Fane Alm

 3 h 30 min

 Zingerlehütte, Gattererhütte,
Kuttnhütte, Brixner Hütte

 1.302 ↗

 17, 17A

Diese Bergtour beginnt am Parkplatz nahe der Fane Alm, zunächst wandert man durch eine Felschlucht, die sog. Schramme bis zur Brixner Hütte. Hinter der Brixner Hütte zweigt der Wanderpfad in Richtung Wurmaulspitze ab.


Questa escursione inizia presso il parcheggio della Malga Fane e conduce in salita attraverso una gola rocciosa (Schramme) fino ad arrivare al Rifugio Bressanone. Dietro il rifugio si trova il sentiero che si dirama verso la Wurmaulspitze.

This mountain tour starts at the Fane Alm car park and leads you through a rocky gorge known as Schramme, all the way up to the Brixner hut. Behind the hut you will find the trail that branches off in the direction of the Wurmaulspitze peak.


— Wilde Kreuzspitze


3.132 m





 9,3 km

  Fane Alm | Malga Fane | Fane Alm

 6 h 15 min

 Zingerlehütte, Gattererhütte,
Kuttnhütte, Brixner Hütte

 1.412 ↗

 17, 17B, 18

Schöne Gipfeltour zum Hauptberg der Pfunderer Berge mit Blick auf den Wilden See und auf die Zillertaler Alpen. Nach dem Almdorf Fane Alm verläuft der Weg durch die Valler Schramme bergauf zur Brixner Hütte. Anschließend führt ein gerölliger Pfad auf den Gipfel der Wilden Kreuzspitze. Über den Wilden See erreicht man wieder den Ausgangspunkt.

Questa bellissima escursione vi porta in cima al Picco della Croce, la vetta principale dei Monti di Fudres, e offre una vista mozzafiato sul lago Selvaggio e le alpi del Zillertal. Il sentiero parte dalla Malga Fane e sale attraverso la gola di Valles fino al Rifugio Bressanone. Da lì un sentiero ghiaioso porta in cima al Picco della Croce. Per tornare al punto di partenza passate per il lago Selvaggio.

This scenic hike to the highest peak of the Pfunders mountains offers a stunning view over the Wilden See lake and the Zillertal Alps. From the Fane Alm mountain village, the trail leads uphill through the Valsler Schramme gorge to the Brixner hut, from where a scree path leads to the Wilde Kreuzspitze summit. The way back to the starting point will take you past the Wilden See lake.



- > In diesem Gebiet gibt es viele (pfeifende) Murmeltiere.
- > Questa zona è riccamente popolata da marmotte (fischianti).
- > This area is home to many (whistling) marmots.



— Anratterhütte

1.814 m

Wir legen Wert auf regionale und nachhaltige Küche.
Ideales Wanderziel mit Kindern und Bikes.

Una meta ideale per tour ciclistici ed escursioni con i bambini.
Cucina regionale orientata alla sostenibilità.

Our cuisine is focused on regional and sustainable ingredients.
The perfect destination for a bike tour or walk with the children.



Naherholungszone
Bunker | Zona
ricreativa del
bunker | Bunker
recreation area

Bergstation |
Stazione a monte |
Mountain Station
Jochtal



ALOIS UNTERFRAUNER
39037 Spinges/Spinga
T +39 339 176 99 64
+39 333 100 33 78
unterfraunalois@yahoo.de



— Ochsenalm

2.070 m

Almhütte mit Sonnenterrasse im Skigebiet Gitschberg Jochtal,
ideal für Familien. Kinderwagentauglich. Durchgehende
warme Küche mit hausgemachten Speisen.

Una baita alpina con terrazza solarium ideale per le famiglie.
Si trova nell'area sciistica Gitschberg Jochtal ed
è accessibile anche con il passeggino. Cucina calda
con piatti caserecci a orario continuato.

A family-friendly alpine hut with sun terrace in
the Gitschberg Jochtal ski area. Accessible for prams,
it serves hot home-made dishes all day long.



Naherholungszone
Bunker | Zona
ricreativa del
bunker | Bunker
recreation area

Bergstation |
Stazione a monte |
Mountain Station
Jochtal



Ochsenalm
Jochtal | 2070 m

OBERHOFER UND TAUBER
39037 Vals/Valles
T +39 348 253 09 54
ochsenalm@hotmail.com
www.ochsenalm.com

3



Talstation/
Bergstation |
Stazione a
valle/monte |
Valley/Mountain
station Jochtal

 10



— Bergrestaurant Jochtal

2.006 m

Erlebnisrestaurant auf über 2.000 m. Ein Paradies für Kinder und Familien. In Südtirols Küche wird das Beste aus Nord und Süd harmonisch vereint. Für Hochgenuss stehen hochwertige und frische, regionale Produkte.

Questo ristorante a oltre 2.000 metri di quota offre un'esperienza particolare ed è un piccolo paradiso per le famiglie con bambini. In cucina c'è una brigata di entusiasti che, usano ingredienti regionali freschi e di alta qualità.

Situated at over 2,000 metres, this restaurant is a paradise for families and children. The passionate kitchen brigade use only fresh, locally-sourced quality ingredients to prepare their scrumptious South Tyrolean recipes.



JOCHTAL
BERGRESTAURANT

WEISSTEINER JULIAN & CO.
39037 Vals/Valles
T +39 0472 671 345
+39 335 760 89 55
info@jochtal.info
www.jochtal.info

4



Talstation/
Bergstation |
Stazione a
valle/monte |
Valley/Mountain
station Jochtal

 10

— Nockalm

1.766 m

In ruhiger Lage können sich unsere Gäste bei durchgehend warmer Küche mit beliebten Südtiroler Spezialitäten stärken. Auf unserem Spielplatz können sich die Kinder austoben. Im Sommer zu Fuß und mit dem Fahrrad erreichbar. Im Winter direkt neben der Piste.

Questa baita sorge in posizione tranquilla ed è raggiungibile a piedi e in bici durante l'estate, mentre in inverno è proprio accanto alla pista da sci. Serve cucina calda con piatti tipici altoatesini e dispone anche di un parco giochi.

Popular South Tyrolean specialties in a quiet location, with hot food served all day long. The hut has a playground and is accessible both on foot and by bike during the summer, while in winter it is right next to the ski slope.



FAM. FISCHNALLER MICHAEL
39037 Vals/Valles
T +39 340 407 01 97
info@nockalm.it
www.nockalm.it



Talstation |
Stazione a valle |
Valley station Jochtal

— Die Mühle

1.375 m

Unser familiengeführtes Restaurant mit Pizzeria ist ideal für eine wohlverdiente Verschnaufpause – Sommer wie Winter könnt ihr unsere hausgemachten Speisen genießen. Sonnenterrasse – Kinderspielplatz – Liegewiese

Il nostro ristorante-pizzeria a conduzione famigliare è perfetto per concedersi una meritata pausa e qualche peccato di gola con piatti caserecci, sia in estate che in inverno. Terrazza – area giochi – prato solarium

Our family-owned restaurant and pizzeria is the perfect spot to catch your breath and indulge in home-made cuisine, both in summer and winter.
Sun terrace – playground – sunbathing lawn



FAM. LEITNER
39037 Vals/Valles
T +39 0472 547 221
info@die-muehle.it
www.die-muehle.it



Talstation |
Stazione a valle |
Valley station Jochtal
Berg am Boden



10

10

— Kurzkofelhütte

1.422 m

Gemütlich eingerichtete Hütte, große Sonnenterrasse, Ententeich. Es ist möglich direkt vor die Hütte zu fahren! Warme Küche bis 16.00 Uhr.

Accogliente rifugio con un'ampia terrazza solarium e un laghetto delle anatre. Si può arrivare in auto direttamente davanti al rifugio. Cucina calda tutti i giorni fino alle 16.00.

Cosy hut with a large sun terrace and a duck pond. You can drive directly up to the front door!
Hot food served daily until 4.00 p.m.



ERNA LANTHALER
39037 Vals/Valles
T +39 340 419 28 64
ernalanthaler@gmail.com



Berg am Boden

Fane Alm |
Malga Fane |
Fane Alm



17

— Gattererhütte

1.739 m

Urige Almhütte, Tiroler Küche, verschiedene Süßspeisen.
Geöffnet von Mitte Mai bis Mitte Oktober.
Montag Ruhetag!

Baita alpina rustica, cucina tirolese, scelta di dessert.
Aperta da metà maggio a metà ottobre. Chiusa il lunedì.

A quaint Alpine hut serving Tyrolean fare and a choice of desserts.
Open from mid-May to mid-October.
Closed on Mondays.



FLORIAN GATTERER
39037 Vals/Valles
T +39 0472 547 184
+39 347 444 49 59
info@gattererhuetten.it
www.gattererhuetten.it



Berg am Boden

Fane Alm |
Malga Fane |
Fane Alm



17



17

— Zingerle Hütte

1.739 m

Urige gemütliche Hütte, hausgemachte Schlutzkrapfen,
Kasnocken, Hauswürste, Apfelstrudel, Buchweizentorte.
Almkäse und Butter aus eigener Produktion.

Ambiente rustico e accogliente dove gustare
Schlutzer fatti in casa, gnocchi al formaggio, salumi,
strudel di mele, torta di grano saraceno, formaggio
di malga, burro e yogurt di produzione propria.

Cosy, quaint hut serving home-made South Tyrolean
dishes such as Schlutzkrapfen, cheese dumplings,
sausages, apple strudel and buckwheat cake,
as well as home-produced farm cheese and butter.



EGON ZINGERLE
39037 Vals/Valles
T +39 340 409 40 45
info@zingerlealm.it
www.zingerlealm.it



9



— Kuttnhütte

1.739 m



Berg am Boden

Fane Alm |
Malga Fane |
Fane Alm

17

Beliebt als Ausflugsziel für Familien und Wanderer. Genießen Sie unsere hausgemachten Südtiroler Gerichte auf der großen Sonnenterrasse. Durchgehend warme Küche. Hauseigene Käserei: Milchprodukte und prämierter Schnittkäse!

Una meta molto amata da famiglie ed escursionisti. Gustate le nostre specialità altoatesine mentre prendete il sole sull'ampia terrazza: serviamo piatti caldi tutto il giorno. Abbiamo anche formaggi e latticini di nostra produzione, tra cui anche un formaggio a pasta semidura vincitore di un premio!

A popular destination for families and hikers. Enjoy our home-made South Tyrolean dishes on the large sun terrace – we serve hot food all day. We also have a in-house cheese dairy, offering various dairy products including an award-winning semi-hard cheese!



THERESA SCHLECHTLEITNER
39037 Vals/Valles
T +39 340 301 14 77
kuttnhuetten.vals@gmail.com



10



— Brixner Hütte

2.282 m



Berg am Boden

Fane Alm |
Malga Fane |
Fane Alm

17

Unsere Hütte liegt eingebettet in saftig grüne Wiesen und zwischen den zwei 3.000ern. Die verschiedenen Zustiege bieten für fast jeden Wandertyp etwas – von gemütlichen Tagesausflüglern bis zu Weitwanderer/innen.

Il nostro rifugio sorge in mezzo al verde dei pascoli alpini, tra due vette da 3.000 metri. È raggiungibile attraverso vari sentieri che offrono opportunità un po' per tutti, dagli escursionisti occasionali ai "veterani" delle lunghe distanze.

Our hut is nestled in lush green Alpine meadows, between two 3,000-metre peaks. It can be reached by various routes, offering something for almost everyone – from leisure walkers to long-distance hikers.



MAGDALENA, SIMON & CHRISTOPH
39037 Vals/Valles
T +39 0472 677 001
info@brixnerhuetten.it

11



— Tschiffernaunalm

2.215 m



Berg am Boden

Fane Alm |
Malga Fane |
Fane Alm

15

Gemütlich eingerichtete Almhütte, typische Almgerichte:
einfach, natürlich, hausgemacht.

Un'accogliente baita in stile tradizionale dove si serve la tipica cucina
alpina, con piatti semplici fatti in casa con ingredienti naturali.

A cosy, traditional-style alpine hut serving traditional alpine
fare with simple, natural, home-made dishes.



HERMANN OBERHEINRICHER
39037 Vals/Valles
T +39 0474 554 297
+39 333 686 92 64
tschiffernaunalm@gmail.com

Wochenprogramm, Events & vieles mehr ...

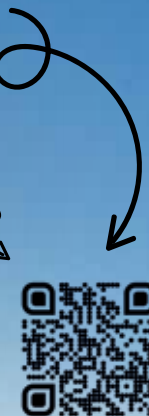
Alle Informationen für Ihren Aufenthalt
finden Sie hier in unserem digitalen Urlaubsbegleiter.

Programma settimanale, eventi e molto altro ancora ...

Tutte le informazioni per la vostra vacanza
le trovate qui nel nostro concierge digitale.

Weekly program, events & much more ...

Check out our digital concierge for all the
information you need during your stay.







— Altfasstal


Valle d'Altafossa | Altfasstal valley




 5 km

 € P Altfasstal | Valle d'Altafossa | Altfasstal

 1 h 40 min

 Großberghütte, Wieserhütte, Pranterstadlhütte

 250 ↗

 15
 15

Die Wanderung durch das Altfasstal führt durch eine traumhafte Naturlandschaft mit sonnenverwöhnten Terrassen und Kinderspielplätzen. Zusätzlich gibt es den Almenkneippweg, der an vier Kneipp-Stationen vorbeiführt.

Questa escursione in Valle d'Altafossa conduce attraverso un paesaggio naturale da sogno. Lungo il percorso si possono godere terrazze soleggiate e parchi giochi per i bambini. È a disposizione anche il percorso Kneipp che conduce a quattro diverse stazioni idroterapiche.

This itinerary takes you through a fabulous natural landscape featuring sunny terraces, children's playgrounds and the Almenkneippweg, a path that passes four different stations.





