

TUESDAY

BIKE

EASY

E-BIKE-TOUR SEISER ALM E-BIKE-TOUR ALPE DI SIUSI



Bikeguide kostenlos
Guida gratuita
Bikeguide free

DEU

Diese Tour ist eine der Schönsten! Mit Hilfe des E-Bikes wird der Ausflug für Jedermann zum Genuss. Das 360°-Panorama mit der Santner Spitze als dem Wahrzeichen Südtirols, Plattkofel, Langkofel, Marmolada im Süden, Sella Gruppe, Schlern und Geisler Gruppe im Norden ist einfach spektakulär. An schönen Tagen reicht die Sicht bis zum Ortler. Vom höchsten Punkt, dem Dialer-Kirchlein führt ein frei liegender Trail zum Berghaus Zallinger. Die Abfahrt unterhalb des Platt- und Langkofels über Saltria, kurz ins Jendental, um den Wolfsbühl herum und bis zum Startpunkt in Compatsch wird man nicht vergessen.

Mitzubringen:

E-Bike, Helm, Getränk, Jacke, Riegel, Banane

IT

Questo tour è uno dei più belli! Grazie all'e-bike tutti possono unirsi a questa piacevole gita. Il panorama a 360° è spettacolare: la cima Santner, emblema dell'Alto Adige, il Sasso Piatto, il Sasso Lungo, la Marmolada a sud, il gruppo Sella, lo Sciliar e le Odle. Con le belle giornate si può scorgere perfino l'Ortles. Dal punto più alto, presso la chiesetta Dialer, un fantastico trail porta al rifugio Zallinger. Indimenticabile la discesa che passa sotto al Sasso Piatto e al Sasso Lungo passando per Saltria, percorrendo un tratto della valle Jender e costeggiando il colle Lupo per poi giungere al punto di partenza a Compatsch.

Da portare:

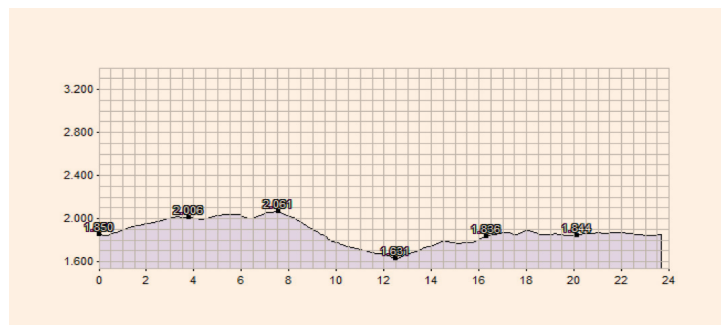
E-Bike, casco, bibita, giubbotto, barretta, banana

ENG

Enjoy one of the most beautiful tours on an e-bike! The 360° panoramic view of the Santner Peak, South Tyrol's landmark, Plattkofel, Langkofel, Marmolada, Sella Group, Schlern and Geisler is simply spectacular. With clear sky it is even possible to see the Ortles. From the highest point, the Dialer Chapel, a wonderful trail leads to the Zallinger Guesthouse. You will never forget the descent past the Plattkofel and Langkofel via Saltria and the Jender valley, around the Wolfsbühl and back to the starting point in Compatsch.

Please remember to bring the following:

E-bike, helmet, water bottle, jacket, bar, banana



Start / Partenza: 9:30 Büro / Ufficio / Office Alps Activ

Dauer / Durata / Duration: 5 h

Höhenmeter / Dislivello / Elevation gain: 750 m

Schutzhütte / Rifugio / Alpine hut: Ja / Sì / Yes

Strecke / Percorso / Distance: 32 km

Ankunft / Arrivo / Arrival: 15:00 Uhr / ore 15:00 / 3:00 pm

Liftticket nicht inbegriffen
Biglietto non incluso
Ticket not included

WEDNESDAY

BIKE

MEDIUM

E-BIKE-TOUR SECEDA - GRÖDEN E-BIKE-TOUR SECEDA - VAL GARDENA



Bikeguide kostenlos
Guida gratuita
Bikeguide free

DEU

Eine wunderschöne Tour, die uns zur Seceda führt, um die spektakuläre Geislergruppe zu bewundern. Von der Seiser Alm aus erreichen wir Monte Pana über eine Schotterstraße durch den Wald am Fuße des Langkofels und Plattkofels. Von dort aus geht es weiter nach Wolkenstein in Gröden, wo wir mit dem Aufstieg zur Regensburger Hütte beginnen. Nach einer kurzen Panoramapause setzen wir unsere Tour zu den Wiesen der Seceda fort und machen dort eine Mittagspause. Anschließend erreichen wir St. Ulrich, von wo aus wir mit der Seilbahn zurück zur Seiser Alm fahren.

Mitzubringen:

Mountainbike, Helm, Getränk, Jacke, Riegel, Banane

IT

Bellissimo tour che ci porterà sul Seceda per ammirare lo spettacolare gruppo delle Odle. Partendo dall'Alpe di Siusi si raggiunge Monte Pana attraverso una strada sterrata in mezzo ai boschi ai piedi del Sassolungo e del Sassopiatto. Da qui si continua fino a Selva di Val Gardena dove inizieremo l'ascesa verso il rifugio Firenze. Dopo una breve pausa panoramica continueremo verso i prati del Seceda e ci fermeremo per il pranzo. Raggiungeremo poi Ortisei, da dove risaliremo sull'Alpe di Siusi con la cabinovia.

Da portare:

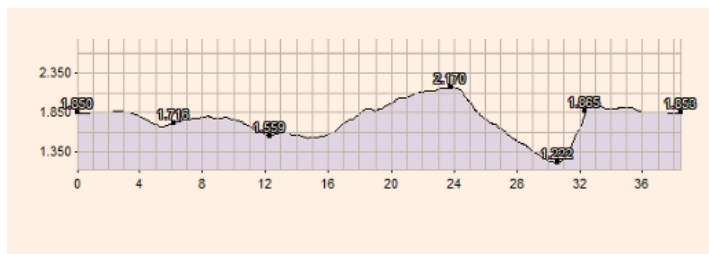
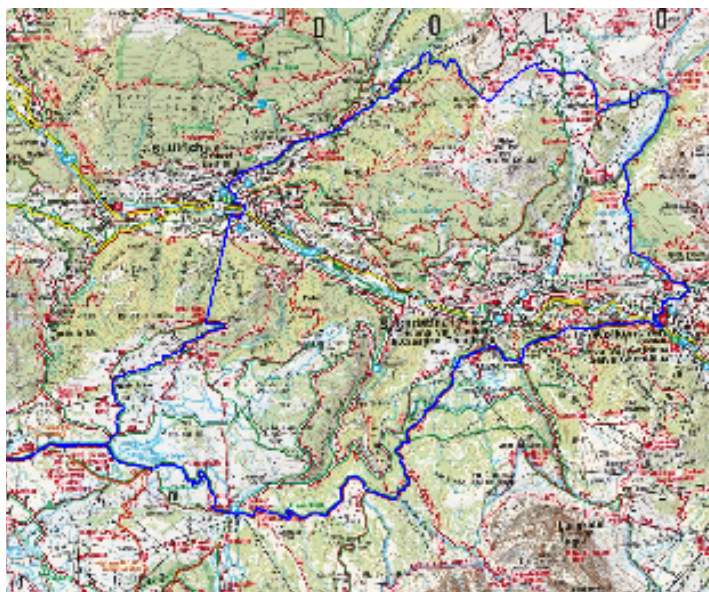
Bicicletta, casco, bibita, giubbotto, barretta, banana

ENG

A beautiful tour that will take us to Seceda to admire the spectacular Odle group. Starting from Alpe di Siusi, we will reach Monte Pana through a dirt road in the middle of the woods at the foot of Sassolungo and Sassopiatto. From there, we will continue to Selva di Val Gardena, where we will begin the ascent towards rifugio Firenze. After a short panoramic break, we will continue towards the meadows of Seceda and stop for lunch. We will then reach Ortisei, from where we will take the cable car back up to Alpe di Siusi.

Please remember to bring the following:

Bike, helmet, water bottle, jacket, bar, banana



Start / Partenza: 9:00 Büro / Ufficio / Office Alps Activ

Dauer / Durata / Duration: 4 h

Höhenmeter / Dislivello / Elevation gain: 700 m

Anzahl der Lifte / Impianti utilizzati / Lifts used: 2

Schutzhütte / Rifugio / Alpine hut: Ja / Sì / Yes

Strecke / Percorso / Distance: 38 km

Ankunft / Arrivo / Arrival: 15:00 Uhr / ore 15:00 / 3:00 pm

Liftticket nicht inbegriffen

Biglietto non incluso

Ticket not included

THURSDAY

BIKE

HARD

Bikeguide kostenlos
Guida gratuita
Bikeguide free

SELLARONDA (FULLY E-BIKE)

EINZIGARTIG UND UNVERGESSLICH
UNICO E INDIMENTICABILE
UNIQUE AND UNFORGETTABLE



DEU

Kampfgeist, Ausdauer und ein Mountainbike sind Voraussetzung um an der Sella Ronda Tour teilzunehmen. Mit Hilfe der Aufstiegsanlagen überqueren wir die bekannten Dolomitenpässe, das Grödnerjoch, den Campolongsattel, das Pordoijoch und das Sellajoch.

Achtung! Es wird ein E-Bike Fully empfohlen.

Mitzubringen:

E-Bike, Helm, Getränk, Jacke, Riegel, Banane

IT

Spirito di combattimento, resistenza e una mountain bike sono i requisiti per partecipare al tour Sellaronda. Con l'aiuto degli impianti di risalita attraverserete i più noti passi delle Dolomiti, come il Passo Gardena, il Passo Campolongo, il Passo Pordoi e il Passo Sella.

Attenzione! Si consiglia l'uso di una e-bike fully.

Da portare:

E-Bike, casco, bibita, giubbotto, barretta, banana

ENG

A fighting spirit, perseverance and a mountain bike are all you need to take part in the Sella Ronda Tour. We will use the lift facilities to cross the famous Dolomite passes, the Grödner Pass, the Campolongo Saddle, the Pordoi Pass and the Sella Pass.

Attention! The use of an e-bike Fully is recommended.

