



FAMILIENLAND

Südtirol – Dolomiten

250 Outdoor-Aktivitäten für jede Jahreszeit



INHALT



VINSCHGAU

- | | | | | | |
|----|--|----|----|---|----|
| 1 | Genusswandern auf dem Panoramaweg Schöneben | 10 | 17 | Schneeschuhtour von Lü nach Mot Radond (2492 m) | 40 |
| 2 | Die Reschensee-Umrundung mit dem Rad | 12 | 18 | Der Ackerwaal im Matscher Tal | 42 |
| 3 | Rodeln am Reschenpass | 14 | 19 | Waalwegwanderung bei Schluderns | 44 |
| 4 | Rodeln oberhalb des Haider Sees ... | 15 | 20 | Dreisprachenspitze (2843 m) und Goldseeweg | 46 |
| 5 | Auf den Zehnerkopf (2657 m) | 16 | 21 | Wanderung „Heilige Drei Brunnen und Wasserfälle“ | 48 |
| 6 | Auf das Seeköpfl (2635 m) | 18 | 22 | Familienwanderung von Stilfs zur Furkelhütte | 50 |
| 7 | Im Winter zur Melager Alm | 20 | 23 | Gipfeltour auf den Monte Scorluzzo (3034 m) | 52 |
| 8 | Spaziergang um den Haider See | 22 | 24 | Wanderung: Gletscherwelt, Hängebrücke und Wasserpark Bärenbad | 54 |
| 9 | Winterspaziergang um den Haider See | 24 | 25 | Familienrodelbahn Trafoi | 56 |
| 10 | Im Sommer zur Planeiler Alm | 28 | 26 | Kletter-Park Trafoi mit Flying Fox für Familien | 59 |
| 11 | Winterrundwanderung auf die Planeiler Alm (2203 m) | 30 | 27 | Murmele-Klettersteig oberhalb der Zufallhütte (2264 m) | 60 |
| 12 | Wanderung zu den Pfaffenseen | 32 | 28 | Schneeschuhwanderung zur Marteller Hütte (2585 m) | 62 |
| 13 | Rodeln am Watles | 34 | | | |
| 14 | Rodeln im Avingatal | 35 | | | |
| 15 | Genusswanderung zur Schliniger Alm | 36 | | | |
| 16 | Winterwanderung zur Schliniger Alm..... | 38 | | | |



29	Rad-Umrandung der Latscher Apfelwiesen	64
30	Radrundtour: Latsch – Tarsch – Freiberg – Marein	66
31	Mit Mountaincarts in Schnals zu Tal	68
32	Hoch hinauf mit der Schnalstaler Gletscherbahn	70
33	Rodelbahn Lazaun in Schnals	72
34	Wanderung von Kurzras nach Vernagt	74
35	Klettersteig Marchegg (1950 m) im Schnalstal	76
36	Wanderung von Unser Frau in Schnals ins Mastauntal	78
37	Wintertour von Karthaus über die Raindlhöfe nach Unser Frau	80

38	Familienwanderung zum Eishof im Pfosental	82
39	Übungs- und Familienklettersteig „Knott“	88
40	Vinschger Zug- und Radltour	92

MERAN UND UMGEBUNG

1	Walderlebnispfad Aschbach	96
2	Radtour von Algund nach Rabland ...	98
3	Der Passeirer Radklassiker	100
4	Gipfeltour vom Taser auf die Lawand	102
5	Adrenalin pur im Taser Hochseilgarten	105
6	Wanderung von Klammeben nach Videgg und Prenn	108
7	Familiertour: Klammeben – Gomp Alm – Tall	110
8	Abenteuer in der Passerschluft	112
9	Radtour: St. Martin – St. Leonhard in Passeir	114
10	Schneeschuhtour auf den Platter Berg (2230 m)	116
11	Rodeln in Walten	118
12	Rodelbahn Eggergrubalm	119
13	Wanderung am Jaufenkamm	120



- 14 Radtour durch das Pfelderer Tal 122
- 15 Familienwanderung auf die Lazinser Alm 124
- 16 Klettergarten Bergkristall in Passeier 126
- 17 Schneeschuhtour auf die Faltschnalalm (1875 m) 128
- 18 Wanderung von Falzeben zur Meraner Hütte 130
- 19 Bergtour zum Kratzberger See..... 132
- 20 Sommertour auf den Großen Mittagser (2422 m) 134
- 21 Radtour auf Meran 2000 leicht(er) gemacht 136
- 22 Der Heini-Holzer-Klettersteig 138
- 23 Winterwanderung zur Kuhleitenhütte auf Meran 2000 140
- 24 Rodelbahn Meran 2000 142
- 25 Knottnkino im Winter 144
- 26 Sommer-Rundwanderung Knottnkino³ 146
- 27 Radtour durch die Apfelwiesen des Etschtals 150
- 28 Eine Rodelpartie am Vigiljoch 152
- 29 Schneeschuhtour zum Rauher Bühel (2027 m) 154
- 30 Radtour entlang des Ultner Höfewegs 156
- 31 Familienrundwanderweg Schwemmalm 158
- 32 Rundwanderung von Tisens nach St. Hippolyt 162
- 33 Erlebnisweg Vorbichl in Prissian 164
- 34 Familientour auf die Laugenalm 166

WIPPTAL UND EISACKTAL

- 1 Rodelbahn Zirog 170
- 2 Rodelbahn Allriss 171
- 3 Schneeschuhtour auf den Sattelberg (2115 m) 172
- 4 Wanderung von der „Hölle“ zur Ochsenalm 174
- 5 Auf das Ladurnser Wetterkreuz (2117 m) 176
- 6 Radtour von Gossensaß nach Brennerbad 178
- 7 Auf die Telfer Weißen (2588 m) 182
- 8 Auf den Rosskopf (2189 m) 184
- 9 E-Bike-Tour: Sterzing – Mareit – Ridnaun – Martalm – Thuins – Sterzing 186
- 10 Winterwanderung in Ridnaun 190