- > Tipp: für den Rückweg Mountainbikes ausleihen.
- > Consiglio: per il ritorno si possono noleggiare mountain bike.
- > Tip: you can rent mountain bikes for the way back.


— Almhüttenrundweg Gitschberg


Giro delle Baite sul Monte Gitschberg | Gitschberg Alpine Hut Trail




 12 km

 Bergstation | Stazione a monte
Mountain station Nessellift

 4 h 30 min

 Nesselhütte, Gitschhütte, Bacherhütte,
Kiener Alm, Pichlerhütte

 854 ↗

 Almhüttenrundweg
Giro delle baite

Der Weg führt über den Kleinen Gitsch zur Bacherhütte und Kiener Alm und wieder bergauf zur Pichlerhütte und der Bergstation. Der Almhüttenrundweg Gitschberg ist explizit als solcher auch durchgängig ausgeschildert.

Questo sentiero circolare, ben segnalato lungo tutto il percorso, passa per il Piccolo Monte Cuzzo e porta alla malga Bacherhütte e alla malga Kiener, per poi tornare a salire verso la baita Pichler e alla stazione a monte della funivia.

This circular trail leads over Mt. Kleiner Gitsch to the Bacherhütte hut and Kiener Alm hut, then again uphill to the Pichlerhütte hut and the lift mountain terminal. The Gitschberg alpine hut trail is clearly signposted throughout its length.


— Über den Leitensteig nach Vals

Sentiero Leitensteig | Leitensteig trail



 4 km

 € P Altfasstal | Valle d'Altafossa | Altfasstal

 1 h 20 min

 Die Mühle

 340 ↗

 10, 11A

Vom Parkplatz Altfasstal zum Walderhof über den Leitensteig und den Valler Talweg nach Vals.

Partendo dal parcheggio della Valle d'Altafossa, seguite il sentiero Leitensteig e il sentiero a valle che porta a Valles.

Departing from the Altfasstal car park, go to the Walderhof farm and take the Leitensteig path to Vals.

— Vom Gitsch ins Altfasstal Dal Gitschberg

alla Valle d'Altafossa | From Mt. Gitschberg into the Altfasstal valley



11,5 km

Bergstation | Stazione a monte
Mountain station Nesselift

3 h 25 min

Nesselhütte, Gitschhütte, Pranterstahlhütte,
Wieserhütte, Großberghütte, Heisla, s'Pfandl

850 ↗

21, 21A, 12B,
15, 6, 6A

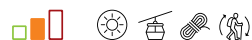
Diese Bergwanderung führt über den Ochsenboden hinunter zu den Talschlusshöhlen. Man durchquert das Altfasstal und geht durch das Dorf bis zur Talstation Gitschberg.

Questa escursione conduce attraverso la piana di Ochsenboden fino alle baite situate a fine valle. Si attraversa la Valle d'Altafossa e si prosegue in paese fino alla stazione a valle della funivia Gitschberg.

This mountain hike leads you over the Ochsenboden area and downhill to the huts situated at the valley end, crossing the Altfasstal valley and the village until you reach the Gitschberg lift valley terminal.

— 2-Gipfel-Tour Fallmetzer & Gitsch –

Tour delle Due Cime: Monte Val di Mezzo e Monte Gitschberg



3 km

Bergstation | Stazione a monte
Mountain station Nesselift

1 h 10 min

s'Pfandl, Nesselhütte, Gitschhütte

324 ↗

21, 6B, 12, 20

Man wandert zunächst in Richtung Gitschhütte und weiter zum Ochsenboden. Anschließend folgt man dem Weg hinauf zum Falzärer Joch. Auf einem Steig geht es über den Südostgrat zum Gipfel. Diesem Weg folgt man wieder zurück bis zum Falzärer Joch. Hier zweigt man auf den eher ruppigen Weg in Richtung Gitsch, wo man mit einem traumhaften Panorama belohnt wird. Der Abstieg erfolgt über die Südseite des Gitschbergs.

Si parte camminando verso il rifugio Gitschhütte per poi proseguire verso la piana di Ochsenboden. Da lì si segue il sentiero fino al Passo Valzara e si prosegue percorrendo la cresta sud-orientale fino alla cima. Per la stessa via si ritorna al Passo Valzara, dove si imbecca il sentiero accidentato che va verso il Monte Gitschberg, che offre un panorama da sogno. Per la discesa si attraversa il versante sud del Monte Gitschberg.

For this tour, first walk towards the Gitschhütte hut and on to the "Ochsenboden" area, then take the path that leads up to the Falzärer saddle. An uphill path takes you along the south-east ridge to the summit, then back to the Falzärer saddle. From there, take the rugged path towards Mt. Gitsch, where you will be rewarded with a fabulous panorama. The descent is at the southern face of Mt. Gitschberg.

— Seefeldspitz

2.715 m



9,6 km

€ P Altfasstal | Valle d'Altafossa | Altfasstal

3 h 50 min

Großberghütte, Pranterstahlhütte, Wieserhütte

1.120 ↗

15, 6

Die ausgedehnte Gipfelwanderung verlangt Ausdauer und führt an drei wunderschönen Bergseen vorbei. Durch das Altfasstal bis zur Wieserhütte bzw. Pranterstahlhütte. Hier beginnt nun der Aufstieg zum großen Seefeldsee auf knapp 2.300 m. Man folgt dem Seefeldbach bis zur Seefeldalm (nicht bewirtschaftet) und zweigt dann leicht nach links ab, immer der Markierung Seefeldspitze folgend.

Questa lunga escursione ad alta quota richiede una certa resistenza, ma conduce a tre spettacolari laghi di montagna. Si attraversa la Valle d'Altafossa fino al rifugio Wieser o alla malga Pranterstadel. Da lì inizia la salita al Lago Grande, situato a poco meno di 2.300 m. Dal lago si segue il Rio di Campolago fino alla malga Seefeld (non aperta al pubblico) e poi si va leggermente verso sinistra, sempre seguendo le indicazioni per la Cima di Campolago.

This lengthy summit climb requires stamina but rewards the effort by passing three gorgeous mountain lakes. The itinerary takes you through the Altfasstal valley to the Wieser refuge or the Pranterstahl hut, from where the ascent starts to the large Seefeld lake, at almost 2,300 m. Follow the Seefeldbach creek until you reach the Seefeld hut (not open to the public), then branch off slightly to the left, always following the signposts to Mt. Seefeldspitze.



- > Die Seefeldseen sind auch über den Schellenbergsteig erreichbar.
- > Il lago Grande è raggiungibile anche attraverso l'alta via Schellenberg.
- > The Seefeld lake is also reachable along the Schellenberg high mountain trail.

20



— Schutzhaus Wieserhütte

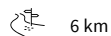
1.850 m

Gemütliche Hütte am Ende des Altfasstals und beliebtes Ausflugsziel. Auch mit Kinderwagen und Fahrrad erreichbar. Traditionelle Almwirtschaft mit eigener Almkäserei und Übernachtungsmöglichkeit. Fahrradverleih und Naturspielplatz, wo auch viele Tiere wohnen.



Altfasstal |
Valle d'Altafossa |
Altfasstal valley

Accogliente rifugio in fondo alla Valle d'Altafossa, meta popolare per camminate ed escursioni, raggiungibile anche in bici e col passeggino. È una tradizionale fattoria alpina con un proprio caseificio che offre anche alloggio per la notte oltre a un servizio di noleggio bici e un parco giochi naturale con tanti animali.



6 km



1 h 30 min



250 ↗



15

A popular destination for walks and excursions, this cosy hut at the end of the Altfasstal valley also be reached with prams and bikes. It's a traditional alpine farm with its own cheese dairy, and it offers overnight accommodation as well as a bike hire and a natural playground with many animals.



SIMON FISCHNALLER
39037 Meransen/Maranza
T +39 340 375 64 19
info@schutzhaus-wieserhuette.com
www.schutzhaus-wieserhuette.com

21



— Pranterstadlhütte

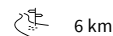
1.850 m

Urige Almhütte auf 1.850 m im Talschluss des idyllischen Altfasstals. Mit schönem Kinderspielplatz und Streichelzoo. Wir bieten leckere hausgemachte Südtiroler Köstlichkeiten und sonntags Grillspezialitäten an. Wir sind auch mit Kinderwagen über die bequeme Forststraße erreichbar.



Altfasstal |
Valle d'Altafossa |
Altfasstal valley

Una baita rustica a 1.850 metri di quota nel cuore dell'idilliaca Valle d'Altafossa, con un bellissimo parco giochi e una fattoria didattica. Offriamo specialità altoatesine fatte in casa e grigliata la domenica. Grazie alla comoda strada forestale potete raggiungerci anche con i passeggini.



6 km



1 h 30 min



250 ↗



15

A quaint alpine hut at 1,850 metres, situated at the head of the idyllic Altfasstal valley a beautiful playground and a petting zoo. We serve home-made South Tyrolean delicacies, with barbecue specialities on Sundays. You can get here along a pleasant, pram-friendly forest road.



ADRIANA UNTERKIRCHER
39037 Meransen/Maranza
T +39 0472 679 087
+39 348 212 38 60
adriana.99@hotmail.de

22



Altfasstal |
Valle d'Altafossa |
Altfasstal valley

1,9 km

30 min

40 min

15
15

— Großberghütte

1.644 m

Große Sonnenterrasse, Familienrestaurant, wöchentlich wechselnde Speisekarte. Mittwoch und Freitag Abends geöffnet, Burger-Abend im Sommer, Fondue-Abend im Winter. Shuttle-service am Abend. Abends Reservierung erforderlich.

Una baita-ristorante per famiglie con un'ampia terrazza solarium e un menu diverso ogni settimana. È aperta il mercoledì e il venerdì sera e offre serate hamburger in estate e serate fonduta in inverno. La sera è disponibile il servizio navetta. Prenotazione obbligatoria la sera.

A family restaurant with a large sun terrace and a weekly changing menu. Open on Wednesday and Friday evenings, serving burger-themed dinners in summer and fondue-themed dinners in winter. Evening shuttle service available. Reservation required in the evening.




Großberghütte
MERANSEN 1640M ALTFASSTAL

CHRISTIAN HINTERLECHNER
39037 Meransen/Maranza
T +39 0472 520 277
info@grossberghuette.com
www.grossberghuette.com

23



— Hofschank „Heisla“

1.450 m

Weil's oanfoche guit isch!
Auf den Teller kommen typische Südtiroler Speisen mit Salat und Gemüse aus unserem Garten. Tischreservierung erforderlich!
Täglich warme Küche von 18.30 bis 20.30 Uhr – Dienstag Ruhetag.

Semplicemente buono!
Serviamo piatti tipici altoatesini con insalate e verdure dal nostro orto. Cucina calda tutti i giorni dalle 18.30 alle 20.30. È richiesta la prenotazione! Giorno di riposo: martedì.

It tastes great!
We serve traditional South Tyrolean dishes with salads and vegetables from our own garden. Booking required!
Hot food available every day, from 6.30 p.m. to 8.30 p.m.
Closed on Tuesdays.




HEISLA
DER HOFCHANK

OSKAR OBERHOFER
39037 Meransen/Maranza
T +39 339 522 15 18
hallo@heisla.com
www.heisla.com

24



— Bar Igloo Restaurant Pizzeria s'Pfandl

1.428 m



Talstation |
Stazione a valle |
Valley station
Gitschberg

Unser Lokal befindet sich direkt gegenüber der
Talstation Gitschberg in Meransen.

Ci trovate a Maranza, proprio davanti alla stazione
a valle della funivia Gitschberg.

We are situated right opposite the Gitschberg
lift valley terminal, in Meransen.



OSWALD SCHWÄRZER
39037 Meransen/Maranza
T +39 0472 522 044
o.schwaerzer@rolmail.net

25



— Bacherhütte

1.744 m



Talstation | Stazione
a valle | Valley station
Gitschberg



Talstation/Mittel-
station/Bergstation
Gitschberg |
Stazione a valle/
Stazione intermedia/
Stazione a monte
Gitschberg |
Valley station/Middle
station/Mountain
station Gitschberg

 12, 14
 12, 14

Die kleine, urige Almhütte lädt zur gemütlichen Einkehr
mit herzhaften, kulinarischen Highlights und einzigartigen
Ausblicken ein. Familienfreundlich, leicht zu erreichen
und für Radtouren geeignet. Im Winter befinden
wir uns direkt neben der Skipiste.

Questo piccolo rifugio alpino offre una calda ospitalità,
un panorama da sogno e tante specialità caserecce
tutte da gustare. In inverno è proprio accanto alla pista da sci.

At this small, quaint alpine hut you can expect warm hospitality,
unique views and several culinary highlights with
home-made specialities. In winter it is right next to the ski slope.



Bacherhütte 1744m


PAULA VOLGGER
39037 Meransen/Maranza
T +39 349 073 60 58
+39 340 487 89 30
bacherhuette@gmail.com

26



— Pichlerhütte



Talstation | Stazione a valle | Valley station Gitschberg



Talstation/Mittelstation/Bergstation Gitschberg | Stazione a valle/ Stazione intermedia/ Stazione a monte Gitschberg | Valley station/Middle station/Mountain station Gitschberg

 12, 14

1.918 m

Große Sonnenterrasse mit tollem Panoramablick. Wir verwöhnen Sie durchgehend mit hausgemachten Köstlichkeiten der regionalen Küche. Im Winter direkt an der Rodelbahn „Brimi Winter Run“.

Accomodatevi sull'ampia terrazza solarium, godetevi il panorama e lasciatevi viziare con deliziosi piatti tipici serviti a orario continuato. In inverno proprio accanto alla baita trovate la pista da slittino Brimi Winter Run.

Let us spoil you with home-made regional dishes served all day and enjoy the great panorama on our large sun terrace. In winter, our hut is right by the Brimi Winter toboggan run.



