

DIE

PUSTERTAL | VAL PUSTERIA

Antholzertal

Valle Anterselva



Holiday Guide





#HOMEPAGE

Erkunde das Antholzertal online. Entdecke seine Schönheit, Aktivitäten und Unterkünfte für einen unvergesslichen Aufenthalt!

Esplorate la Valle Anterselva online. Scoprite le sue bellezze, le attività e gli alloggi per una vacanza indimenticabile!

Explore the Antholz Valley online. Discover its beauty, activities and accommodation for an unforgettable holiday!

antholzertal.com

#FOLLOWUS

 /Antholzertal / Valle Anterselva

 /antholzertal.valleanterselva



#GUESTNET

Hier findest du alles für deinen perfekten Urlaubsaufenthalt.

Qui troverete tutto il necessario per una vacanza perfetta.

Here you will find everything you need for your perfect holiday.

antholzertal.guest.net

Quick Info



#CATALOGUE

Hättest du gerne unsere aktuellen Prospekte? Nutze unseren Katalogservice.

Desiderate ricevere le nostre ultime brochure? Utilizzate il nostro servizio cataloghi.

Would you like to receive our latest brochures? Use our catalogue service.

antholzertal.com/catalogue-service



#TIMETABLE















Online Fahrplan in Echtzeit.

Orari online in tempo reale.

Real time schedule.

antholzertal.com/timetable-search

INHALTSVERZEICHNIS | INDICE | INDEX

| | | |
|-----|---|---|
| 6 |  | HIGHLIGHTS |
| 14 |  | ALMEN Malghe Alpine Huts |
| 24 |  | BERGGASTHÄUSER UND HOFSCHÄNKEN Alberghi alpini e Agriturismi Alpine Inns |
| 25 |  | WANDERTIPPS Consigli per escursioni Hiking tips |
| 55 |  | ALMEN IN DER UMGEBUNG Malghe nei dintorni Alpine cottages in the surroundings |
| 56 |  | SCHUTZHÜTTEN Rifugi alpini Alpine huts |
| 58 |  | AUFSTIEGSANLAGEN Impianti di risalita Cable cars |
| 62 |  | TOURENVORSCHLÄGE MOUNTAINBIKE Proposte per gite in mountainbike Recommended mountain bike tours |
| 70 |  | FÜR BIKER Per ciclisti For cyclists |
| 72 |  | HUNDEINFOS Info cani Dog info |
| 74 |  | 2-SEEN SHUTTLE Navetta 2 Laghi 2 Lakes Shuttle |
| 76 |  | INFOS Informazioni Information |
| 88 |  | GESCHÄFTE Negozi Shops |
| 90 |  | RESTAURANTS, BARS & CAFÉS Ristoranti, bar e café Restaurants, bars and café |
| 97 |  | MUSEEN Musei Museums |
| 106 |  | ZEICHENERKLÄRUNG Legenda Legend |



Impressum | Imprint:

Herausgeber: Tourismusverein Antholzertal, 2024

Grafische Gestaltung: Nadia Huber, Sand in Taufers

Druck: Kraler Druck, Vahrn

Fotos: Archiv Tourismusverein Antholzertal, Wisthaler Harald, Kottnersteger Manuel, Koni Studios, Roter Rucksack, Notdurfter

Anna, Plaickner Josef, Taferner Christian, Moling Alex, Shutterstock

Tourismusverein Antholzertal | Ass. Turistica Valle Anterselva | Tourist Info Antholzertal

39030 Rasen/Antholz | Rasun/Anterselva · Südtirol | Alto Adige · Italy

Tel +39 0474 496 269 · www.antholzertal.com · info@antholzertal.com

antholzertal.guest.net

RIESERFERNER GRUPPE VEDRETTE DI RIES



Ein großer Dank gilt den Grundbesitzern für die Bereitstellung der Wege und Wälder. Wir bitten die Besucher um respektvollen Umgang.

Ringraziamo i proprietari per la disposizione dei sentieri e delle foreste. Chiediamo i visitatori di rispettare la natura.

Thanks to the landowners for the supply of paths and forests. We ask the visitors for a respectful handling.

Antholzertal
Valle Anterselva



ANTHOLZER SEE LAGO DI ANTERSELVA 1.650 m



Größe | grandezza | size: 44 ha
Tiefe | profondità | depth: 35 m
Wassertemperatur | temperatura dell'acqua | water temperature: ca. 5°

🕒 Gehzeit Seerundwanderung | tempo di percorrenza intorno al lago | walking time round the lake: 1:00 h

Am Talende des Antholzer Tales liegt inmitten des Naturparks Rieserferner-Ahrn der blau-grüne, romantische Antholzer Wildsee. Ein Naturerlebnispfad führt rund um drittgrößten See Südtirols. Zahlreiche Gastbetriebe laden zur Einkehr ein. Außerdem können ab dem Antholzer See auch verschiedene Wanderungen und Bergtouren unternommen werden – z.B. Steinzger Alm, Staller Sattel, Rotwand, Hinterbergkofel, Almerhorn, Barmerhütte...

In fondo alla Valle Anterselva, nel cuore del Parco Naturale Vedrette di Ries-Aurina, si trova il turchese e romantico Lago di Anterselva. Il sentiero natura conduce attorno al lago, che si attesta come il terzo lago per dimensioni in Alto Adige. Numerose strutture ricettive invitano a fare una sosta. Inoltre dal Lago di Anterselva è possibile intraprendere svariate escursioni e tour in alta quota, per esempio, verso la Malga Steinzger, il Passo Stalle, la Croda Rossa, il Monte di Dentro, il Monte di Almerhorn, il Rifugio Barmer...

At the far end of the Antholzertal, in the middle of the Rieserferner-Ahrn nature park, lies the bluish-green, romantic Lake Antholz. A nature experience path around the lake. The lake is the third largest in South Tyrol. Numerous hospitality establishments offer the perfect invitation to stop in for a refreshing drink or a bite to eat. On top of that, the Lake Antholz is the ideal starting point for a variety of longer hikes and mountain tours, such as to the Steinzgeralm, Staller Saddle, Rotwand, Hinterbergkofel, Almerhorn, Barmerhütte...



STALLER SATTEL & OBERSEE PASSO STALLE & OBERSEE 2.050 m



📅 Mitte/Ende Mai – Ende Oktober (witterungsbedingt)
metà maggio – fine ottobre (secondo le condizioni meteo)
middle of May – end of October (depending on the weather conditions)

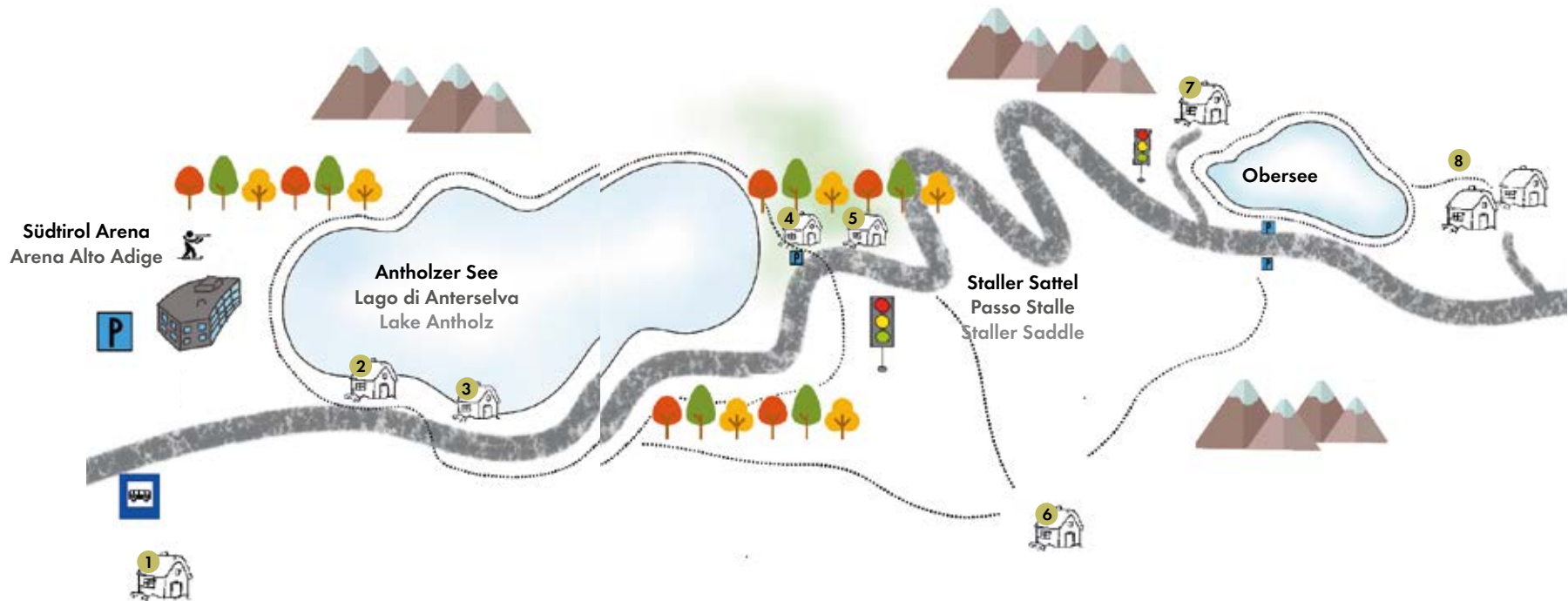
Info Verkehrsregelung | Informazioni regolamento traffico | Traffic info: S. 87
Info Shuttle Staller Sattel | Passo Stalle: S. 76

Am Talende des Antholzertales, vorbei am Antholzer See (1.650 m), erreicht man über die Passstraße den 2.050 m hoch gelegenen Staller Sattel, die Grenze zu Österreich (Osttirol), mit dem dort idyllisch gelegenen Obersee. Der Verkehr ist als Einbahnverkehr für 24 Stunden ampelgeregelt. Im Sommer ist der Staller Sattel Ausgangspunkt vieler grenzüberschreitender Wanderungen, im Winter hingegen für Schneeschuhwanderungen, Rodelabfahrten und Skitouren.

Al termine della Valle Anterselva, passando per il Lago di Anterselva (1.650 m), si arriva ai 2.050 m del Passo Stalle ed al lago Obersee. La strada è stretta ed il traffico è regolato a senso alternato con impianto semaforico. In estate, il Passo Stalle è punto di partenza per numerose escursioni transfrontaliere, ma in inverno per escursioni con le ciaspole, piste da slittino e sci alpinismo.

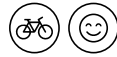
At the end of the Antholzertal, past the Lake Antholz (altitude of 1,650 m), you can continue up through the pass road to arrive at the Staller Saddle and the Obersee, at an altitude of 2,050 m. Because of the narrowness of the road, the one-way traffic is regulated by traffic light. In summer, the Staller Saddle is the starting point for many cross-border hikes, but in winter for snowshoe hikes, toboggan runs and ski tours.

- 1 Huber Alm | Malga Huber
- 2 Tiroler Hütte | Baita Tiroler Hütte
- 3 Seehaus Mountain Lake Resort
- 4 Platzl am See
- 5 Enzianhütte | Rifugio Genziana
- 6 Steinzger Alm | Malga Steinzger
- 7 Alpengasthaus Obersee | Rifugio Obersee
- 8 Staller Almen | Malghe Stalle





MOUNTAINBIKE PARCOUR PERCORSO MOUNTAINBIKE 1.100 m



📍 Antholz Niedertal, neben dem Fischteich | Anterselva di Sotto, vicino il laghetto di pesca | Antholz Niedertal, near the fish pond

📅 Ende April – November | fine aprile – november | end of April – November

📌 Drei Downhill-Strecken unterschiedlicher Schwierigkeit und Pumptrack für kleine und große Bike-Abenteurer.

📌 Tre percorsi downhill di varie difficoltà e pump track per i piccoli e grandi avventurieri in bicicletta.

📌 Three downhill routes of different difficulties and pump track for all bikers.



WIESEMANN MÜHLE MOLINO WIESEMANN WIESEMANN MILL



📍 Antholz Niedertal | Anterselva di Sotto

📌 Der Wiesemannhof, gelegen zwischen Antholz Niedertal und Antholz Mittertal auf 1250 m Meereshöhe, gehört zu den ältesten Höfen im Tal. Auf einem bescheidenen Fundament aus Kalk und Steinen, unweit von Bauernhof und Hofstelle, steht und klappert die alte Wassermühle. Das Mühlwerk wurde vor langer Zeit wieder aufgestellt, nachdem es nicht unweit vom Hof, an einer anderen Stelle, von einer Lawine erfasst worden war. Heute ist die Mühle ein Zeugnis davon, wie abhängig die Menschen damals von der Natur waren und welche Lasten Sie auf sich nehmen mussten, um zu überleben. (Wanderbeschreibung S. 35)

📌 Il maso Wiesemann, situato tra Anterselva di Sotto e Anterselva di Mezzo ad un' altitudine di 1250 metri, é uno dei masi più antichi della Valle Anterselva (noto dal 1.600). Il vecchio mulino ad acqua, costruito su una base modesta di calce e pietre, si trova vicino la fattoria. Il mulino é stato ricostruito molto tempo fa, dopo essere stato colpito da una valanga. Oggi é una testimonianza di come le persone nel passato dipendevano dalla natura e quali oneri dovevano prendere per sopravvivere. (Descrizione escursionistica: pagina 35)

📌 The Wiesemann farm, situated between Antholz Niedertal and Antholz Mittertal at 1250 m above sea level, is one of the oldest farms in the valley (known since the 16th century). The old water mill stands and rattles on a modest foundation of lime and stones, harmoniously close to the farmhouse. The mill was rebuilt a long time ago after it was hit by an avalanche not far from the farm, in another place. Today the mill is a testimony of how dependent people were on nature at that time and what burdens they had to take on in order to survive. (Hiking description p. 35)



BURGEGGER MÜHLE MOLINO BURGEGGER BURGEGGER MILL



📍 Antholz Mittertal | Anterselva di Mezzo

📌 Die kürzlich restaurierte Burgegger Mühle, ein weiteres historisches Zeitzeugnis, befindet sich unweit des gleichnamigen Hofes oberhalb von Antholz Mittertal. Ein einladender Blick ins Dorf, sowie ein von den Schülern der Grundschule gestalteter Naturlehrpfad, erwartet Sie dort. (Wanderbeschreibung „Müllerkofel Rundweg“ S. 37)

📌 Il mulino Burgegger, che si trova vicino all'omonimo maso al di sopra di Anterselva di Mezzo, é stato restaurato recentemente. Vi aspetta una vista invitante sul villaggio e un sentiero naturalistico progettato dagli scolari della scuola elementare. (Descrizione dell'escursione "percorso circolare Müllerkofel" p. 37)

📌 The recently restored Burgegger Mill, another historical witness of the times, is located not far from the farm with the same name, above Antholz Mittertal. An inviting view of the village as well as a nature trail created by primary school students awaits you there. (Hiking description "Müllerkofel circular trail" p. 37)



FISCHTEICH LAGHETTO DI PESCA FISH POND 1.100 m



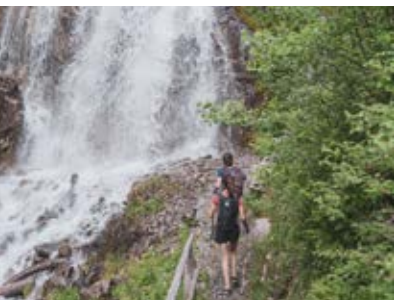
📍 Antholz Niedertal | Anterselva di Sotto

📅 Ende April – Ende Oktober | fine aprile – fine ottobre | end of April – end of October

📌 Hier wird der Sport zum Familienerlebnis: Kiosk, Sonnenterrasse, Kinderspielplatz, Verleih von Angel-Ausrüstung (keine Fischerprüfung erforderlich).