Please remember to bring the following:

E-Bike, helmet, water bottles, jacket, bar, banana



Start / Partenza: 8:00 Büro / Ufficio / Office Alps Activ

Höhenmeter / Dislivello / Elevation gain: Gesamter Höhenunterschied: 3.540 m, entspricht Netto zu treten 1.360 hm / 3.540 m, effettivi 1.360 metri / 3,540 m, net equivalent of biking 1,360 m

Anzahl der Lifte / Impianti utilizzati / Lifts used: 8

Schutzhütte / Rifugio / Alpine hut: Ja / Sì / Yes

Strecke / Percorso / Distance: 70 km

Ankunft / Arrivo / Arrival: 17:00 Uhr / ore 17:00 / 5:00 pm

Tageskarte nicht inbegriffen
Biglietto giornaliero non incluso
Full day ticket not included

MONDAY

BIKE

EASY

E-BIKE TECHNIQUE TRAINING



Bikeguide kostenlos
Guida gratuita
Bikeguide free

DEU

Gemeinsam mit einem unserer ausgebildeten MTB Guides erlernen Sie die Fahrtechnik von Grund auf und professionell...

Nach einer kurzen Begrüßung des Guides wird mit einer Analyse und Beratung zu Sitzposition, Bike und Ausrüstung begonnen. Unser Techniktraining umfasst richtiges Bremsen, eine grundlegende Kurventechnik, die richtige Balance, steiles Bergauf- und Bergabfahren sowie sicheres Überfahren von kleinen Hindernissen. Direktes Feedback in den Übungen und anschließende erste Anwendung „on tour“ versprechen schnell mehr Sicherheit und Spaß auf dem Bike.

Mitzubringen:
E-Bike, Helm

IT

Affidatevi a una delle nostre guide qualificate e attraverso un allenamento professionale apprenderete l'ABC della tecniche di guida. Dopo una breve introduzione su bicicletta e attrezzatura, la guida analizzerà la vostra posizione in sella. Nel corso dell'allenamento imparerete a frenare correttamente, affrontare le curve, mantenere l'equilibrio, gestire ripide salite e discese e superare in piena sicurezza piccoli ostacoli. Grazie alla correzione immediata degli esercizi e alla messa in pratica di quanto appreso nel tour successivo conquisterete rapidamente un alto livello di sicurezza che vi permetterà di divertirvi ancora di più sulla vostra mountain bike.

Da portare:
E-Bike, casco

ENG

Together with our trained MTB guides you'll learn the cycling technique from scratch... After a short introduction by the guide, we start with analysing your seating position, bike and equipment.

The technique training includes breaking, basic techniques in turns, the right balance, steep uphill and downhill cycling, and safe crossing of small obstacles. After the training you are ready for the coming days. Direct feedback during the exercises and first practice in tours will quickly provide more safety and fun on the bike.

Please remember to bring:
E-Bike, helmet



Start / Partenza: 8:45 Büro / Ufficio / Office Alps Activ
Dauer / Durata / Duration: 2 h

Auch für Anfänger geeignet
Adatto anche ai principianti
Suitable also for beginners

MONDAY

BIKE

MEDIUM

Bikeguide kostenlos
Guida gratuita
Bikeguide free

E-BIKE-TOUR

VÖLSER WEIHER - TUFFALM LAGHETTI DI FIÈ - MALGA TUFF



DEU

Die Tour führt zu den beiden idyllisch gelegenen Völser Almen, der Tuff Alm und dem Hofer Alpl. Abseits der Hauptstraße fährt man sich auf dem Weg nach St. Konstantin erst einmal gemütlich warm. Im ersten Teil der Auffahrt lockt dann der Badesee Völser Weiher vor der Felskulisse des Schlern. Die Route führt zum etwas höher gelegenen Huber Weiher und dann weiter im Wald bergauf Richtung Tuff Alm und weiter zum Hofer Alpl. Für die Einkehr auf einer der beiden Almen sollte man ausreichend Zeit einplanen, zu schön sitzt man auf den Aussichtsterrassen mit unvergesslicher Fernsicht.

Mitzubringen:

E-Bike, Helm, Getränk, Jacke, Riegel, Banane

IT

L'escursione ci porta a due tipiche, idilliache malghe a Fiè allo Sciliar, la malga Tuff e la malga Hofer Alpl. Lungo una stradina di montagna pedaliamo in direzione San Costantino. Nella prima parte troviamo il lago di Fiè, che attira lo sguardo con il suggestivo scenario roccioso dello Sciliar sullo sfondo. Il percorso poi ci conduce al laghetto Huber, dopo una leggera salita nel bosco la malga Tuff e infine la malga Hofer Alpl. Faremo una pausa rigenerante in una delle malghe per godere il paesaggio mozzafiato dalle sdraio delle terrazze panoramiche.

Da portare:

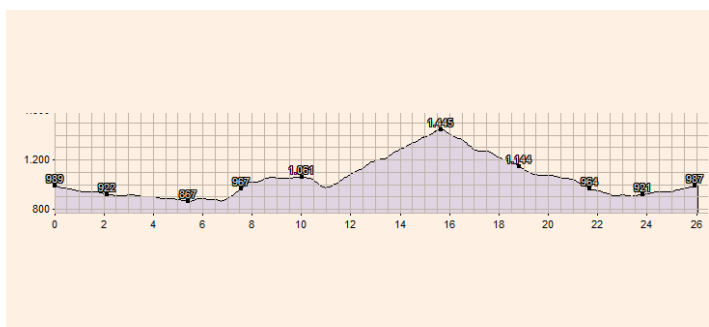
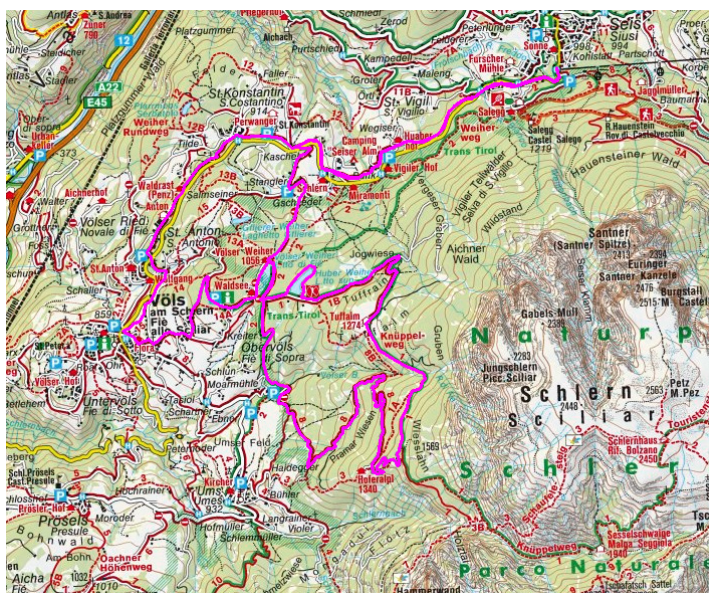
E-Bike, casco, bibita, giubbotto, barretta, banana

ENG

The tour leads to the two idyllic Völser Alpine meadows, the Tuff Alm and the Hofer Alpl. On the way to St. Konstantin, off the main road, you will start to warm up. In the first part of the ascent we bike along lake Völser Weiher, which is located in front of the rocky backdrop of the Schlern mountain. The route leads to the higher Huber Weiher and then uphill through the forest towards Tuff Alm and on to Hofer Alpl. We will stop at one of the two alpine pastures, the unforgettable views are too beautiful to miss.

Please remember to bring the following:

E-Bike, helmet, water bottle, jacket, bar, banana



Start / Partenza: 11:00 Büro / Ufficio / Office Alps Activ

Dauer / Durata / Duration: 4 h 30 min

Höhenmeter / Dislivello / Elevation gain: 800 m

Schutzhütte / Rifugio / Alpine hut: Ja / Sì / Yes

Strecke / Percorso / Distance: 26 km

Ankunft / Arrivo / Arrival: 15:30 Uhr / ore 15:30 / 3:30 pm

WEDNESDAY

BIKE

MEDIUM

Bikeguide kostenlos
Guida gratuita
Bikeguide free

E-BIKE-TOUR TIERS E-BIKE-TOUR TIERS



DEU

Wir starten unsere Tour in Seis am Schlern und können uns auf den ersten Kilometern nach Ums gemütlich einfahren. Anschließend radeln wir kontinuierlich bergauf in Richtung Tschafonleger.

Danach setzen wir unsere Runde zum Gasthaus Schönblick fort, wo wir gemütlich einkehren und unsere Kräfte stärken. Auf schönen, stellenweise anspruchsvollen Wegen gelangen wir zurück nach Seis am Schlern. Während der gesamten E-Bike Tour haben wir zahlreiche Gelegenheiten, die Gipfel der Dolomiten zu erblicken. Die Aussicht reicht vom Schlern, der vor allem durch seine charakteristische Form bekannt ist, über die Hammerwand und den Tschafon bis hin zur Rosengartengruppe. Bis auf einzelne Passagen, die steil oder technisch anspruchsvoll sind, stellt uns die Runde vor keine allzu großen Herausforderungen und wir erleben das pure Fahrvergnügen durch die Südtiroler Bergwelt.

Mitzubringen:

E-Bike, Helm, Getränk, Jacke, Riegel, Banane

IT

Iniziamo il nostro percorso nella località di Siusi allo Sciliar, proseguiamo in salita in direzione Tschafonleger. L'itinerario continua in discesa fino al ristorante Schönblick, dove possiamo sostare e recuperare le nostre forze. Attraversando sentieri meravigliosi, a volte impegnativi, passiamo la croce Schnaggen e la località di Umes, per poi ritornare a Siusi allo Sciliar. In questo percorso panoramico possiamo ammirare lo Sciliar, oltre alla Croda del Maglio, la cima Tschafon e infine ci troviamo davanti la vista mozzafiato del gruppo del Catinaccio. Ecco perché dovremmo fermarci di tanto in tanto e viverci questo meraviglioso panorama montano. Il percorso non presenta grandi difficoltà, fatta eccezione per alcuni passaggi più ripidi o tecnicamente più impegnativi. Il divertimento, guidando attraverso le spettacolari montagne dell'Alto Adige è garantito.