- 11 Wanderung von Gasse nach Maiern zum Bergwerk 192
- 12 Familientour von Gasteig nach Mareit zum Naturlehrpfad 194
- 13 Radtour zum Steingarten bei Stange .. 196
- 14 Winterwanderung nach Flading im Ratschingstal 198
- 15 Rodelbahn Atscherwiesen 200
- 16 Familienrodelbahn Rosskopf 201
- 17 Pfeifer-Huisile und Barfussweg 202
- 18 Almenweg in Ratschings 204
- 19 Bergerlebnisswelt in Ratschings 206
- 20 Gilfenklamm und Burg Reifeneegg (1235 m) 208
- 21 Zum Wasserfall Gurgl im Jaufental 210
- 22 Rodelbahn Schmuders bei Sterzing 214
- 23 Winterwanderung zur Prantneralm ... 216
- 24 E-Bike-Tour über die Prantneralm ... 218
- 25 Gipfeltour auf die Rotbachlspitze (2897 m) 220
- 26 E-Bike-Tour: Lüsen – Löchler – Tulper – Silberlechen – Lüsen 222
- 27 Rodelbahn in Lüsen 225
- 28 Rodel-Rundwanderung auf der Plöse 226
- 29 Der Woodywalk auf der Plöse 228

- 30 Auf den Telegraph (2486 m) 232
- 31 E-Bike-Tour: Brixen – Albeins – Aferer Tal – Halslhütte – Lüsen – Brixen 234
- 32 Wanderung zur Klausner Hütte 236
- 33 Der Törggeleweg bei Klausen 238
- 34 Radweg entlang des Eisacks nach Brixen 240
- 35 Winterwanderung zur Stöfflhütte ... 242

BOZEN UND UMGEBUNG

- 1 Rodeln am Rittner Horn 246
- 2 Rodelbahn Obergöller am Ritten 247
- 3 Winter-Panoramatour am Rittner Horn 248
- 4 Wanderung auf dem Kirchsteig am Ritten 250
- 5 Spaziergang zu den Erdpyramiden ... 252



6	Family-Tour über den Salten	254
7	Winterwanderung von Jenesien nach Langfenn	256
8	Wanderung zum Jenesier-Jöchl	258
9	Auf den Zinseler (2422 m)	260
10	Der Urlesteig – das Naturerlebnis im Sarntal	262
11	Der Sagenweg in Aberstückl	264
12	Astenberg (2367 m) und Tatschspitze (2526 m)	266
13	Familientour vom Durnholzer See zur Seebalm	268
14	Wanderung von Reinswald zur Getrumalm	270
15	Rundwanderung auf die Große Reisch – Stoanerne Mandln	272
16	Family-Tour bei den Montiggler Seen	274
17	Radtour: Große Montiggler Waldrunde	276
18	Radtour: Die Umrundung des Mitterbergs	278
19	Familienrunde um den Kalterer See ...	280
20	Family-Tour: Mendelpass – Halbweghütte – Romenoalm	282

21	Winterwanderung auf den Roen	284
22	Wanderung von Tramin zum Weiler Graun	286
23	Winterwanderung zur Schmiederalm	288
24	Kernige Radtour zum Weißhorn	290
25	Wanderung zur Cisloner Alm	292
26	E-Bike-Tour auf die Hornalm	294

PUSTERTAL UND DOLOMITEN

1	Auf den Burgstall (2243 m)	298
2	Der Naturlehrpfad in Toblach	300
3	E-Bike-Tour auf die Plätzwiese	302
4	Schneeschuhtour auf das Pfandleck (2300 m)	304
5	Radtour zum Drei-Zinnen-Blick	306
6	Winterwanderung auf die Plätzwiese in Prags	308
7	Radtour im Gsieser Tal	310
8	Rodelweg Aschtalm	312
9	Rodelbahn Taistner Vorderalm	313
10	Familienrunde zum Toblacher See ...	314
11	Radtour am Antholzer Bach	316
12	Wanderung am Franzosensteig	318