📌 Pescare con la famiglia e gli amici, senza bisogno del patentino, nel vivaio di Anterselva di Sotto. Parcheggio giochi per i bambini e chiosco (con noleggio attrezzatura) accanto allo stagno.

📌 Fishing becomes a precious experience for families. No fishing certification is required. The equipment can be rented directly at the fish pond itself. A playground and a bar with terrace can be found there as well.



EGGER WASSERFALL
CASCATA EGGER
EGGER WATERFALL 1.508 m



- leicht/mittel | facile/medio | easy/medium
- 🕒 Hinweg | andata | one way: ca. 25 min.
- ↕ Höhenunterschied | dislivello | difference in altitude: 200 m
- 📍 Sportplatz Antholz Mittertal | area sportiva Anterselva di Mezzo | sports area

Der Egger Wasserfall in der Nähe der Eggerhöfe wurde dem Publikum zugänglich gemacht. Eine einmalige Möglichkeit einen Wasserfall hautnah zu erleben.

La cascata Egger nella vicinanza dell'agriturismo Eggerhöfe adesso è accessibile al pubblico. Un'opportunità unica per vivere da vicino una cascata.

The Egger Waterfall near the Eggerhöfe rest station now is accessible. A unique opportunity to experience a waterfall closely.



Neue Panorama-Plattform
Nuova piattaforma panoramica
New panorama platform

KLAMMBACH WASSERFALL
CASCATA KLAMMBACH
KLAMMBACH WATERFALL 1.532 m



- mittel | medio | medium
- 🕒 Hinweg | andata | one way: ca. 1:00 h
- ↕ Höhenunterschied | dislivello | difference in altitude: 300 m
- 📍 Antholz Mittertal | Anterselva di Mezzo

Beeindruckendes Naturspektakel oberhalb von Antholz Mittertal. Auf einem gesicherten Steig kann man den Wasserfall hautnah miterleben.

Uno spettacolo naturale particolarmente impressionante sopra Anterselva di Mezzo. Grazie ad un sentiero è possibile vivere le cascate a contatto diretto.

An especially impressive spectacle of nature. On a secure pathway, the waterfall can be experienced right up close.



MÜHLENWEG „TRÄNKABACHL“
SENTIERO DEI MULINI
„TRÄNKABACHL“
MILL PATH „TRÄNKABACHL“



- leicht/mittel | facile/medio | easy/medium
- 🕒 Hinweg | andata | one way: ca. 30 min.
- ↕ Höhenunterschied | dislivello | difference in altitude: 100 m
- 📍 Antholz Obertal | Anterselva di Sopra

Der Kulturweg Tränkabachl führt entlang eines malerischen Pfades, der reich an historischer Bedeutung ist. Ein Highlight dieses Weges sind die sorgfältig restaurierten Kornmühlen. Darüber hinaus diente die Gegend um das Tränkabachl früher als Auftriebsplatz für Schafe. Hier wurden die Tiere gesammelt, bevor sie in höhere Lagen getrieben wurden. Der Kulturweg bietet somit nicht nur eine idyllische Landschaft, sondern auch einen Einblick in die traditionelle Lebensweise und die kulturelle Geschichte der Region.

Il sentiero culturale „Tränkabachl“ si snoda lungo un percorso pittoresco e ricco di significato storico. I mulini di grano, accuratamente restaurati, sono il highlight di questo percorso. Inoltre, l'area intorno al Tränkabachl fungeva da luogo di raduno delle pecore. Gli animali venivano radunati qui prima di essere condotti ad altitudini più elevate. Il sentiero culturale offre quindi non solo un paesaggio idilliaco, ma anche una visione dello stile di vita tradizionale e della storia culturale della regione.

The Tränkabachl cultural trail leads along a picturesque path that is rich in historical significance. The carefully restored corn mills are a highlight of this trail. In addition, the area around the Tränkabachl used to serve as a sheep round-up site. The animals were gathered here before being driven to higher altitudes. The cultural trail therefore not only offers an idyllic landscape, but also an insight into the traditional way of life and cultural history of the region.





BIOTOP RASNER MÖSER TORBIERA DI RASUN BIOTOPE „RASNER MÖSER“ 1.080 m



- 📍 zwischen Oberrasen und Antholz Niedertal | situato tra Rasun di Sopra e Anterselva di Sotto | between Oberrasen and Antholz Niedertal
- 📅 ganzjährig frei zugänglich | aperto tutto l'anno | open all year round

▣ Sumpfgelände mit einzigartiger Flora und Fauna. Mehrere Rundkurse führen den Besucher durch die besondere Landschaft, welche Lebensraum vieler seltener Pflanzen und Tiere ist.

▣ Zona paludosa con flora e fauna particolari. Il biotopo è accessibile liberamente tutto l'anno. Diversi percorsi portano il visitatore ad osservare il particolare paesaggio che è spazio vitale per molte rare specie di piante e animali.

▣ A swamp area with a unique flora and fauna. The biotope is open all year round – visitors can choose from several circular routes which will lead them through this special landscape which is home to numerous rare plants and animals.



RUINE NEURASEN ROVINE DEL CASTELLO NEURASEN RUINS CASTLE NEURASEN



- 📍 Oberrasen | Rasun di Sopra
- 🕒 Hinweg | andata | one way: ca. 1:30 h
- ⬆️ Höhenunterschied | dislivello | difference in altitude: ca. 150 m
- mittel | medio | medium

▣ Die Burg Neurasen befindet sich an der westlichen Talseite in Oberrasen und wurde um das Jahr 1200 von den Herren von Rasen erbaut. Die Burgmauern dieser Anlage wurden vollständig restauriert und sind somit auch heute noch vollständig erhalten. Die genaue Wegbeschreibung finden Sie als Wandertipp auf Seite 33.

▣ Il Castello di Neurasen a Rasun di Sopra si trova sui pendii occidentali della valle e fu costruita dai Signori di Rasun attorno all'anno 1200. Le mura di cinta di questo rudere sono stati completamente restaurati e sono visibili ancora oggi. La descrizione esatta del percorso trovate sulla pagina 33 come suggerimento escursione.

▣ Neurasen Castle in Oberrasen was built by the Lords of Rasen around the year 1200, just like Altrasen Castle. The castle walls have been entirely restored and can still be visited today. You can find the exact walking route description as a "hiking tip" on page 33.



WASSERWALDILE BOSCO CON GIOCHI D'ACQUA WATER ADVENTURE PARK 1.030 m



- 📍 Niederrasen | Rasun di Sotto
- 📅 ganzjährig frei zugänglich | aperto tutto l'anno | open all year round

▣ In Niederrasen erwartet Sie ein toller Erlebnispark, wo Wasser im Mittelpunkt steht. Kneippbecken, Wasserrad, Wasserleitung aus Holz, Wackelbrücke, Hüpfsteine.

▣ A Rasun di Sotto vi aspetta un meraviglioso parco divertimenti in cui è l'acqua a fare da protagonista: Impianto Kneipp, canali d'acqua, ponti traballanti, ruota idraulica in legna.

▣ A fantastic adventure park where the main focus is on the theme of water: Kneipp installation, wiggly bridges, balancing on wooden discs, stepping stones, wooden water wheels.



RUINE ALTRASEN ROVINE DEL CASTELLO ALTRASEN RUINS CASTLE ALTRASEN



- 📍 Niederrasen | Rasun di Sotto
- 🕒 Hinweg | andata | one way: ca. 30 min
- ⬆️ Höhenunterschied | dislivello | difference in altitude: ca. 150 m
- mittel/anspruchsvoll | medio/difficile | medium/difficult

▣ In Niederrasen, über der Kirche und an einem bewaldeten Berghang, erhebt sich die Burgruine Altrasen, erbaut um das Jahr 1200 von den Herren von Rasen. Erwähnt wurde dieser Bau erstmals in einem Dokument des Bischofs von Brixen. Im 13. Jahrhundert war Altrasen Gerichtssitz der Grafschaft Pustertal. Ab 1553 war die Burg im Besitz der Herren von Welsperg, die das Bauwerk dem Verfall überließen. Heute noch erhalten sind die Ruinen des Bergfrieds, des Palais und der Ringmauer. Die genaue Wegbeschreibung finden Sie als Wandertipp auf Seite 33.

▣ Sopra la chiesa di Rasun di Sotto, su un pendio boscoso, s'innalzano le rovine del Castello di Altrasen, costruita attorno il 1200 dai Signori di Rasen. Il castello è menzionato per la prima volta in un documento del Vescovo di Bressanone. Nel XIII secolo il Castello Altrasen fu sede della corte della Val Pusteria. Dal 1553 il castello passò nelle mani dei Conti di Welsperg, che purtroppo lo abbandonarono al degrado. Le rovine del mastio, il palazzo e il muro di cinta sono visibili ancora oggi. La descrizione esatta del percorso trovate sulla pagina 33 come suggerimento escursione.

▣ Altrasen Castle is located near Niederrasen, on a wooden hill above the church of the village. It was built by the Lords of Rasen around the year 1200 and mentioned for the first time in a document of the Bishop of Bressanone. In the 13th century Altrasen Castle was the court seat of the County of the Pustertal. In 1553 it entered into the possession of the Lords of Welsperg, who let the castle finally decline. Today, the ruins of the keep, the hall and the curtain wall can be seen. You can find the exact walking route description as a "hiking tip" on page 33.

HOCHRAUTALM MALGA HOCHRAUT 1.643 m



mittel | medio | medium + ⌚ 2:00–3:00 h* \updownarrow ca. 600 m

- Oberrasen, Berggasthaus Mudler | Rasun di Sopra, Ristorante di montagna Mudler
- Ausstieg: Oberrasen | Uscita: Rasun di Sopra | Exit: Oberrasen
Citybus: Mudler
- ab Berggasthaus Mudler | dal ristorante di montagna Mudler
- ab Berggasthaus Mudler | dal ristorante di montagna Mudler
- Hochrautalm | Malga Hochraut T +39 347 113 7745
- Mitte Juni – Ende Oktober, Dienstag Ruhetag, in der Vor- und Nachsaison Dienstag und Mittwoch Ruhetag | metà giugno – fine ottobre, martedì giorno di riposo, in bassa stagione chiuso il martedì e il mercoledì | mid of June – end of October, day of rest: Tuesday, pre and post season: Tuesday and Wednesday
- Frühstück auf Vorbestellung | Colazione su prenotazione | Breakfast on reservation

▣ Ab Oberrasen > Oberstallerhof > bei der Schranke links Markierung Nr. 5 > Hochrautalm.
Ab Berggasthaus Mudler > Markierung Nr. 31 > Mudler See > Markierung Nr. 5 > Hochrautalm.
Tipp: nach dem Mudler See Aufstieg zum Lutterkopf (2.145 m)

▣ Da Rasun di Sopra > Maso Oberstaller > alla sbarra girare a sinistra > segnavia no. 5 > Malga Hochraut.
Dal ristorante montagna Mudler > Segnavia no. 31 > laghetto Mudler > segnavia no. 5 > Malga Hochraut.
Suggerimento: Merita anche la salita sul Monte Luta (2.145 m)

▣ From Oberrasen > Oberstallerhof > on the bar follow the mark n. 5 > Hochrautalm.
From Berggasthaus Mudler > mark n. 31 > Mudler See (pond) > mark n. 5 > Hochrautalm.
Tip: Very rewarding the climb to the Lutterkopf as well (2,145 m)



* ⌚ Gehzeit = hin und zurück | Tempo di percorrenza = andata e ritorno | Walking time = there and back

HOFSTATT ALM MALGA HOFSTATT 1.350 m



leicht/mittel | facile/medio | easy/medium ⌚ 1:00–1:30 h* \updownarrow ca. 200 m

- Antholz Niedertal, Parkplatz Walderhöfe oder Fischteich | Anterselva di Sotto o parcheggio masi Walder o vivaio di pesca | Antholz Niedertal, car park Walderhöfe or fish pond
- Ausstieg: Antholz Niedertal | Uscita: Anterselva di Sotto | Exit: Antholz Niedertal
- Manuel Egger T +39 340 059 6718
- Anfang Mai – Anfang November, Montag Ruhetag, außer im August
inizio maggio – inizio novembre, lunedì giorno di riposo, tranne agosto
beginning of May – beginning of November, day of rest: Monday, except August
- Frühstück: Samstags auf Vorbestellung | Colazione: sabato su prenotazione | Breakfast: Saturdays on reservation

▣ Ab Antholz Niedertal
(Ausgangspunkt Bad Salomonsbrunn, Parkplatz Walderhöfe oder Fischteich) > Markierung 31b > Hofstatt Alm.

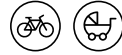
▣ Da Anterselva di Sotto
(Bagni di Salomone, parcheggio masi Walder o laghetto di pesca) > sentiero no. 31b > malga Hofstatt.

▣ From Antholz Niedertal
(towards the fishpond or starting from Walderhöfe) follow the mark n. 31b > Hofstatt Alm.