MATTHIAS HOFER GRÜNFELDER
39037 Meransen/Maranza
T +39 333 695 29 41
pichlerhuetten@rolmail.net
www.pichlerhuetten.com

27



— Nesselhütte

2.107 m



Talstation | Stazione a valle | Valley station Gitschberg



Talstation/Mittelstation/Bergstation Gitschberg | Stazione a valle/ Stazione intermedia/ Stazione a monte Gitschberg | Valley station/Middle station/Mountain station Gitschberg

 12, 14

Direkt an der Bergstation Gitschberg und am Sonnenpark. Tolle hausgemachte Drinks, Aperitifs und hausgemachte Tagesgerichte. Im Winter direkt am Start der Rodelbahn „Brimi Winter Run“. Im Sommer Ausgangspunkt zu tollen Gipfeltouren.

La baita Nesselhütte sorge accanto alla stazione a monte e al Parco del Sole. Offre un menu con ottimi drink, aperitivi e piatti del giorno fatti in casa. In inverno è accanto alla partenza della pista da slittino Brimi Winter Run. In estate ci si arriva su un facile sentiero.

The Nessel hut is located by the Gitschberg lift mountain station and the Sun Park. The menu includes excellent drinks and aperitifs, home-made daily specials and a choice of other delicacies. In winter, it is also directly adjacent to the starting point of the Brimi Winter toboggan run.



MEINRAD UNTERKIRCHER
39037 Meransen/Maranza
T +39 0472 671 533
+39 328 649 26 99
gitschhuetten@rolmail.net
www.gitschhuetten.com

28



Talstation | Stazione a valle | Valley station Gitschberg



Talstation/Mittelstation/Bergstation Gitschberg | Stazione a valle/ Stazione intermedia/ Stazione a monte Gitschberg | Valley station/Middle station/Mountain station Gitschberg

 12, 14, 20
 20

— Gitschhütte

2.210 m

Herrliche Sonnenterasse, großer Spielplatz. Hausgemachte Drinks Aperitif sowie wechselnde Tagesgerichte. Nur 15 Minuten von der Bergstation entfernt. Erreichbar auch mit dem Kinderwagen und Mountainbike.

Il rifugio è proprio accanto al Parco del Sole, a soli 15 minuti dalla stazione a monte. Il menu propone deliziosi cocktail aperitivi, piatti del giorno sempre diversi. Raggiungibile con passeggini e bici.

Situated right by the new Sun Park recreation area, just 15 minutes from the mountain terminal, this hut features a wonderful sun terrace and a large playground. The menu includes delicious home-made drinks and aperitifs, as well as daily changing specials. The path to the hut is also suitable for prams and mountain bikes.



gitsch
HÜTTE RIFUGIO
meransen 2210 gitschberg

MEINRAD UNTERKIRCHER
39037 Meransen/Maranza
T +39 0472 671 533
+39 328 649 26 99
gitschhuette@rolmail.net
www.gitschhuette.com

29



Talstation | Stazione a valle | Valley station Gitschberg



Talstation/Mittelstation/Bergstation Gitschberg | Stazione a valle/ Stazione intermedia/ Stazione a monte Gitschberg | Valley station/Middle station/Mountain station Gitschberg

 12, 19, 20
 12, 19

— Kiener Alm

1.741 m

Gemütliches Bergrestaurant in ruhiger Lage mit Spielplatz. Tiroler Küche ab 11 Uhr bis 16 Uhr. Auch im Winter mit dem Auto erreichbar.

Un accogliente ristorante di montagna con area giochi, situato in posizione tranquilla. Serve cucina tipica altoatesina dalle 11 alle 16. È raggiungibile in auto anche in inverno.

A cosy mountain restaurant with a playground, set in a peaceful location. Tyrolean fare is served from 11 a.m. to 4 p.m. It can be reached by car, even during winter.



VOLGGER ERICH & CO.
39030 Sergs/Serga
T +39 0472 520 132
kieneralm@rolmail.net



— Historischer Rundweg Mühlbach

Percorso storico di Rio di Pusteria | Mühlbach historical route





1 km

Informationsbüro Mühlbach | Ufficio turistico
Rio di Pusteria | Mühlbach tourist office

40 min

Einkehrmöglichkeiten im Dorf
Possibilità di ristoro in paese
Refreshment opportunities in town

20 ↗

 10 Stationen | Stazioni
 10 Stationen | Stazioni

Genießen Sie einen Dorfspaziergang durch die Marktgemeinde Mühlbach mit interessanten Einblicken in die Geschichte und folgen Sie der Übersichtskarte mit eingezeichneten Tafeln. Diese wurden anlässlich des 750-Jahre-Jubiläums erstellt, der Ursprung und die Entwicklungen der letzten Jahrhunderte werden auf dem Rundweg erlebbar.

Questo piacevole sentiero circolare di Rio di Pusteria offre una mappa e pannelli informativi con interessanti informazioni sulla storia del paese, dalle sue origini fino agli sviluppi degli ultimi secoli. I pannelli sono stati disposti in occasione del 750° anniversario della fondazione di Rio di Pusteria.

This enjoyable circular walk through Mühlbach features informative panels with interesting insights into the market town's history, from its origins to its developments in the last few centuries. The panels were set up on the occasion of the town's 750th anniversary.



- > Mühlbach lädt zum Bummeln durch das Dorf ein!
- > Godetevi i negozi in paese!
- > Take a stroll around Mühlbach – it deserves a visit!



— Cikilyrweg



Ⓟ Bahnhof Mühlbach | Stazione ferroviaria
Rio di Pusteria | Mühlbach railway station

Einkehrmöglichkeiten im Dorf
Possibilità di ristoro in paese
Refreshment opportunities in town

3,7 km

1 h 10 min

ca. 100 ↗

Cikilyrweg
 Cikilyrweg

Leichte Wanderung in schöner Natur mit wenig Steigung. Vom Zugbahnhof Mühlbach am Friedhof vorbei bis zum Fußballplatz und dann den Cikilyrweg entlang, nach Schabs und zurück zum Ausgangspunkt Mühlbach. Tipp: Es ist auch eine Rundwanderung möglich, indem man die Unterführung Richtung Putzerhof und dann die Wege 9a und 9 zurück nach Mühlbach nimmt.

Partendo dalla stazione si passa prima dal cimitero e dal campo di calcio, poi si imbecca il sentiero Cicilyrweg verso Sciaves e infine si torna al punto di partenza. Suggerimento: potete anche trasformare questa passeggiata in un percorso circolare prendendo il sottopasso verso il maso Putzerhof e poi proseguendo sui sentieri 9a e 9 per tornare a Rio di Pusteria.

This easy walk in beautiful natural surroundings starts from Mühlbach railway station and initially passes the cemetery and the football pitch, then leads along the Cikilyrweg path to Schabs before heading back to the starting point. Tip: you can also turn it into a circular walk by taking the underpass towards the Putzerhof farm and then following paths 9a and 9 back to Mühlbach.

— Stauserundweg

Giro del lago di Rio di Pusteria | Mühlbach reservoir circular walk



Ⓟ Bahnhof Mühlbach | Stazione ferroviaria
Rio di Pusteria | Mühlbach railway station

Einkehrmöglichkeiten im Dorf
Possibilità di ristoro in paese
Refreshment opportunities in town

5,5 km

1 h 35 min

ca. 50 ↗

10, 10A

Diese leichte Wanderung führt vom Zugbahnhof in Mühlbach über den Fahrradweg Richtung Vintl. Kurz nach der Mühlbacher Klausse gelangt man zu einer kleinen Brücke, mit deren Hilfe man die Rienz überqueren kann. Dort führt der bewaldete Weg zurück nach Mühlbach. (Achtung: Eine kurze Wegstrecke befindet sich auf der Straße.)

Per questa facile passeggiata si parte dalla stazione ferroviaria di Rio di Pusteria e si segue la pista ciclabile che va verso Vandoies. Poco dopo la Chiusa di Rio di Pusteria si attraversa il piccolo ponte sulla Rienza e si imbecca il sentiero nel bosco che ritorna in paese. (Attenzione: un breve tratto del percorso è su strada.)

This easy walk starts from Mühlbach railway station and leads along a cycle path in the direction of Vintl. Shortly after the Mühlbacher fortress, cross the small bridge over the Rienz river and take the woodland path back to Mühlbach. (Please note: a short stretch of this walk is on the road.)

— Lindenweg

Sentiero dei Tigli | Lime Tree trail



Mühlbach Kirchplatz | Piazza della chiesa
Rio di Pusteria | Mühlbach church square

S'Pfandl

4 km

2 h

640 ↗

12

Mittelschwere Wanderung auf dem Lindenweg von Mühlbach nach Meransen. Über diesen historischen Pfad wandert man bergauf und genießt dabei die wunderschöne Landschaft zwischen klaren Alpenbächen, Blumenmeeren im Frühling und duftendem Heu im Sommer. Zurück geht es bequem mit der Seilbahn.

Questa escursione di media difficoltà conduce lungo lo storico sentiero dei Tigli che da Rio di Pusteria porta a Maranza. Il percorso, in salita, porta alla scoperta di un bellissimo paesaggio, con limpidi ruscelli alpini e vasti prati che in primavera si vestono di fiori e in estate di fieno aromatico. Per il ritorno c'è la possibilità di prendere la funivia.

This walk of medium difficulty takes you along the historical Lindenweg from Mühlbach to Meransen. The path leads uphill in beautiful panoramic surroundings, with clear Alpine streams and expanses of flower-strewn greenery in spring and fragrant hay in summer. You have the option of returning by cable car.

— Naherholungszone Bunker

Zona ricreativa del bunker | Bunker recreation area



Mühlbach Kirchplatz | Piazza della chiesa
Rio di Pusteria | Mühlbach church square

Einkehrmöglichkeiten im Dorf
Possibilità di ristoro in paese
Refreshment opportunities in town

4 km

2 h

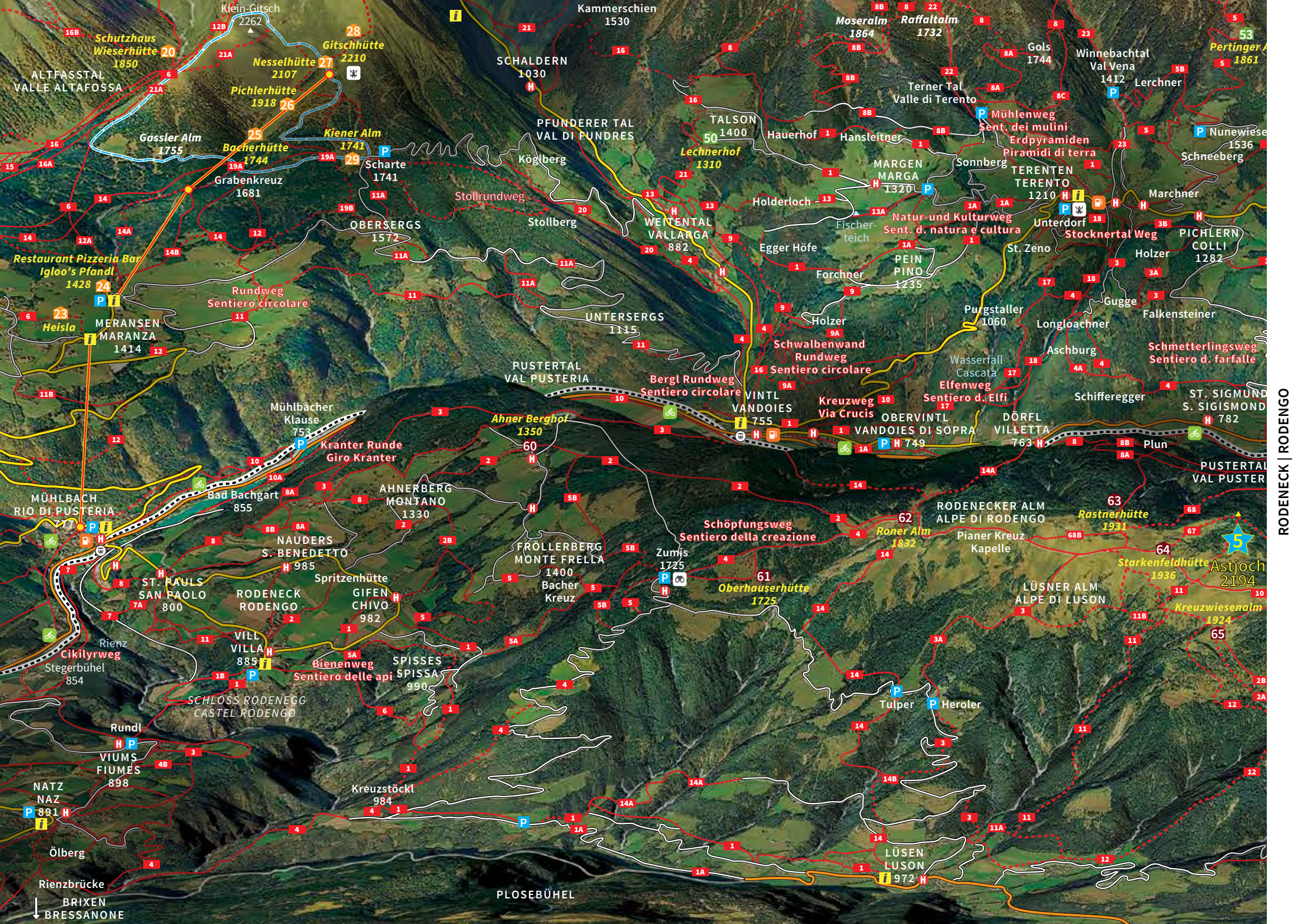
577 ↗

7,9

Von Mühlbach führt ein sanfter Wanderweg ins benachbarte Dorf Spinges. Die Wanderung eröffnet nicht nur schöne Ausblicke, sondern führt auch an einigen Sehenswürdigkeiten vorbei, um schließlich beim Bunker in Spinges anzukommen. Der Atembunker ist ein kleines Paradies für Kinder und bietet ein wunderschönes Panorama.