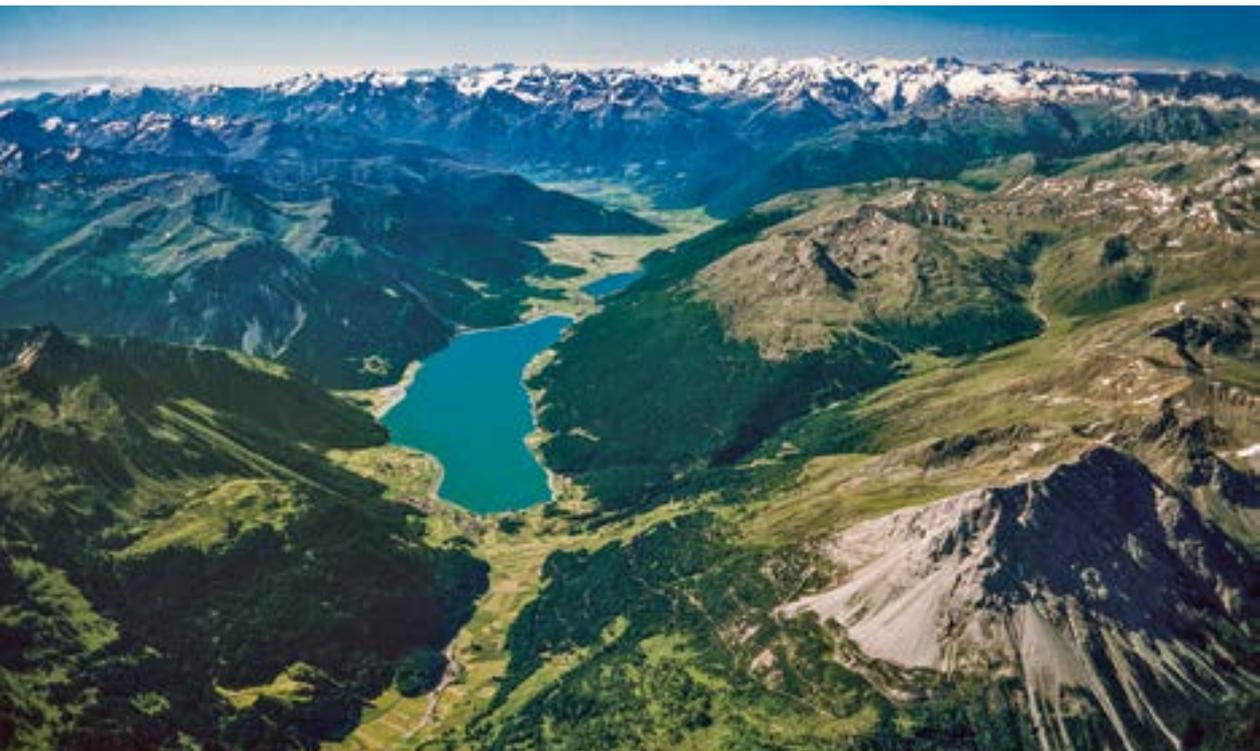


- | | | | |
|---|-----|--|-----|
| 13 Familienradweg im Tauferer Ahrntal .. | 320 | 31 Winterwanderung von Pederü nach Fanes | 356 |
| 14 Ein Winterspaziergang im hinteren Ahrntal | 322 | 32 Wanderung zum Rifugio Scotoni und zum Lagazuoi-See | 358 |
| 15 Gesundheitsweg und Landesbergbaumuseum Prettau | 324 | 33 Klettersteig Kaiserjägerweg – Kleiner Lagazuoi (2778 m) | 360 |
| 16 Piraten-Kinderklettersteig | 327 | 34 Klettersteig auf den Col Rodella (2484 m) | 364 |
| 17 Rundwanderung auf dem Kronplatz ... | 328 | 35 Wanderung im Langental | 366 |
| 18 E-Bike-Tour: Kronplatz – Mitterolang – Bruneck – Reischach | 330 | 36 Radtour von Gröden auf die Seiser Alm | 368 |
| 19 Winterwanderung zur Pertingeralm .. | 332 | 37 Winterrundwanderung am Pufplatsch | 370 |
| 20 Familientour zur Astner-Berg-Alm ... | 334 | 38 Radtour auf der Seiser Alm | 372 |
| 21 Auf dem Pustertaler Radweg nach Reischach | 336 | 39 Winterwanderung zum Messnerjoch .. | 374 |
| 22 Wintertour auf die Rodenecker Alm ... | 338 | 40 Rundwanderung am Karerpass | 376 |
| 23 Radausflug über die Rodenecker Alm | 340 | 41 Wintertour zum Rifugio Gardeccia ... | 378 |
| 24 Winterwanderung zur Geisleralm in Villnöß | 342 | 42 Der Dolomiten-Sagen-Weg | 380 |
| 25 Rundwanderung unter den Geislerspitzen | 344 | 43 Fly-Line Catinaccio / Rosengarten ... | 382 |
| 26 Auf den Zendleser Kofel mit den Schneeschuhen | 348 | | |
| 27 Familientour auf die Regensburger Hütte | 350 | | |
| 28 Rodelbahn Börz-Würzjoch | 352 | | |
| 29 Rodelbahn Pares – Plan Ranciogn | 353 | | |
| 30 Wanderung zu den Weilern Seres und Miscì | 354 | | |





VINSCHGAU



Reschen- und der Haider See aus der Vogelperspektive



Anfahrt

Vinschgau, Reschen

Ausgangspunkt

Bergstation der Umlaufbahn

Schöneben

Gehzeit

ca. 2,5 Stunden

Höhenunterschied

ca. 225 m im Auf- und Abstieg

Kartenmaterial

Alpenwelt Verlag, 1469

Reschenpass 1:40.000

GENUSSWANDERN AUF DEM PANORAMAWEG SCHÖNEBEN

Der obere Vinschgau ist eine Gegend voller anziehender Gegensätze. Hart an der Grenze zur Schweiz und zum nördlichen Tirol gelegen hat sich diese Gegend ihre raue Schönheit inmitten einer herrlichen Natur bewahrt. Schöneben ist einfach mit der Gondelumlaufbahn erreichbar, ein Paradies für Wanderer und Bergsteiger, die einsame Gipfel lieben. Während viele Wandergebiete im Hochsommer überlaufen sind, gibt es in dieser Gegend fast 200 km Wegenetz inmitten der beeindruckenden Gebirgskulisse im Dreiländereck.

Die Wanderung ist kaum mehr als ein besserer Spaziergang, sie besticht aber mit atemberaubenden Panoramablickten

zum Ortlermassiv, über den Reschen- und Haider See bis ins Langtauferer Tal mit der Weißkugel und weiteren Dreitausendern und ist ausgesprochen familienfreundlich. Beim Rastplatz „Schönputz“ befinden sich Tische und Bänke – ideal, um den im Rucksack mitgebrachten Proviant zu verspeisen und einfach nur zu schauen. Die Wanderung führt vorbei an uralten Zirben und durch karge Bergwiesen; auf diesen Magerrasen lassen sich im Hochsommer viele seltene Blüten bewundern. Kurz vor der Haideralm gelangt man zu einigen „Sieben Brunnen“ genannten Quellen mit glasklarem Wasser.

Wegverlauf: Von der Bergstation steigt man kurz über das Pistengelände auf, dann führt die Markierung 14 immer über der Waldgrenze „hinüber“ zur Haideralm. Von dort schwebt man mit der Bahn hinunter nach St. Valentin und kehrt mit dem Bus zurück nach Reschen, der Bus verkehrt stündlich. Die Wanderung kann auch in Gegenrichtung unternommen werden.





Rast am Ufer des Reschensees mit dem Kirchturm von Alt-Graun im Blick



2

Anfahrt

Vinschgau,
St. Valentin a. d. Haide

Start/Ziel

Parkplatz am Südufer
des Reschensees

Fahrzeit

ca. 2 Stunden

Strecke

15,5 km

Höhenunterschied

50 m

Schwierigkeit

leicht

DIE RESCHENSEE-UMRUNDUNG MIT DEM RAD

Die Umrundung des Reschensees (der größte See Südtirols) ist besonders an heißen Sommertagen empfehlenswert. Nirgendwo sonst bietet sich die Möglichkeit zu einer so einfachen Strecke im Talgrund, mit wenigen Höhenmetern bei meist moderaten Temperaturen, an.