* ⌚ Gehzeit = hin und zurück | Tempo di percorrenza = andata e ritorno | Walking time = there and back

GRENTEALM MESSNERWIRT MALGA GRENTE MESSNERWIRT 2.002 m



mittel/anspruchsvoll | medio/difficile | medium/difficult ⌚ 4:00–5:00 h* ↑ ca. 750–850 m

- Antholz Niedertal, Antholz Mittertal, Parkplatz Grentealmen | Anterselva di Sotto, Anterselva di Mezzo o parcheggio Malghe Grente | Antholz Niedertal, Antholz Mittertal, car park Grentealmen
- Ausstieg: Antholz Mittertal | Uscita: Anterselva di Mezzo | Exit: Antholz Mittertal
- Karin Watschinger T. +39 349 137 0220
- Anfang Juni – Mitte/Ende Oktober (witterungsbedingt), Montag Ruhetag
inizio giugno – metà/fine ottobre (legato al tempo), lunedì giorno di riposo
beginning of June – mid/end of October (weather permitting), closed on Mondays
- Frühstück auf Vorbestellung | Colazione su prenotazione | Breakfast on reservation

Ab Antholz Niedertal > bei der Kirche links Richtung Maierhöfe (Pfaffingerhof) > den Waldrand hinauf > Markierung Nr. 6.

Ab Antholz Mittertal > Richtung Ausserwegersäge > dort rechts und weiter bis zum Parkplatz > dort über Markierung Nr. 6 (steiler Steig) oder über die Forststraße > Grentealm.

Tipp: Lohnend ist der Aufstieg zum Grentenkreuzl 2.250 m und weiter auf dem Weg Nr. 6b zur Ochsenalm. Oder ab Grentealm > Weg 6a zur Kumpflalm.

Da Anterselva di Sotto > alla chiesa a sinistra (Maso Pfaffing) > sentiero no. 6 > Malga Grente.

Da Anterselva di Mezzo > alla segheria giriamo a destra > avanti fino il parcheggio > proseguire sul sentiero no. 6 (sentiero ripido) oppure proseguire sulla strada forestale > Malga Grente.

Suggerimento: Molto appagante la scalata per il crocifisso della Grente a 2.250 m e da qui alla malga Bove a 2.070 m (Ochsenalm), segnavia no. 6b. Oppure dalla Malga Grente > sentiero no. 6a > Malga Kumpfl.

From Antholz Niedertal > at the church turn left > edge of the woods > Maierhöfe (Pfaffingerhof). > mark n. 6 > Grentealm.

From Antholz Mittertal > Ausserweger sawmill > turn right > at the parking area follow path n. 6 (steep path) > or follow the forestry street > Grentealm.

Tipp: Climb to the Grente cross 2,250 m. Here you can descend on the path n. 6b to the Ochsenalm. Or from the Grentealm > path n. 6a > Kumpflalm.



* ⌚ Gehzeit = hin und zurück | Tempo di percorrenza = andata e ritorno | Walking time = there and back

KUMPFLALM MALGA KUMPFL 1.653 m



leicht/mittel | facile/medio | easy/medium + ⌚ 2:00–2:30 h* ↓ ca. 400 m

- Antholz Mittertal | Anterselva di Mezzo
- Ausstieg: Antholz Mittertal | Uscita: Anterselva di Mezzo | Exit: Antholz Mittertal
- Fam. Messner T. +39 0474 492 197, T. +39 333 547 3889
- Ende Mai - Oktober, kein Ruhetag
fine maggio - ottobre, nessun giorno di riposo
end of May - October, no day of rest

Ab Antholz Mittertal (Sportzone) > Eggerhöfe > links abbiegen > Forststraße bis zur Kumpflalm.

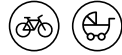
Da Anterselva di Mezzo (zona sportiva) > Masi Egger > a sinistra > strada forestale (sentiero no. 6a) > Malga Kumpfl.

From Antholz Mittertal (sports area) > to the Eggerhöfe > turn left > follow the forestry road (path n. 6a) > Kumpflalm.








* ⌚ Gehzeit = hin und zurück | Tempo di percorrenza = andata e ritorno | Walking time = there and back


BERGERALM MALGA BERGER 1.623 m




 leicht | facile | easy **12** + **3** ⌚ 2:00-2:30 h* \updownarrow ca. 400 m

 Antholz Mittertal | Anterselva di Mezzo
 Ausstieg: Antholz Mittertal | Uscita: Anterselva di Mezzo | Exit: Antholz Mittertal
 Bergeralm | Malga Berger T +39 345 594 9542
 Mitte Mai - Ende Oktober, Mittwoch Ruhetag (im August kein Ruhetag), Vor- und Nachsaison Samstag, Sonntag, Montag geöffnet | fine maggio - fine ottobre, mercoledì giorno di riposo (in agosto nessun giorno di riposo), stagione bassa aperto solo sabato, domenica e lunedì | end of May - end of October, closed on Wednesdays (in August no day of rest), Pre and post season open on Saturdays, Sundays and Mondays

 Ab Antholz Mittertal (Sportzone) > Eggerhöfe > rechts den Forstweg Nr. 3/12 > Klambach Wasserfall > Bergeralm.

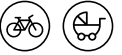
 Da Anterselva di Mezzo (zona sportiva) > Masi Egger > a destra per la strada forestale > no. 3/12 > cascata Klambach > Malga Berger.

 From Antholz Mittertal (sports area) > Eggerhöfe > turn right > follow the forestly street > n. 3/12 > Klambach waterfalls > Bergeralm.








* ⌚ Gehzeit = hin und zurück | Tempo di percorrenza = andata e ritorno | Walking time = there and back


SCHWÖRZALM MALGA SCHWÖRZ 1.680 m




 leicht/mittel | facile/medio | easy/medium **12** + **3** ⌚ 2:00-3:00 h* \updownarrow ca. 450 m

 Antholz Mittertal | Anterselva di Mezzo
 Ausstieg: Antholz Mittertal | Uscita: Anterselva di Mezzo | Exit: Antholz Mittertal
 Fam. Wieser T +39 348 888 3489
 Ende Juni - Anfang Oktober, kein Ruhetag
 fine giugno - inizio ottobre, nessun giorno di riposo
 end of June - beginning of October, no day of rest

 Ab Antholz Mittertal (Sportzone) > Eggerhöfe > rechts den Forstweg nehmen > Klambach Wasserfall > Berger- und Brennalm > Schwörzalm.

 Da Anterselva di Mezzo (zona sportiva) > Masi Egger > proseguire a destra sulla strada forestale > Cascata Klambach > Malga Berger e Brenn > Malga Schwörz.

 From Antholz Mittertal (sports area) > Eggerhöfe > turn right > follow the forestly street > Klambach waterfall > Berger- and Brennalm > Schwörzalm.








* ⌚ Gehzeit = hin und zurück | Tempo di percorrenza = andata e ritorno | Walking time = there and back

STEINZGERALM MALGA STEINZGER 1.894 m



 mittel | medio | medium  7a  1:30-2:00 h*  ca. 250 m

-  Antholzer See | Lago di Anterselva | Lake Antholz
-  Ausstieg: Antholzer See | Uscita: Lago di Anterselva | Exit: Lake Antholz
-  über die Forststraße | seguendo la forestale | follow the forestly street
-  Passler Jakob T +39 338 239 9454
-  Anfang Juni - Ende Oktober, Mittwoch Ruhetag
inizio giugno - fine ottobre, mercoledì giorno di riposo
beginning of June - end of October

▣ Ab Antholzer See > am Ende vom See > rechts abbiegen > Weg Nr. 7 > Steinzgeralm (Montalalm) > kurzer Aufstieg über den Almsteig; Abstieg über die Forststraße.

▣ Dal lago di Anterselva > in fondo al Lago > segnavia no. 7a > Malga Steinzger.


▣ From the end of the lake > turn right > follow mark n. 7 > Steinzgeralm.

Tip: From the Steinzgeralm you can walk on for 30 minutes reaching the "Obere Steinzgeralm" at 2,076 m > path n. 7 > Staller Saddle.

Suggerimento: Dopo un'altra mezz'oretta si arriva alla "Obere Steinzgeralm" > sentiero no. 7 > Passo Stalle.





Tipp: Von der Alm weiter zur „Oberer Steinzgeralm“ > Weg Nr. 7a > Staller Sattel.



*  Gehzeit = hin und zurück | Tempo di percorrenza = andata e ritorno | Walking time = there and back

RIESERFERNERHÜTTE RIFUGIO VEDRETTE DI RIES 2.792 m

 mittel/anspruchsvoll | medio/difficile | medium/difficult  3  7:00-8:00 h*  ca. 1.540 m

-  Antholz Mittertal | Anterselva di Mezzo
-  Ausstieg: Antholz Mittertal | Uscita: Anterselva di Mezzo | Exit: Antholz Mittertal
-  Nocker Martin T +39 0474 492 125, T +39 348 705 5051
-  Mitte Juni - Ende September, kein Ruhetag
metà giugno - fine settembre, nessun giorno di riposo
middle of June - end of September, no day of rest

▣ Ab Antholz Mittertal (Sportzone) > Eggerhöfe > rechts weiter > Berger- und Brennalp > Gembichljoch > Rieserfernerhütte.

Nächste erreichbare Schutzhütte ist die Hochgall-Kasseler Hütte (2.276 m) über den Schneeibigen Nock oder Magerstein; hochalpine Touren.

▣ Da Anterselva di Mezzo (zona sportiva) > Masi Egger > lungo la strada forestale > Malghe Berger e Brenn > Gembichljoch > Rifugio Vedrette di Ries.

Il prossimo rifugio raggiungibile per il Monte Nevoso oppure Monte Magro è il Rifugio Hochgall-Kasseler Hütte (2.276 m), un'escursione che richiede esperienza.

▣ From Antholz Mittertal (sports area) > Eggerhöfe > turn right > Berger- and Brennalp > Gembichljoch > Rieserfernerhütte.





The next mountain hut is the Hochgall-Kasseler Hütte (2,276 m) reachable by the Schneeibigen Nock or the Magerstein; high alpine tours.









*  Gehzeit = hin und zurück | Tempo di percorrenza = andata e ritorno | Walking time = there and back


AUSSERWEGER HÜTTE – STALLER ALM MALGA AUSSERWEGER – MALGA STALLE 1.956 m





 leicht | facile | easy  113  30 min.*  ca. 250 m


-  Staller Sattel | Passo Stalle | Staller Saddle
-  Ausstieg: Antholzer See | Uscita: Lago di Anterselva | Exit: Lake Antholz
-  Familie Leitgeb T +39 0474 492 131, T +39 340 610 7743
-  Mitte Juni – Ende September, kein Ruhetag
metà giugno – fine settembre, nessun giorno di riposo
mid of June – end of September, no day of rest
-  Frühstück: Donnerstags auf Vorbestellung | Colazione: giovedì su prenotazione | Breakfast: thursdays on reservation

 Mit dem Auto zum Staller Sattel (2.050 m) > Weg Nr. 113 > Obersee > Ausserweger Hütte.

 Raggiungere in macchina il Passo Stalle (2.050 m) > no. 113 > lago Obersee > Malga Ausserweger.





 Park your car on the top of the Staller Saddle (2,050 m) > path n. 113 > Lake Obersee > Ausserweger Hütte.








*  Gehzeit = hin und zurück | Tempo di percorrenza = andata e ritorno | Walking time = there and back


HINTERPASSLERHÜTTE – STALLER ALM BAITA HINTERPASSLER – MALGA STALLE 2.002 m





 leicht | facile | easy  113  30 min.*  ca. 250 m


-  Staller Sattel | Passo Stalle | Staller Saddle
-  Ausstieg: Antholzer See | Uscita: Lago di Anterselva | Exit: Lake Antholz
-  Fam. Brunner T. +39 0474 492 153, T. +39 349 733 4069
-  Mitte Juni – Mitte Oktober, kein Ruhetag
metà giugno – metà ottobre, nessun giorno di riposo
mid of June – mid of October, no day of rest

 Mit dem Auto zum Staller Sattel (2.050 m) > Weg Nr. 113 > Obersee > Hinterpasslerhütte.

 Raggiungere in macchina il Passo Stalle (2.050 m) > no. 113 > lago Obersee > Malga Hinterpassler.

 Park your car on the top of the Staller Saddle (2,050 m) > path n. 113 > Lake Obersee > Hinterpasslerhütte.



*  Gehzeit = hin und zurück | Tempo di percorrenza = andata e ritorno | Walking time = there and back

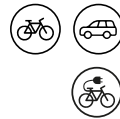


MUDLER BERGGASTHAUS
RISTORANTE DI MONTAGNA MUDLER

Rasen | Rasun 1.590 m

☎ +39 0474 950 036

📅 geöffnet von Pfingsten bis Ende Oktober, Dienstag Ruhetag (ausser im August) | aperto da Pentecoste fino alla fine di ottobre, martedì giorno di riposo (tranne in agosto) | open from Pentecost to the end of October, day of rest on Tuesday (except during the month of August)



HOFSCHÄNKE DORFMÜLLER
AGRITURISMO DORFMÜLLER

Antholz Niedertal | Anterselva di Sotto 1.170 m

☎ +39 0474 492 165

📅 abends ganzjährig geöffnet, kein Ruhetag, Reservierung erwünscht | di sera aperto tutto l'anno, nessun giorno di riposo, è richiesta la prenotazione | open for dinner all year round, no day off, reservation required



HOFSCHÄNKE EGGERHÖFE
AGRITURISMO EGGER

Antholz Mittertal | Anterselva di Mezzo 1.348 m

☎ +39 0474 493 030

📅 geöffnet von Mitte Mai bis Anfang November, Montag Ruhetag (außer Hochsaison) | aperto da metà maggio a inizio novembre, lunedì giorno di riposo (sempre aperto in alta stagione) | open from middle of May to beginning of November, closed on Mondays (no days of rest in high season)



ALPENGASTHAUS OBERSEE
RIFUGIO OBERSEE

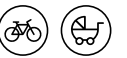
Staller Sattel | Passo Stalle | Staller Saddle 2.020 m

☎ +43 680 118 2971

📅 geöffnet von Mitte Mai bis Anfang Oktober, Montag Ruhetag (außer Hochsaison) | aperto da metà maggio a metà di ottobre, Lunedì giorno di riposo (in alta stagione nessun giorno di riposo) | open from middle of May to middle of October, closed on Mondays (no day of rest in high season)



BIOTOP RASEN | BIOTOPO RASUN | BIOTOPE RASEN



🚶 leicht | facile | easy | 1 | ⌚ 2:00 h* | ⬆️ ca. 50 m

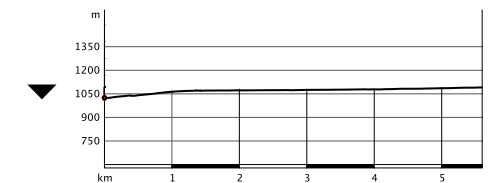
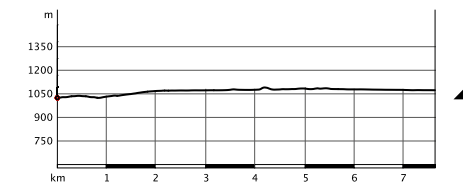
📍 Niederrasen oder Oberrasen | Rasun di Sotto o Rasun di Sopra

🚗 Ausstieg: Oberrasen Dorfmitte | Uscita: Rasun di Sopra centro | Exit: Oberrasen center

📍 Von Niederrasen nach Oberrasen (Kulturhaus) > am Fluss entlang > nach ca. 1 km rechts über einen Feldweg in Richtung Waldrand > weiter nach Norden ins Biotop (Naturschutzgebiet - Mooregebiet mit interessantem Naturlehrpfad. Die Wanderung kann auch ab Antholz Niedertal oder Antholz Mittertal gemacht werden!