Da portare:

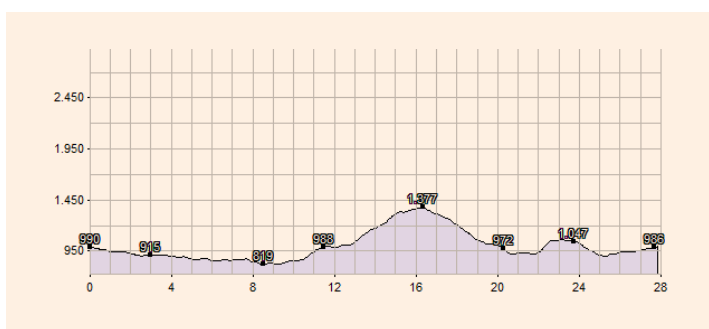
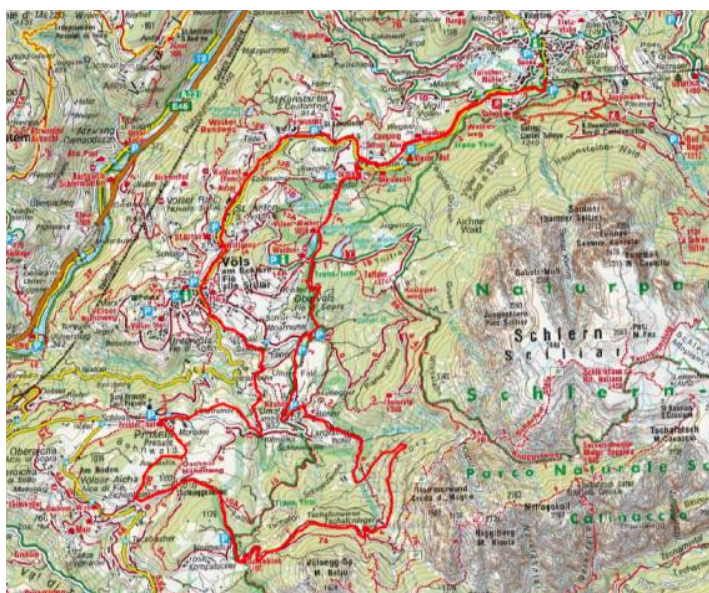
E-Bike, casco, bibita, giubbotto, barretta, banana

ENG

We start our tour in Seis am Schlern, then we cycle steadily uphill towards the Tschafonleger. Afterwards, we continue our tour downhill to the Schönblick restaurant, where we can stop for a break and to recharge our batteries. On beautiful, yet in places challenging paths we pass the Schnaggenkreuz and Umes back to Seis am Schlern. The views range from Schlern to the Hammerwand and the Tschafon, all the way to the Rosengarten group. We'll stop a few times to admire the magnificent mountain scenery. Apart from a few steep or technically demanding passages the tour is not too challenging and we'll experience pure riding pleasure through the South Tyrolean mountains.

Please remember to bring the following:

E-Bike, helmet, water bottle, jacket, bar, banana



Start / Partenza: 9:30 Büro / Ufficio / Office Alps Activ

Dauer / Durata / Duration: 6 h

Höhenmeter / Dislivello / Elevation gain: 900 m

Schutzhütte / Rifugio / Alpine hut: Ja / Sì / Yes

Strecke / Percorso / Distance: 52 km

Ankunft / Arrivo / Arrival: 15:30 Uhr / ore 15:30 / 3:30 pm

FRIDAY

BIKE

EASY

Bikeguide kostenlos
Guida gratuita
Bikeguide free

E-BIKE-TOUR LANGENTAL E-BIKE-TOUR VALLUNGA IN VAL GARDENA



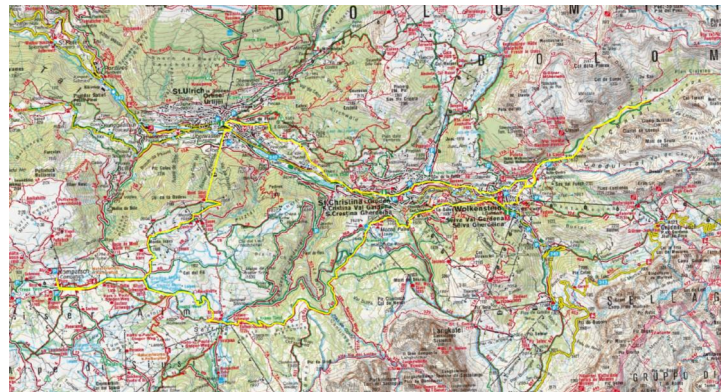
DEU

Die Radtour ins urig schöne Langental ist eine echte Genusstour durch den Naturpark Puez-Geisler in den Dolomiten. Geeignet ist die Tour für MTB-Einsteiger, Familien und auch für all jene, die noch nicht ganz so viele Höhenmeter bezwingen möchten.

Da wir uns mit den Seilbahnen die Mühen bergauf ersparen und zumeist auf gut ausgebauten Schotter- und Wanderwegen fahren, sind keine besonderen Voraussetzungen für die Tour erforderlich.

Mitzubringen:

E-Bike, Helm, Getränk, Jacke, Riegel, Banane

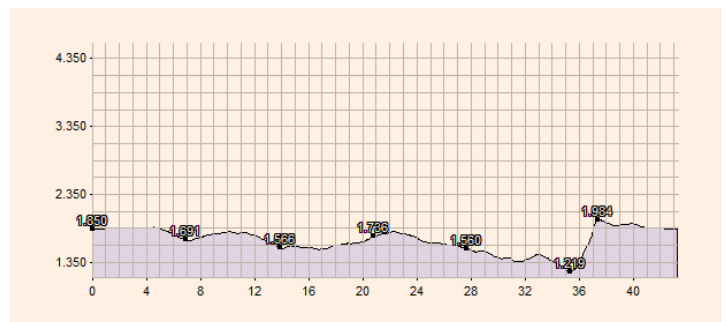


IT

La gita con l'E-bike nella pittoresca Vallunga, attraverso il parco naturale Puez-Odle nelle Dolomiti, è un vero e proprio piacere per i sensi. Il percorso è adatto per principianti, per famiglie e per tutti coloro che non vogliono ancora affrontare troppi metri di dislivello. Questo itinerario non richiede requisiti particolari, dato che le salite avvengono comodamente con le funivie e il tragitto si sviluppa principalmente su sterrato e su sentieri escursionistici.

Da portare:

E-Bike, casco, bibita, giubbotto, barretta, banana



ENG

This E-bike tour leads us into the rustic and beautiful Langental Valley right through the Puez-Odle nature park in the Dolomite mountains. The tour is suitable for beginners, families and for all those who do not want to face much altitude yet.

Since we save ourselves the effort of going uphill by using the cable cars and mostly ride on well-maintained gravel and hiking paths, no special requirements are necessary for this scenic tour.

Please remember to bring the following:

E-Bike, helmet, water bottle, jacket, bar, banana

Start / Partenza: 9:30 Büro / Ufficio / Office Alps Activ

Dauer / Durata / Duration: 6 h

Höhenmeter / Dislivello / Elevation gain: 650 m

Schutzhütte / Rifugio / Alpine hut: Ja / Sì / Yes

Strecke / Percorso / Distance: 50 km

Ankunft / Arrivo / Arrival: 15:30 Uhr / 15:30 / 3:30 pm

Liftticket nicht inbegriffen

Biglietto non incluso

Ticket not included

FRIDAY

BIKE

HARD

Bikeguide kostenlos
Guida gratuita
Bikeguide free

E-BIKE-TÖRGGELETOUR E-BIKE-TOUR "TÖRGGELEN"



DEU

Los geht's nach Kastelruth, dem malerischen Ort mit seinen schmucken Fassaden über einen alten Fuhrweg, vorbei an alten Bauernhöfen mit ihren Scheunen, durch eine abwechslungsreiche Vegetation hinunter ins Eisacktal. Bald säumen wilde Kastanien- und Kirschbäume den Weg. Die sonnige Lage und das milde Klima lassen dort Obst und Wein reifen. Wir kommen an Obstanlagen, Weinbergen und blühenden Wiesen vorbei bis nach St. Oswald wo wir bei typischen Südtiroler Gerichten unsere Einkehr genießen. Anschließend hinauf zur Ruine Aichach geht es neben dem stattlichen Pflegerhof in Richtung Ausgangspunkt.

Mitzubringen:

E-Bike, Helm, Getränk, Jacke, Riegel, Banane

IT

Partiamo da Castelrotto, la pittoresca cittadina con le sue facciate decorative. Si percorre un'antica carrareccia, passando per i tradizionali masi e i loro fienili. Il percorso porta attraverso una fitta vegetazione fino alla Valle Isarco. Castagni e ciliegi selvatici fiancheggiano il sentiero. La posizione soleggiata e il clima mite consentono al meglio la maturazione di frutta e vino. Attraverseremo frutteti, vigneti e prati fioriti fino ad arrivare a Sant' Osvaldo, dove è possibile viziare il palato con il tipico törggelen altoatesino. Al ritorno si passa le rovine di Castel Rovereto, accanto al maestoso maso Pflegerhof e si ritorna verso il punto di partenza.

Da portare:

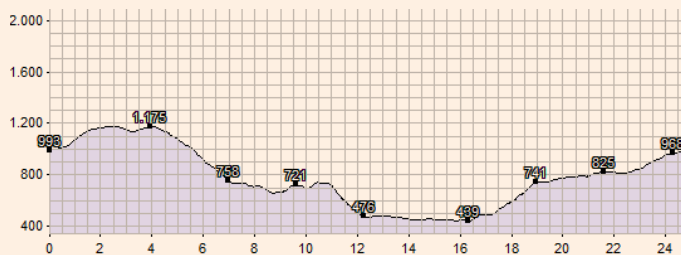
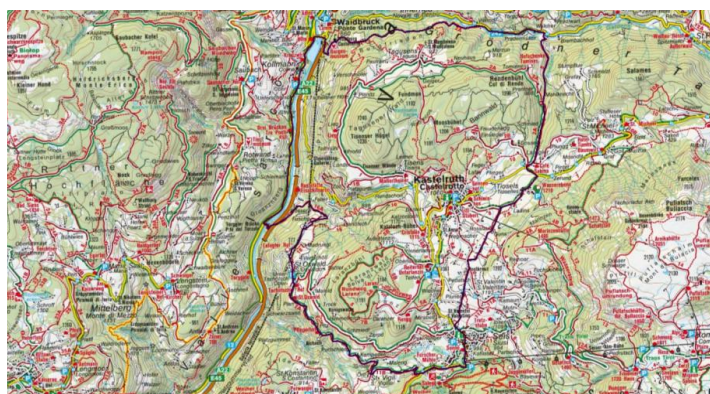
E-Bike, casco, bibita, giubbotto, barretta, banana

ENG

We set off to Kastelruth, a picturesque village with pretty facades, along an old driveway. On our way we'll admire traditional farms with their barns and pass through a varied vegetation way down to the Eisack Valley. Wild chestnut and cherry trees line our path and the sunny location and mild climate allow fruit and wine to ripen. We pass orchards, vineyards and flowering meadows until we reach St. Oswald where we enjoy a lunch break with typical South Tyrolean törggelen. We continue our tour up to the Aichach ruins, next to the stately Pflegerhof farm, and head back to the starting point.