Da Rio di Pusteria parte un sentiero facile che arriva fino alla vicina frazione di Spinga. Questa passeggiata altamente panoramica passa per diverse attrazioni prima di arrivare all'area ricreativa. Il bunker è un piccolo paradiso per le famiglie, con un'area giochi per bambini e una vista bellissima sui dintorni.


In Mühlbach there is an easy walking path that leads to the neighbouring village of Spinges. This walk commands wonderful views and leads past several sights before arriving at the bunker recreation area – a little paradise for families, with a breathing-themed experience, a children's play area and a fantastic panorama.





— Bienenweg


Sentiero delle api | Bee trail




 4 km

 Infobüro Rodeneck | Ufficio informazioni Rodengo
Rodeneck tourist office

 1 h 50 min

 Einkehrmöglichkeiten im Dorf
Possibilità di ristoro in paese
Refreshment opportunities in town

 150 ↗

 6, 1
 6, 1

Sonnenverwöhnte Wanderung mit interessanten Informationen und Anregungen zum Thema Biene. Die Wanderung ist auch für Familien geeignet und führt gemütlich durch den Wald, welcher durch die gute Luft und die Unberührtheit zu einem Ort der Entspannung für Groß und Klein wird.


Questo soleggiato itinerario offre spunti interessanti sul tema delle api. È un'escursione adatta anche alle famiglie. Il sentiero passa per il bosco, che grazie all'aria pura e alla natura incontaminata offre a tutti un piacevole contesto in cui rilassarsi.


This sun-kissed themed walk provides interesting prompts and information around the subject of bees. The pleasant, easy-to-negotiate trail through the wood has several scenic places for a stopover, which makes it suitable for a day out with the family.


— Dörferrundweg in Rodeneck


Giro delle frazioni di Rodengo | Walk through the hamlets of Rodeneck






 7,9 km

 Infobüro Rodeneck | Ufficio informazioni Rodengo
Rodeneck tourist office

 2 h 20 min

 Einkehrmöglichkeiten im Dorf
Possibilità di ristoro in paese
Refreshment opportunities in town

 325 ↗

 1, 8, 7B, 11
 1, 8, 7B, 11

Ein Weg durch die Fraktionen von Rodeneck, welche verschiedene Besonderheiten zu bieten haben. Der Dörferrundweg ist eine leichte Wanderung, welche ganzjährig möglich ist. Es können auch Teilabschnitte wie die Grüne Gasse, der Finther-Steig, der Steiger Bachweg oder der Ywein-Weg begangen werden.


Questo percorso porta alla scoperta delle frazioni di Rodengo. Si tratta di un'escursione circolare facile e che si può fare tutto l'anno. È anche possibile percorrere solo tratti del percorso, come la passeggiata Grüne Gasse, il sentiero Finther, lo Steiger Bachweg o il sentiero di Ywein.


A walk to discover the hamlets around Rodeneck, all of which have some special attractions to offer. This unchallenging trail can be negotiated year round. It is also possible to only walk single stretches of the circular trail, such as the Grüne Gasse path, the Finther path, the Steiger Bachweg path or the Ywein trail.


— Ywein-Weg


Sentiero Ywein | Ywein trail



 1,5 km

 Schloss Rodenegg | Castel Rodengo
Castle Rodenegg

 40 min

 Einkehrmöglichkeiten im Dorf
Possibilità di ristoro in paese
Refreshment opportunities in town

 40 ↗

 11
 11

Schöner Familienweg, welcher die Geschichte des Ritters Ywein erzählt. Der Weg führt quer durch einen märchenhaften Wald unweit des Schloss Rodenegg. Bei einer Führung kann die Geschichte in ihrer Dramatik anhand der Yweinfresken bewundert werden.

Questo bellissimo percorso a misura di famiglia racconta la storia del cavaliere Ywein. Il sentiero tematico conduce attraverso un bosco da favola poco distante da Castel Rodengo, dove nel corso di una visita guidata è possibile ammirare la storia di Ywein in tutta la sua drammaticità attraverso gli affreschi di epoca romana.


This beautiful family-friendly walk is dedicated to the legend of the knight Ywein. The trail leads through a fairy-tale wood not far from Castle Rodenegg. Guided tours are offered at the castle, where you can admire beautiful frescoes that give life to Ywein's dramatic tale.


① Schloss Rodenegg | Castel Rodengo:
nur im Sommer geöffnet | aperto solo in estate | open only in summer

— Rundweg Rienzschlucht


Sentiero Gola di Rienza | The Rienz Gorge circular trail



 14 km

 Schloss Rodenegg | Castel Rodengo
Castle Rodenegg

 5 h

 Einkehrmöglichkeiten im Dorf
Possibilità di ristoro in paese
Refreshment opportunities in town

 870 ↗

 1, 4, 1, 6
 1, 4, 1, 6

Eine abwechslungsreiche Wanderung vom Schloss Rodenegg hinab in die felsige Rienzschlucht und Aufstieg zum Apfelhochplateau Natz. Weiterwanderung zum Niedersthof sowie Kreuzstöckl und Rückkehr nach Rodeneck. Alternativ ist die Rückkehr von Natz auch mit den öffentlichen Verkehrsmitteln möglich.

Un'escursione all'insegna della varietà, che partendo dall'Castel Rodengo scende nella gola rocciosa del Rienza per poi risalire fino all'altopiano delle mele di Naz-Sciaves. Da lì, il sentiero ad anello prosegue verso il maso Niedersthof e la cappella Kreuzstöckl prima di tornare a Rodengo. In alternativa si può ritornare da Naz con i mezzi pubblici.

This variety-rich trail leads from Castle Rodenegg down into the rocky Rienz gorge and back up to the Natz plateau with its apple orchards. From there, the circular trail continues to Niedersthof and the Kreuzstöckl chapel before returning to Rodeneck.

— Dolorama Weitwanderweg

Sentiero Dolorama | Dolorama trail



€ P Zumis

Oberhauserhütte, Roner Alm, Rastnerhütte,
Starkenfeldhütte, Kreuzwiesenalm

61 km

4 Tage | giorni | days

324 ↗



Der Doloramaweg führt in sanftem Auf und Ab und dennoch in stetiger Steigung durch die weitläufige Landschaft der Rodenecker-Lüsner Alm und weiter ins UNESCO-Weltnaturerbe bis nach Lajen. In vier Etappen erhält der Wanderer Einblick in gelebte Südtiroler Almwirtschaft. Beeindruckende Panoramen begleiten die abwechslungsreiche Berglandschaft. Zahlreiche Hütten am Weg bieten Einkehr- und Übernachtungsmöglichkeiten, die Rückkehr erfolgt mit den öffentlichen Verkehrsmitteln.

Il Sentiero Dolorama attraversa, in costante salita ma con dolci saliscendi, il vasto altipiano dell'Alpe di Rodengo e Luson, e si snoda tra le Dolomiti Patrimonio UNESCO fino ad arrivare al paese di Lajen. Il percorso è diviso in quattro tappe, ciascuna delle quali offre interessanti spunti sull'agricoltura alpina locale. Ad accompagnarvi per tutto il tragitto sarà un panorama montano semplicemente mozzafiato. Lungo il percorso troverete diverse baite dove rifocillarvi e pernottare. Per il ritorno si possono usare i mezzi pubblici.

The Dolorama trail climbs steadily – but in gentle ups and downs – through the vast expanse of the Rodenecker-Lüsner Alp into the UNESCO World Heritage Dolomites all the way to Lajen. It is divided into four stretches, each offering an insight into South Tyrolean alpine farming as it is currently practised. Impressive mountainscapes will accompany you every step of the way, and there are several huts along offering refreshments and overnight accommodation. You can use public transport to get back.



www.dolorama.it



- > Auch das Begehen von Teilstücken des Weges ist möglich!
- > Si possono affrontare anche solo singoli tratti!
- > You can also walk single stretches of the trail!

— Rodenecker-Lüsner Alm – Astjoch

Alpe di Rodengo e Luson - Cima Lasta | Rodenecker-Lüsner Alp – Astjoch



€ P Zumis

Oberhauserhütte, Roner Alm,
Rastnerhütte, Starkenfeldhütte,
Kreuzwiesenalm

3 km

1 h 10 min

324 ↗



Wandererlebnis auf dem Hochplateau. Der Wanderweg ist sehr gut geeignet für Familien, mehrere Einkehrmöglichkeiten befinden sich entlang des Weges. Der besinnliche Schöpfungsweg mit sieben Kunststationen führt gemütlich durch den Wald. Mit dem Kinderwagen ist der Forstweg empfehlenswert, die beiden Wege münden bei der Bergkapelle Pianer Kreuz in einen. Der darauffolgende Aufstieg zum Astjoch belohnt die Wanderer mit einem 360° Panorama. Präparierte Winterwanderwege und Panorama-Loipen säumen im Winter die Alm.

Un'escursione che è una vera esperienza! Questo sentiero escursionistico è adatto anche alle famiglie e offre punti di sosta per fare una pausa lungo il percorso. Si attraversa il bosco sul Sentiero della Creazione, un percorso tranquillo e contemplativo con sette stazioni segnalate da opere d'arte a tema. In alternativa c'è il sentiero forestale, raccomandato per chi ha un passeggino al seguito. I due sentieri si uniscono in corrispondenza della cappella Croce Pianer. Da lì il sentiero sale verso la Cima Lasta, che premia con un panorama a 360 gradi. In inverno l'altipiano offre sentieri escursionistici battuti nella neve e piste da sci di fondo panoramiche.

A real hiking experience on the Rodenecker-Lüsner Alp. The trail is suitable for families, and there are several refreshment opportunities along the way. It leads through the woods along the unchallenging Creation Trail (Schöpfungsweg), a contemplative path divided into seven themed stations highlighted by works of art. The recommended alternative for families with prams is the forest trail. The two trails later merge into one at the Pianer Kreuz chapel. From there, it goes uphill to the Astjoch saddle, where you will be rewarded by 360° panorama. In winter, the high plateau offers well-kept winter hiking trails and panoramic cross-country ski trails.



LINIE 415

- > Anfahrt am Besten mit dem stündlich verkehrenden Almbus!
- > Il modo migliore per arrivarci è con lo shuttle, che effettua corse ad ogni ora!
- > The best way to get there is by taking the Almbus shuttle – it runs every hour!

60



— Ahner Berghof

1330 m

Auf der Sonnenterrasse am Hofschank Ahner genießen die Gäste einen herrlichen Ausblick auf die umliegenden Bergketten und das gesamte Eisacktal. Drinnen laden die getäfelten Stuben zu gemütlichen Stunden ein.

Dalla terrazza solarium del maso Ahner si gode di una magnifica vista sulle montagne circostanti e sull'intera Valle Isarco. All'interno, le tipiche stube rivestite in legno invitano a trascorrere piacevoli ore in compagnia.

This hut has a sun terrace where guests can enjoy the magnificent view of the surrounding mountains and the entire Eisack valley. Inside, the wood-panelled parlours offer a cosy environment in which to indulge and relax.



Ahner Berghof



Ahner
BERGHOF

FAM. ARMIN KLAMMER
39037 Rodeneck/Rodengo
T +39 0472 454 158
+39 348 744 76 90
info@ahner-berghof.com
www.ahner-berghof.com

61



— Oberhauserhütte

1.730 m

Unsere Almhütte lädt nicht nur zum Mittagessen ein, sondern auch zum Übernachten und Brunchen. Leicht erreichbar mit Rollstuhl und Kinderwagen; Spielplatz in Blickweite; große Sonnenterrasse in Südlage.

Il nostro rifugio è un posticino fantastico in cui potrete non solo rifocillarvi ma anche trascorrere una buona notte di riposo e godervi un gustoso brunch. È accessibile anche agli ospiti con mobilità ridotta o con il passeggino e dispone di un'area giochi e un'ampia terrazza esposta a sud.

Our mountain refuge is a great place where you can not only eat, but also spend the night and have brunch. It is accessible for wheelchairs and prams, and offers a playground and a large, south-facing terrace.

0,6 km

10 min

20 ↗



Zumis



4

4



Oberhauser
Passion for Nature
Hütte

LEITNER DAVID KG
39040 Lüsen/Luson
T +39 0472 677 670
+39 340 584 52 59
info@oberhauserhuetten.com
www.oberhauserhuetten.com

62



2,5 km



40 min



120 ⤴



Zumis



4



4

— Roner Alm

1.832 m

Für Naturliebhaber, Sportbegeisterte und Feinschmecker. Wandern und biken und danach köstlich speisen. Ein Alm-Urlaub vom Feinsten in zauberhaften Gästezimmern inklusive Saunagenuss zu allen Jahreszeiten.

Raccomandata a buongustai, sportivi e amanti della natura. Dopo una bella escursione a piedi o in bici potrete ricaricarvi con qualche piatto prelibato. La baita Roner Alm offre anche belle camere e una sauna per una magnifica vacanza in montagna in ogni stagione.

For foodies, nature lovers and sports enthusiasts. Enjoy your walk or bike tour, then recharge your batteries with a delicious meal. We offer lovely guest rooms and a sauna for a great Alpine holiday in.



ALEXANDER WIDMANN
39037 Rodeneck/Rodengo
T +39 0472 546 016
info@roneralm.com
www.roneralm.com

63



ca. 3 km



1 h 30 min



190 ⤴



€ P

Zumis



4,2



4,2

— Rastnerhütte

1.930 m

Traditionelle, urige Hütte mit einheimischen Gerichten und windgeschützter Terrasse. Wir freuen uns auf Ihren Besuch.

La nostra baita alpina tradizionale ha una terrazza dove potete gustare i piatti tipici della cucina altoatesina. Non vediamo l'ora di accogliervi.

Our traditional alpine hut has a wind-shielded terrace and is serving traditional local. We look forward to your visit.