📍 Da Rasun di Sotto a Rasun di Sopra (Casa della Cultura) > seguendo il fiume per ca. 1 km > girare a destra in direzione del bosco > avanti in direzione nord fino al biotopo (zona naturale umida protetta con sentiero naturalistico). Questa escursione può anche essere fatta partendo da Anterselva di Sotto o Anterselva di Mezzo!

📍 From Niederrasen to Oberrasen (culture house) > along the river > after approx. 1 km turn right on a country lane > further on northwards to the biotope (the moor area - an integral natural reserve with nature trail). This hike can also be started from Antholz Niedertal or Antholz Mittertal!



WANDERUNG NACH BAD SALOMONSBRUNN
PASSEGGIATA AI BAGNI DI SALOMONE
WALK TO BAD SALOMONSBRUNN



🚶 leicht | facile | easy | Biotopweg | cartelli | ⌚ 2:30 h* | ⬆️ ca. 150 m

📍 Niederrasen | Rasun di Sotto

🚗 Ausstieg: Niederrasen | Uscita: Rasun di Sotto | Exit: Niederrasen

🏠 Hotel Bad Salomonsbrunn | Bagni di Salomone

📍 Von Niederrasen nach Oberrasen > am Fluss entlang > Bad Salomonsbrunn (5 km).

📍 Da Rasun di Sotto verso Rasun di Sopra > lungo il fiume > Bagni di Salomone (5 km).

📍 From Niederrasen to Oberrasen > along the river > Bad Salomonsbrunn (5 km).

* ⌚ Gehzeit = hin und zurück | Tempo di percorrenza = andata e ritorno | Walking time = there and back



NIEDERRASEN - OBERSTALL - OBERRASEN RASUN DI SOTTO - OBERSTALL - RASUN DI SOPRA



leicht | facile | easy **5** + **20** ⌚ 1:30 h* ↕ ca. 180 m

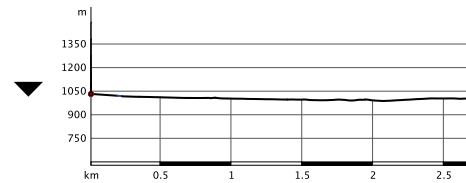
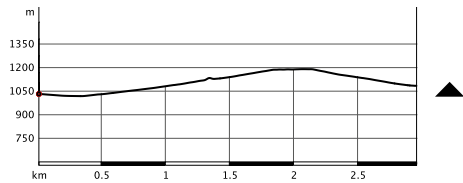
📍 Niederrasen | Rasun di Sotto

🚌 Ausstieg: Niederrasen | Uscita: Rasun di Sotto | Exit: Niederrasen

▣ Ab Niederrasen > an der Kirche vorbei > über die asphaltierte Straße > Markierung Nr. 20 > Oberstallerhöfe > Abstieg auf Markierung Nr. 5 > Asphaltstraße nach Oberrasen.

▣ Da Rasun di Sotto > passare davanti alla chiesa > proseguire lungo la strada asfaltata > sentiero no. 20 > masi Oberstall > ritornare sul sentiero no. 5 > strada asfaltata verso Rasun di Sopra.

▣ From Niederrasen > passing the church > continue on the asphaltic road on the edge of the woods (mark n. 20) > Oberstallerhöfe > path of return following mark n. 5 > Oberrasen.



NIEDERRASEN - NEUNHÄUSERN RASUN DI SOTTO - NOVE CASE



leicht | facile | easy **22b** ⌚ 1:30 h* ↕ ca. 30 m

📍 Niederrasen | Rasun di Sotto

🚌 Ausstieg: Niederrasen | Uscita: Rasun di Sotto | Exit: Niederrasen

🏠 Restaurant Neunhäusern | Ristorante Nove Case

▣ Ab Niederrasen > Autowerkstatt Veider > links durch den Waldweg nach Neunhäusern.
Achtung: den Wanderweg unter der Brücke benutzen.

▣ Da Rasun di Sotto > Autofficina Veider > proseguire sulla sinistra attraverso il sentiero forestale per Nove Case.
Attenzione: utilizzare il sentiero che passa sotto il ponte della strada statale!

▣ From Niederrasen > Veider car repair shop > on the left through the foresty road in the woods > Neunhäusern..
Caution: use the path under the bridge of the statale!

* ⌚ Gehzeit = hin und zurück | Tempo di percorrenza = andata e ritorno | Walking time = there and back



SPAZIERGANG IN DIE ALTE GOSTE PASSEGGIATA ALLA ALTE GOSTE WALKING TO THE ALTE GOSTE



leicht | facile | easy **23** ⌚ 1:00 h* ↕ ca. 70 m

📍 Niederrasen | Rasun di Sotto

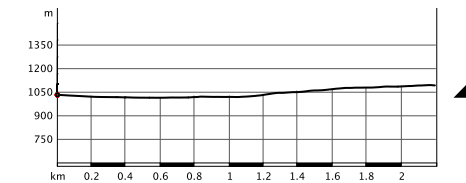
🚌 Ausstieg: Niederrasen | Uscita: Rasun di Sotto | Exit: Niederrasen

📍 Niederrasen | Rasun di Sotto

▣ Ab Niederrasen (Haus Hölzl) > am linken Waldrand entlang > über einen Waldweg > Alte Goste.

▣ Da Rasun di Sotto (casa Hölzl) > costeggiando a sinistra il bosco > strada forestale > Alte Goste.

▣ From Niederrasen (Haus Hölzl) > on the left side walk on the edge of the woods > forestry road > Alte Goste.



* ⌚ Gehzeit = hin und zurück | Tempo di percorrenza = andata e ritorno | Walking time = there and back



WANDERUNG ZU DEN RAUTERHÖFEN (REDENSBERG) PASSEGGIATA AI MASI DI RAUT (REDENSBERG) WALK TO THE RAUTHÖFE (REDENSBERG)

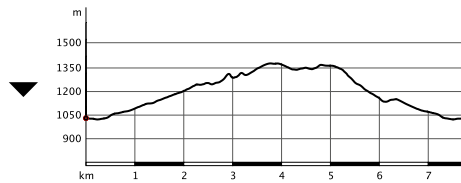
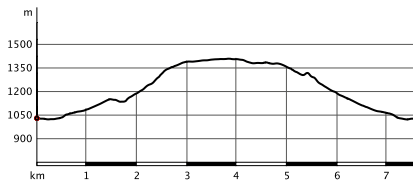
mittel | medio | medium ⌚ 2:30 h* ca. 350 m

Niederrassen | Rasun di Sotto
 Ausstieg: Niederrassen | Uscita: Rasun di Sotto | Exit: Niederrassen

▣ Ab Niederrassen (Linde) > Kirchsteig Nr. 8 (steil) > Rauterhöfe / Oberrauterhof > links über Straße Nr. 22 oder rechts über Panorama-weg (Waldweg) > Redensbergerhöfe > asphaltierte Straße (Nr. 4) > Pfaffingerhöfe > Niederrassen.

▣ Da Rasun di Sotto (Linde) > sentiero no. 8 (ripido) > masi di Raut > a sinistra sul sentiero no. 22 o a destra attraverso il bosco > masi di Redensberg > strada asfaltata (segnavia no. 4) > masi Pfaffing > Rasun di Sotto.

▣ From Niederrassen (Linde) > path n. 8 (steep) > Rauterhöfe > turn left on path n. 22 or passing the farm on the right following the panorama path > Redensbergerhöfe > paved road n. 4 > Pfaffingerhöfe > Niederrassen.



PANORAMAWEG SENTIERO PANORAMICO PANORAMIC WALKING TOUR

mittel | medio | medium ⌚ 3:30-4:00 h* ca. 470 m

Niederrassen | Rasun di Sotto
 Ausstieg: Niederrassen | Uscita: Rasun di Sotto | Exit: Niederrassen

▣ Ab Niederrassen > Pfaffingerhöfe > Burgfrieden Hof > Markierung Nr. 4 > Redensberg > Markierung Nr. 22 > Schweinberg > Rauterhöfe > Abstieg über den Kirchsteig Nr. 8 nach Niederrassen > oder auf Markierung Nr. 22 vom Rauterhof nach Neunhäusern > weiter zum Camping > zurück nach Rasen.

▣ Da Rasun di Sotto > masi Pfaffing > maso Burgfrieden > sentiero no. 4 > Redensberg > sentiero no. 22 > Schweinberg > masi di Raut > scendere sul sentiero no. 8 a Rasun di Sotto > o per il sentiero no. 22 Nove Case > Campeggio Coronas > Rasun di Sotto.

▣ From Niederrassen > Pfaffingerhöfe > Burgfrieden Hof > path n. 4 > Redensberg > mark n. 22 > „Schweinberg“ > Rauterhöfe > descent on path n. 8 to Niederrassen or following mark n. 22 to Neunhäusern > Camping Coronas > Niederrassen.

* ⌚ Gehzeit = hin und zurück | Tempo di percorrenza = andata e ritorno | Walking time = there and back



SCHLOSSRUINE NEURASEN ROVINE DEL CASTELLO NEURASEN RUINS CASTLE NEURASEN

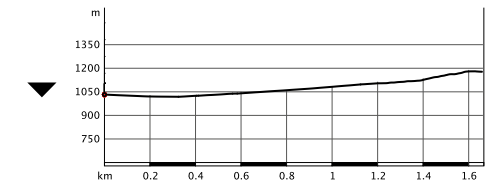
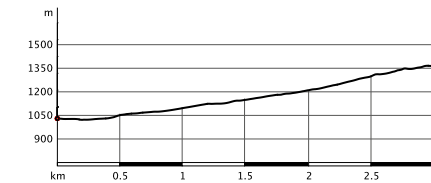
mittel | medio | medium ⌚ 2:30 h* ca. 150 m

Niederrassen | Rasun di Sotto
 Ausstieg: Niederrassen | Uscita: Rasun di Sotto | Exit: Niederrassen

▣ Ab Niederrassen (Pfaffingerhöfe) > am Waldrand (Dorfrundweg) zum Jagdhaus > Burgfriedenhof > abzweigen bei der Kapelle > Aufstieg zur Ruine Neurassen.
Ab Oberrassen > Markierung Nr. 3.

▣ Da Rasun di Sotto (masi Pfaffing) > costeggiando il bosco (Dorfrundweg) alla Casa di Caccia (Jagdhaus) > maso Burgfrieden > si devia all'altezza della cappella > Castello di Neurassen.
Da Rasun di Sopra > segnavia no. 3.

▣ From Niederrassen (Pfaffingerhöfe) > on the edge of the woods (circular path) to the hunting lodge (Jagdhaus) > Burgfriedenhof > turn on the chapel > ascent to the ruins of the Neurassen Castle.
From Oberrassen > mark n. 3.



BURGRUINE ALTRASEN ROVINE DI RASUN VECCHIA RUINS CASTLE ALTRASEN

mittel/anspruchsvoll | medio/difficile | medium/difficult ⌚ 1:00 h* ca. 150 m

Niederrassen | Rasun di Sotto
 Ausstieg: Niederrassen | Uscita: Rasun di Sotto | Exit: Niederrassen

▣ Ab Niederrassen (Kirche) > ca. 500 m hinauf Richtung Oberstall (Markierung Nr. 20) > am Waldrand rechts abzweigen > Ruine Altrassen.

▣ Da Rasun di Sotto (chiesa) > ca. 500 m in salita in direzione Oberstall (segnavia no. 20) > verso il bosco sulla destra > rovina di Rasun Vecchia.

▣ From Niederrassen (church) > for 500 m in direction > Oberstall (mark n. 20) > on the edge of the woods turn right > ruins of Altrassen.

* ⌚ Gehzeit = hin und zurück | Tempo di percorrenza = andata e ritorno | Walking time = there and back



ERDPYRAMIDEN PIRAMIDI DI TERRA EARTH PYRAMIDS

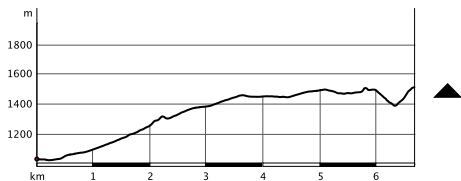
anspruchsvoll | difficile | difficult **4** + **3** + **1a** + **17** ⌚ 5:00-6:00 h* ↑ ca. 530 m

- 📍 Niederrasen oder Oberrasen | Rasun di Sotto o di Sopra
- 🚗 Ausstieg: Niederrasen oder Oberrasen | Uscita: Rasun di Sotto o di Sopra | Exit: Niederrasen or Oberrasen
- 🏠 Jausestation Niedristhof | Posto di ristoro Niedrist

▣ Ab Nieder- oder Oberrasen > Markierung Nr. 4 bzw. 3 > Redensberg > Markierung Nr. 4, Nr. 1a und Nr. 17 nach Aschbach > Jausestation Niedristhof > Erdpyramiden (das letzte Stück ist etwas steil). Den gleichen Weg wieder zurück nach Rasen oder über Platten nach Oberwielenbach (Markierung Nr. 16) und Percha (evtl. mit Linienbus von Percha nach Rasen).

▣ Da Rasun di Sotto o Rasun di Sopra > (sentiero no. 4 o 3) > Redensberg > imboccare i sentieri 4, 1a e 17 per Sopranessano > posto di ristoro Niedristhof > Piramidi di Terra (l'ultimo tratto è leggermente in pendenza). Scendere seguendo lo stesso percorso oppure proseguire attraverso Plata fino a Vila di Sopra (sentiero no. 16) e quindi a Perca. (Da qui eventualmente in autobus a Rasun).