Please remember to bring the following:

E-Bike, helmet, water bottle, jacket, bar, banana



Start / Partenza: 9:30 Büro / Ufficio / Office Alps Activ
Dauer / Durata / Duration: 5 h
Höhenmeter / Dislivello / Elevation gain: 1.000 m
Schutzhütte / Rifugio / Alpine hut: Ja / Sì / Yes
Strecke / Percorso / Distance: 40 km
Ankunft / Arrivo / Arrival: 15:00 Uhr / 15:00 / 3:00 pm

THURSDAY / FRIDAY

BIKE

MEDIUM

E-BIKE PUFELS - SEISER ALM E-BIKE-TOUR BULLA - ALPE DI SIUSI



Bikeguide kostenlos
Guida gratuita
Bikeguide free

DEU

Vom Treffpunkt an der Talstation der Umlaufbahn in Seis führt uns unser Ausflug vorbei am Hauptort der Gemeinde weiter zu den Fichtenwäldern am Panider Sattel. Mit Blick auf das Grödnertal geht es über eine Schotterstraße in das hochgelegene Örtchen Bufels. Bald werden wir die größte Hochfläche Europas erreichen: Die Seiser Alm – wo wir gemeinsam mit Blick auf Lang- und Plattkofel unser Mittagessen genießen. Über Waldwege in der Abfahrt endet die Tour schließlich am Ausgangspunkt in Seis.

Mitzubringen:

E-Bike, Helm, Getränk, Jacke, Riegel, Banane

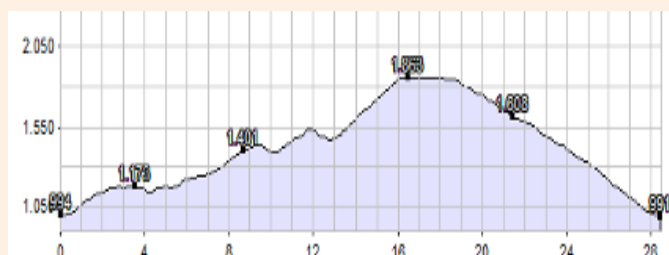


IT

Ci dirigeremo verso Castelrotto e attraverso splendidi prati verdeggianti si arriva fino ai boschi del passo Pinei. Da qui comincia la Val Gardena e attraverso una strada sterrata raggiungeremo il caratteristico paesino ladino di Bulla. Da qui una bellissima strada panoramica che si snoda in una stretta valle ci porterà sull'altipiano più grande d'Europa: l'Alpe di Siusi dove pranzeremo godendoci la vista del Sassolungo e il Sassopiatto. Nel pomeriggio ritorneremo a valle scendendo tra i boschi che portano a Siusi.

Da portare:

E-Bike, casco, bibita, giubbotto, barretta, banana



ENG

We will reach Castelrotto and from there through marvellous lush pastures we will reach the woods of Pinei pass. Here starts Val Gardena where a dirt road will lead us to the ladin village of Bulla. From here a wonderful panoramic route which untie in a narrow valley will bring us to the widest plateau in Europe: Alpe di Siusi, where we will have lunch enjoying the Sassolungo and Sassopiatto sight. In the afternoon we will return to valley through the woods which lead to Siusi.

Please remember to bring the following:

E-bike, helmet, water bottle, jacket, bar, banana

Start / Partenza: 9:30 Büro / Ufficio / Office Alps Activ
Dauer / Durata / Duration: 4 h
Höhenmeter / Dislivello / Elevation gain: 1.050 m
Schutzhütte / Rifugio / Alpine hut: Ja / Sì / Yes
Strecke / Percorso / Distance: 30 km
Ankunft / Arrivo / Arrival: 14:30 Uhr / ore 14:30 / 2:30 pm

FRIDAY

BIKE AND HIKE

HARD

Guide kostenlos
Guida gratuita
Free guide

ANTERMOIASEE LAGO DI ANTERMOIA



DEU

Für den ersten Teil dieser Tour eignet sich ein E-Bike besonders gut. Dadurch spart man Kraft für den eigentlichen Gipfelanstieg und schont später beim Rückweg die Knie. Somit werden auch entlegene Orte wie der Antermoiasee, mit der gleichnamigen Hütte als Tages tour durchführbar.

Mitzubringen:

Festes Schuhwerk, Rucksack und Getränk

IT

Per la prima parte di questo tour si presta particolarmente bene un'e-bike: si risparmiano le forze per la salita e si salvaguardano le ginocchia al ritorno. Grazie all'utilizzo dell'e-bike è possibile raggiungere nell'arco della giornata luoghi remoti come il lago di Antermioia e l'omonimo rifugio.

Da portare:

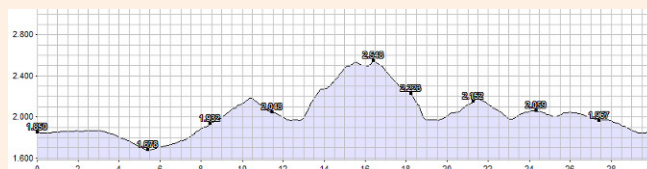
Calzature da trekking, zaino e bevande

ENG

An e-bike is perfect for the first part of this tour, as it saves energy for the actual hike and is gentler on your knees on the way back. It's also a great way to reach remote places, such as Lake Antermioia and its mountain hut, on a day trip that would otherwise be quite far.

Please remember to bring the following:

Sturdy shoes, backpack and drinks



Start / Partenza: 8:00 Büro / Ufficio / Office Alps Activ

Dauer / Durata / Duration: 8 h

Höhenmeter / Dislivello / Elevation gain: 900 m bike + 600 m hike

Schutzhütte / Rifugio / Alpine hut: Ja / Sì / Yes

Strecke / Percorso / Distance: 22 km bike + 8 km hike

Ankunft / Arrivo / Arrival: 16:00 Uhr / 16:00 / 4:00 pm

Liftticket nicht inbegriffen

Biglietto non incluso

Ticket not included

MONDAY

HIKE

EASY

Guide kostenlos
Guida gratuita
Free Guide

PANORAMAWANDERUNG SEISER ALM ESCURSIONE PANORAMICA ALPE DI SISI SCENIC HIKE SEISER ALM



DEU

Von Compatsch führt uns unsere Tour entlang des 10er Weges über die saftigen Almwiesen in Richtung Saltner Hütte. Die Rosszähne vor Augen, geht es nun leicht aufwärts zur, in sanfter Almlandschaft gelegenen Sattlerschwaige, wo wir nun ein schmackhaftes Mittagessen genießen können. Nach der wohlverdienten Einkehr bei Almspezialitäten, Kuhglockengeläut und Schlernblick, inmitten atemberaubender Panoramalandschaft, wählen wir nun den angenehmen Rückweg über die Tuene Hütte und Steger Dellai nach Compatsch.

Mitzubringen:
Festes Schuhwerk, Rucksack und Getränk

IT

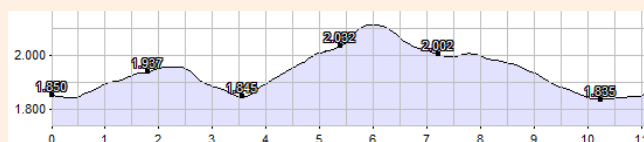
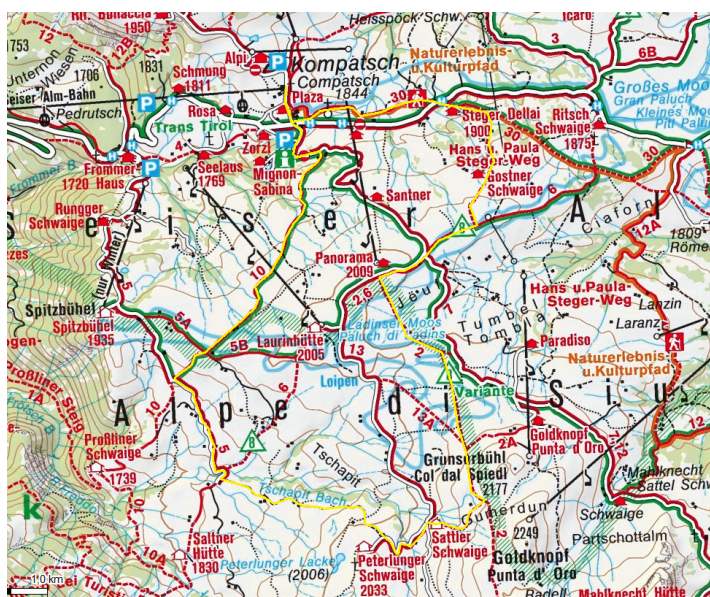
Il nostro tour ci porta lungo il sentiero n° 10 su profumati prati in direzione della malga Saltner. Con i Denti di Terrarossa davanti a voi, si procede leggermente in salita fino al bell'alpeggio della malga Sattler, dove possiamo godere di un delizioso pranzo. Dopo la ben meritata sosta trascorsa in compagnia delle ottime specialità della malga, dello scampanio dei campanacci delle mucche e del panorama dello Sciliar, al centro di un panorama mozzafiato, rientreremo passando per la baita Tuene, lo Steger Dellai e arriveremo a Compatsch.

Da portare:
Calzature da trekking, zaino e bevande

ENG

We will walk along hiking trail no. 10 through lush mountain pastures toward Saltner Hut. With the stunning „Rosszähne“ mountains right in front of us, we will gently ascend through a scenic landscape of meadows to Sattler Hut, where we will enjoy a delicious lunch. After savoring authentic Alpine specialties, listening to the soothing sound of cowbells, and admiring the breathtaking view of Sciliar and its surrounding panorama, we will make our way back past Tuene Hut and Steger Dellai, returning to Compatsch.