ERIKA FRENER & HUBERT RASTNER
T +39 348 705 38 67
rastnerhuetten@rolmail.net
www.rastnerhuetten.com



64



5,6 km



1 h 35 min



214 ⤴



Zumis



4,2



4,2

— Starkenfeldhütte

1.936 m

Die Starkenfeldhütte steht rundum für innovative Tradition!
Wir freuen uns auf Ihren Besuch!
Seminarraum für 30–40 Personen.

Il rifugio Starkenfeld offre il mix perfetto
di tradizione e innovazione. Vi aspettiamo!
Sala riunione per 30–40 persone.

The Starkenfeldhütte hut offers the perfect blend
of tradition and innovation. We look forward to your visit!
Conference room for 30–40 people.



JOHANNES VON KLEBELSBERG
39037 Rodeneck/Rodengo
T +39 0472 671 565
starkenfeldalm@gmail.com
www.starkenfeld.com



65



8,5 km



2 h 30 min



280 ⤴



Zumis



4,2, 2A



4,2, 2A

— Schutzhütte Kreuzwiesenalm

1.925 m

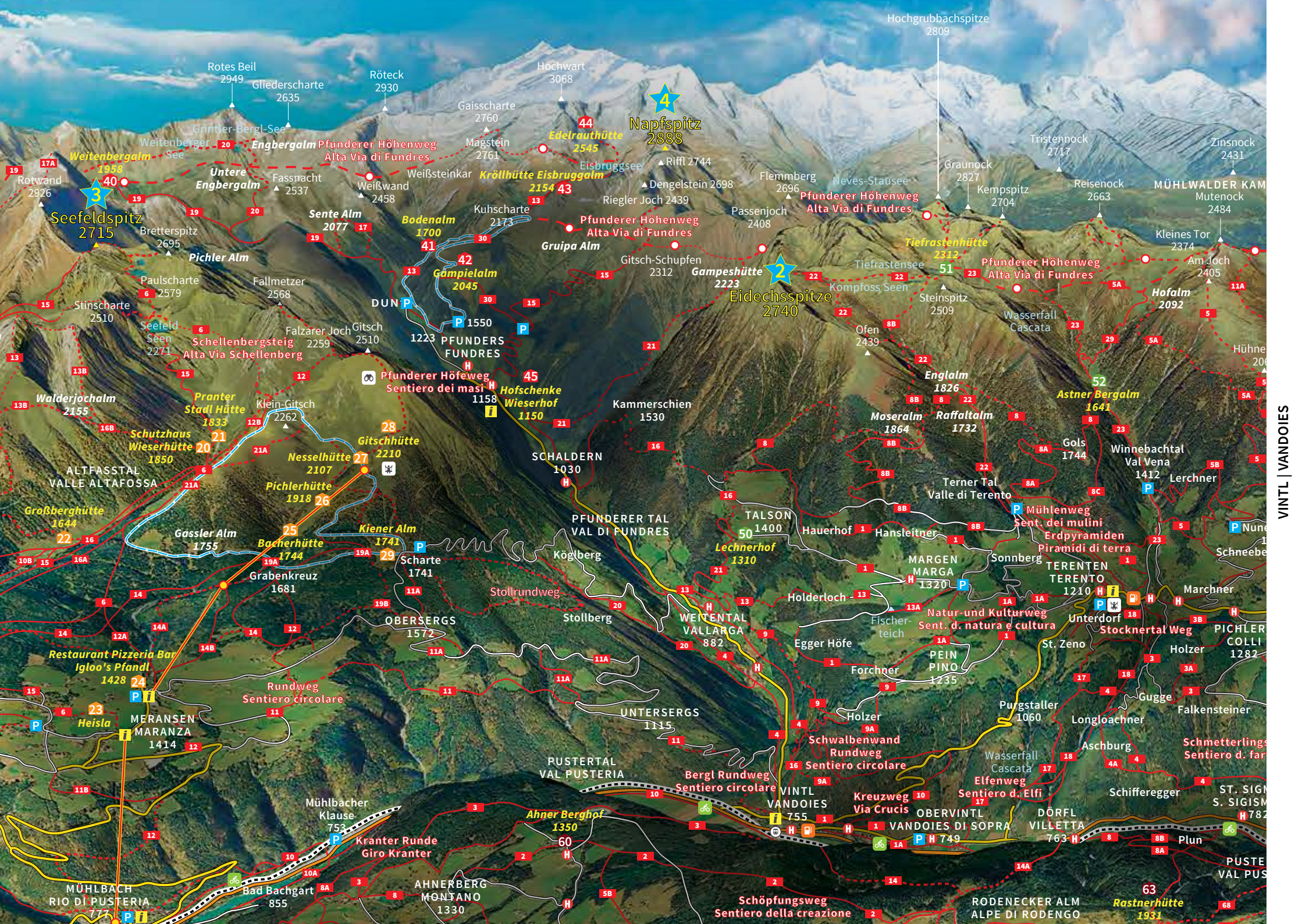
Schutzhütte in bester Lage mit Naturzimmern. Spielplatz, Kegelbahn
und Sauna. Alm mit vielen Tieren, nachhaltiger Landwirtschaft und
ausgezeichneter Almkäserei. Kraftplatz, Ruhe und Genuss!
Lüsen: Ⓟ Schwaigerboden ca. 50 min Ⓟ Herol ca. 1,40 h
St. Lorenzen: Ⓟ Ellen ca. 1,40 h

Rifugio alpino agriturismo con camere di legno naturale e Sauna.
Parco giochi, pista birilli. Malga con allevamento etico e caseificio
premiato. Posto da favola, natura incontaminata.
Luson: Ⓟ Schwaigerboden ca. 50 min Ⓟ Herol ca. 1,40 h
San Lorenzo di Sebato: Ⓟ Ellen ca. 1,40 h

Mountain lodge with wooden rooms, sauna, playground
and bowling alley. Own holistic farm with gold awarded
cheese dairy. Experience simplicity and time in the nature.
Luson: Ⓟ Schwaigerboden ca. 50 min Ⓟ Herol ca. 1,40 h
San Lorenzo di Sebato: Ⓟ Ellen ca. 1,40 h



FAM. HINTEREGGER
39040 Lüsen/Luson
T +39 333 748 48 80
info@kreuzwiesenalm.com
www.kreuzwiesenalm.com



4
Napfspitz
2888

3
Seefeldspitz
2715

2
Eidechsspitze
2740

52
Astner Bergalm
1641

1958
Weitenbergalm
1958

44
Eidelrauthütte
2545

1850
Schutzhaus
Wieserhütte
1850

27
Nesselhütte
2107

45
Hofschenke
Wieserhof
1150

1864
Moseralm
1864

1428
Restaurant Pizzeria Bar
Igloo's Pfandl
1428

1414
MERANSEN
MARANZA
1414

1350
Ahner Berghof
1350

777
MÜHLBACH
RIO DI PUSTERIA
777

1330
AHNERBERG
MONTANO
1330

1931
Rastnerhütte
1931

VINTL | VANDOIES

Elfenweg

Sentiero degli elfi | The Elves' trail



3,5 km

Kirche Obervintl | Chiesa a Vandoies di Sopra
Obervintl church

1 h

Einkehrmöglichkeiten im Dorf
Possibilità di ristoro in paese
Refreshment opportunities in town

90 ↗

1, 17

Elf Stationen laden zum aktiven Erleben und Lernen durch Mitmachen ein. Besonders beeindruckend ist schließlich der Wasserfall, der gleichzeitig auch zur Rast einlädt. Vom Felsenbalkon kann anschließend die Aussicht über Vintl bestaunt werden.

Questo sentiero per famiglie si snoda lungo undici stazioni che invitano a sperimentare e imparare divertendosi. Da non perdere la cascata, un posticino incantevole dove fare una pausa prima di proseguire verso il balcone di roccia, da dove si gode di una vista stupenda su Vandoies.

This trail is divided into eleven stations designed to educate in an engaging, entertaining way. You can read tracks, observe wild animals in their enclosure, explore the bee hotel and watch the forest birds. Features include a waterfall where you can take a break and enjoy the view. Speaking of views, the rock balcony offers a great view over Vintl. On the way back, seize the opportunity to observe the fauna living in the dry stone wall.



- > Die Kinder werden staunen.
- > I bambini rimarranno stupiti.
- > The children will be amazed.

— Almhüttenrundweg Pfunders

Percorso circolare delle baite di Fundres | Pfunders Alpine huts trail



ca. 12 km

Dun

4 h 30 min

Bodenalm, Gampielalm

720 ↗

13, 30, 13

Der Weg führt zur Bodenalm und weiter zur Kreuzung auf dem Pfunderer Höhenweg. Anschließend wandert man auf dem Forstweg zur Gampiel Alm mit Panoramablick über das Pfunderer Tal. Der Abstieg erfolgt auf dem Forstweg zu den Egger Höfen und zurück nach Dun.

Dal parcheggio in località Dun il sentiero porta alla Malga Bodenalm e all'incrocio con l'Alta Via di Fundres. Da lì si prosegue verso la malga Gampiel, che offre degli scorci panoramici sulla valle di Fundres. A scendere si percorre il sentiero forestale fino ai masi Egger per fare poi il ritorno a Dun.

This circular trail leads first to the Bodenalm hut, then on to the junction with the Pfunders high mountain trail. From there, follow the forest path to the Gampiel Alm hut, which enjoys a panoramic view encompassing the Pfunders valley. The way back is along the forest path that leads to the Egger farmsteads and back to Dun.

— Bergseenrunde

Giro dei Laghi | Mountain lakes trail



ca. 17 km

Dun

7 h

Weitenbergalm

1.080 ↗

6, 19, 17A, 20

Inmitten der einsamen grünen Hänge liegen zwei wahre Pfunderer Kleinode: der Grindlbergsee und der Weitenbergsee. Diese wunderschöne, sehr abgelegene Tour beginnt auf dem weitläufigen Wanderparkplatz im beschaulichen Weiler Dun.

Tra i verdi pendii dei Monti di Fundres si celano due vere gemme: il Lago Weitenberg e il Lago Grindlbergsee. Questo magnifico tour tra paesaggi remoti e poco frequentati parte dall'ampio parcheggio situato nella frazione Dun.

The lonely green slopes of Pfunders hide two real gems: the Grindlberg lake and the Weitenberg lake. This beautiful tour, far removed from the most-trodden paths, begins at the spacious car park in the tranquil hamlet of Dun.

— Der Pfunderer Höhenweg

L'Alta via di Fundres | High mountain trail of Pfunders



72 km

Ⓟ Sterzing | Vipiteno:
Bahnhof | stazione ferroviaria | railway station

6 Tage | giorni | days

Brixnerhütte,
Edelrauthütte, Tiefrastrenhütte

5.500 ↗



Der Pfunderer Höhenweg führt durch die einsamen Pfunderer Berge. Der Höhenweg verläuft durch alpines und hochalpines Gelände auf einer Höhe zwischen 2.000 und 3.000 m. Für die Tour sollten 6 Tage einkalkuliert werden. Einzelne Streckenabschnitte verlangen vom Bergwanderer absolute Trittsicherheit und Schwindelfreiheit, sowie Orientierungsvermögen und Bergerfahrung. Sehr gute Ausdauer und Kondition versteht sich von selbst.

Questa alta via conduce alla scoperta dei solitari monti di Fundres, attraverso terreni alpini ad altitudini comprese tra i 2.000 e i 3.000 metri. L'intero percorso richiede 6 giorni di cammino, e per alcuni tratti servono esperienza, un passo ben fermo e assenza di vertigini, nonché un buon orientamento. Anche una buona resistenza e forma fisica sono indispensabili.

This scenic trail leads along the Pfunders mountains ridge, running through alpine and high alpine terrain at an altitude ranging from 2,000 to 3,000 meters. The whole trail takes 6 days to complete. Some of its sections require an absolutely steady foot and a head for heights, as well as orienteering skills and mountaineering experience. Very good stamina and fitness are obviously prerequisite, too.



— Die Napfspitze - der Aussichtsberg

Escursione panoramica alla Cima Cadini | Panoramic Mt. Napfspitze



ca. 9 km

Ⓟ Dun

ca. 5 h

Bodenalm, Kröllhütte,
Edelrauthütte, Gampielalm

1.408 ↗



Der Anstieg führt über blumenreiche Bergwiesen und Almweiden hinauf ins Hochgebirge zum Eisbruggsee und zur wunderschön gelegenen Edelrauthütte (2545 m). Die Napfspitze erhebt sich steil über der Schutzhütte, ist aber über einen Steig ohne größere Schwierigkeiten erreichbar. Der Rückweg kann über die Gampielalm abgeändert werden.

Per questa escursione si sale attraverso prati alpini costellati di fiori e pascoli di alta montagna fino a raggiungere il Lago Ponte di Ghiaccio e il rifugio Passo Ponte di Ghiaccio che sorge in posizione idilliaca a 2.545 m. La Cima Cadini si staglia imponente sopra la baita, ma il sentiero che vi conduce non presenta grosse difficoltà. Si può fare ritorno sulla stessa via dell'andata oppure attraverso la Malga Gampiel.

The uphill part of this hike leads across flower-strewn mountain meadows and alpine pastures to the high-altitude Eisbruggsee lake and the beautifully situated Edelrauthütte hut (2,545 m). Mt. Napfspitze towers steeply above the hut, but the path that leads up there is negotiated without any great difficulty. The way back can be either the same as the ascent or via the Gampiel Alm hut.



- > Tipp: Übernachten bei der Edelrauthütte & am nächsten Tag weiter zur Tiefrastrenhütte.
- > Consiglio: pernottate al rifugio Passo Ponte di Ghiaccio e proseguite il giorno dopo fino al Rifugio Lago di Pausa.
- > Tip: spend the night at the Edelrauthütte hut and continue the next day to the Tiefrastrenhütte hut.