▣ From Niederrasen or Oberrasen (following the mark n. 4 or 3) > up to Redensberg > take the paths with the marks n. 4, 1a and 17 to Aschbach > Niedristhof (rest station) > earth pyramids (the last stretch is quite steep). To go back to Rasen take the same path on the opposite direction or as an alternative continue to Platten and Oberwielenbach (mark n. 16) and lastly Percha (possibly by bus from Percha to Rasen).



* ⌚ Gehzeit = hin und zurück | Tempo di percorrenza = andata e ritorno | Walking time = there and back



MAIERHÖFE - WIESEMANN MASI MAIER - WIESEMANN

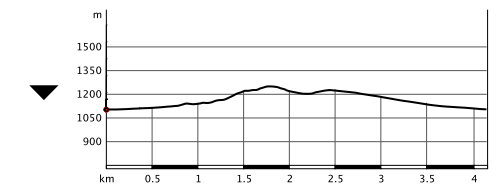
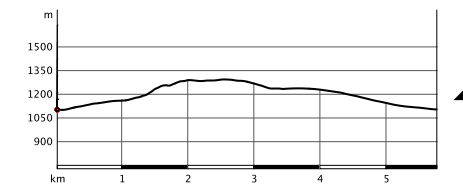
leicht | facile | easy **6** + **11** ⌚ 2:30 h* ↑ ca. 200 m

- 📍 Antholz Mittertal oder Antholz Niedertal | Anterselva di Mezzo o Anterselva di Sotto
- 🚗 Ausstieg: Antholz Niedertal | Uscita: Anterselva di Sotto | Exit: Antholz Niedertal
- 🏠 Berghotel Johanneshof

▣ Ab Antholz Niedertal > an der Kirche vorbei > Maierhöfe (Pfaffingerhof) > Wiesemannhof, Ausserwegersäge > Antholz Mittertal und die Dorfstraße zurück nach Antholz Niedertal.
Die Wanderung kann auch von Antholz Mittertal aus gemacht werden!

▣ Da Anterselva di Sotto > passando la chiesa > maso Pfaffing > maso Wiesemann > segheria > Anterselva di Mezzo e ritorno per la strada principale ad Anterselva di Sotto.
Questa escursione può anche essere fatta partendo da Anterselva di Mezzo!

▣ From Antholz Niedertal > passed the church > Maierhöfe (Pfaffingerhof) > Wiesemannhof > Ausserweger sawmill > Antholz Mittertal and lastly back to Antholz Niedertal on the main road.
This hike can also be started from Antholz Mittertal!



NÖSSLERWEG | SENTIERO NÖSSLER | NÖSSLER TRAIL

leicht | facile | easy **15** ⌚ 1:30 h* ↑ ca. 120 m

- 📍 Antholz Niedertal oder Antholz Mittertal | Anterselva di Sotto o Anterselva di Mezzo
- 🚗 Ausstieg: Antholz Niedertal | Uscita: Anterselva di Sotto | Exit: Antholz Niedertal
- 🏠 Berghotel Johanneshof

▣ Ab Antholz Niedertal > über die Aue > Weg Nr. 15 ins Dörfel > Nösslerhof > Berghotel Johanneshof > Rückweg über die Dorfstraße zum Ausgangspunkt.

▣ Da Anterselva di Sotto > segnavia no. 15 ai masi Dörfel > maso Nössler > Berghotel Johanneshof > ritornare per la strada principale ad Anterselva di Sotto.

▣ From Antholz Niedertal > path n. 15 to the Dörfel > Nösslerhof > Berghotel Johanneshof > and back on the main road to the starting point.

* ⌚ Gehzeit = hin und zurück | Tempo di percorrenza = andata e ritorno | Walking time = there and back



WASSERFALLSTEIG „EGGER WASSERFALL“ SENTIERO “CASCATA EGGER” TRAIL “EGGER WATERFALL” 1.508 m

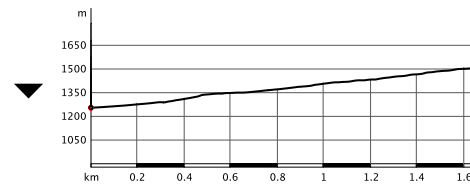
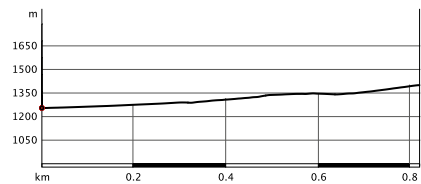
leicht | facile | easy 3 50 min.* ca. 200 m

- Antholz Mittertal | Anterselva di Mezzo
- Ausstieg: Antholz Mittertal | Uscita: Anterselva di Mezzo | Exit: Antholz Mittertal
- Eggerhöfe | Masi Egger

Ab Antholz Mittertal (Sportplatz) > Eggerhöfe > bei der Brücke den Eggerbach entlang direkt zum Wasserfall.

Da Anterselva di Mezzo (area sportiva) > Masi Egger > al ponte proseguire lungo il ruscello Egger fino la cascata.

From Antholz Mittertal (sport area) > Eggerhöfe > at the bridge continue along the creek Egger to the waterfall.



KLAMMBACH WASSERFALL CASCATA KLAMMBACH KLAMMBACH WATERFALLS 1.532 m

leicht | facile | easy 3 + 12 2:00 h* ca. 300 m

- Antholz Mittertal | Anterselva di Mezzo
- Ausstieg: Antholz Mittertal | Uscita: Anterselva di Mezzo | Exit: Antholz Mittertal
- Egerhöfe, Berger Alm | Masi Egger, Malga Berger

Ab Antholz Mittertal (Sportplatz) > Eggerhöfe > rechts abbiegen > Forstweg Nr. 3/12. Der Wasserfall Klammbach befindet sich unterhalb der Bergeralm.

Da Anterselva di Mezzo (area sportiva) > Masi Egger > alla destra > sentiero no. 3/12. Dopo tre quarti d'ora si arriva alla cascata Klammbach, sotto la Malga Berger.

From Antholz Mittertal (sport area) > Eggerhöfe > turn left > forestry road n. 3/12. You will find the Klammbach waterfall below the Bergeralm.

* Gehzeit = hin und zurück | Tempo di percorrenza = andata e ritorno | Walking time = there and back



MÜLLERKOFLWEG SENTIERO MÜLLERKOFL | MÜLLERKOFL TRAIL

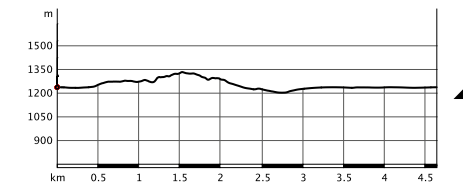
leicht | facile | easy 1 2:00-3:00 h* ca. 120 m

- Antholz Mittertal oder Antholz Niedertal | Anterselva di Mezzo o Anterselva di Sotto
- Ausstieg: Antholz Mittertal | Uscita: Anterselva di Mezzo | Exit: Antholz Mittertal
- Berghotel Johanneshof

Ab Antholz Mittertal > Hauptstraße zum Riederhof > Richtung talauswärts Markierung Nr. 1 > Burgegger Mühle > Burgeggerhof > Nösslerhof > auf der anderen Talseite zum Berghotel Johanneshof > zurück nach Antholz Mittertal. Die Wanderung kann auch von Antholz Niedertal aus gemacht werden!

Da Anterselva di Mezzo > Maso Rieder > sentiero no. 1 > Maso Burgegger > Maso Nössler > Berghotel Johanneshof > ritorno per Anterselva di Mezzo. Questa escursione può anche essere fatta partendo da Anterselva di Sotto!

From Antholz Mittertal > Riederhof > mark n. 1 > Burgegger Mühle > Nösslerhof > Berghotel Johanneshof > back to Antholz Mittertal. This hike can also be started from Antholz Niedertal!



* Gehzeit = hin und zurück | Tempo di percorrenza = andata e ritorno | Walking time = there and back



AGSTALM | MALGA AGST 1.887 m

mittel | medio | medium ⌚ 4:00–5:00 h* ↕ ca. 650 m

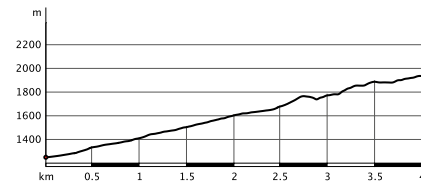
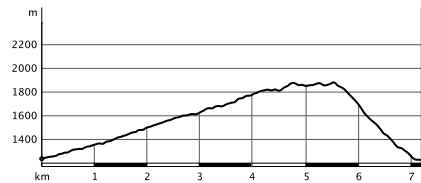
📍 Nösslerhof Antholz Niedertal | Maso Nössler Anterselva di Sotto

🚗 Ausstieg: Riepenlift | Uscita: Riepenlift | Exit: Riepenlift

▣ Ab Antholz Mittertal (Nösslerhof) > rechts über den Nösslerbach > Agstalm > Ausserweger- und Pichleralm (alle nicht bewirtschaftet). Abstieg nach Obertal oder nach Mittertal über denselben Weg zurück zum Nösslerhof.

▣ Da Anterselva di Mezzo (Maso Nössler) > strada forestale > malga Agst > malga Ausserweger > malga Pichler (tutte senza ristoro). Riprendere la stessa strada forestale per Anterselva di Sopra o sentiero per Anterselva di Mezzo.

▣ From Antholz Mittertal (Nösslerhof) > forestry road > Agstalm > Ausserwegeralm > Pichleralm (no rest stops). Descend to Antholz Obertal or to Antholz Mittertal on the same path.



MITTERTALER OCHSENALM 2.070 m

mittel/anspruchsvoll | medio/difficile | medium/difficult ⌚ 5:00–6:00 h* ↕ ca. 850 m

📍 Antholz Mittertal | Anterselva di Mezzo

🚗 Ausstieg: Antholz Mittertal | Uscita: Anterselva di Mezzo | Exit: Antholz Mittertal

▣ Ab Antholz Mittertal (Sportzone) > Eggerhöfe > links Nr. 6a zur Kumpflalm > Forststraße Nr. 6b > Überquerung Wanzlbach > dann ziemlich ansteigend zur Ochsenalm (nicht bewirtschaftet).

▣ Da Anterselva di Mezzo (zona sportiva) > Masi Egger > proseguire sulla sinistra, sentiero 6a > Malga Kumpfl > no. 6b in salita alla malga Ochsen (senza ristoro).

▣ From Antholz Mittertal (sports area) > Eggerhöfe > follow mark n. 6a to Kumpflalm > forest road n. 6b > cross the Wanzlstream > on a quit steep path to the Ochsenalm (not administered as rest stop).

* ⌚ Gehzeit = hin und zurück | Tempo di percorrenza = andata e ritorno | Walking time = there and back



MÜHLENWEG „TRÄNKABACHL“ SENTIERO DEI MULINI „TRÄNKABACHL“ MILL PATH „TRÄNKABACHL“

leicht/mittel | facile/medio | easy/medium ⌚ 0:50 h* ↕ ca. 100 m

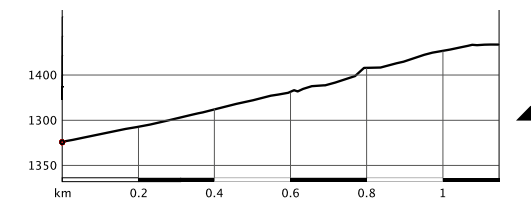
📍 Antholz Obertal | Anterselva di Sopra

🚗 Ausstieg: Antholz Obertal / Brücke | Uscita: Anterselva di Sopra / ponte | Exit: Antholz Obertal / Brücke

▣ Antholz Obertal / Brücke (Nähe Landheim) > über den neu angelegten Pfad Nr. 11b > an den restaurierten Mühlen vorbei bis zum Steinzger Stöckl > Verbindung/Weiterwanderung über den Weg Nr. 11 zum Antholzer See möglich > Rückkehr zum Ausgangspunkt über denselben Weg oder über Nr. 11 oder Nr. 1.

▣ Anterselva di Sopra / ponte (vicino al Landheim) > attraverso il nuovo sentiero n. 11b > passando per i mulini restaurati fino alla capella Steinzger > proseguendo sul sentiero n. 11 é possibile arrivare fino al Lago di Anterselva > ritorno al punto di partenza attraverso lo stesso sentiero oppure attraverso i sentieri n. 11 o n. 1.

▣ Antholz Obertal / bridge (near Landheim) > via the newly created path no. 11b > past the restored mills to the Steinzger Stöckl > connection/further hike possible via path no. 11 to Lake Antholz > return to the starting point via the same path or back via no. 11 or no. 1.



* ⌚ Gehzeit = hin und zurück | Tempo di percorrenza = andata e ritorno | Walking time = there and back



LEHRPFAD AM ANTHOLZER SEE PERCORSO ISTRUTTIVO INTORNO AL LAGO CIRCULAR NATURE PATH LAKE



leicht | facile | easy ⌚ 1:30 h*

Huberalm | Malga Huber

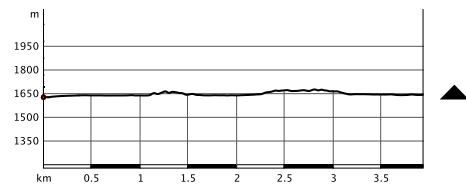
Ausstieg: Antholzer See | Uscita: Lago di Anterselva | Exit: Lake Antholz

siehe Seite 6 | vedi pagina 6 | go to page 6

▣ Parkplatz Antholzer See > an der Huberalm vorbei zur Tiroler Hütte > bei der Brücke und dem Bach entlang zum See > immer links weiter den Rundgang folgend. Auch in umgekehrter Richtung möglich.

▣ Parcheggio Lago di Anterselva > passando la Malga Huber avanti fino la baita Tiroler Hütte > attraversare il ruscello in direzione del lago > sempre avanti sulla sinistra e per il percorso istruttivo intorno al lago. L'escursione si può fare anche in direzione opposta.

▣ Lake Antholz parking spot > passed the Huberalm on to the Tiroler Hütte > cross the stream and walk towards the lake > keep your left for the nature trail around the mountain lake. The walking tour can also be done the other way round.



