

# Inhaltsverzeichnis

## Dolomiten

Einleitung Dolomiten

Historie

## Touren in den Dolomiten

### 1 Cortina d'Ampezzo

1.1 Auf die Averau

4 h 36 km (3)

1.2 Cinque Torri Freeride-Tour

6,5 h 29,3/54,3 km (2)

1.3 Auf die Plätzwiese

6 h 76,2 km (3)

### 2 St. Vigil

2.1 Von St. Vigil zum Pragser Wildsee

5,5 h 51 km (4)

2.2 Auf den Pfaffenberg

3,5 h 31,1 km (1)

2.3 Durch den Naturpark Fanes-Sennes-Prags

6 h 52,9 km (4)

2.4 Zu den Armentara-Wiesen

3 h 14,4 km (1)

### 3 Sextener Dolomiten

3.1 Durch das Sextener Tal zur Dreischusterhütte

3,5 h 31 km (2)

3.2 Von Sexten ins Fischleintal

3 h 26,4 km (2)

3.3 Abenteuer Stonemantrail

3.3.1 Der Stonemantrail mit Start in Sillian

5 h 35 km tägl. (2) - (3)

3.3.2 Der Stonemantrail mit Start in Sexten

5 h 40 km tägl. (3) - (5)

|    |   |            |
|----|---|------------|
| 6  | <b>4 Pustertal</b>                      | <b>58</b>  |
| 8  | 4.1 Von Toblach                         |            |
| 12 | an den Misurina See                     | 62         |
|    | 5 h 64 km (3)                           |            |
| 18 | 4.2 Durch das Ahrntal zur Burg Taufers  | 65         |
|    | 6 h 53 km (3)                           |            |
| 20 | 4.3 Auf dem Reiner Höhenweg             |            |
| 24 | zur Lobisa Schupfn                      | 68         |
|    | 4,5/6,5 h 41,1/75,1 km (3)              |            |
| 26 | 4.4 Talrunde auf dem Pustertaler Radweg |            |
| 28 | 6 h 72,7 km (2)                         | 71         |
| 5  | <b>Brixen</b>                           | <b>74</b>  |
| 30 | 5.1 Auf den Stoanamandl                 | 76         |
| 33 | 5 h 46,3 km (3)                         |            |
| 36 | 5.2 Rund um den Peitlerkofel            | 79         |
|    | 6 h 58,5 km (4)                         |            |
| 39 | 5.3 Zum Schloss Rodenegg                | 82         |
|    | 3,5 h 40,5 km (2)                       |            |
| 39 | 5.4 Tour zur Radlseehüttn               | 84         |
|    | 5 h 30,8 km (4)                         |            |
| 42 | <b>6 Grödner Tal</b>                    | <b>86</b>  |
| 44 | 6.1 Unter den Felsspitzen               |            |
|    | der Geislergruppe                       | 89         |
|    | 4 h 31,6 km (3)                         |            |
| 46 | 6.2 Hüttentour auf der Seiser Alm       | 93         |
|    | 4,5 h 42,8 km (2)                       |            |
| 49 | 6.3 Sella Ronda im Uhrzeigersinn        | 96         |
|    | 4 h 53,9 km (3)                         |            |
| 52 | <b>7 Rosengarten Latemar</b>            | <b>100</b> |
| 54 | 7.1 Über den Nigerpass zum Karersee     | 104        |
|    | 4 h 34,4 km (3)                         |            |
| 56 | 7.2 Von Leifers nach Maria Weissenstein | 107        |
|    | 4 h 35,3 km (2)                         |            |
| 56 | 7.3 Zur Sternwarte Steinegg             | 110        |
|    | 3,5 h 23,6 km (1)                       |            |
|    | 7.4 Latemar-Umrundung                   |            |
|    | 6 h 39,6 km (4)                         | 113        |

# Inhaltsverzeichnis

|  |            |   |            |
|--|------------|---|------------|
| <b>Südtirol</b>                        | <b>116</b> | <b>Mehrtagestour Vinschgau-Transalp</b>         | <b>166</b> |
| Einleitung Südtirol                    | 118        |   |            |
| Historie                               | 120        |   |            |
| <b>Touren in Südtirol</b>              | <b>124</b> |   |            |
| <b>8 Tramin</b>                        | <b>126</b> | <b>11.1 Vinschgau Transalp Light:</b>           | <b>168</b> |
| 8.1 Zu den Montiggler Seen             | 130        | <b>Mals-Neumarkt</b>                            |            |
| 4,5 h   36,5 km                        | (3)        | Etappe 1:<br>Von Mals nach Meran                | 168        |
| 8.2 Eislöcher-Runde über den           |            | 5 h   60,5 km                                   | (1)        |
| Kalterer Höhenweg                      | 133        | Etappe 2:<br>Von Meran nach Tramin              | 171        |
| 4,5 h   37,3 km                        | (3)        | 6 h   58 km                                     | (1)        |
| 8.3 Königsetappe auf den Traminer      |            | Etappe 3:<br>Halbtagestour von Tramin           |            |
| Hausberg                               | 136        | zur Kanzel                                      | 174        |
| 5,5 h   23,7 km                        | (4)        | 4,5 h   38 km                                   | (2)        |
| 8.4 Zu den Rosszähnen                  | 139        | <b>11.2 Vinschgau Transalp Medium:</b>          |            |
| 3,5 h   17,6 km                        | (3)        | <b>Mals-Tramin</b>                              | <b>176</b> |
| <b>9 Meran</b>                         | <b>142</b> | Etappe 1:<br>Von Mals über die Uina-Schlucht    |            |
| 9.1 Auf den Tschögglberg               | 147        | nach Glurns                                     | 176        |
| 4 h   34,6 km                          | (3)        | 8,5 h   67 km                                   | (5)        |
| 9.2 Die Schenna-Hirzer-Runde           | 149        | Etappe 2:<br>Von Glurns über die Naturnser Alm  |            |
| 4 h   25,1 km                          | (3)        | nach Meran                                      | 179        |
| 9.3 Durch das Passeiertal              |            | 8,5 h   83 km                                   | (4)        |
| auf die Pfandler Alm                   | 151        | Etappe 3:<br>Von Meran über die Montiggler Seen |            |
| 4,5 h   45,1 km                        | (2)        | nach Tramin                                     | 182        |
| 9.4 Zum Knottnkino                     | 153        | 5 h   48,3 km                                   | (2)        |
| 5 h   33,5 km                          | (3)        | Etappe 4:<br>Von Tramin auf das Trudner Horn    |            |
| <b>10 Latsch</b>                       | <b>156</b> | 5 h   53 km                                     | (3)        |
| 10.1 Latsch-Umrundung                  | 158        | Register  | 189        |
| 2 h   19,5 km                          | (3)        | Impressum                                       | 192        |
| 10.2 St.-Martin-Tour mit Tschillitrial | 161        |   |            |
| 3,5 h   22,8 km                        | (3)        |   |            |
| 10.3 Göflaner Marmorbruch              | 163        |   |            |
| 6 h   41,8 km                          | (4)        |   |            |