Please remember to bring the following:
Sturdy shoes, backpack with rainwear and drinks



Start / Partenza: 10:00 Büro / Ufficio / Office Alps Activ
Dauer / Durata / Duration: 4 h 30 min
Höhenmeter / Dislivello / Elevation gain: 400 m
Schutzhütte / Rifugio / Alpine hut: Ja / Sì / Yes
Strecke / Percorso / Distance: 11 km
Ankunft / Arrivo / Arrival: 15:00 Uhr / ore 15:00 / 3:00 pm

Liftticket nicht inbegriffen
Biglietto non incluso
Ticket not included

TUESDAY

HIKE

EASY

Preis: 35 €/Pers.
Prezzo: 35 €/Pers.
Price: 35 €/Pers.

SONNENAUFANG AUF DEM PUFLATSCH ALBA SULLA BULLACCIA SUNRISE ON PUFLATSCH



DEU

Sie werden am frühen Morgen von Ihrer Unterkunft abgeholt und auf die Seiser Alm gebracht. Hier startet unsere Tour nordwärts hinauf zum Berggasthof Puflatsch. Nach ca. 45 Minuten erreichen wir die Aussichtsplattform „Engelsrast“. Hier genießen wir den Sonnenaufgang mit herrlichem Rundblick auf die umliegenden Dolomitenberge wie Schlern, Lang- und Plattkofel, Sellastock sowie die Puez/Geislergruppe. Bei guter Sicht lässt sich sogar der höchste Berg Südtirols, der 3.905 m hohe Ortler und der Alpenhauptkamm erkennen.

Mitzubringen:
Festes Schuhwerk, Rucksack und Getränk

IT

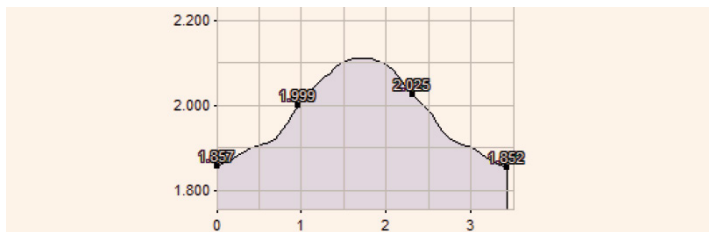
La mattina presto verrete prelevati al vostro alloggio e portati sull'Alpe di Siusi. Da qui parte il tour: passando per il rifugio Bullaccia, dopo 45 minuti di cammino si raggiungerà la piattaforma panoramica „Engelsrast“. Da qui potremmo goderci il sorgere del sole immersi tra le spettacolari cime dolomitiche: lo Sciliar, il Sasso Lungo e il Sasso Piatto, il gruppo del Sella e anche il gruppo Puez-Odle. Quando il cielo è terso, si possono ammirare anche l'Ortles, 3.905 m la montagna più alta dell'Alto Adige, e tutta la catena alpina.

Da portare:
Scarpe da trekking, zaino e bevande

ENG

You will be picked up from your accommodation early in the morning and taken to Seiser Alm. Our route heads north, ascending toward the Puflatsch hut. After a 45-minute hike, we will arrive at the „Engelsrast“ viewing platform. Here, we will enjoy the sunrise and a stunning 360° view, featuring the Dolomites, Schlern, Langkofel, Plattkofel, and the Sella, as well as the Puez-Odle mountain ranges. If the weather permits, you may even catch a glimpse of South Tyrol's highest peak, Ortles, at 3,905 meters, along with the alpine divide.

Please remember to bring the following:
Sturdy shoes, backpack and drinks



Start / Partenza: Abholung im Hotel / ritiro in hotel / pick up at hotel

Ende / Termine / Finish: zwischen 8:00 Uhr und 9:00 Uhr an der Bergstation der Umlaufbahn Seis-Seiseralm / tra le ore 8:00 e le 9:00 alla stazione a monte della cabinovia Siusi - Alpe di Siusi / between 8:00 and 9:00 am at the mountain station of the cable-car Siusi - Alpe di Siusi

Dauer / Durata / Duration: 2 h

Höhenmeter / Dislivello / Elevation gain: 250 m

Schutzhütte / Rifugio / Alpine hut: Ja / Sì / Yes

Strecke / Percorso / Distance: 3,5 km

Frühstück inklusive / colazione inclusa / breakfast included

Kosten werden bei Stornierung nach 17:30 Uhr berechnet
Addebito del costo se disdetto dopo le ore 17:30
The cost will be charged if cancelled after 5:30 pm

Kein Rücktransport ins Hotel
Il tour termina sull'Alpe di Siusi, non in hotel
Tour ends on Alpe di Siusi, not in hotel

WEDNESDAY

HIKE

HARD

Guide kostenlos
Guida gratuita
Free guide

SCHLERN, SÜDTIROLS WAHRZEICHEN SCILAR, IL SIMBOLO DELL'ALTO ADIGE SCHLERN, SYMBOL OF SOUTH TYROL



DEU

Von Compatsch starten wir in Richtung Saltnerhütte, welche am Fuße des Schlernmassivs liegt. Die erste Hälfte des Wanderweges ist sehr abwechslungsreich, man durchwandert Wald und sattgrüne Wiesen. Ist dieser Teil des Weges überwunden, geht es über zahlreiche Serpentin und durch teilweise mit Latschenkiefern durchsetzte Hänge in Richtung Schlernhaus. Bald erreichen wir das Schlernplateau mit seinen endlos scheinenden Wiesen und Weiden. Nun ist auch das Schlernhaus (2.457 m) erreicht und wir haben uns zweifellos eine Pause mit Mittagessen verdient. Bevor wir wieder den Rückweg antreten und sofern es die Kondition noch zulässt steigen wir noch zum Petz, dem höchsten Punkt des Schlernplateaus mit Gipfelkreuz. Dort genießt man einen herrlichen Blick bis zu dem Ötztales Gletscher, dem Stubaier Gletscher, der Adamello- bzw. Ortlergruppe, auf Lang- und Plattkofel sowie die Sellagruppe.

Mitzubringen:

Festes Schuhwerk, Rucksack und Getränk

IT

Si parte da Compatsch in direzione della malga Saltner, che giace ai piedi del Massiccio dello Sciliar. La prima metà del sentiero è molto varia, si cammina tra boschi e verdissimi prati. Superata questa prima parte, si passa per numerose serpentine attraverso pendii ricoperti parzialmente di pino mugo in direzione del rifugio Bolzano. Presto si raggiunge l'altopiano dello Sciliar con i suoi prati e pascoli che sembrano infiniti. Una volta raggiunto il rifugio Bolzano (2.457 m) ci siamo meritati senza dubbio una pausa per goderci un ottimo pranzo. Prima di rimetterci in cammino per rientrare, se la nostra condizione ce lo permette, possiamo salire fino alla cima del Monte Pez, il punto più alto dell'altipiano con la croce di vetta. Da qui si gode di un panorama stupendo sui ghiacciai delle Alpi dell'Ötztal e dello Stubai, sul gruppo dell'Adamello e del gruppo Ortles-Cevedale, sul Sasso Lungo, sul Sasso Piatto e anche sul gruppo Sella.

Da portare:

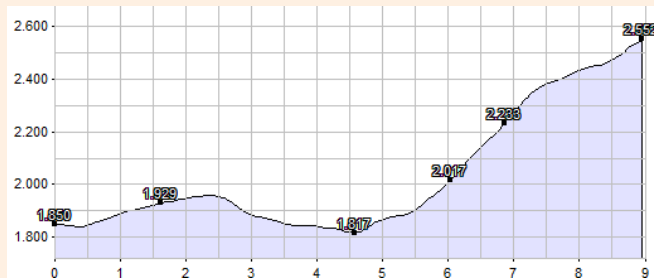
Calzature da trekking, zaino e bevande

ENG

We start from Compatsch and walk toward Saltner Hut, located at the foot of the Schlern mountain range. During the first part of the hike, we'll enjoy the lush meadows and the cool freshness of the forests we pass through. Later, our path will lead us upward along serpentine trails, past mountain pines, toward Schlern Hut. Soon, we'll reach the Schlern plateau with its endless meadows. At this point, you'll finally see Schlern Hut—a perfect spot for a lunch break. Before heading back—and if you're fit enough—we'll hike up to the Petz, the highest point of the Schlern mountain range, marked by its summit cross at 2,564 meters. Take your time to enjoy the breathtaking view of the Ötztal Glacier, the Stubai Glacier, the Adamello and Ortler Alps, as well as the Langkofel, Plattkofel, and Sella mountain ranges.

Please remember to bring the following:

Sturdy shoes, backpack and drinks



Start / Partenza: 8:15 Büro / Ufficio / Office Alps Activ

Dauer / Durata / Duration: 7 h

Höhenmeter / Dislivello / Elevation gain: 1.200 m

Schutzhütte / Rifugio / Alpine hut: Ja / Sì / Yes

Strecke / Percorso / Distance: 22 km

Ankunft / Arrivo / Arrival: 17:00 Uhr / ore 17:00 / 5:00 pm

Liftticket nicht inbegriffen

Biglietto non incluso

Ticket not included

TUESDAY

HIKE

EASY

ST. VALENTIN - MARINZEN - SCHAFFSTALL S. VALENTINO - MARINZEN - SCHAFFSTALL



Guide kostenlos
Guida gratuita
Free guide

DEU

Marinzenalm ist eine kleine Alm auf einer Höhe von 1.500 m. Sie erstreckt sich am Hang des Puflatsches, der Aussichtskanzel der Seiser Alm und liegt direkt oberhalb von Kastelruth. Insgesamt handelt es sich um eine leichte Wanderung mit konstanter Steigung, die doch ein bisschen Kondition verlangt.

Mitzubringen:

Festes Schuhwerk, Rucksack und Getränk

IT

La malga Marinzen è un piccolo alpeggio a un'altitudine di 1.500 m. Si trova lungo il pendio del Bullaccia, tra l'Alpe di Siusi e Castelrotto. Nel complesso, è una passeggiata facile con una salita costante, che però richiede comunque un po' di preparazione fisica.