* ⌚ Gehzeit = hin und zurück | Tempo di percorrenza = andata e ritorno | Walking time = there and back



OBERTALER HÖHENWEG ALTA VIA DI ANTERSELVA DI SOPRA | OBERTAL HIGHWALK

leicht/mittel | facile/medio | easy/medium 11 ⌚ 3:00 h* ⬆️ ca. 450 m

Biathlonzentrum | Centro Biathlon | Biathlon Centre

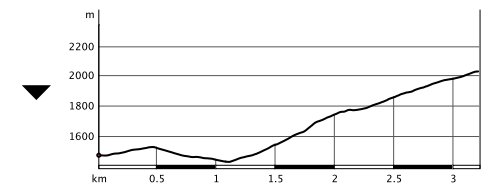
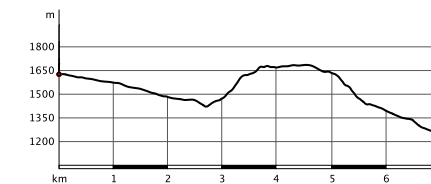
Ausstieg: Antholzer See | Uscita: Lago di Anterselva | Exit: Lake Antholz

Biathlonzentrum | Centro Biathlon, Antholzer See | Lago di Anterselva, Schwörzalm | Malga Schwörz, Bergeralm | Malga Berger, Eggerhöfe | Masi Egger

▣ Ab Biathlonzentrum (Parkplatz) > Franzosensteig Nr. 11 bis Vorderpassler > dort abzweigen Richtung Schwörzalm > Bergeralm > Klammachwasserfall > Eggerhöfe > Antholz Mittertal.

▣ Dal centro Biathlon (parcheggio) > sentiero "Franzosensteig" no. 11 fino all'altezza del maso Vorderpassler > proseguire le indicazioni fino la malga Schwörz > Malga Berger > cascata Klammach > masi Egger > Anterselva di Mezzo.

▣ From the Biathlon centre (parking area) > on the "Franzosensteig" marked n. 11 to Vorderpassler > Schwörzalm > Bergeralm > Klammach waterfall > Eggerhöfe > Antholz Mittertal.



GRÜBLALM | MALGA GRÜBL 2.038 m

leicht/mittel | facile/medio | easy/medium 9 ⌚ 4:00 h* ⬆️ ca. 600 m

Antholz Obertal oder Antholz Mittertal | Anterselva di Sopra o Anterselva di Mezzo

Ausstieg: Antholz Mittertal | Uscita: Anterselva di Mezzo | Exit: Antholz Mittertal

▣ Ab Antholz Obertal > beim Bauernhof „Müllerhof“ (Antholz Obertal) > Müllerkreuz > rechts Weg Nr. 9 > Schmatterzäune und Pötzlbach > weiter am Waldrand entlang > bis zur alten Militärstraße > Grüblalm (nicht bewirtschaftet) > evtl. weiter über einen Serpentinweg > Grüblscharte (2.394m).

Ab Antholz Mittertal > Riederhof > Weg Nr. 1 bis man in Antholz Obertal auf Markierung Nr. 9 trifft.

▣ Da Anterselva di Sopra > Maso Müller (Anterselva di Sopra) > al crocifisso alla destra prendere il sentiero no. 9 > passare il ruscello "Pötzlbach" > sempre sulla destra > strada militare > malga Grübl (non gestita) > proseguendo il sentiero si arriva alla forcetta Grübl (2394m). **Da Anterselva di Mezzo** > Maso Rieder > sentiero no. 1 > fino al bivio del sentiero no. 9 ad Anterselva di Sopra.

▣ From Antholz Obertal > Müllerhof (Antholz Obertal) > at the "Müllerkreuz" (cross) path n. 9 starts on the right side > crossing the river "Pötzlbach" > military path to the Grüblalm (which is not managed as rest stop) > eventually continue to the Grüblscharte.

From Antholz Mittertal > Riederhof > path n. 1 until you reach the path n. 9 in Antholz Obertal.

* ⌚ Gehzeit = hin und zurück | Tempo di percorrenza = andata e ritorno | Walking time = there and back



NIEDERRASEN – JAGDHAUS – OBERRASEN RASUN DI SOTTO – CASA DI CACCIA – RASUN DI SOPRA

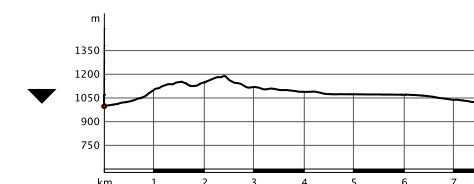
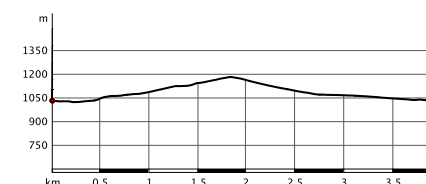
leicht | facile | easy + Dorfrundweg | Giro del paese | Circular path 1:30 h* ca. 150 m

Niederrasen | Rasun di Sotto
 Ausstieg: Niederrasen | Uscita: Rasun di Sotto | Exit: Niederrasen

Ab Niederrasen (Pfaffingerhöfe) > am Waldrand (Dorfrundweg) zum Jagdhaus > über die asphaltierte Straße Markierung Nr. 3 runter nach Oberrasen > am Fluss entlang zurück nach Niederrasen.

Da Rasun di Sotto (masi Pfaffing) > costeggiando il bosco si raggiunge la Casa di Caccia (Jagdhaus) > scendere su strada asfaltata (segnavia no. 3) a Rasun di Sopra > prima del ponte girare a destra > costeggiando il fiume si ritorna a Rasun di Sotto.

From Niederrasen (Pfaffingerhöfe) > following the edge of the woods (Dorfrundweg) > Jagdhaus > on the asphaltic road (mark n. 3) down to Oberrasen > back to Niederrasen along the river.



DORFRUNDE RASEN | GIRO DI RASUN CIRCULAR PATH RASEN

leicht | facile | easy 2:00–3:00 h* ca. 170 m

Nancy's Holiday Homes, Niederrasen | Nancy's Holiday Homes, Rasun di Sotto
 Ausstieg: Niederrasen | Uscita: Rasun di Sotto | Exit: Niederrasen

Ab Nancy's Holiday Homes > über den „Dorfrundweg Rasen“ leicht aufwärts zur Redensberger Straße > kurz abwärts und links abzweigen zum Jagdhaus > Forststraße rechts zur Schranke > am Waldrand entlang zum Rast-Grillplatz > Überquerung der Staatsstraße > Feldstraße bis zum Antholzer Bach > am Bach entlang nach Ober- bzw. Niederrasen.

Da Nancy's Holiday Homes > sentiero leggermente in salita (segnavia „Dorfrundweg“) finché si raggiunge la strada di Redensberg > scendere un pó > girare a destra passando la Casa di Caccia (Jagdhaus) > a destra fino alla sbarra > costeggiando il margine del bosco si arriva al posto attrezzato per il picnic > attraversare la strada statale > scendere al torrente > ritornare a Rasun di Sopra o di Sotto costeggiando il fiume.

From Nancy's Holiday Homes > on the „Dorfrundweg Rasen“ slightly uphill to the road Redensberg > downwards and turning left up to the „Jagdhaus“ > turning right until reaching a bar > continue on the edge of the woods reaching the barbecue area > cross the main road > path to the river > along the river back to Oberrasen or Niederrasen.

* Gehzeit = hin und zurück | Tempo di percorrenza = andata e ritorno | Walking time = there and back



DOLOMITENBLICKRUNDE GIRO PANORAMICO DOLOMITI DOLOMITES PANORAMIC VIEW TOUR

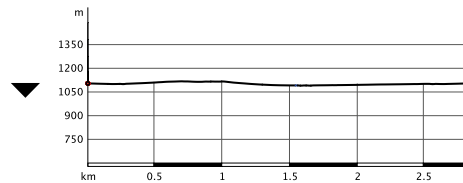
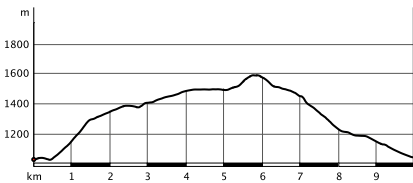
mittel | medio | medium 21 + 20 3:00-4:00 h* ca. 560 m

- Niederrasen | Rasun di Sotto
- Ausstieg: Niederrasen | Uscita: Rasun di Sotto | Exit: Niederrasen
- Berggasthaus Mudler | Ristorante di montagna Mudler

Ab Niederrasen (Kirche) > Markierung 21 > Gostner Kirchsteig (etwas steil) > Obergoste > Feichter und Breitwiesenhof > Kirmlehof (ca. 10 min. oberhalb Einkehrmöglichkeit Berggasthaus Mudler) > zurück über Markierung Nr. 20 > Imberger Weg > Oberstallerhöfe > Nieder- oder Oberrasen.

Da Rasun di Sotto (chiesa) > sentiero no. 21 (un pó ripido) > Goste di Sopra > masi Feichter e Breitwiesen > maso Kirmle (possibilità di ristoro 10 min. piú sopra presso l'albergo Mudler) > scendere sul sentiero no. 20 > sentiero Imberg > masi Oberstall > Rasun di Sotto o di Sopra.

From Niederrasen (church) > path n. 21 (steep) > Obergoste > Feichter and Breitwiesenhof > Kirmlehof (approx. 10 min. further above Berggasthaus Mudler) > descend on mark n. 20 > path Imberg > Oberstallerhöfe > Nieder- oder Oberrasen.



RUNDWEG BAD SALOMONSBRUNN PASSEGGIATA INTORNO AI BAGNI DI SALOMONE TRAIL ROUND BAD SALOMONSBRUNN

leicht | facile | easy partially 31b 1:30 h* ca. 200 m

- Antholz Niedertal | Anterselva di Sotto
- Ausstieg: Antholz Niedertal | Uscita: Anterselva di Sotto | Exit: Antholz Niedertal
- Hotel Bad Salomonsbrunn, Fischteich | Bagni di Salomone, laghetto di pesca

Ab Antholz Niedertal > über den Bach zu den Walderhöfen > leicht absteigend nach Bad Salomonsbrunn > Rückweg Nr. 1 zum Ausgangspunkt.

Da Anterselva di Sotto > attraversare il fiume e avanti ai masi Walder > leggermente in discesa ai Bagni di Salomone > ritorno sul sentiero no. 1 ad Anterselva di Sotto.

From Antholz Niedertal > crossing the river to the Walderhöfe > lightly downwards to Bad Salomonsbrunn > return on path n. 1 to the starting point.

* Gehzeit = hin und zurück | Tempo di percorrenza = andata e ritorno | Walking time = there and back



MÜLLERKOFL-RUNDWEG PERCORSO CIRCOLARE | CIRCULAR TRAIL MÜLLERKOFL

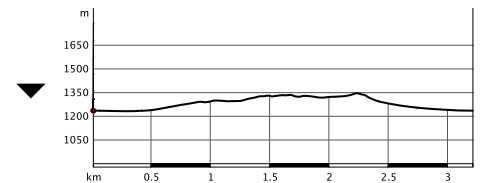
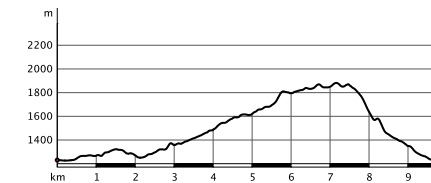
leicht | facile | easy 1 + 2 + 8a 1:30-2:00 h* ca. 300 m

- Antholz Mittertal oder Antholz Niedertal | Anterselva di Mezzo o Anterselva di Sotto
- Ausstieg: Antholz Mittertal | Uscita: Anterselva di Mezzo | Exit: Antholz Mittertal

Ab Antholz Mittertal > Riederhof > Müllerkoflweg Nr. 1 > Nösslerhof > weiter über Forststraße Nr. 2 > zurück Richtung Antholz Mittertal bis zur Kehre Abzweigung Steig Nr. 2 (Markierung Antholz Mittertal) > weiter über die Forststraße 8a (Burgegger Mühle) > das letzte Stück zurück über Weg Nr. 1 nach Antholz Mittertal.

Da Anterselva di Mezzo > maso Rieder > via Müllerkofl, sentiero no. 1 > maso Nössler > avanti sulla forestale no. 2 (direzione Anterselva di Mezzo) fino alla deviazione del sentiero no. 2 (contrasegno Anterselva di Mezzo) > continuare sulla strada forestale 8a > (mulino Burgegger) > l'ultimo pezzo lungo il sentiero n. 1 verso Anterselva di Mezzo.

From Antholz Mittertal > Riederhof > Müllerkofl trail (route n. 1) > Nösslerhof > further on the forest road n. 2 back towards Antholz Mittertal until you reach the turnoff for trail n. 2 (signposted Antholz Mittertal) > continue on the forest road n. 8a (Burgegger mill) > the last part back on path n. 1 to Antholz Mittertal.



MITTERTALER RUNDWEG PERCORSO ANTSELVA DI MEZZO CIRCULAR PATH ANTHOLZ MITTERTAL

leicht | facile | easy 2:00 h* ca. 150 m

- Antholz Mittertal | Anterselva di Mezzo
- Ausstieg: Antholz Mittertal | Uscita: Anterselva di Mezzo | Exit: Antholz Mittertal
- Hofschänke Eggerhöfe | Masi Egger

Antholz Mittertal > Richtung Ausserwegersäge > Markierung Nr. 6 ca. 300 Meter weiter > dann rechts abbiegen > Franzosensteig Nr. 11 > Wanzlerhof > Klammer > Eggerhöfe > Sportzone und zurück zum Ausgangspunkt.

Anterselva di Mezzo > segheria Ausserwegger > sentiero n. 6 > dopo 300 m girare a destra > sentiero Franzosensteig no. 11 > Masi Wanzler > Klammer > masi Egger > zona sportiva. Da lì ritornare al centro di Anterselva di Mezzo.

Antholz Mittertal > Ausserwegger sawhill > mark. n. 6 > after 300 m turn right > path „Franzosensteig“ n. 11 > Wanzlerhof > Klammer > Eggerhöfe > sports area > back to the starting point.

* Gehzeit = hin und zurück | Tempo di percorrenza = andata e ritorno | Walking time = there and back



MITTERTALER HÖHENWEG ALTA VIA DI ANTERSELVA DI MEZZO MITTERTAL HIGHWALK 1.700 m

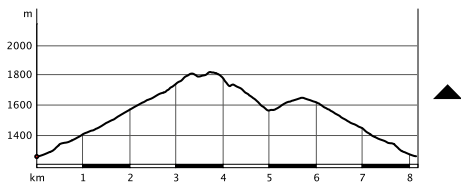
leicht/mittel | facile/medio | easy/medium **12** ⌚ 3:00 h* ↑ ca. 550 m

- 📍 Antholz Mittertal | Anterselva di Mezzo
- 🚗 Ausstieg: Antholz Mittertal | Uscita: Anterselva di Mezzo | Exit: Antholz Mittertal
- 🏠 Eggerhöfe | Masi Egger, Berger Alm | Malga Berger

▣ Antholz Mittertal > Sportzone > Eggerhöfe > Klambachwasserfall > Berger- und Brennalm > nach den Almen links > Mittertaler Höhenweg, Markierung Nr. 12 > vor der Kumpflalm links Abstieg zu den Eggerhöfen > zurück nach Antholz Mittertal. Der Weg kann auch in umgekehrter Richtung gemacht werden.