Wegverlauf: Vom Parkplatz biegt man direkt rechts auf die Staumauer des Reschensees und folgt am Westufer der Radwegbeschilderung „Reschen“. Der Wegabschnitt bis ans Nordende des Sees ist geprägt durch ein stetes Auf und Ab. Kurze Anstiege folgen schnellen Abfahrten. Somit wird es nie langweilig. Auch

die meist auf dem See aktiven Wind- und Kitesurfer bieten einen interessanten Anblick. Nach etwas mehr als 6 km erreicht man die Talstation der Umlaufbahn Schöneben. Man folgt kurz der Straße bis an den Dorfrand von Reschen und folgt weiterhin dem Ufer. Die Hälfte der Strecke ist geschafft! Die Rückfahrt zum Startpunkt erfolgt über das Ostufer. Auf dem schön angelegten und flachen Fahrradweg mit zahlreichen Bänken zum Verweilen und Betrachten erreicht man den im Wasser stehenden Kirchturm von Alt-Graun, als faszinierenden und stummen Zeugen der Entstehungsgeschichte des Reschensees. Der weitere Wegverlauf führt vorbei am Übungsplatz der Kitesurfer direkt zum Parkplatz an der Staumauer.

Variante: Der Parkplatz bei der Staumauer des Reschensees bietet auch einen guten Startpunkt für die Umrundung des Haider Sees. Hierfür fährt man auf dem Fahrradweg bis nach St. Valentin a. d. Haide. Bei der Umlaufbahn Haideralm biegt man rechts ab. Nach ca. 50 Metern, noch vor der Brücke, folgt man links dem Weg Nr. 1 bis zu den Fischerhäusern. Der weiterführende Weg am Südufer führt durch ein Biotop und ist deshalb teilweise für Radfahrer gesperrt. Hier das Fahrrad schieben. Am Westrand erreicht man wieder die Straße, auf welcher man nordwärts bis nach St. Valentin zurückfährt.





Hier lässt sich der Winter genießen.



Anfahrt

Vinschgau, Reschen

Ausgangspunkt

Fernheizwerk am westlichen
Dorfausgang von Reschen

Gehzeit

ca. 45 Minuten

Höhenunterschied

250 m

Aufstiegshilfe

nein

Streckenlänge

ca. 2 km

Kartenmaterial

Alpenwelt Verlag, 1469
Reschenpass 1:40.000

RODELN AM RESCHENPASS

Die Rodelbahn Vallierteck, nahe dem Reschenpass, bietet Rodelvergnügen für Groß und Klein. Schneesicherheit ist hier an der Nordwestecke Südtirols bis März fast garantiert. Die Naturrodelbahn wird kaum für Wettkämpfe verwendet und ist daher auch sehr selten vereist. Sie ist mäßig steil, die Schwierigkeit wird mit leicht bis mittel angegeben, ideal also auch für Familien mit Kindern. Im Aufstieg empfiehlt sich (bei Tag) ein kurzer Halt beim hübschen Wallfahrtskirchlein Vallierteck, das 1886 erbaut und mit Tapetenmuster, Rank- und Flechtwerk bemalt worden ist.

Im Aufstieg folgt man dem Weg Nr. 5 bis zu einer gut ausgeschilderten Abzweigung, von wo der Weg Nr. 6 zum Ziel der Wanderung führt.

Etwa 1,5 km der Bahn sind täglich bis 23 Uhr beleuchtet. Im Dorf gibt es mehrere Rodelverleihe.

RODELN OBERHALB DES HAIDER SEES

St. Valentin auf der Haide bietet eine Fülle von Wintersportmöglichkeiten in einer großartigen Landschaft. Auf der einen Seite des Tales gelangen die Skifahrer schnell und ohne Wartezeiten ins schneesichere und sonnige Skivergnügen der Haideralm. Winterwanderer finden ein weitläufiges Angebot mit hervorragend präparierten Winterwanderwegen und abwechslungsreichen Routen durch Wälder und entlang der Seen. Eislaufmöglichkeiten und Pferdeschlittenfahrten sorgen ebenfalls für Abwechslung und lassen einen Besuch am Reschenpass zu einem Erlebnis werden. Rodler finden am Hang des früheren Talailiftes ihren Spaß, und wer auch noch nachts zu Tal rodeln will, dem macht das die Beleuchtung der Rodelpiste möglich. Die Naturrodelbahn wird kaum für Wettkämpfe verwendet und ist daher auch sehr selten vereist. Sie ist mäßig steil, die Schwierigkeit wird mit leicht bis mittel angegeben, ideal also auch für Familien mit Kindern.

Die Bahn wird täglich von 18 bis 23 Uhr beleuchtet. Im Dorf gibt es einen Rodelverleih.



Anfahrt

Vinschgau, St. Valentin a. d. Haide

Ausgangspunkt

Talstation des ehemaligen Talailiftes

Gehzeit

ca. 40 Minuten

Höhenunterschied

ca. 200 m

Aufstiegshilfe

nur Mittwochs mit Schneeraupe

20–23 Uhr

Streckenlänge

ca. 1,5 km

Kartenmaterial

Alpenwelt Verlag, 1469

Reschenpass 1:40.000





Blick auf den Reschensee



5

Anfahrt

Vinschgau, Reschen

Ausgangspunkt

Talstation der Umlaufbahn
Schöneben

Gehzeit

ca. 3 Stunden

Höhenunterschied

ca. 530 m im Auf- und Abstieg

Kartenmaterial

Alpenwelt Verlag, 1469
Reschenpass 1:40.000

AUF DEN ZEHNERKOPF (2657 m)

Wie in Tour 1 bereits angeführt, ist die Umgebung ein wahres Wanderparadies und zudem im Sommer eine eher einsame Gegend. Der Zehnerkopf ist eine relativ einfache Gipfelwanderung, die Rundumsicht auf die Ortlergruppe, die Ötztaler Alpen und und und ... ist überwältigend.

Auch das Rojental bietet einfache Wanderungen, die sich ganz besonders für Familien mit Kindern eignen. Zudem gibt es viele einfache, zum Teil aber lange Gipfeltouren, die in die wilde Berg- gegend des Grenzkammes zwischen Südtirol und der Schweiz führen. In der Ortschaft Rojen scheint zudem die Zeit stillzu- stehen.