Da portare:

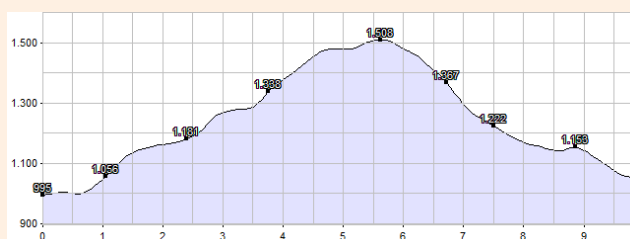
Calzature da trekking, zaino e bevande

ENG

Marinzenalm is a small alp located at 1,500 meters above sea level. It extends along the slope of Puflatsch, the viewpoint of Seiser Alm, and lies directly above Kastelruth. This is an easy hike with a steady gradient, requiring a moderate level of fitness.

Please remember to bring the following:

Sturdy shoes, backpack and drinks



Start / Partenza: 10:00 Büro / Ufficio / Office Alps Activ
Dauer / Durata / Duration: 4 h
Höhenmeter / Dislivello / Elevation gain: 500 m
Schutzhütte / Rifugio / Alpine hut: Ja / Sì / Yes
Strecke / Percorso / Distance: 7,5 km
Ankunft / Arrivo / Arrival: 15:00 Uhr / 15:00 / 3:00 pm

THURSDAY

HIKE

MEDIUM

Guide kostenlos
 Guida gratuita
 Free guide

TIERS - TSCHAFON - VÖLSER WEIHER
TIRES - TSCHAFON - LAGHETTI DI FIÈ
TIERS - TSCHAFON - FIÈ LAKE



DEU

Schon der Anstieg über den Wuhnleger zur Tschafon Hütte ist das erste Highlight dieser wunderschönen Wanderung. Ein besonders schönes und auch beliebtes Fotomotiv ist der Brandweiher mit dem gesamten Rosengarten im Osten, der sich bei idealen Verhältnissen im kleinen Weiher prachtvoll spiegelt. Es handelt sich hierbei um eine tolle Tour ohne jegliche Schwierigkeiten, die einen herrlichen Panoramablick auf das Plateau von Völs am Schlern bietet. Die Länge der Tour ist jedoch nicht zu unterschätzen.

Mitzubringen:
 Busticket, festes Schuhwerk, Rucksack und Getränk

IT

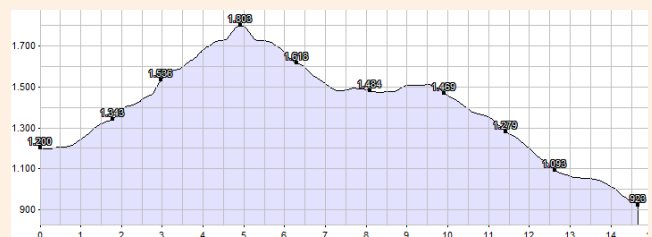
La salita per il laghetto Wuhnleger, che porta al rifugio Monte Cavone, è il primo valido motivo di questa bellissima escursione. Un'attrazione particolarmente bella e ideale per una foto ricordo è il laghetto Brand con l'intero Gruppo del Catinaccio a est, che in buone condizioni meteo si riflette nelle sue acque creando un'atmosfera unica. Il percorso è adatto per tutti e non presenta alcuna difficoltà in particolare, offrendo una splendida vista panoramica sull'altopiano di Fiè allo Sciliar. Tuttavia la durata dell'escursione non deve essere sottovalutata.

Da portare:
 Biglietto autobus, calzature da trekking, zaino e bevande

ENG

The ascent from Wuhnleger to Tschafon Hut is the first highlight of this wonderful hike. A particularly beautiful and popular photo opportunity is Brand Lake, with the entire Rosengarten range to the east, which, under ideal conditions, is splendidly reflected in the small pond. This is a great tour without significant difficulties, offering a stunning panoramic view of the Völs am Schlern plateau. However, the length of the tour should not be underestimated.

Please remember to bring the following:
 Bus ticket, sturdy shoes, backpack and drinks



Start / Partenza: 9:15 Büro / Ufficio / Office Alps Activ
Dauer / Durata / Duration: 5 h 30 min
Höhenmeter / Dislivello / Elevation gain: 650 m
Schutzhütte / Rifugio / Alpine hut: Ja / Sì / Yes
Strecke / Percorso / Distance: 17 km
Ankunft / Arrivo / Arrival: 16:30 Uhr / 16:30 / 4:30 pm

THURSDAY

HIKE

EASY

Guide kostenlos
Guida gratuita
Free guide

OACHNER HÖFEWEG SENTIERO DEI MASI FARM TRAIL



DEU

Der Oachner Höfeweg („Oacha“ ist die dialektale Bezeichnung für das Dorf Völser Aicha, eine Fraktion der Gemeinde Völs am Schlern), zählt zweifelsfrei zu den Wanderhighlights im Völser Gemeindegebiet und eignet sich besonders für eine Wanderung im Frühjahr oder Herbst. Unsere Rundwanderung beginnt im Dorf Prösels, wo Parkplatz und Bus-Anschluss zu finden sind. Es geht leicht abwärts an den Höfen bei den Orten Prösler Ried und Unteraicha vorbei durch Wiesen und Wälder. Wir folgen dann dem Wegweiser nach Völser Aicha, der teilweise der Landstraße entlang verläuft, um dann wieder auf den als „Höfeweg“ markierten Weg zurückzukehren. Die Landschaft oberhalb des Tierser Tales ist geprägt von Laubwäldern mit Kastanienbäumen, Wiesen und Weinreben.

Mitzubringen:

Busticket, festes Schuhwerk, Rucksack und Getränk

IT

Il sentiero dei masi di Oacha („Oacha“ è il nome dialettale del paese di Aica di Fiè, frazione del comune di Fiè allo Sciliar), è senza dubbio una delle più belle escursioni nel territorio del Fiè ed è particolarmente consigliato in primavera e autunno. Il nostro itinerario ad anello parte nel paese di Presule. Il sentiero, leggermente in discesa, ci conduce attraverso un meraviglioso paesaggio di prati, boschi e antichi masi nei pressi di Presule e Aica di Sotto. Seguiamo quindi la segnaletica per Aica di Fiè, percorrendo in parte la strada di campagna, per poi ritornare sul sentiero segnato „Höfeweg“. Il paesaggio sopra la valle di Tires è caratterizzato da boschi di latifoglie con castagneti, prati e viti.

Da portare:

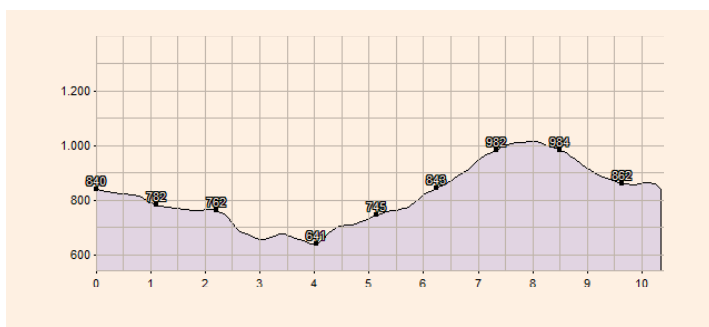
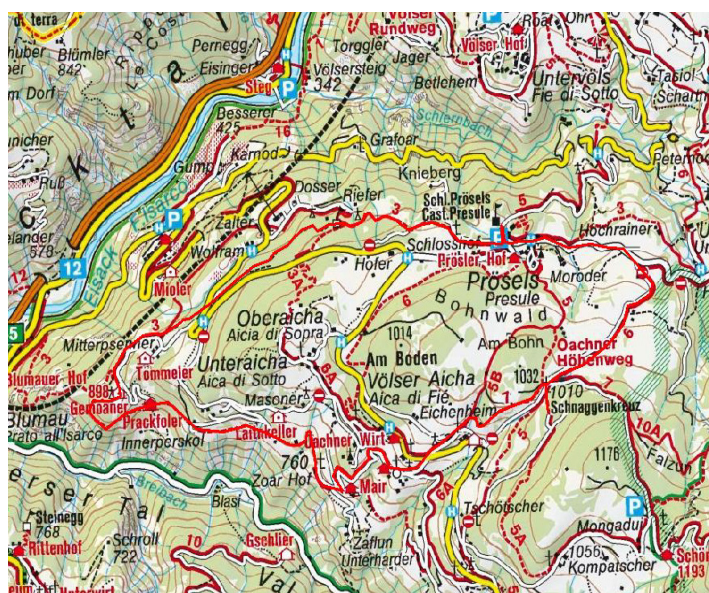
Biglietto dell'autobus, calzature da trekking, zaino e bevande

ENG

The ‚Oachner Höfeweg‘ (‚Oacha‘ is the dialectal name for the village of Völser Aicha, a hamlet of the municipality of Völs am Schlern) is undoubtedly one of the hiking highlights in the Völs area, particularly suitable for a spring or autumn hike. Our circular route begins in the village of Prösels. The trail descends gently past the farms of Prösler Ried and Unteraicha, winding through meadows and forests. From there, we'll follow signposts to Völser Aicha, partly along the country road, before returning to the path marked ‚Höfeweg‘. The landscape above the Tiers Valley features deciduous forests with chestnut trees, meadows, and vineyards.

Please remember to bring the following:

Bus ticket, sturdy shoes, backpack and drinks.



Start / Partenza: 9:15 Büro / Ufficio / Office Alps Activ
Dauer / Durata / Duration: 5 h
Höhenmeter / Dislivello / Elevation gain: 500 m
Schutzhütte / Rifugio / Alpine hut: Ja / Sì / Yes
Strecke / Percorso / Distance: 10 km
Ankunft / Arrivo / Arrival: 15:30 Uhr / 15:30 / 3:30 pm

FRIDAY

HIKE

EASY

Guide kostenlos
Guida gratuita
Free guide

PUFLATSCHRUNDE SENTIERO CIRCOLARE DEL MONTE BULLACCIA PUFLATSCH LOOP TRAIL



DEU

Der Puflatsch auf der Seiser Alm bietet den Besuchern einen ganz besonderen Rund-um-Blick auf die größte Hochalm Europas und die umliegenden Dolomitengipfel. Da es sich bei der Puflatschrunde um eine relativ leichte Wanderung handelt, ist diese vor allem für weniger konditionierte Wanderer und Familien mit kleineren Kindern geeignet.