▣ Anterselva di Mezzo > zona sportiva > masi Egger > cascata Klambach > malghe Berger e Brenn > dopo le malghe girare a sinistra sul Mittertaler Höhenweg (Alta Via, sentiero no. 12) in direzione Malga Kumpfl > prima di questa ritornare sulla strada forestale > masi Egger > Anterselva di Mezzo. L'escursione si può fare anche in direzione opposta.

▣ Antholz Mittertal > sports area > Eggerhöfe > Klambach waterfall > Berger- and Brennalm > after this cabins turn left on the "Mittertaler Höhenweg" (mark n. 12) > walk in direction Kumpflalm > as soon as you reach the forest road descend on the left > Eggerhöfe > Antholz Mittertal. The walking tour can also be done the other way around.



* ⌚ Gehzeit = hin und zurück | Tempo di percorrenza = andata e ritorno | Walking time = there and back



SEEWEG SENTIERO DEL LAGO LAKE WALKING TOUR (FRANZOSENSTEIG)

leicht/mittel | facile/medio | easy/medium **11 + 1 + 6** ⌚ 5:00–6:30 h* ↑ ca. 600 m

- 📍 Antholz Niedertal oder Antholz Mittertal | Anterselva di Sotto o Anterselva di Mezzo
- 🚗 Ausstieg: Antholz Mittertal | Uscita: Anterselva di Mezzo | Exit: Antholz Mittertal

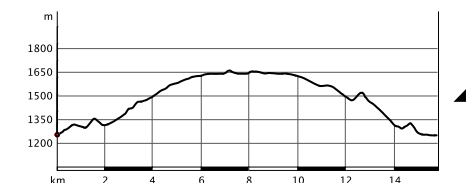
▣ **Ab Antholz Mittertal** (Sportzone) > Richtung Eggerhöfe > kurz vorher rechts abbiegen > Weg Nr. 11 > Antholzer See. Rundweg > Weg Nr. 1 > Rundweg um den See > Weg Nr. 1 links der Straße zurück nach Antholz Mittertal.
Ab Niedertal > Wegmarkierung Nr. 6/11 zum Pfaffingerhof – Wiesemannhof > Weg Nr. 11 (Franzosensteig) > und dann weiter wie oben beschrieben.

▣ **Da Anterselva di Mezzo** (zona sportiva) > in direzione masi Egger > poco prima girare a destra > sentiero no. 11 > lago di Anterselva > girare attorno al lago > ritorno per il sentiero no. 1 alla sinistra della strada principale per Anterselva di Mezzo.

Da Anterselva di Sotto > prendere la via per i masi Pfaffing e Wiesemann (nr. 6/11) > Anterselva di Mezzo > sentiero no. 11 (Franzosensteig) > e avanti come descritto sopra.

▣ **From Antholz Mittertal** (sports area) > in direction Eggerhöfe > before the farm turn right > path 11 > Lake Antholz > circular path around the Lake Antholz > back on path n. 1 on the left of the main road to Antholz Mittertal.

From Antholz Niedertal > mark n. 6/11 to the Pfaffingerhof and Wiesemannhof > continue on path n. 11 (Franzosensteig) > continue as described above.



* ⌚ Gehzeit = hin und zurück | Tempo di percorrenza = andata e ritorno | Walking time = there and back



GROSSE DORFRUNDE ANTHOLZ GRANDE GIRO DEL PAESE DI ANTERSELVA LARGE CIRCULAR PATH ANTHOLZ

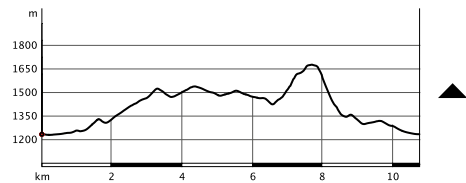
mittel | medio | medium ⌚ 2:00 h* ca. 300 m

Antholz Mittertal | Anterselva di Mezzo
 Ausstieg: Antholz Mittertal | Uscita: Anterselva di Mezzo | Exit: Antholz Mittertal

▣ Ab Antholz Mittertal > Riederhof > Müllerkofelweg > Nösslerhof > Forstraße ca. 500 m in Richtung Niedertal (nicht Steig Nr. 1) > dann Forststraße zurück Richtung Mittertal bis Kreuzung „Geißsteig“ > Burgegger Mühle > Riederhof > Steig Nr. 1 > Camping Antholz / Höhe Hofer > Steig Nr. 9 > Schwörz Alm > Franzosensteig Nr. 11 > Antholz Mittertal.

▣ Da Anterselva di Mezzo > maso Rieder > sentiero Müllerkofel > maso Nössler > avanti per ca. 500 m sulla forestale in direzione Anterselva di Sotto (non sentiero no. 1) > strada forestale indietro ad Anterselva di Mezzo fino al bivio „Geißsteig“ > molino Burgegger > maso Rieder > sentiero no. 1 > Camping Anterselva / altezza Hofer > sentiero no. 9 > malga Schwörz > sentiero no. 11 (Franzosensteig) > Anterselva di Mezzo.

▣ From Antholz Mittertal > Riederhof > Müllerkofel trail > Nösslerhof > forest path 500 m in direction Antholz Niedertal (not path n. 1) > forest path back to Antholz Mittertal until crossing trail „Geißsteig“ > Burgegger mill > Riederhof > path n. 1 > Camping Antholz / Hofer > path n. 9 > Schwörzalm > path n. 11 (Franzosensteig) > Antholz Mittertal.



* ⌚ Gehzeit = hin und zurück | Tempo di percorrenza = andata e ritorno | Walking time = there and back



URIGSTEIG SENTIERO URIG URIG TRAIL

mittel/anspruchsvoll | medio/difficile | medium/difficult ⌚ 5:00-6:00 h* ca. 900 m

Antholz Mittertal | Anterselva di Mezzo
 Ausstieg: Antholz Mittertal | Uscita: Anterselva di Mezzo | Exit: Antholz Mittertal

▣ Ab Antholz Mittertal > Riederhof > Weg Nr. 8 und 8a zur Außerweger Alm (nicht bewirtschaftet) > Pichler Alm (nicht bewirtschaftet) > Gröblalm (nicht bewirtschaftet) > auf dem Urigsteig weiter über Markierung Nr. 9A bis zur Wegkreuzung > hier zurück nach nach Antholz Mittertal > oder über Markierung Nr. 1 weiter bis zum Antholzer See.

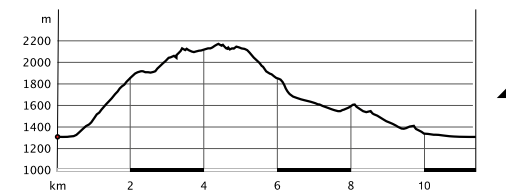
Variante: ab Antholz Mittertal (Camping Antholz) > Weg Nr. 1 und Nr. 9 zur Gröblalm und weiter über den Urigsteig

▣ Da Anterselva di Mezzo > Riederhof > sentiero 8 e 8a fino alla malga Außerweger (non gestita) > malga Pichler (non gestita) > malga Gröbl (non gestita) > continuare sul sentiero Urig (segnavia nr. 9A) fino al bivio del sentiero > qui tornare ad Anterselva di Mezzo > o attraverso il sentiero n° 1 al Lago di Anterselva.

Variante: da Anterselva di Mezzo (Campeggio Anterselva) > sentiero n. 1 e n. 9 fino alla malga Gröbl e proseguire per il sentiero Urigsteig.

▣ From Antholz Mittertal > Riederhof > trail nr. 8 and 8a to the Außerweger cabin (not managed) > Pichler cabin (not managed) > Gröbl cabin (not managed) > continue on the Urigsteig via trail nr. 9A to the crossroads > here back to Antholz Mittertal > or via trail nr. 1 to Lake Antholz

Variant: from Antholz Mittertal (Camping Antholz) > path no. 1 and no. 9 to the Gröbl cabin and further on via the Urigsteig



* ⌚ Gehzeit = hin und zurück | Tempo di percorrenza = andata e ritorno | Walking time = there and back



2-SEEN-BLICK-WANDERUNG ESCURSIONE VISTA 2 LAGHI 2 LAKES VIEW HIKE

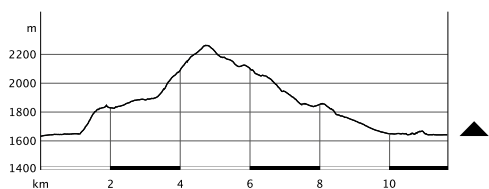
mittel | medio | medium Almensteig + ⌚ 4:00-5:00 h* ↑ ca. 600 m

Antholzer See | Lago di Anterselva | Lake Antholz
 Ausstieg: Antholzer See | Uscita: Lago di Anterselva | Exit: Lake Antholz

Antholzer See (1.650 m) > Almensteig > Steinzger Alm (1.894 m) > Weg Nr. 7 B > Obere Steinzger Alm (2.076 m; nicht bewirtschaftet) > Weg Nr. 7a > am höchsten Punkt (2.260 m) genießen Sie eine Aussicht auf beide Seen und die umliegende Bergkulisse > Staller Sattel / Obersee (2.050 m) > Weg Nr. 11 zurück zum Antholzer See.

Lago d'Anterselva (1.650 m) > sentiero delle malghe (Almensteig) > Malga Steinzger (1.894 m) > sentiero n° 7 B > Malga Steinzger di Sopra (2.076 m; non gestita) > sentiero n° 7a > sul punto più alto (2.260 m) vista spettacolare sui due laghi e sul paesaggio montano circostante > Passo Stalle / Obersee (2.050 m) > sentiero n° 11 per tornare al Lago d'Anterselva.

Lake Antholz (1,650 m) > Almensteig (cabin trail) > Steinzger cabin (1,894 m) > trail no. 7 B > Obere Steinzger Alm (2,076 m; not managed) > trail no. 7a > at the highest point (2,260 m) amazing view of both lakes and the surrounding mountain scenery > Staller Saddle / Obersee (2,050 m) > trail no. 11 back to Lake Antholz.



* ⌚ Gehzeit = hin und zurück | Tempo di percorrenza = andata e ritorno | Walking time = there and back



LUTTERKOPF | MONTE LUTA 2.145 m - DURAKOPF | CIMA DURA 2.275 m

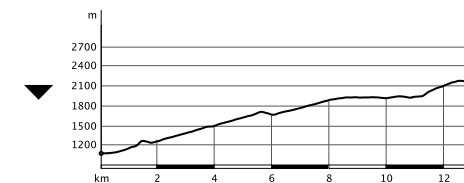
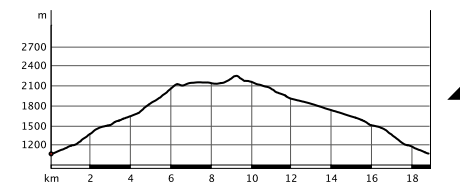
mittel | medio | medium + + ⌚ 6:00-7:00 h* ↑ ca. 1.250 m

Niederrasen | Rasun di Sotto
 Ausstieg: Niederrasen oder Oberrasen | Uscita: Rasun di Sotto o di Sopra | Exit: Niederrasen or Oberrasen
 Berggasthaus Mudler | Ristorante di montagna Mudler

Ab Nieder- oder Oberrasen > Weg Nr. 20 > Berggasthaus Mudler > rechts weiter Markierung Nr. 31 > Lutterkopf > Überschreitung zum Durakopf auf Markierung Nr. 31 > Abstieg über Markierung Nr. 38 > Taistner Vorderalm (Markierung 38a) > Mudler > Rasen.

Da Rasun di Sotto o di Sopra > sentiero no. 20 > albergo di montagna Mudler > sentiero no. 31 > Monte Luta > sentiero no. 31 alla Cima Dura > ritornare sul sentiero 38 verso la malga di Tesido > ristorante Mudler > Rasun.

From Nieder- or Oberrasen > path n. 20 > Berggasthaus Mudler > path marked n. 31 > Lutterkopf. > crossing the Durakopf on mark n. 31 > descent on mark n. 38 > Taistner Vorderalm (rest station) > Mudler > Rasen.



DURAKOPF | CIMA DURA 2.275 m

mittel | medio | medium ⌚ 6:00 h* ↑ ca. 1.125 m

Antholz Niedertal | Anterselva di Sotto
 Ausstieg: Antholz Niedertal | Uscita: Anterselva di Sotto | Exit: Antholz Niedertal
 Hofstatt Alm | Malga Hofstatt

Ab Antholz Niedertal (Bad Salomonsbrunn) > Walderhöfe > Markierung Nr. 31b oder über die Forststraße > Hofstattalm (bewirtschaftet) > Langeggalm (nicht bewirtschaftet) > über den Steig weiter auf den Durakopf.

Da Anterselva di Sotto (Bagni di Salomone) > masi Walder > sentiero no. 31b o seguendo la strada forestale alla Malga Hofstatt (gestita) > alla Malga Langegg (senza ristoro) > il sentiero prosegue per la Cima Dura.

From Antholz Niedertal (Bad Salomonsbrunn) > Walderhöfe > mark n. 31b or the forest road to the Hofstattalm (rest station) > Langeggalm (not open) > the path continues to the Durakopf peek.