Der Reschensee ist für seinen „versunkenen“ Kirchturm bekannt und für seine traurige Entstehungsgeschichte, in der ein ganzes Dorf vom Wasser verschlungen wurde. Die Ortschaft Graun ist am Hang oberhalb des Sees wieder erbaut worden, die Geschichte des Sees ist am Platz vor dem versunkenen Turm recht anschaulich und interessant dargestellt. Seit einigen Jahren aber gibt es eine zweite Attraktion. Ein Schiff, welches vom Achensee stammt, befährt heute den See. Gesteuert wird die „Hubertus“, das höchstgelegene Ausflugsschiff der Alpen (so behaupten jedenfalls die „Vinschger“ ...), von einem waschechten „Vinschger Kapitän“, der das Boot zuerst gegen Norden über den See führt, dann wendet und es Richtung Süden gegen die gewaltigen Eisberge der Ortlergruppe lenkt. An Schönettertagen wirklich ein einmaliges Erlebnis! Das Boot ankert beim versunkenen Turm; Auskünfte erhält man bei der Ferienregion Reschenpass – www.reschenpass.it.

Wegverlauf: Nach der Auffahrt mit der Um-
laufbahn Schöneben folgt man der Markie-
rung 98 zuerst auf dem Güterweg, dann auf
gutem Steig nach Süden. In der Nordflanke
des Zehnerkopfs wird das Gelände steiler;
in einem kleinen Sattel östlich des Gipfels
zweigt die Markierung 9A nach rechts ab
und führt nun sehr steil hinauf zur Grat-
schneide. Das letzte Teilstück zum Gipfel
ist leichte Kraxelei über Blockwerk. Rückweg
wie Hinweg.





Idyllischer Bergsee auf der Haideralm



AUF DAS SEEKÖPFL (2635 m)

Die Haideralm liegt über dem Dorf St. Valentin auf der Haide im oberen Vinschgau und wird vom Tal aus bequem mit der Gondelumlaufbahn erreicht. Die Gegend ist vom großen Touristenrummel verschont geblieben und bietet unzählige Wanderungen und einfache Gipfelbesteigungen. Das Gebiet eignet sich vorzüglich für Ausflüge mit der Familie. Der Aufstieg zum Seeköpfl ist eine relativ einfache Tour, die mit dem Abstieg über den Grünsee zu einer empfehlenswerten Rundwanderung wird. Und da sich Gehzeit und Höhenunterschied doch eher in Grenzen halten, kann sie auch sehr gut mit (etwas größeren) Kindern unternommen werden.

Anfahrt

Vinschgau, St. Valentin
a. d. Haide

Ausgangspunkt

Talstation der Umlaufbahn
Haideralm

Gehzeit

ca. 3 Stunden

Höhenunterschied

ca. 490 m im Auf- und
Abstieg

Kartenmaterial

Alpenwelt Verlag, 1469
Reschenpass 1:40.000

Wegverlauf: Nach der Auffahrt mit der Umlaufbahn folgt man der Markierung 10 bis zur ersten Weggabelung und hält sich dort links, immer auf dem gleichen Weg bleiben. Gleichmäßig, aber nicht übermäßig steil geht es hinauf, bis die Markierung 16 nach links abzweigt. Dieser folgt man hinauf zum Gipfel des Seeköpfls. Im Abstieg setzt man auf Markierung 16 fort hinunter zum Grünsee und folgt diesem weiter zur Bergstation der Umlaufbahn.





Melag: Hier ist die Straße zu Ende.



Anfahrt
Vinschgau, Langtauferer Tal, Melag

Gehzeit
ca. 1,5 Stunden

Höhenunterschied
ca. 100 m im Auf- und Abstieg

Kartenmaterial
Alpenwelt Verlag, I469
Reschenpass 1:40.000

IM WINTER ZUR MELAGER ALM

Langtaufers ist etwas Besonderes. Der am tiefsten gelegene Hof des Tales befindet sich auf 1500 Metern Höhe, der höchste ganzjährig bewohnte dagegen auf stolzen 1915 Metern. Im Talchluss ragen die tief verschneiten Gipfel rund um die Weißkugel auf, nach Norden und Süden flankieren eine ganze Reihe von weiteren Dreitausendern das Tal.

Langtaufers zählt insgesamt zu den ursprünglichsten Tälern Südtirols. Neben der Landwirtschaft hat man sich dem sanften Tourismus verschrieben. In Langtaufers locken eine unberührte weiße Pracht und eine rund 15 km lange Höhenloipe für „Klassikläufer“ und Skater. Diese leichte Wanderung zur Melager Alm, fast könnte man von einem Spaziergang sprechen, ist auf jeden Fall lohnend und vielleicht sollte man sich

an der Schönheit erfreuen, so lange es sie in dieser Form noch gibt.

Wegverlauf: Vom Parkplatz oder der Bushaltestelle geht man taleinwärts hinüber und nach rechts zwischen den Häusern durch. Die Markierungen 2 und 5 weisen den Weg, der aber auch ohne Markierungen unübersehbar ist. In ganz sanfter Steigung spaziert man taleinwärts zur Brücke über den Karlinbach. Weiter geht's über die Brücke und weiterhin flach hinüber zur Alm.

Rückweg wie Hinweg: Manchmal, aber wirklich nur manchmal, ist eine Fortsetzung links der Brücke, Markierung 2, den Karlinbach entlang möglich. Kurz oberhalb der Alm führt ein Steg über den Bach, man überquert ihn und wandert kurz zurück zur Alm.



Kapelle in Melag





„König Ortler“ immer im Blick



8

SPAZIERGANG UM DEN HAIDER SEE

Dieser einfache Spaziergang kann sehr gut auch mit dem Kinderwagen (eigentlich jedes Modell) unternommen werden. Am Westufer muss man sich den Weg allerdings mit Radfahrern teilen, dafür laden lauschige Plätzchen mit Tischen und Bänken immer wieder zum Verweilen ein. Enten, Blesshühner und Haubentaucher sind immer wieder zu beobachten, füttern sollte man sie aber tunlichst nicht (sonst wird man sie nicht mehr los). Und die Kite-Surfer auf dem See sind meist ebenfalls ein Anziehungspunkt.