40



— Weitenbergalm

1.958 m



4,7 km



1 h 45 min



498 ↗



Dun



6

Urige Berghütte in sonniger Lage inmitten des Talkessels. Unter anderem hausgemachte Produkte (Almkäse, Butter, Joghurt). Achtung: kein Netz auf der Alm, daher E-Mail notwendig.

Baita rustica in posizione soleggiata nel cuore della valle. Prodotti caserecci (formaggio di malga, burro, yogurt). Attenzione: non c'è copertura cellulare.

This quaint mountain hut enjoys a sunny location in the heart of the valley, and offers home-made products such as Alpine cheese, butter and yogurt. Please note: no cell coverage in area.



FLORIAN MEISTER
39030 Pfunders/Fundres
f.meister@finance-in-motion.com

41



— Boden Alm

1.700 m



2,4 km



50 min



236 ↗



Dun



13

Almhüttenrundweg
Giro delle baite

Traditionelle Milchvieh Alm. In ca. 50 min vom Parkplatz Dun erreichbar. Eigene Säfte (Schwarzbeer-, Himbeer-, Preiselbeer-, Limonade) Eigene Produkte: Schlutzkrapfen, Tagliatelle, Graukäse, Joghurt, Eis. IM WINTER GESCHLOSSEN!

Questa tradizionale malga altoatesina si trova a circa 50 minuti di camminata dal parcheggio della località Dun. Oltre alla produzione di formaggio grigio, yoghurt, gelato e altro, trovate succhi, caserecci (mora, lampone, mirtillo rosso, limonata) e piatti regionali, come Schlutzkrapfen e Tagliatelle. CHIUSO IN INVERNO.

This traditional dairy farm is approximately 50 minutes on foot from the Dun car park. You can try their own juices (blackberry, raspberry, cranberry, lemonade) and products, including Schlutzkrapfen, Tagliatelle, grey cheese, yogurt, ice cream and more. CLOSED IN WINTER.



ANDREAS VOLGGER
39030 Pfunders/Fundres
T +39 348 338 20 97
+39 333 584 44 45
info@bodenalm.com
www.bodenalm.com

42



— Gampiel Alm

2.047 m



3,9 km



1 h 45 min



593 ↗



Dun / Eggerseite



13, 30

Almhüttenrundweg
Giro delle baite

Unsere Alm ist ein beliebtes Ausflugsziel für Familien. Die vielen Tiere und das herrliche Panorama begeistern Groß und Klein. Wir verwöhnen unsere Gäste gerne mit hausgemachten traditionellen Gerichten.

La nostra malga è una destinazione molto amata dalle famiglie, un po' per il panorama meraviglioso e un po' per i tanti animali che vivono qui con noi. Siamo sempre felici di viziare gli ospiti con piatti caserecci tradizionali.

For a family day out, the Gampiel hut is home to many animals and offers a marvellous panorama. We like to spoil our guests with home-made traditional dishes.



ANDREAS HUBER
39030 Pfunders/Fundres
T +39 338 485 83 83
info@gampielalm.com
www.gampielalm.com

43



— Kröllhütte

2.154 m



6 km



2 h 30 min



720 ↗



Dun



13

Unsere Alm 2.154 m gelegen, direkt unterhalb des Eisbruggsees und am Fuße des kleinen Weißzint, mit Blick auf die Gipfel rund um das Eisbruggtal. Ideal erreichbar für Jung und Alt. Unserer Almhütte wird über die Sommermonate (ca. Ende Juni- Anfang September) bewirtschaftet.

La nostra baita si trova a 2.154 metri di quota sotto il Lago Ponte di Ghiaccio, ai piedi della Punta Bianca, e offre una bella vista sulle vette circostanti la valle. Facile da raggiungere, è aperta nei mesi estivi (più o meno da fine giugno a inizio settembre).

Our hut is situated at an altitude of 2,154 metres, right below the Eisbrugg lake and at the foot of Mt. Weißzint, with a view of the peaks surrounding the Eisbrugg valley. Easy to reach for young and old, our hut is open in the summer months (from around the end of June to early September).



Kröll-Hütte
Eisbruggalm
Pfunders | Fundres

THOMAS VOLGGER
39030 Pfunders/Fundres
T +39 338 585 01 37
angelikavolgger@gmail.com

44



— Edelrauthütte



2.545 m



7,7 km



3 h 30 min



1.103 ↗



Dun



13

Romantischer Ausgangspunkt zu den höchsten Gipfeln der Zillertaler Alpen und urige Raststation auf einsamen Höhenwegen. Unterkunft für bis zu 78 Personen. Durchgehend warme Südtiroler Hüttenkost.

Questo rifugio è un punto di partenza per raggiungere le vette più alte di appoggio tranquillo per le escursioni a più tappe sulle alte vie alpine. Offre alloggio per un massimo di 78 persone e cucina calda tutto il giorno con piatti tradizionali altoatesini.

This hut is both an inspiring starting point for tackling the highest peaks of the Zillertal Alps and a quaint venue for a breather along remote mountain paths, with accommodation for up to 78 people. Traditional South Tyrolean hot food is served throughout the day.



EDELRAUTHÜTTE
RIFUGIO PONTE DI GHIACCIO

ANTON UND MICHAEL WEISSTEINER
T +39 0474 653 230
+39 340 660 47 38
info@edelrauthuette.it
www.edelrauthuette.it

45



— Hofschank Wieserhof



1.150 m



600 m



30 min



50 ↗



Sportplatz |
Campo sportivo |
Sports ground



Höfeweg
Sentiero
dei masi

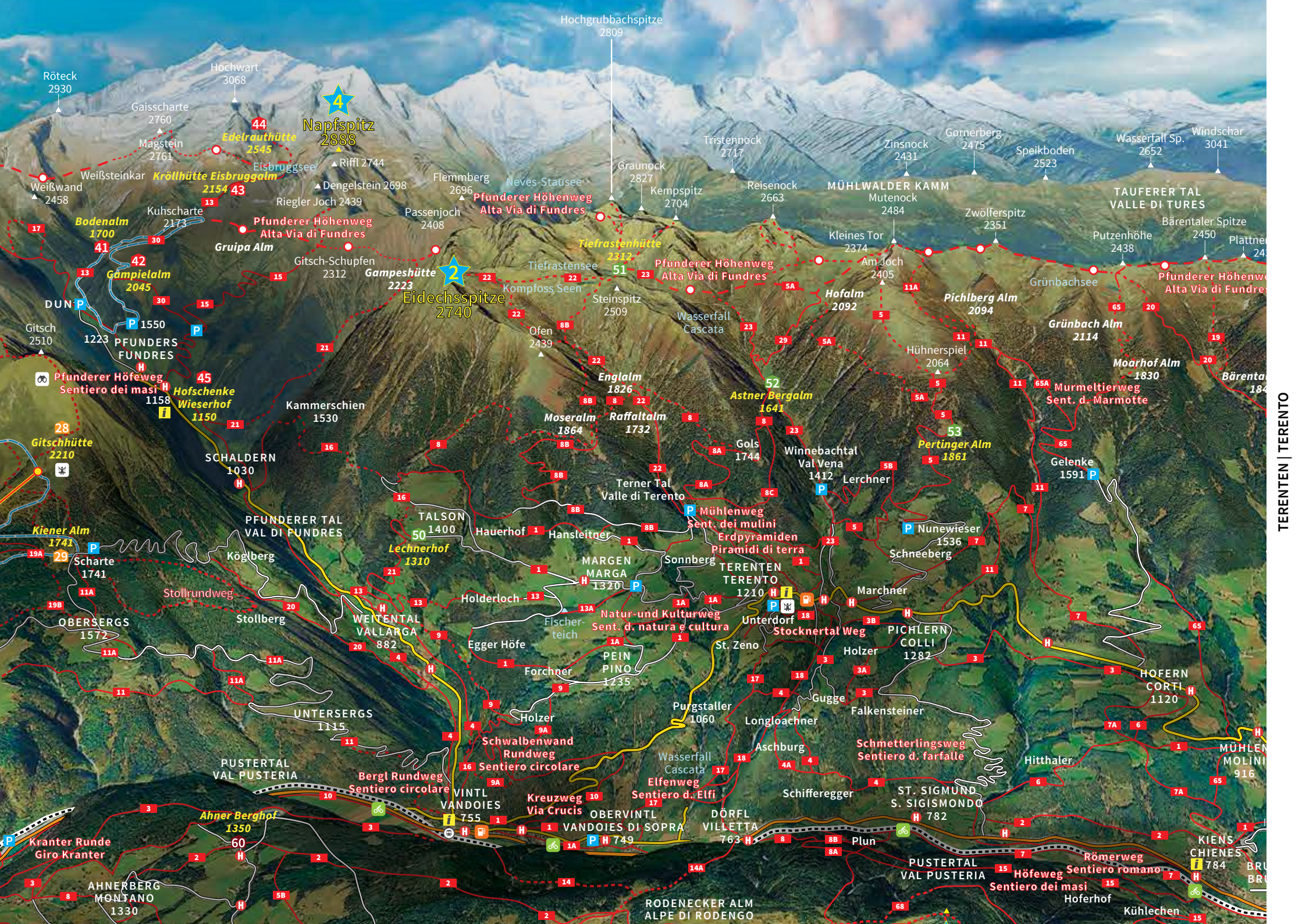
Wer Käse liebt ist auf dem Wieserhof direkt am Pfunderer Höfeweg genau richtig. Bäuerliche Küche mit hofeigenen Produkten. Gut erreichbar mit dem Auto. Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

Se vi piace il formaggio, questo è il posto per voi! L'osteria Wieserhof si trova lungo il Sentiero dei Masi di Fundres e si raggiunge comodamente anche in auto. Serviamo piatti tradizionali contadini preparati con gli ingredienti del nostro maso. Non vediamo l'ora di accogliervi!

If you like cheese, the Wieserhof is just the place! It is situated along the Pfunders Farms Trail and easy to reach by car. We serve farmer's fare and products ... and look forward to your visit!



DORA NIEDERKOFLER
39030 Pfunders/Fundres
T +39 345 455 34 28
info@wieserhof.net
www.wieserhof.net



4

Napfspitz
2888

Edelrauthütte
2545

2

Eidechsspitze
2740

Tiefrastrenhütte
2312

52

Astner Bergalm
1641

53

Pertinger Alm
1861

TERENTEN | TERENCE

— Rundwanderung in Margen

Sentiero circolare di Marga | Margen circular hike



7 km

Margen | Marga

2 h 10 min

Hofschänke Lechnerhof
Osteria contadina Lechnerhof
Lechnerhof tavern

280 ↗

1, 21A

Vom Parkplatz in Margen wandert man über die Hansleitnerstraße, dem Natur- und Kulturweg folgend, bis zum Hansleitnerhof. Man wandert weiter über den Panoramaweg und genießt den Blick auf das St.-Margareth-Kirchlein. Kurz unterhalb des Hauerhofes biegt man rechts ab und gelangt zur Hofschänke Lechnerhof. Anschließend Rückweg über die Straße zum Parkplatz in Margen.

Partendo dal parcheggio di Marga, seguite la via Hansleitner e il Sentiero Natura e Cultura, fino ad arrivare al maso Hansleitnerhof. Continuate lungo il sentiero panoramico e godetevi la vista della pittoresca chiesetta di Santa Margherita. Poco sotto il maso Hauerhof, girate a destra e troverete l'osteria contadina del maso Lechnerhof. Per fare ritorno si segue la strada fino al parcheggio di Marga.

Starting from the car park in Margen, walk along the Hansleitner street following the nature and culture path, until you reach the Hansleitner farm. Continue along the panoramic trail, which offers a great view of the St. Margareth chapel. Turn right just below the Hauerhof farm, and you will reach the Lechnerhof tavern. To return, follow the road back to the car park in Margen.

— Zum Hexenstein

La Pietra delle Streghe | The Witches' Stone



1,7 km

Winnebachtal | Val Vena | Winnebachtal valley

40 min

Astner Bergalm
Malga Astner Bergalm
Astner Bergalm hut

230 ↗

23

Auf den Spuren der Terner Sagen wandert man taleinwärts am Bach entlang. Auf halber Strecke findet man am Wegrand des Forstweges einen sonderbaren Stein vor. Nach Erzählungen hätten auf dem Stein Hexen mit dem Teufel getanzt und dabei ihre Fußabdrücke hinterlassen. Auch das nächste Stück bis zur Astner Bergalm ist leicht zu bewältigen.

Questo itinerario vi condurrà alla scoperta delle leggende di Terento. Incamminatevi verso l'interno della valle seguendo il Rio Vena. Arrivati a metà del sentiero, troverete una strana pietra. È proprio lì che, secondo una vecchia leggenda, le streghe ballavano con il diavolo lasciando le loro orme sulla pietra. Il tratto successivo, che porta alla malga Astner Bergalm, è altrettanto facile.

This hike will lead you into the world of local folklore. Walk into the inner valley following the Winnebacht stream. When you are around halfway, you will come across a peculiar stone. This is the stone upon which, according to legend, local witches used to meet up and dance with the devil, leaving their footprints on it. The second half of the way is also easy and leads to the Astner Bergalm hut.

— Mühlenweg & Erdpyramiden

Sentiero dei mulini & piramidi di terra | Mills trail & earth pyramids



4,5 km

Terenten Zentrum | Terento centro | Terenten centre

1 h 30 min

Einkehrmöglichkeit im Zentrum
Possibilità di ristoro in centro paese
Refreshment opportunities in the village centre

230 ↗

Man wandert ca. 30 Min. am Terner Bach entlang bis zum ersten Highlight der Rundwanderung, den Erdpyramiden. Das Naturschauspiel und eine kleine Wasseroase laden zum Verweilen und Spielen ein. Keine 15 Min. später erreicht man die renovierten, bis zu 500 Jahre alten Kornmühlen. Etwas oberhalb der letzten Mühle kann noch die imposante Riesen-Fichte „Goliath“ bestaunt werden, von welcher es südtirolweit nur wenige Exemplare gibt. Anschließend führt ein Forstweg zurück ins Dorf.