Mitzubringen:
Festes Schuhwerk, Rucksack und Getränk

IT

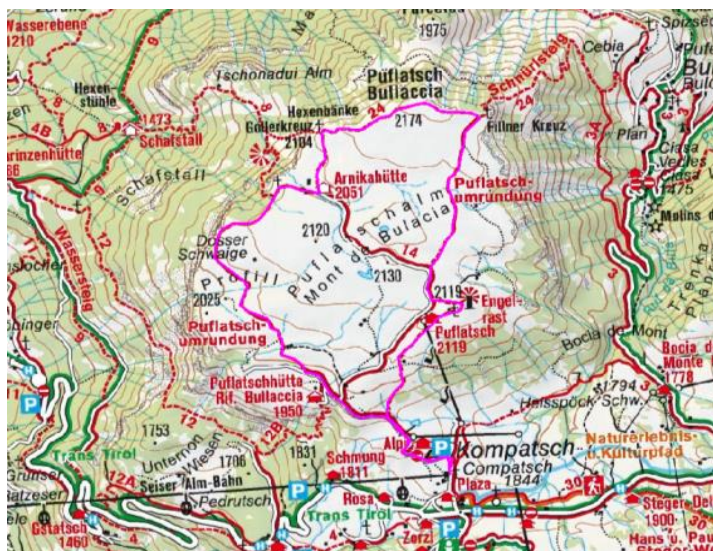
Il monte Bullaccia (Puflatsch), situato sulle Alpe di Siusi, offre ai visitatori una magnifica vista a 360 gradi sull'altopiano più grande d'Europa e sulle cime dolomitiche circostanti. Poiché il percorso ad anello sulla Bullaccia rappresenta un itinerario relativamente facile, è adatto ad escursionisti meno allenati e a famiglie con bambini piccoli.

Da portare:
Calzature da trekking, zaino e bevande

ENG

Puflatsch Mountain is located on Seiser Alm and offers a stunning panoramic view of Europe's largest high alpine pasture and the surrounding Dolomite peaks. As the Puflatsch Loop is a relatively easy hike, it is especially suitable for beginners and families with young children.

Please remember to bring the following:
Sturdy shoes, backpack and drinks



Start / Partenza: 10:00 Büro / Ufficio / Office Alps Activ
Dauer / Durata / Duration: 3 h
Höhenmeter / Dislivello / Elevation gain: 300 m
Schutzhütte / Rifugio / Alpine hut: Ja / Sì / Yes
Strecke / Percorso / Distance: 8 km
Ankunft / Arrivo / Arrival: 14:30 Uhr / 14:30 / 2:30 pm

**Liftticket nicht inbegriffen
Biglietto non incluso
Ticket not included**

TUESDAY

HIKE

EASY

Guide kostenlos
Guida gratuita
Free guide

VÖLSER WEIHER LAGO DI FIÈ FIÈ LAKE



DEU

Startpunkt der Wanderung ist bei der Talstation der Seiser Alm Bahn. Der Weg führt Richtung Salegg und bald einen schönen Waldweg (Nr. 2) durch den Hauensteiner Wald entlang. Leicht abwärts geht es bis zu einer Holzbrücke, die den Strasser Graben überquert. Ab hier verläuft der Weg ansteigend und führt über die schöne Tschurtsch Wiese mit Blick auf den nahen Schlern hinauf zum Völser Weiher. Der Rückweg erfolgt über Völs am Schlern (Nr. 1) und führt am Anzitz Zimmerlehen und einigen Höfen vorbei und über Obervöls hinunter ins Dorfzentrum. Mit dem Shuttlebus (Linie 2) kehren wir zurück zur Seiser Alm Bahn.

Zur Erinnerung:
Festes Schuhwerk, Rucksack und Getränk

IT

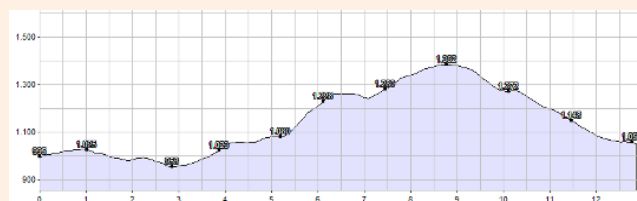
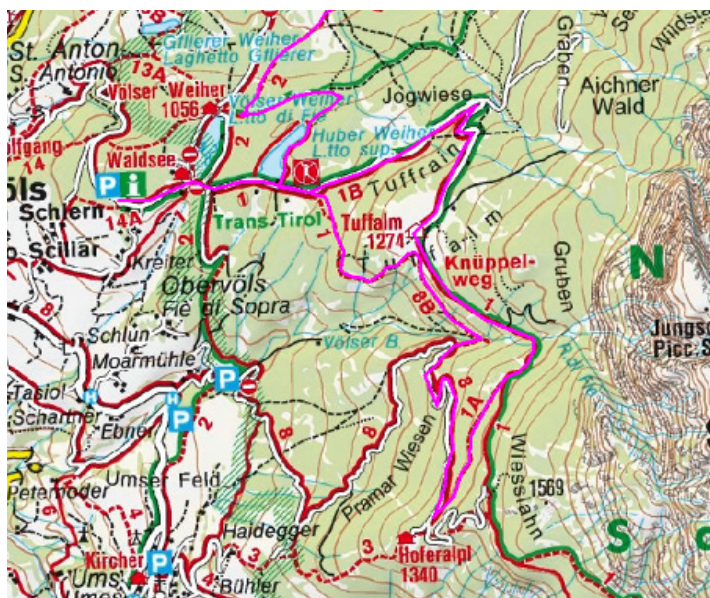
Partendo dalla stazione a valle della cabinovia, il sentiero porta in direzione Salego e attraversa il bosco di Castelvecchio (n. 2). Dal ponte in legno sul „Strasser Graben“ il sentiero sale al laghetto di Fiè, attraversando il magnifico prato „Tschurtsch“ affacciato allo Sciliar. Il sentiero di ritorno porta a Fiè allo Sciliar (n.1), oltrepassa la residenza Zimmerlehen e alcuni masi, scendendo poi nel centro del paese attraverso Fiè di Sopra. Con il bus navetta (n. 2) torniamo al punto di partenza.

Da portare:
Calzature da trekking, zaino e bevande.

ENG

The walk begins at the valley station of the Seiser Alm cable car and first leads toward Salegg, then shortly afterward along a beautiful woodland trail (no. 2) through the Hauenstein Forest. A gentle descent takes you to a wooden bridge crossing the „Strasser Graben“, before the path ascends again across the scenic „Tschurtsch“ meadow, offering views of the nearby Schlern, and continues up to Völser Weiher lake. The trail to Fiè lake (no. 1) passes the Zimmerlehen manor and a few farms, descending through Obervöls and into the village center. We return by shuttle bus (no. 2).

Please remember to bring the following:
Sturdy shoes, backpack and drinks.



Start / Partenza: 10:00 Büro / Ufficio / Office Alps Activ
Dauer / Durata / Duration: 4 h 30 min
Höhenmeter / Dislivello / Elevation gain: 400 m
Schutzhütte / Rifugio / Alpine hut: Ja / Sì / Yes
Strecke / Percorso / Distance: 10 km
Ankunft / Arrivo / Arrival: 15:00 Uhr / 15:00 / 3:00 pm

WEDNESDAY

HIKE

HARD

Guide kostenlos
Guida gratuita
Free guide

ROSSZAHNSCHARTE DENTI DI TERRAROSSA TERRAROSSA PASS



DEU

Unsere Tour führt uns von der Bergstation der Umlaufbahn entlang des 10er Weges über Almwiesen Richtung Süden zur Laurinhütte. Weiter geht's durch sanfte Almlandschaft in leichtem Anstieg bis zum Goldknopf und anschließend über einen Serpentinesteig zur Rosszahncharte. Für den etwas beschwerlichen Aufstieg werden wir mit einem einzigartigen Blick auf den Lang- und Plattkofel, den Schlern und die bizarren Zacken der Rosszähne belohnt. Nach einer Einkehr in der Schutzhütte Tierser Alpl wählen wir den angenehmen Rückweg über Dialer und Mahlnecht Hütte nach Compatsch.

Zur Erinnerung:
Festes Schuhwerk, Rucksack und Getränk

IT

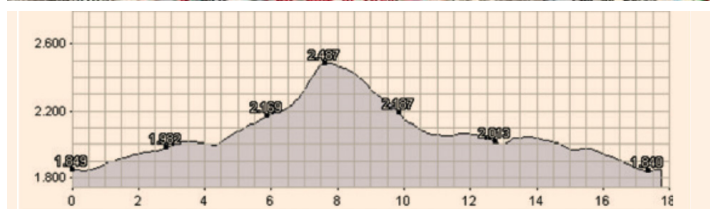
Questo Il tour vi condurrà alla stazione a monte della cabinovia e lungo il sentiero n. 10 attraverso gli alpeggi in direzione sud verso la baita Laurin. Si prosegue leggermente in salita tra i pascoli d'alta montagna fino al Punta d'Oro e da lì, attraverso un sentiero a serpentina, fino alla forcella dei Denti di Terrarossa. La ricompensa per la salita, leggermente impegnativa, sarà la vista del Sassopiatto e del Sassolungo, dello Sciliar e dei bizzarri Denti di Terrarossa. Dopo una breve sosta nel rifugio Alpe di Tires riprenderemo la piacevole strada del ritorno che passa dal rifugio Molignon in direzione Compaccio.

Da portare:
Calzature da trekking, zaino e bevande.

ENG

Our tour starts at the mountain station of the Seiser Alm cable car along Trail 10, leading through alpine meadows to Laurin Hut. We continue across gentle alpine terrain with an easy climb up to Goldknopf, then ascend a steep, winding path to Rosszahncharte. Our somewhat arduous climb will be rewarded with an unrivaled view of Langkofel, Plattkofel, Schlern, and the striking, jagged peaks of the Rosengarten. After stopping for refreshments at Tierser Alpl Hut, we take the pleasant route back to Compatsch via Molignon Hut.

Please remember to bring the following:
Sturdy shoes, backpack and drinks.