Wegverlauf: Man beginnt die Umrundung in Richtung Süden, also gegen Mals hin. Bald erreicht man einen Holzsteg, der durch das wunderschöne Seebiotop führt. Enten und anderes

Anfahrt

Vinschgau, St. Valentin
a. d. Haide

Ausgangspunkt

Bushaltestelle oder Parkplatz
Fischerhäuser kurz vor
St. Valentin

Gehzeit

ca. 2 Stunden

Höhenunterschied

unbedeutend

Kinderwagen

alle

Kartenmaterial

Alpenwelt Verlag, 1469
Reschenpass 1: 40.000

Getier begleiten die Wanderung durch diese Welt. Über eine schwimmende Brücke verlässt man diese urige Umgebung und gelangt auf den Rundweg, auf dem man in Richtung Reschen wandert. Im leichten Auf und Ab geht es durch einen schönen Wald. (Bitte hier vorsichtig sein, denn die Radfahrer kommen mitunter sehr schnell daher!) Nach einer knappen Stunde ist das nördliche Seeende und damit das Dorf St. Valentin auf der Haide erreicht. Achtung: nach erfolgter Überquerung einer Brücke scharf rechts halten und dem alten Wegweiser „Uferweg“ folgen. Nun geht es über einen geschotterten Weg in Richtung Mals auf der linken Seeseite weiter, wo ein weiteres Biotop durchquert wird. Der Blick auf „König Ortler“ und seine Trabanten ist atemberaubend!





Der Haider See im Winterkleid



Anfahrt

Vinschgau, St. Valentin a. d. Haide

Ausgangspunkt

Parkplatz Talstation Haideralm oder
Bushaltestelle im Dorfzentrum

Gehzeit

ca. 1,5 Stunden

Höhenunterschied

60 m (kaum bemerkbar)

Kartenmaterial

Alpenwelt Verlag, 1469
Reschenpass 1:40.000

WINTERSPAZIERGANG UM DEN HAIDER SEE

Eine schöne und selten dicht „bevölkerte“ Winterwanderung, die einen prächtigen Blick auf die tief verschneite Ortlergruppe mit Teitschroi, Hoher Angelus und Tschenglser Hochwand bietet. Vor allem aber auf das berühmte „Dreigestirn“ König – Zebrù – Ortler. Ein wunderschönes, geradezu königliches Bild mit diesem 3905 Meter hohen eisgepanzten Riesen, dessen Nordwand steil in Richtung Sulden abfällt. Wenn die Eisdecke auf dem Haider See dick genug ist, tummeln sich dort regelmäßig Eisläufer, Snowkiter und Eissegler.

Der See ist übrigens „natürlichen“ Ursprungs und nicht künstlich gestaut wie der Reschensee mit seinem berühmten Turm. Aufgestaut wurde er durch die großen nacheiszeitlichen Murschübe, die vom Plawenttal herunter den gewaltigen Murgel der Malser Haide aufgeschüttet haben. Vor dem Bau der Staumauer am Reschensee gab es noch einen dritten, den Mittersee, auch Grauner See genannt. Mit der Seestauung im Jahr 1950 ist dann nicht nur der Mittersee im großen Reschen-

see „aufgegangen“, sondern auch ein gesamtes Dorf. 70 % der Bevölkerung sind aus- oder abgewandert, 163 Wohnhäuser und landwirtschaftliche Gebäude wurden gesprengt und 514 Hektar Kulturlfläche vernichtet. Aber zurück zum Haider See. Er gehört zu den noch ursprünglichsten Seen in Südtirol, sowohl am Nord- als auch am Südufer finden sich ausgedehnte Biotope. Mögen sie auch im Winter wenig attraktiv erscheinen, so sind sie doch von größter ökologischer Bedeutung.

Wegverlauf: Vom Parkplatz oder von der Bushaltestelle zur Brücke über die Etsch und rechts vom Bächlein in Richtung Süden. Ein kurzes Stück geht es durch den Auwald, dann spaziert man am westlichen Seeufer mit prächtigem Fernblick auf den zugefrorenen See und die Ortlergruppe südwärts. Nach einem sanften Aufstieg folgt ein etwas steilerer Abstieg zurück zum See, der manchmal glatt oder gar eisig ist. Am See entlang erreicht man das Biotop am südlichen Seeufer. Ein Holzsteg führt über die Etsch, vorbei an mehreren Hinweistafeln gelangt man zu den Fischerhäusern. Von dort geht's bequem zurück nach St. Valentin.







FERIENREGION RESCHENPASS

Die Ferienregion Reschenpass besteht aus den Dörfern Reschen, Graun und St. Valentin, die allesamt an der antiken römischen Handelsstraße Via Claudia Augusta, am Dreiländereck zwischen Italien, Österreich und der Schweiz liegen. Herzstück der Ferienregion Reschenpass ist der versunkene Turm im Reschensee. Die Seitentäler am Reschenpass, Langtaufers und Rojen bilden ein Erholungsgebiet für Genießer von Stille und Natur. Höhenlagen ab 1400 m garantieren am Reschenpass flächendeckendes Winterweiß. Für Kitesurfer und alle, die ihren Urlaub gerne am Wasser verbringen, ist der spektakuläre Re-

schensee in der Ferienregion genau richtig. Im Winter wie im Sommer ist die Ferienregion ein Hotspot für Wanderer, Biker, Skifahrer, Langläufer und vieles mehr. Besuchen Sie uns einfach!

Ferienregion Reschenpass

Hauptstraße 22
39027 Reschen
T +39 0473 63 31 01
info@reschenpass.it
www.reschenpass.it

Tourismusbüro Reschenpass

Öffnungszeiten:
Montag bis Samstag, von 9–12 Uhr
und von 14.30–18 Uhr
(in der Nebensaison Samstag-
nachmittag geschlossen)



Planeil: Wo die Straße endet, gibt es keinen Durchgangsverkehr.