Costeggiando il Rio di Terento per circa 30 minuti si arriva alla prima attrazione di questa escursione circolare: le piramidi di terra. Lo spettacolo naturale e una piccola oasi acquatica invitano a soffermarsi e giocare. Proseguendo per altri 15 minuti si arriva ai mulini, ora restaurati, il più vecchio dei quali ha ben 500 anni. Poco sopra all'ultimo mulino si erge imponente Goliath, uno dei pochissimi esemplari di abete gigante presenti in Alto Adige. Da lì il sentiero che passa per il bosco riporta in paese.

Walk along the Terner stream for approximately 30 minutes and you will reach the first of the attractions offered by this circular hike: the earth pyramids. Take a break to enjoy the natural spectacle and relax in the child-friendly recreation area with water features. Another 15-minute walk leads to the recently renovated, 500-year-old grain mills. Just above the last of the mills, you can see the Goliath – a majestic spruce tree of which only very few specimens are found in South Tyrol. The final stretch of the walk is along a forest path that leads back to the village.





- > In den Sommermonaten ist jeden Montag eine Mühle zur Besichtigung geöffnet.
- > In estate uno dei mulini è aperto ai visitatori ogni lunedì.
- > In summer, one of the mills is open for visits every Monday.


— Zum Terner Jöchl


Escursione al Giogo di Terento | Excursion to the Terenten saddle




 6,5 km

 **P** Am Schneeberg | Via Schneeberg
Schneeberg Street

 2 h 30 min

 Pertinger Alm
Malga Pertinger
Pertinger hut

 800 ↗

 5

Man wandert entweder über den Forstweg oder den etwas steileren Steig, vorbei am sagenumwobenen Teufelsstein, bis zur Pertinger Alm. Die nächste Etappe ist das Wetterkreuz am s.g. Hühnerspiel. Ab der Waldgrenze verläuft der Weg über einen sanften Rücken. Am Gipfel wird man mit einem einmaligen Rundblick belohnt: vom Haunold im Osten, über die Drei Zinnen, Monte Cristallo, Hohe Gaisl, zu den Bergen von Sennes und Fanes, dem Sella Stock, Puez-Geisler Gruppe, Peitlerkofel, bis im Süd-Westen der Schlern grüßt. Im Norden leuchten die Zillertaler Alpen und im Nord-Osten die Dureck- und Rieserferner Gruppe. Im Winter eine sehr beliebte und sonnige Schneeschuh- und Skitour.

Per questa escursione potete scegliere se percorrere il sentiero forestale oppure il sentiero un po' più ripido che passa per la leggendaria Pietra del Diavolo fino ad arrivare alla malga Pertinger. La tappa successiva è la croce meteorologica in cima all'Hühnerspiel. Dal limite del bosco, il sentiero sale percorrendo una cresta dolce. Arrivati in cima sarete ricompensati con una vista panoramica mozzafiato che abbraccia l'Haunold a est, le Tre Cime, il Monte Cristallo e la Croda Rossa fino ai monti di Senes e Fanes. Tour molto popolare con racchette da neve e gli sci d'alpinismo in inverno.

For this hike you can choose either the forest path or the somewhat steeper trail that leads past the legendary Devil' stone until you reach the Pertinger hut. The next stretch of the itinerary takes you to the weather cross on top of Mt. Hühnerspiel. From the treeline, the trail leads over a gentle ridge, and once you get to the top you are rewarded with a breathtaking all-round view that encompasses Mt. Haunold, the Three Peaks, Mt. Cristallo, Mt. Hohe Gaisl, and the Sennes and Fanes mountains. Very popular and sunny snowshoe and ski tour in winter.





- > Im Winter Abfahrt mit der Rodel möglich.
- > In inverno si può scendere con lo slittino.
- > In winter, you can sledge down the slope.


— Alpenrosensteig


Sentiero della Rosa Alpina | Alpenrosensteig trail




 12 km

 **P** Am Sonnberg | Via Sonnberg| Sonnberg Street

 4 h 10 min

 Astner Bergalm
Malga Astner Bergalm
Astner Bergalm hut

 520 ↗

 22, 8, 23, 5, 1

Man wandert über den etwas steil ansteigenden Weg vorbei an der Raffalt Alm bis zur Engl Alm (beide nicht bewirtschaftet). Weiter über den Alpenrosensteig bis zum Panoramapunkt Gols. Hier laden unsere sogenannten Vitamin-D-Tankstellen zu einer Rast ein. Man folgt dem Weg weiter bis zur Astner Bergalm. Von dort über das Winnebachtal talauswärts und über die Nr. 5 (bis zum Alpeggerhof) und dem Panoramaweg zum Ausgangspunkt zurück.

Prendete il sentiero un po' ripido che sale oltre la malga Raffalt fino a raggiungere la malga Engl (baita non aperte al pubblico). Continuate lungo il Sentiero della Rosa Alpina fino al punto panoramico Gols, dove potrete fare una pausa e un pieno di vitamina D. Proseguite sul sentiero fino alla malga Astner Bergalm, attraversate verso l'uscita della Val Vena e imboccate il sentiero n. 5 fino all'albergo Alpeggerhof, per poi imboccare il sentiero panoramico che torna al punto di partenza.

Take the somewhat steep path that ascends past the Raffalt pasture up to the Engl Alm pasture (the huts are not open to the public). Continue along the Alpenrosensteig (alpine rose) trail until you reach the Gols panoramic point, where you can take a break and stock up on vitamin D. Continue following the trail to the Astner Bergalm hut. From there, cross the Winnebachtal valley and take path No. 5 (which leads to the Alpegger farm) and then the panoramic trail to get back to the starting point.



- > Terenten hat nachweislich die längste Sonneneinstrahlung Südtirols.
- > Terento vanta il maggior numero di ore di sole in tutto l'Alto Adige.
- > It has been proven that Terenten enjoys the most hours of sun in South Tyrol.

— Tiefrastenhütte und Tiefrastensee

Rifugio Lago di Pausa | Tiefrasten hut and lake



5,2 km

Winnebachtal | Val Vena | Winnebachtal valley

2 h 30 min

Astner Bergalm, Tiefrastenhütte
Malga Astner Bergalm, Rifugio Lago di Pausa
Astner Bergalm hut, Tiefrasten hut

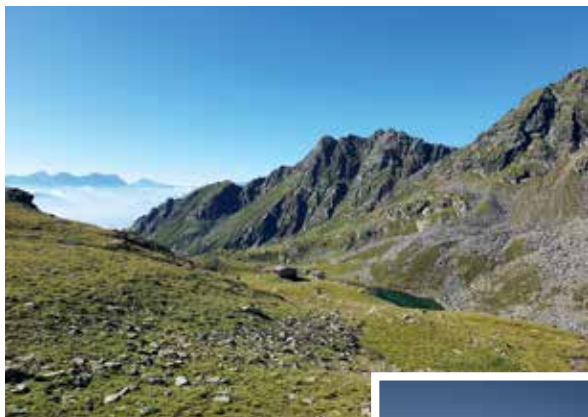
900 ↗

23

Man wandert taleinwärts bis zur Astner Bergalm. Ab da wird der Weg steiler. Auf der Höhe des Wasserfalles angekommen, beginnt ein gemütlicherer Abschnitt des Weges. Der letzte Anstieg bis zu der auf 2.312 m hoch gelegenen Schutzhütte lohnt sich auf jeden Fall. Der tiefblaue Bergsee und das Panorama sind einmalig. Der Abstieg erfolgt über die Aufstiegsroute.

Incamminatevi verso l'interno della valle fino a raggiungere la malga Astner Bergalm. Da lì il sentiero si fa più ripido. Arrivati all'altezza della cascata, inizia un tratto più facile e piacevole. Per salire al rifugio a 2.312 m si affronta un'ultima salita, ma ne vale sicuramente la pena: il lago dalle acque blu e il panorama sono di una bellezza unica. Per la discesa si segue lo stesso percorso della salita.

Walk into the inner valley in the direction of the Astner Bergalm hut. From there, the trail goes more steeply uphill until you reach the waterfall, where the more leisurely section of the route begins. The last uphill stretch takes you to the alpine refuge, a climb well worth the effort, as the deep blue mountain lake and the panorama you can see from up there are simply unique. For the descent, follow the same path as the ascent.



- > Gipfelziele ab der Tiefrastenhütte: Eidechsspitze 1,5 h; Kempsspitze 1 h; Hochgrubbachspitze 1,5 h
- > Dal rifugio si possono raggiungere diverse vette: Cima di Terento 1,5 h; Monte Pausa 1 h; Monte Gruppo 1,5 h
- > The peaks you can reach from the Tiefrasten hut: Eidechsspitze 1.5 h; Kempsspitze 1 h; Hochgrubbachspitze 1.5 h



— Hütten-Tour

Tour delle baite | Alpine huts tour



13,5 km

Winnebachtal | Val Vena | Winnebachtal valley

4 h 50 min

Pertinger Alm, Tiefrastenhütte, Astner Bergalm
Malga Pertinger, Rifugio Lago di Pausa, Malga Astner Bergalm
Pertinger hut, Tiefrasten hut, Astner Bergalm hut

780 ↗

5B, 5, 5A, 23

Über den Weg Nr. 5B gelangt man, vorbei am Lerchnerhof, auf den Weg Nr. 5, welcher zur Pertinger Alm führt. Man bleibt auf der Nr. 5 bis zur Abzweigung zum Gamssteig. Der Gamssteig (5A) führt bei prächtigen Weit- und Ausblicken quer durch grüne Wiesen bis zur Hof Alm. Ab hier wandert man ein kurzes Stück am Pfunderer Höhenweg bis zum Tiefrasten-Hüttl. Möglichkeit zum Aufstieg zur Tiefrastenhütte (45 min). Andernfalls geht es abwärts zur Astner Bergalm und zum Parkplatz zurück.

Incamminatevi sul sentiero n. 5B che conduce al maso Lerchnerhof e prendete il sentiero n. 5 fino alla malga Pertinger. Continuate lungo il sentiero n. 5 finché non si dirama, poi imboccate il sentiero Gamssteig (segnavia n. 5A), che vi porterà alla malga Hof Alm attraverso magnifici prati verdi. Dalla malga si percorre per un breve tratto l'Alta Via di Fundres fino a raggiungere una baita vecchia. Da lì si può poi salire fino al Rifugio Lago di Pausa (altri 45 minuti) oppure scendere verso la Malga Astner Bergalm e tornare al parcheggio.

Take path No. 5B, passing the Lerchnerhof farm, and then path No. 5 to the Pertinger hut. Continue along path No. 5 until it branches off onto the Gamssteig path (signpost No. 5A), which will lead you to the Hof Alm pasture, crossing charming green meadows. From there, the itinerary takes you for a short stretch along the Pfundres high mountain trail until you reach a small hut. Once there, you can either climb on to the Tiefrasten hut (another 45 minutes) or make your way downhill to the Astner Bergalm hut and back to the car park.



- > Eine Übernachtung auf der Tiefrastenhütte auf 2.300 m Höhe ist ein besonderes Erlebnis.
- > Un pernottamento al rifugio Lago di Pausa a 2.300 m d'altezza è un'esperienza unica.
- > A night at 2.300 m of altitude at the Tiefrasten hut is a great experience.



50



2,7 km



40 min



100 ↗



Marga | Marga



16, 21A

— Hofschänke Lechnerhof

1.304 m

Die Hofschänke befindet sich in der Fraktion „Talson“ oberhalb von Margen/Terenten. Das sonnige Plätzchen ist entweder zu Fuß, mit dem Rad oder dem Auto erreichbar. Eine Einkehr lohnt sich auf jeden Fall. Heidi verwöhnt Sie mit selbstgemachten Köstlichkeiten. Von Donnerstag bis Sonntag geöffnet.

L'osteria Lechnerhof sorge in posizione soleggiata nella località di Talson, sopra Marga/Terento. Si raggiunge facilmente a piedi, in bici o in auto e merita decisamente una visita. Heidi sarà felice di viziarti con le sue specialità caserecce. Aperta da giovedì a domenica.

Lechnerhof is situated in a sunny spot in the hamlet of Talson, above Margen/Terenten. It is worth a stopover and easily reached on foot, by bike or by car. Heidi will be happy to spoil you with her home-made delicacies. Open from Thursday to Sunday.



ARTHUR LAMPRECHT
39030 Terenten/Terento
T +39 338 476 67 64

51



5,2 km



2 h



900 ↗



Winnebachtal |
Val Vena |
Winnebachtal valley



23

— Tiefrastenhütte

Rifugio Lago di Pausa 2.312 m

Wer Südtirol hört, denkt sehr schnell an hohe Gipfel, glitzernde Bergseen und malerische Wanderwege. Die Tiefrastenhütte und der gleichnamige See erfüllen alle diese Kriterien und bietet für Gaumen und Auge vielseitige Genüsse.

Quando si sente parlare di Alto Adige, si pensa subito a montagne maestose, laghi cristallini e sentieri idilliaci ... ecco, tutto questo vi aspetta al Rifugio Lago di Pausa, vicino all'omonimo lago. Una delizia tanto per gli occhi quanto per il palato!

South Tyrol evokes images of majestic peaks, shimmering mountain lakes and idyllic footpaths. You can find all this at the Tiefrasten hut, a mountain refuge situated near the eponymous lake. A delight for the eye and the palate alike!