Start / Partenza: 8:30 Büro / Ufficio / Office Alps Activ
Dauer / Durata / Duration: 7 h
Höhenmeter / Dislivello / Elevation gain: 800 m
Schutzhütte / Rifugio / Alpine hut: Ja / Sì / Yes
Strecke / Percorso / Distance: 17 km
Ankunft / Arrivo / Arrival: 16:30 Uhr / 16:30 / 4:30 pm

Liftticket nicht inbegriffen
Biglietto non incluso
Ticket not included

WEDNESDAY

HIKE

MEDIUM

Guide kostenlos
Guida gratuita
Free guide

SEISER ALM WANDERUNG ESCURSIONE ALPE DI SIUSI SEISER ALM TOUR



DEU

Ausgehend von Compatsch auf der Seiser Alm (1.835 m), vorbei an der neuen Franziskus-Kirche aus Holz, folgen wir der kleinen Asphaltstraße, die in Richtung Goldknopf über die Alm führt. Die verkehrsberuhigte Straße über das Almgebiet wird sowohl im Sommer als auch im Winter von den typischen Pferdekutschen und Pferdeschlitten befahren. Dieser Weg führt bis zur Laranzer Schwaige. Kurze Stücke des Weges haben eine etwas anstrengende Steigung. Nach einer angenehmen Einkehr beenden wir den Rundweg am Ausgangspunkt.

Zur Erinnerung:
Festes Schuhwerk, Rucksack und Getränk

IT

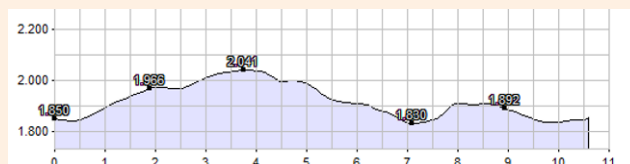
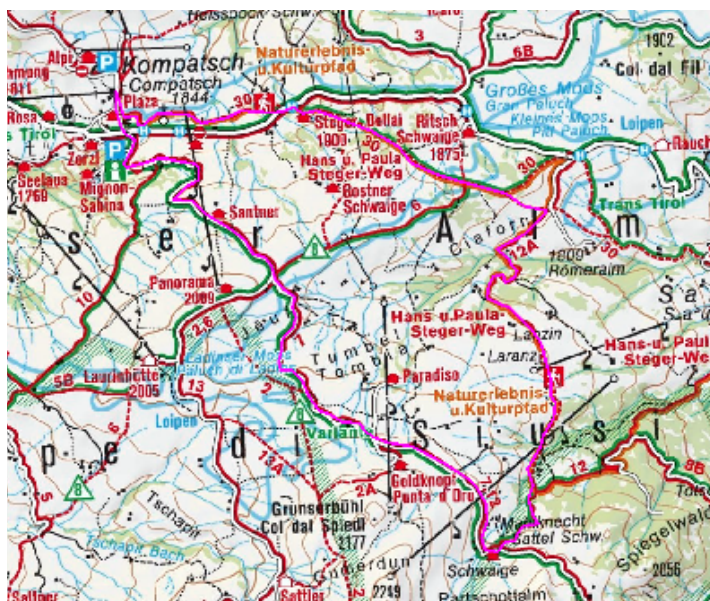
Partendo da Compatsch (1.835 m), oltrepassiamo la nuova chiesa di San Francesco e seguiamo la piccola strada asfaltata che conduce verso il Goldknopf. La strada sale tranquilla attraversando l'Alpe di Siusi ed è percorsa sia in estate che in inverno dai tipici carri trainati dai cavalli. Questo percorso porta fino alla malga Laranzer. Brevi tratti del percorso presentano una salita leggermente faticosa. Dopo una piacevole sosta, completiamo il percorso circolare al punto di partenza.

Da portare:
Calzature da trekking, zaino e bevande.

ENG

Starting from Compatsch (1,835 m), we pass by the new church of San Francesco and follow the small asphalt road leading towards Goldknopf. The road ascends gently through the Alpe di Siusi and is traversed by typical horse-drawn carts both in summer and winter. This route takes us to the Laranzer Hut. Some stretches of the path have a slightly challenging incline. After a pleasant stop, we complete the circular route and return to the starting point.

Please remember to bring the following:
Sturdy shoes, backpack and drinks.



Start / Partenza: 10:00 Büro / Ufficio / Office Alps Activ
Dauer / Durata / Duration: 5 h
Höhenmeter / Dislivello / Elevation gain: 500 m
Schutzhütte / Rifugio / Alpine hut: Ja / Sì / Yes
Strecke / Percorso / Distance: 12 km
Ankunft / Arrivo / Arrival: 15:30 Uhr / 15:30 / 3:30 pm

Liftticket nicht inbegriffen
Biglietto non incluso
Ticket not included

THURSDAY

HIKE

EASY

Guide kostenlos
Guida gratuita
Free guide

TAG IM WALD FÜR KINDER
GIORNATA NEL BOSCO PER BAMBINI
A DAY IN THE WOODS FOR KIDS



DEU

Es erwartet euch ein ereignisreicher Tag in der Natur. Wir begleiten euch in den Wald, wo wir Pflanzen, Tiere und das Wasser erkunden dürfen. Spielerisch stärken wir unsere Sinne und bauen mit Naturmaterialien einen Unterschlupf oder legen Mandalas. Spürt mit uns den Zauber der Natur.

Mitzubringen:

Brotzeit, Getränk, festes Schuhwerk, Rucksack

ACHTUNG: den Kindern vorbehalten

IT

Vi attende una giornata piena di avventure nella natura. Vi accompagneremo nel bosco, dove potremo osservare le piante, gli animali e l'acqua. In modo giocoso, rafforzeremo i nostri sensi e costruiremo rifugi con materiali naturali o creeremo mandala. Venite a sentire con noi la magia della natura.

Da portare:

Pranzo al sacco, bevande, calzature da trekking, zaino

ATTENZIONE: riservato solo ai bambini

ENG

Expect a day filled with adventures in nature! We'll guide you into the forest, where we'll observe plants, animals, and water. In a playful way, we'll sharpen our senses, build shelters with natural materials, or create mandalas. Come and experience the magic of nature with us.

Please remember to bring the following:

Packed lunch, drinks, trekking shoes, backpack



Start / Partenza: 10:00 Büro / Ufficio / Office Alps Activ

Ankunft / Arrivo / Arrival: 14:00 Uhr / 14:00 / 2:00 pm

ACHTUNG: Nur für Kinder

ATTENZIONE: solo per bambini

ATTENTION: for kids only

WEDNESDAY

YOGA

EASY

Guide kostenlos
Guida gratuita
Free guide

**ERWACHEN AM FUßE DES SCHLERN'S
RISVEGLIARSI AI PIEDI DELLO SCILIAR
WAKING UP AT SCHLERN'S FEET**



DEU

Es erwartet Sie ein besinnlicher Spaziergang in Kombination mit Bewegung, kurzer Meditation und Achtsamkeitsübungen. Wir werden gemeinsam im Wald verweilen, Gerüche, Farben und Klänge auf uns wirken lassen. Die sauerstoffreiche Waldluft wirkt sich entspannend, beruhigend und erholend auf Körper, Geist und Seele aus und hilft im Hier und Jetzt anzukommen und sich von Stress und Sorgen loszulösen.

Mitzubringen:

Angenehme Kleidung
Die Matte wird gestellt

IT

Ci aspetta una passeggiata contemplativa in combinazione con stretching, brevi meditazioni ed esercizi di consapevolezza. Staremo insieme in mezzo alla natura, lasciando che odori, colori e suoni agiscano su di noi. L'aria del bosco ricca di ossigeno insieme ai nostri esercizi avrà un effetto rilassante, calmante e rigenerante su corpo, mente e anima. Ci aiuterà a stare nel qui e ora e a liberarci da stress e preoccupazioni.

Da portare:

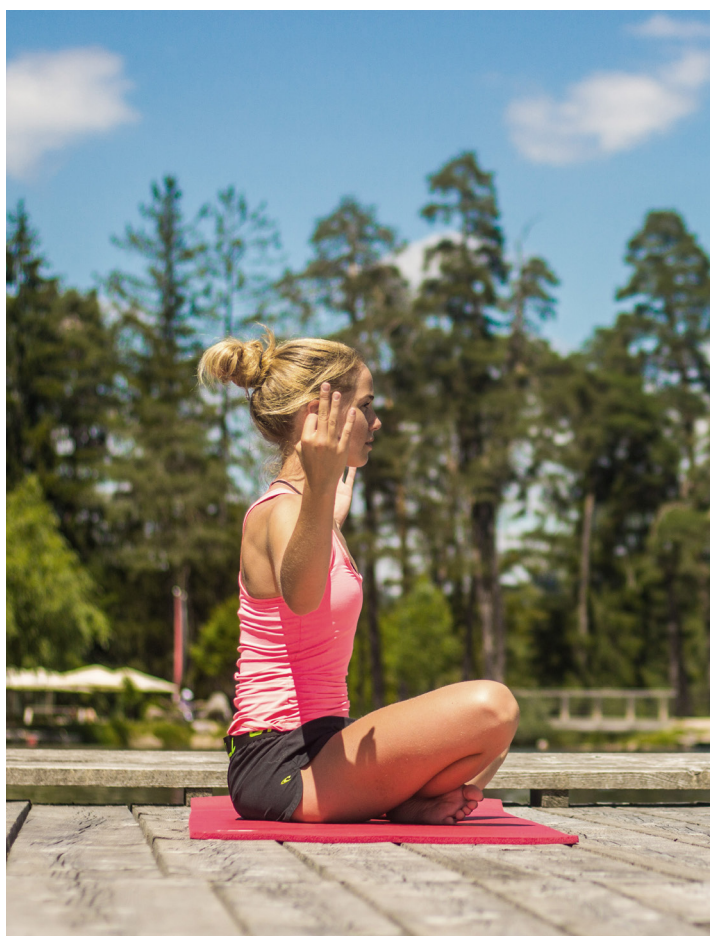
Vestiti comodi
Il materassino verrà fornito

ENG

A contemplative walk combined with stretching, short meditations, and mindfulness exercises awaits you. Together, we'll immerse ourselves in the forest, letting its smells, colors, and sounds inspire us. The oxygen-rich air, paired with our exercises, will have a relaxing, calming, and rejuvenating effect on body, mind, and soul. This experience will help us stay present in the moment, freeing ourselves from stress and worries.

Please remember to bring the following:

Dress comfortably
The mat will be provided



Start / Partenza: 6:30 Büro / Ufficio / Office Alps Activ
Dauer / Durata / Duration: 2 h