10

Anfahrt

Vinschgau, Mals, Planeil

Ausgangspunkt

Parkplatz/Bushaltestelle in
Planeil

Gehzeit

ca. 3,5 Stunden

Höhenunterschied

ca. 600 m

Kartenmaterial

Alpenwelt Verlag, 1469
Reschenpass 1:40.000

IM SOMMER ZUR PLANEILER ALM

Vom Reschenpass bis zum Fuße der Malser Haide erstreckt sich das Vinschgauer Oberland mit seinen drei Seen und den majestätischen Gipfeln der Ortlergruppe. Es ist eine ernste und karge Landschaft, die sich auf dem größten Schuttkegel Europas ausbreitet, und ernst, in sich geschlossen ist auch der Charakter der Dörfer und Weiler. An der Südabdachung der Malser Haide kleben gegenüber dem Dorf Burgeis mit dem Kloster Marienberg die Weiler Plawenn, Ulten und Alsack wie Nester am Berghang. Im kleinen, südlich davon gelegenen Tal liegt auf 1600 m der Ort Planeil, der trotz mehrerer Brände immer noch auf den ersten Blick als altes, römisches Haufendorf erkennbar ist. Dicht aneinander gedrängt stehen die Häuser im steilen Hang rund um die bereits 1474 erwähnte St.-Nikolaus-Kirche, deren Patrozinium an die seit Urzeiten hier vorbeiführenden Wege erinnert. Das Planeiltal ist ein wundervolles Wandergebiet für Menschen, welche in einer ebenso eigen- wie einzigartigen Landschaft Ruhe und Besinnung suchen.

Wegverlauf: Vom Dorf Planeil aus wandert man leicht aufwärts auf dem breiten Talweg, Markierung 6, zu den Mauerresten des einstigen Peterettes, dessen Bewohner der Überlieferung nach 1632 als einzige von der damals grassierenden Pest verschont geblieben sein sollen. Nach etwa 1,5 Stunden Gehzeit verlässt man die Markierung 6, und folgt geradeaus der Markierung 10 und steigt durch Almgelände und schütterer Wald mäßig steil auf zur Planeiler Alm. Im Abstieg setzt man auf dem von der Almhütte talaus führenden Weg (Mark. 10) fort, der durch Wiesen bis oberhalb von Planeil und dann ziemlich steil hinunter zum Ausgangspunkt zurückführt.





11

**Anfahrt**

Vinschgau, Mals, Planeil

Ausgangspunkt

Parkplatz/Bushaltestelle in Planeil

Gehzeit

ca. 4,5 Stunden

Höhenunterschied

ca. 600 m

Strecke

11 km

Kartenmaterial

Tabacco 043, Vinschgauer Oberland,

1:25.000



WINTERRUNDWANDERUNG AUF DIE PLANEILER ALM (2203 m)

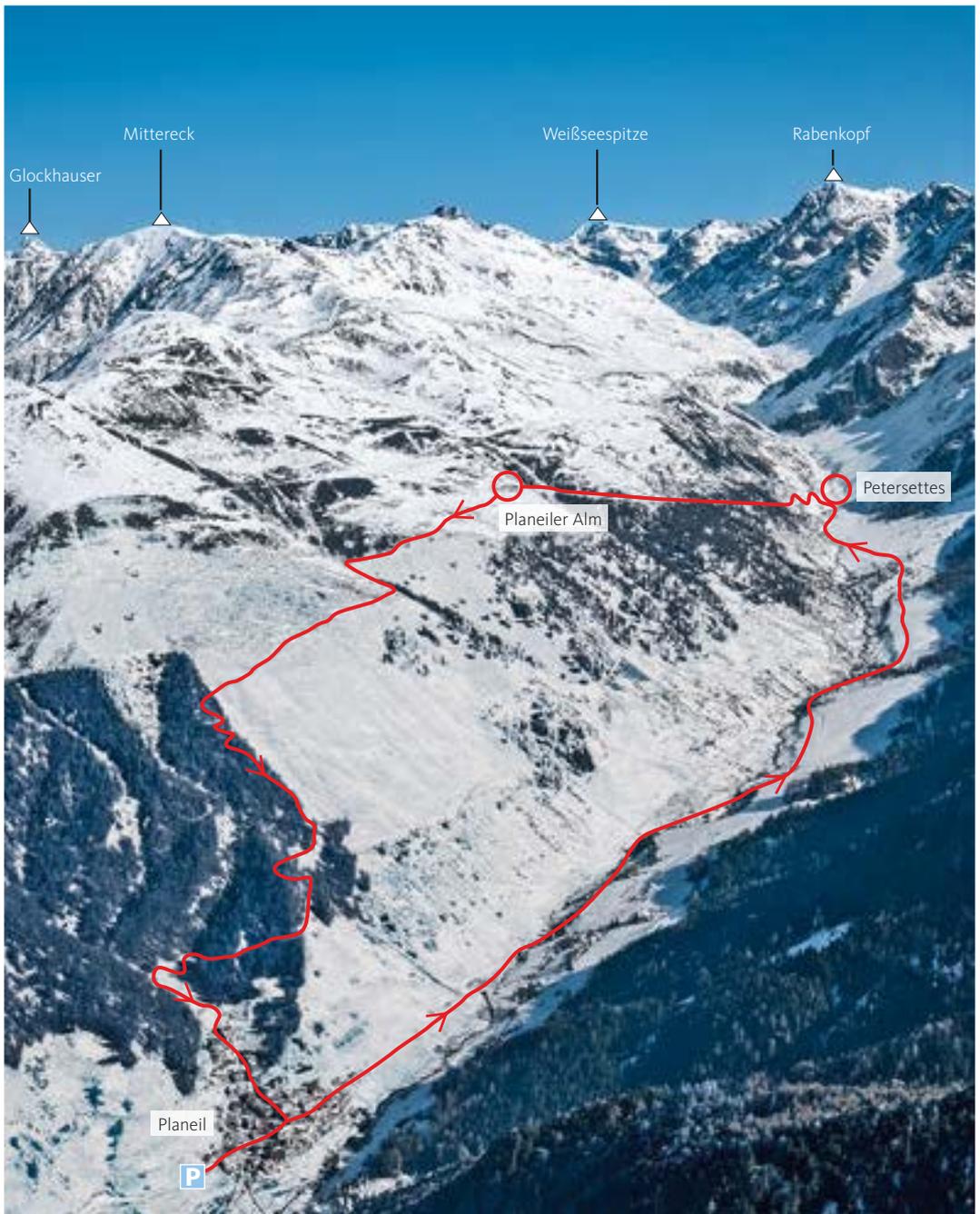
Auf der Sonnenseite

Planeil war ein „typisches“ romantisches Haufendorf, in dem durch die herrschende Realteilung (fast) unvorstellbare Zustände entstanden. So gehörten etwa die Küche im ersten Stock und ein Zimmer im Erdgeschoss einem Besitzer, der Rest des Hauses war auf drei weitere aufgeteilt. Jeweils am 16. Oktober 1985 und 1986 wüteten katastrophale Brände in Planeil. Aber die Katastrophe wurde als Chance genutzt: Beim Wiederaufbau wurden diese „unmöglichen“ Besitzverhältnisse bereinigt und das Dorf wurde zu einem Vorzeigemodell.