Tief durchatmen
&
Tief rasten
Tiefrastenhütte.com

STEFAN OBERHOLLENZER
39030 Terenten/Terento
T +39 334 989 63 70
info@tiefrasten.com
www.tiefrastenhuetten.it



52



Winnebachtal |
Val Vena |
Winnebachtal valley



23

— Astner Bergalm

1.640 m

1,7 km

40 min

230 ↗

Egal ob zu Fuß, mit dem Kinderwagen, per Mountainbike oder sogar hoch zu Ross, die Astner Bergalm ist für Jeden gut zu erreichen. Ein Highlight für die Kinder sind der Spielplatz und die vielen Tiere rund um die Alm. Die Speisekarte ist gefüllt mit typischen Südtiroler Gerichten.

Questa baita è facile da raggiungere con qualsiasi mezzo, che arrivate a piedi, in mountain bike, a cavallo o col passeggino. Particolarmente amati dai bambini sono il parco giochi e gli animali della fattoria. Il menu comprende un'ampia scelta di specialità altoatesine.

The Astner Bergalm hut is easy to reach for everyone – whether you go there on foot, by mountain bike, pushing a pram or even on horseback. The playground and the many animals grazing in the pasture are very popular with children. The menu offers a wide choice of traditional South Tyrolean dishes.



39030 Terenten/Terento
T +39 349 323 07 47
astnerbergalm@gmail.com
www.astner-bergalm.com



53



Am Schneeberg |
Via Schneeberg |
Schneeberg Street



5



5

— Pertinger Alm

1.861 m

2,5 km

1 h

280 ↗

Oberhalb von Terenten öffnet sich ein herrlicher Ausblick auf die Bergwelt der Dolomiten. Unsere Alm ist ein beliebtes Ausflugsziel für Alt und Jung, ob im Winter zum Rodeln oder im Sommer zum Wandern. Wir bieten eine urige Atmosphäre weitab vom Trubel der Stadt und verwöhnen Sie mit hiesigen Spezialitäten.

La nostra malga si trova sopra il paese di Terento e offre una splendida vista sulle Dolomiti. Adatta alle famiglie, è una destinazione molto apprezzata tutto l'anno da chi ama l'escursionismo e lo slittino. Venite a godervi l'atmosfera accogliente e tranquilla lontano dal caos della città e lasciatevi viziare con le nostre specialità locali!

Above the village of Terenten, a wonderful view opens up to the Dolomites. Our hut is a family-friendly, year-round popular destination for tobogganing and hiking. Enjoy the cosy atmosphere far away from the hustle and bustle and pamper your palate with local specialities!



BERNHARD PASSLER
39030 Terenten/Terento
T +39 348 905 40 28
info@pertingeralm.it
www.pertingeralm.it

ERLEBNIS PARK
PARCO AVVENTURA
ADVENTURE PARK
JOCHTAL

ANRATTERHÜTTE

2.118 MT

KLETTERBÄR
ORSO D'ARRAMPICATA

20 MIN.

PANORAMAPLATTFORM
STOANERMANDL
PIATTAFORMA PANORAMICA
STOANERMANDL

HÄNGEMATTEN
AMACHE

10 MIN.

10 MIN.

HOLZSONNE
SOLE DI LEGNO

KLETTERHIRSCH
CERVO D'ARRAMPICATA

WASSERPARK
GIARDINO ACQUATICO

FERNGLAS
CANNOCCHIALE

BALANCEPARCOURS
PERCORSO EQUILIBRIO

HOLZTRAKTOR
TRATTORE DI LEGNO

15 MIN.

OCHSENALM
MIT STREICHELZOO
BAITA OCHSENALM
CON MINI ZOO

NOCKALM
TALSTATION
STAZIONE A VALLE

GLOCKENSPIEL
IM WALD
CAMPANELLI
DEL BOSCO

15 MIN.

STOANERMANDL 2KM

BERGSTATION JOCHTAL
STAZIONE A MONTE JOCHTAL

JOCHTALHÜTTE
RIFUGIO JOCHTAL

2.008 MT

NAHERHOLUNGSZONE BUNKER
ZONA RICREATIVA BUNKER
RECREATION AREA BUNKER

SPINGES

HANS GUCK IN DIE LUFT
QUARTIER GENERALE

BUCKELPISTE
SCIVOLO A GOBBE

KLETTERMAX
IL BRICCONE RAMPANTE

FAMILIEN SOLARIUM
SOLARIUM PER FAMIGLIE

SAUSEWIND
SCIVOLO SAETTA

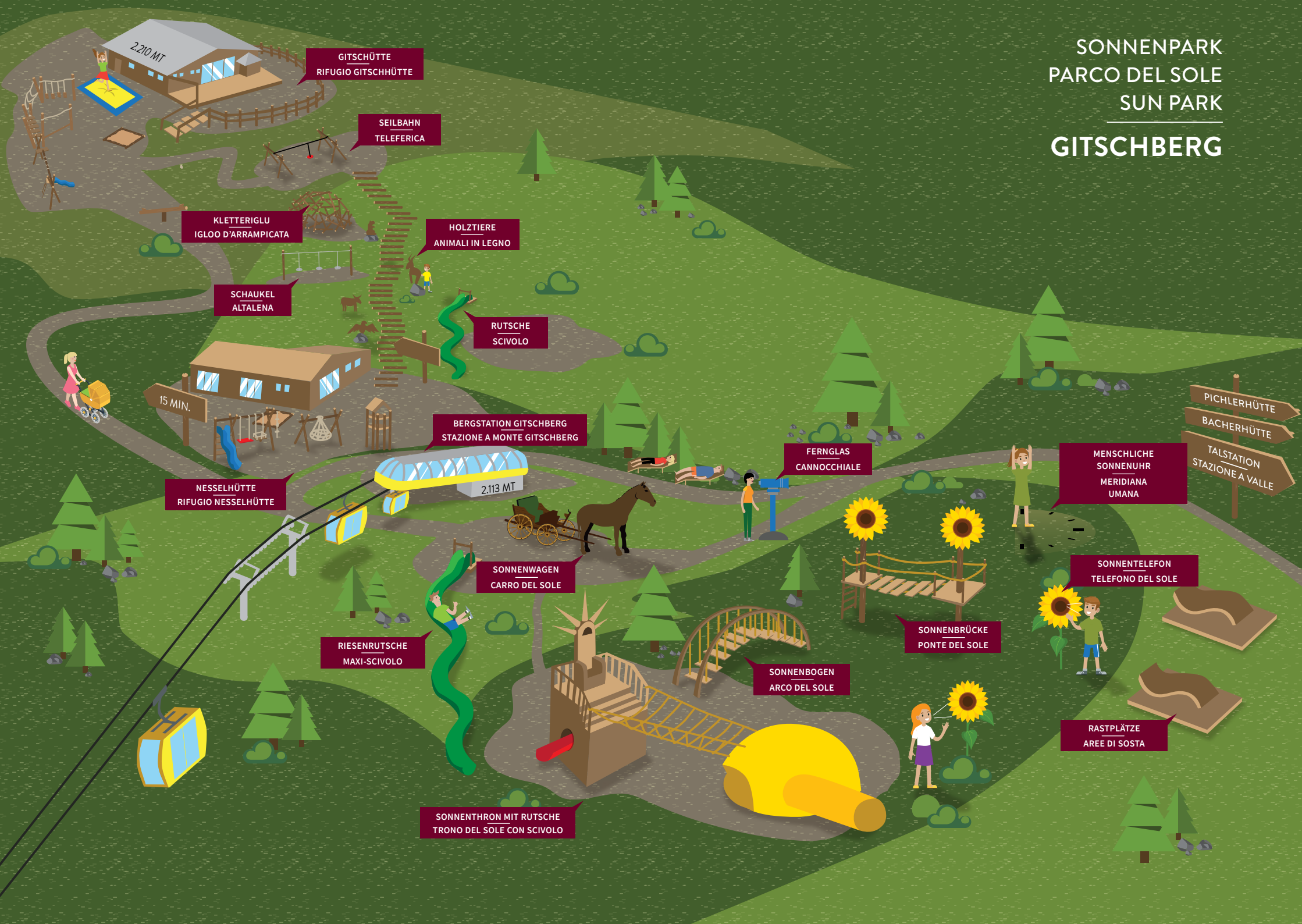
BALANCEAKT
GIOCO D'EQUILIBRIO

TISCHLEIN DECK DICH
IL TAVOLO MAGICO

WASSERSPIEL
GIOCHI D'ACQUA



SONNENPARK
PARCO DEL SOLE
SUN PARK
GITSCHBERG



GITSCHÜTTE
RIFUGIO GITSCHHÜTTE

SEILBAHN
TELEFERICA

KLETTERIGLU
IGLOO D'ARRAMPICATA

HOLZTIERE
ANIMALI IN LEGNO

SCHAUKEL
ALTALENA

RUTSCHE
SCIVOLO

15 MIN.

BERGSTATION GITSCHBERG
STAZIONE A MONTE GITSCHBERG

FERNGLAS
CANNOCCHIALE

NESSELHÜTTE
RIFUGIO NESSELHÜTTE

SONNENWAGEN
CARRO DEL SOLE

MENSCHLICHE
SONNENUHR
MERIDIANA
UMANA

PICHLERHÜTTE
BACHERHÜTTE
TALSTATION
STAZIONE A VALLE

SONNENTELEFON
TELEFONO DEL SOLE

RIESENRUTSCHE
MAXI-SCIVOLO

SONNENBRÜCKE
PONTÉ DEL SOLE

SONNENBOGEN
ARCO DEL SOLE

RASTPLÄTZE
AREE DI SOSTA

SONNENTHRON MIT RUTSCHE
TRONO DEL SOLE CON SCIVOLO



SONNENLIEGEN
SDRAIO

WASSERPARK
GIOCHI D'ACQUA

KNEIPPBECKEN
LAGHETTO KNEIPP

SEILPARCOUR
PERCORSO ALTA FUNE

SEILRUTSCHE
SCIVOLO ZIPLINE

HÄNGEMATTEN
AMACHE

SCHAUKELN
ALTALENE

TISCHTENNIS
PING-PONG

RASTPLATZ
AREA RELAX

KLETTERTURM
TORRE D'ARRAMPICATA

VOLLEYBALL

BUSHALTESTELLE
FERMATA DELL'AUTOBUS

PARKPLATZ
PARCHEGGIO

RIESENRUTSCHE
MAXI-SCIVOLO

AKTIVPARK
PARCO RICREATIVO
ACTIVITY PARK

TERENTEN

FUSSBALLPLATZ
CAMPO DA CALCIO

Langlaufloipen Piste sci di fondo Cross-country skiing

RODENECK | RODENGO

Rundloipe Rodenecker Lüsner Alm (15 km)
Anschluss Lüsner Loipe

Percorso ad anello Alpe di Rodengo Luson
(15 km) Accesso pista di Luson

Circular trail of the Rodenecker-Lüsner alp
(15 km) Connection trail Lüsner

VALS | VALLES

Rundloipe Talstation Jochtal (7 km)

Percorso ad anello stazione
a valle Jochtal (7 km)

Circular trail at Vals (7 km)

TERENTEN | TERENCE

Rundloipe Dorfzentrum-Sportzone (5 km)

Percorso ad anello centro
paese-zona sportiva (5 km)

Circular trail village centre – sports area (5 km)



Naturrodelbahnen Piste naturali da slittino Natural toboggan runs

MERANSEN | MARANZA –

BRIMI WINTER RUN (6,75 km)

Von der Nesselhütte bis zur Mittelstation
der Nesselbahn und ins Tal

Dalla baita Nesselhütte alla stazione
intermedia della cabinovia Nesselbahn
fino a valle

Leading from the Nesselhütte hut
to the village of Meransen

VALS | VALLES

Schilling (1 km)

TERENTEN | TERENCE

Dorfzentrum, Sportzone (400 m)

Centro paese, zona sportiva (400 m)

Village center, sports area (400 m)

Pertinger Alm (3 km)

Malga Pertinger (3 km)

Legende | Legenda | Key:



STARTPUNKT
PUNTO DI PARTENZA
STARTING POINT



EINKEHRMÖGLICHKEITEN
PUNTI DI RISTORO
REFRESHMENT POINTS



STRECKE LÄNGE
LUNGHEZZA PERCORSO
LENGTH



DAUER
TEMPO DI PERCORRENZA
WALKING TIME



HÖHENMETER
DISLIVELLO
ALTITUDE DIFFERENCE



FAMILIEN
FAMIGLIE
FAMILIES



KINDERWAGEN
PASSEGGINO
PRAM-FRIENDLY



BUS



SOMMER
ESTATE
SUMMER



WINTER
INVERNO
WINTER



SKITOUR
TOUR DI SCIALPINISMO
SKI TOUR



WEGNUMMER SOMMER
SEGNAVIA ESTATE
PATH NO. SUMMER



WEGNUMMER WINTER
SEGNAVIA INVERNO
PATH NO. WINTER



PARKPLATZ
PARCHEGGIO
PARKING LOT



GEBÜHRENPLICHTIGER PARKPLATZ
PARCHEGGIO A PAGAMENTO
CHARGEABLE PARKING LOT



GONDEL
CABINOVIA
CABLE CAR



SEILGESICHERT
CORDA DI SICUREZZA
SAFETY ROPE



RUNDWANDERUNG
PERCORSO CIRCOLARE
CIRCULAR TRAIL



KINDERSPIELPLATZ
PARCO GIOCHI
PLAYGROUND



E-BIKE-LADESTATION
STAZIONE DI RICARICA E-BIKE
ELECTRIC BIKE CHARGING STATION



ÜBERNACHTUNGSMÖGLICHKEIT
POSSIBILITÀ DI PERNOTTAMENTO
ACCOMMODATION

SCHWIERIGKEIT | DIFFICOLTÀ | DIFFICULTY



LEICHT
FACILE
EASY



MITTEL
MEDIO
INTERMEDIATE



SCHWER
DIFFICILE
DIFFICULT

Gitschberg Jochtal | Rio Pusteria

Via Katharina Lanz Straße 90
I-39037 Mühlbach | Rio di Pusteria
+39 0472 886 048

info@gitschberg-jochtal.com
info@riopusteria.it