Wegverlauf: Man durchquert das malerische Dorf und wandert auf dem Almweg (Mark. 6) leicht ansteigend durch das Hochtal entlang dem Punibach taleinwärts. In der Verebnung beim Hof Petersettes führt nach links eine Brücke über die Puni. Auf dem Almweg gewinnt man durch einen Lärchenwald zunehmend an Höhe. Kurz vor der Alm wird noch ein kleines Tal gequert, dann liegt bald auf einem langgezogenen Hang die Planeiler Alm. Hier öffnet sich ein herrlicher Blick ins Münstertal, auf die Sesvennagruppe, die Ortlergruppe sowie auf die Talweite von Glurns. Ausgiebige Rast und „Genuss pur“ sind angesagt. Abstieg wie Aufstieg.

Bei wirklich guten Verhältnissen kann man in Richtung Südwest über den Sommersteig absteigen (Mark. 10), der zunächst flach über Almböden (freies Gelände bis in die Gipfelregion, erhöhte Vorsicht geboten!), später steil durch Lärchenwald direkt nach Planeil führt.

Variante: Der möglicherweise verlockende Aufstieg zum „Stoanmandl“ (260 Höhenmeter) führt ebenfalls durch völlig freies Gelände. Stabile Schneeverhältnisse sind unabdingbar!



Hinweis: Alle Angaben in diesem Wanderführer wurden von den Autoren sorgfältig recherchiert. Sollten Sie bei Ihren Touren dennoch Unstimmigkeiten bemerken, nimmt der Verlag Ihre Hinweise gerne entgegen (buchverlag@athesia.it). Die Benutzung dieses Führers erfolgt auf eigenes Risiko. Eine Haftung für etwaige Unfälle und Schäden wird weder von den Autoren noch vom Verlag übernommen.

Das Werk, einschließlich aller seiner Teile, ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung außerhalb der engen Grenzen des Urheberrechtsgesetzes ist ohne Zustimmung des Verlages unzulässig und strafbar. Das gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Übersetzungen, Mikroverfilmungen und die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronischen Systemen.

Bildnachweis: Athesia-Tappeiner Verlag, Airphoto Tappeiner/Georg Tappeiner, Christjan Ladurner, IDM Südtirol (Matt Cherubino, Patrick Schwenbacher, Matt Cherubino, Alex Filz, Harald Wisthaler, Manuel Kottersteiger, Frieder Blickle, Daniel Geiger, Clemens Zahn, Hannes Niederkofler, Alex Moling, Filippo Galluzzi, Florian Andergassen), Vinschgau Marketing/Frieder Blickle, Dietrich Holzer, Geomarketing GmbH, Dolomiten Archiv, Franco Cogoli, stock.adobe.com, Andrea Nischler, Peter Santer, Alex Filz, Pixabay, W. Waldner, Photo Grüner Thomas, TV Passeier, N. Sölva, Hanspaul Menara, Manuel Ferrigato, MK Photography, Stephan Matzoll, Arch. David Messner, Pircher Roland, Ortler Skiarena/Alex Filz, Rene Gamper, Barbara Obkircher, Greti Fassnauer, Barbara Fassnauer, Michael Schwarzer, 2014 sportsemotions.it, helios.bz, Simon Legner/Wikipedia, Michael Schwarzer, Federico Modica/Archivio Catinaccio SpA, Harald Wisthaler, sowie weitere Bilder aus dem Privatbesitz der Inserenten.

2020

Alle Rechte vorbehalten

© by Athesia Buch GmbH, Bozen

Texte: Leo Brugger, Christjan Ladurner, Alexander Comploj, Christine Mairhofer, Heiner Oberrauch, Herbert Pardatscher-Bestle, Augusto Golin, Marlene Weithaler, Thomas Plattner, Christoph Gufler, Ernst Lösch, Josef Hilpold, Barbara Benedini, Hans Dosser

Umschlaggestaltung: Nele Schütz Design, München

Design & Layout: Athesia-Tappeiner Verlag

Kartografie: Athesia-Tappeiner Verlag, geomarketing, www.geo-marketing.eu

Druck: Athesia Druck, Bozen

ISBN 978-88-7073-948-0

www.athesia-tappeiner.com

buchverlag@athesia.it

TAPPEINER

 **designed + produced**
IN SÜDTIROL



FAMILIENLAND

Südtirol – Dolomiten

In diesem Freizeitführer für die ganze Familie finden Sie über 250 Vorschläge, Radtouren, Wanderungen, Touren mit dem Kinderwagen, Themenwege, aber auch Hochseilgärten, Kraxeltouren für die ganze Familie, kinderfreundliche Museen, Ruinen und Schlösser sowie Schluchtenwege und Erlebnis-Trails. Für den Winter gibt es Tipps zum Rodeln, Winterwandern, Schneeschuh-Touren und Schneespaß. So steht Ihrem Tagesausflug, Wochenend-Trip oder Wochen-Urlaub nichts mehr im Wege!

Selbstverständlich darf die wohlige Einkehr auf der Alm, im einem Gasthof oder gar einem Hotel nicht fehlen ...

- **Das umfassendste Familien-Outdoor-Buch auf dem Markt!**
- **Für jedes Familienmitglied das richtige dabei!**
- **250 Freizeit-Aktivitäten für jeden Anspruch, zu jeder Jahreszeit**
- **GPS-Daten zum Downloaden – mit APP offline navigierbar**

ISBN 978-88-7073-948-0



9 788870 739480

athesia-tappeiner.com

29,90 € (I/D/A)