* ⌚ Gehzeit = hin und zurück | Tempo di percorrenza = andata e ritorno | Walking time = there and back



HOCHNALL | MONTE NALLE 2.231 m – RAMMELSTEIN | MONTONE 2.483 m

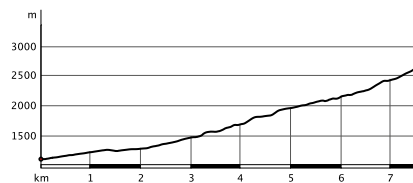
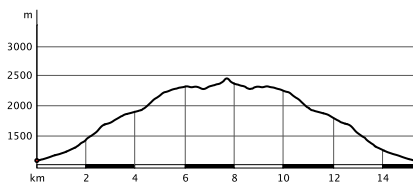
anspruchsvoll | difficile | difficult ⌚ 7:00–8:00 h* ca. 1.450 m

Niederrasen oder Oberrasen | Rasun di Sotto o Rasun di Sopra
 Ausstieg: Niederrasen oder Oberrasen | Uscita: Rasun di Sotto o di Sopra | Exit: Niederrasen or Oberrasen

Ab Ober- oder Niederrasen > Markierung Nr. 3 bzw. 4 zum Burgfriedenhof > Markierung Nr. 4 durch den Wald zu den Ameisböden oder über Redensberg > Hochnall > Überschreitung zum Rammelstein (Trittsicherheit beim Gipfelanstieg erforderlich). Abstieg: wie Aufstieg oder vom Rammelstein > Markierung Nr. 4 zur Lahneralm/Unterhütten > über die Forststraße nach Burgfrieden/Rasen.

Da Rasun di Sopra o di Sotto > sentiero no. 4 + 3 > Maso Bugfrien > risalendo il bosco per il sentiero no. 3 oppure passando per Redensberg sul sentiero no. 4 > Monte Nalle > continuando oltre si passa il Montone (Rammelstein) – è richiesta una buona pratica della montagna. Ritornare sullo stesso percorso o discendere dal Montone sul sentiero no. 4b > Malga Lahner e baite Unterhütten > la strada forestale attraversando Burgfrieden fino a Rasun.

From Oberrasen or Niederrasen (path n. 3 o 4) > Burgfrien > following mark n. 3 or passing by Redensberg on the path n. 4 > Hochnall and then proceed to the Rammelstein peak – it is necessary to be experienced. Descent: same way back as the ascent or follow mark n. 4 from the Rammelstein > Lahneralm/Unterhütten > then proceed on the forestry road back to Burgfrieden and Rasen.



AMPERSPITZE | CIMA AMPERSPITZE 2.687 m

mittel/anspruchsvoll | medio/difficile | medium/difficult ⌚ 7:00 h* ca. 1.550 m

Antholz Niedertal | Anterselva di Sotto
 Ausstieg: Antholz Niedertal | Uscita: Anterselva di Sotto | Exit: Antholz Niedertal

Ab Antholz Niedertal > vorbei am Vereinshaus > Hellsteinerhof > Rauthöfe (bis hierher evtl. mit dem Auto) > Forstraße Nr. 36 > Neuhütte > Dorfmußleralm > Niedertaler Ochsenalm (alle nicht bewirtschaftet) > Ampertörl > Amperspitze.

Da Anterselva di Sotto > dopo la Casa Culturale > Maso Hellstein > Maso Raut (ultimo parcheggio) > strada forestale no. 36 > Neuhütte > malga Dorfmußler > Ochsenalm (tutte non gestite) > Ampertörl > Punta Amperspitze.

From Antholz Niedertal > passing the Culture House > Hellsteinerhof > Rauthöfe (reachable also by car) > forest road n. 36 > Neuhütte > Dorfmußleralm > Ochsenalm (not administered as rest stops) > Ampertörl > Amperspitze.

* ⌚ Gehzeit = hin und zurück | Tempo di percorrenza = andata e ritorno | Walking time = there and back



RAMMELSTEIN MONTONE 2.483 m

anspruchsvoll | difficile | difficult ⌚ 7:30 h* ca. 1.250–1.350 m

Antholz Niedertal, Antholz Mittertal oder Parkplatz Grente Almen | Anterselva di Sotto, Anterselva di Mezzo o parcheggio Malghe Grente | Antholz Niedertal, Antholz Mittertal or parking area Grente Almen
 Ausstieg: Antholz Niedertal oder Antholz Mittertal | Uscita: Anterselva di Sotto o Anterselva di Mezzo | Exit: Antholz Niedertal oder Antholz Mittertal

Ab Antholz Mittertal oder Antholz Niedertal, (siehe Wanderung zur Grente Alm) > weiter zum Grentekreuz > über den Grentesteig zum Rammelstein. Rückweg über den Aufstieg oder hinunter zur Laneralm (1.829 m) > Markierung Nr. 4b zu den Unterhütten (1.671 m; nicht bewirtschaftet) > über den Almsteig zurück auf die Straße nach Antholz (in der Höhe des Biotops Rasen).

Da Anterselva di Mezzo oppure Anterselva di Sotto (vedi escursione Malghe Grente) > croce Grente > Montone (è ripido, da affrontare con la corda di sicurezza). Ritorno per questo sentiero oppure per la Malga Laner (1.829 m) > segnavia no. 4b > malghe Unterhütten (1.671 m – tutte senza ristoro) > si arriva sulla strada principale che porta ad Anterselva (di fronte al biotopo di Rasun).

Antholz Mittertal or Antholz Niedertal (see walk to the Grente Alm) > from there up to the Grente cross > Rammelstein. The way back by the same path or passing by the Laneralm (1,829 m) > following the mark n. 4b > Unterhütten (1,671 m, no rest stops) > by the alpine path back to the road to Antholz, on the opposite side of the Biotopo.



* ⌚ Gehzeit = hin und zurück | Tempo di percorrenza = andata e ritorno | Walking time = there and back



ROTWAND | CRODA ROSSA 2.818 m – HELLSTEINSPITZ 2.755 m – GRÜBLSCHARTE | FORCELLA DELLA FOSSA 2.394 m

mittel/anspruchsvoll | medio/difficile | medium/difficult **7** + **9** ⌚ 8:00 h* ↑ ca. 820 m

Staller Sattel | Passo Stalle | Staller Saddle

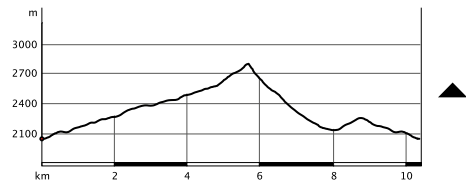
Ausstieg: Antholzer See | Uscita: Lago di Anterselva | Exit: Lake Antholz

D Ab Staller Sattel (2.050 m) > Markierung Nr. 7 rechts in das Agsttal folgen > dort über einen steinigen Aufstieg zum Rotwand Gipfel. Abstieg über den Aufstiegsweg oder steil hinunter zur Steinzgeralm (Markierung Nr. 7a) und zum Antholzer See.

Vom Gipfel > der Markierung weiter > Hellsteinspitz > Ochsenfelderseen > Grüblscharte > Grüblalm > Antholz Obertal.

I Dal Passo Stalle (2.050 m) > sulla destra seguire il segnavia n.7 per la Valle Agsttal > si prosegue per una salita sassosa fino in cima della Croda Rossa. Ritorno sullo stesso sentiero oppure scendere alla Malga Steinzer (sentiero no. 7a) e quindi al Lago di Anterselva. C'è la possibilità di proseguire per il "Hellsteinspitz" > Laghi "Ochsenfelderseen" > attraversare la cresta per la "Grüblscharte" > Malga Grübl > Anterselva di Sopra.

E From the Staller Saddle (2.050 m) on the right side follow the marking no. 7 into the Agsttal valley > over a stony ascent to the Rotwand summit. You can descent on the same path or steep downhill to the Steinzger Alm (mark nr. 7a) > Lake Antholz. Following the mark further on from the peak you reach the Hellensteinspitz > downwards passing the lakes Ochsenfelderseen > Grüblscharte > Grüblalm > Antholz Obertal.



WANDERKARTEN ALS ERGÄNZUNG ZUR BROSCHÜRE
erhältlich im Tourismusverein und in den Geschäften.

CARTINE DELLE ESCURSIONI COME SUPPLEMENTO ALLA BROCHURE
in vendita presso l'Associazione Turistica oppure nei negozi.

HIKING MAPS AS A SUPPLEMENT TO THE BROCHURE
available at the Tourist Info and in the shops.

* ⌚ Gehzeit = hin und zurück | Tempo di percorrenza = andata e ritorno | Walking time = there and back



HINTERBERGKOFEL 2.726 m

mittel | medio | medium **53** + **53b** ⌚ 4:00 h* ↑ ca. 725 m

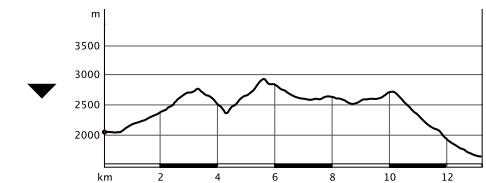
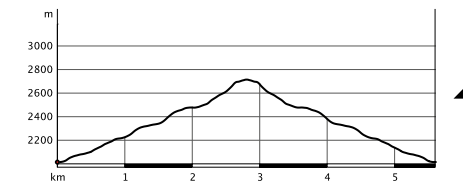
Staller Sattel | Passo Stalle | Staller Saddle

Ausstieg: Antholzer See | Uscita: Lago di Anterselva | Exit: Lake Antholz

D Staller Sattel (2.050 m) > gegenüber dem Obersee Parkmöglichkeit (Hinweisschild zum Hinterbergkofel und zur Hallscharte) > Aufstieg über das Weißenbachtal (rote Markierung) > bis unterhalb der Hallscharte > rechts weiter in kleinen Serpentinauf den Grat > links zum Gipfel.

I Passo Stalle (2.050 m) > parcheggiare davanti all'Obersee > alla destra segnavia "Hinterbergkofel e Hallscharte" > salire attraversando la valle di Weißenbach (segnavia rossa) > fino a sotto la forcella Hallscharte > girare a destra e prendere un sentiero a serpentine, ripido e sassoso > proseguire sulla sinistra per la Cima.

E Staller Saddle > park your car on the opposite side of the lake Obersee > on the right side starts the signage to the Hinterbergkofel and the Hallscharte saddle > uphill crossing the Weißenbach valley (red marks) > below the Hallscharte > further right the path ascends in small serpentine crossing the ridge > then left to the peak.



JÄGERSCHARTE 2.870 m – ALMERHORN 2.986 m – BARMERHÜTTE 2.610 m

anspruchsvoll | difficile | difficult **112** + **39** ⌚ 8:00 h* ↑ ca. 935 m

Staller Sattel oder Antholzer See | Passo Stalle o Lago di Anterselva | Staller Saddle or Lake Antholz

Ausstieg: Antholzer See | Uscita: Lago di Anterselva | Exit: Lake Antholz

D Ab Staller Sattel (2.050 m) > Oberseehütte (2.017 m) > dort links zur Jägerscharte (Seilsicherung) > kurzer Aufstieg zum Almerhorn > zurück zur Jägerscharte > weiter zum Teil über Gletscher zur Barmerhütte > Markierung Nr. 112 > Riepen-scharte (2.764 m) > Abstieg zum Antholzer See (Markierung Nr. 39).

I Dal Passo Stalle (2.050 m) > Rif. Obersee (2.017 m) > a sinistra in salita (assicurazione con corda) per la forcella Jäger > breve arrampicata sulla cima dell'Almerhorn e ritorno alla forcella > continuare attraverso il ghiacciaio fino alla malga Barmer > seguire il segnavia no. 112 > forcella Riepen (2.764 m) > discesa per il sentiero no. 39 > Lago di Anterselva.

E From the Staller Saddle (2,050 m) > Oberseehütte (2,017 m) > proceed on the left to the Jägerscharte (saddle, belaying-securing with rope) > short ascent to the Almerhorn > back to the Jägerscharte > further on to the Barmerhütte partially going across glaciers > follow the mark n. 112 to the Riepen-scharte (saddle, 2,764 m) > descent to the Lake Antholz (mark n. 39).

* ⌚ Gehzeit = hin und zurück | Tempo di percorrenza = andata e ritorno | Walking time = there and back



WEITWANDERWEG: 2 TÄLER TRAIL SENTIERO DELLE DUE VALLI 2 VALLEY TRAIL



mittel/anspruchsvoll | medio/difficile | medium/difficult 2-Täler-Trail

Ausgangspunkt | punto di partenza | starting point: Hopfgarten (A)

Endpunkt | fine | end: Niederrasen | Rasun di Sotto (ITA)

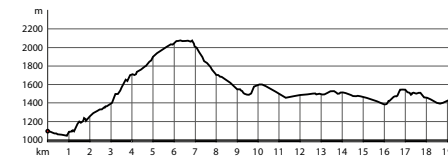
6 Tagesetappen | 6 tappe giornaliere | 6 day stages

Insgesamt 90 km | 90 km in totale | in total 90 km

Da Wo seit jeher Steinzeitjäger, Bergbauern, Knappen, Kirchgänger und Schmuggler ihre Wege zogen, führt heute der 2-Täler-Trail in sechs Tagesetappen und über insgesamt 90 Kilometern von Hopfgarten in Deferegggen (A) über St. Jakob und den Staller Sattel bis nach Niederrasen im Antholzer Tal (ITA).

Entrambe le valli, la Defereggental e quella di Anterselva, sono situate nella zona di confine tra l'Italia ed Austria. Da qui sono passate diverse persone fin dall'età della pietra con i suoi cacciatori, contadini di montagna, pellegrini e contrabbandieri. L'escursione delle 2 valli ci permette oggi attraverso 6 tappe giornaliere e per un totale di 90 km, partendo da Hopfgarten a Deferegggen (A) e passando per St. Jakob ed il Passo Stalle di arrivare fino a Rasun di Sotto nella Valle Anterselva (ITA).

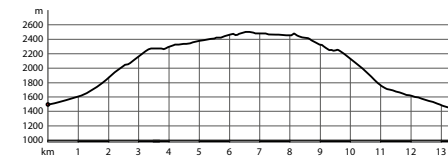
Wherever once hunters, mountain farmers, miners, churchgoers and smugglers made their way, now the 2-Valley Trail takes place. Six stages lead over 90 kilometers from Hopfgarten in Deferegggen (A) via St. Jakob and the Staller Saddle to Niederrasen in the Antholzer Tal (ITA).



ETAPPE | TAPPA | STAGE 1:

Hopfgarten > St. Veit

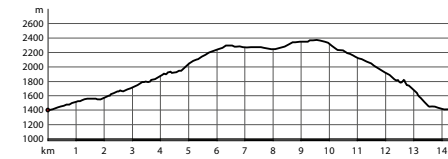
8:00 h 19,7 km 2.100 m



ETAPPE | TAPPA | STAGE 2:

St. Veit > St. Jakob

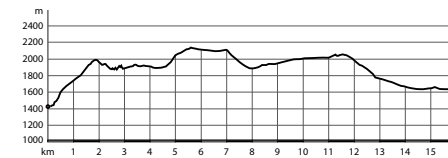
6:00 h 13,7 km 2.100 m



ETAPPE | TAPPA | STAGE 3:

St. Jakob > Maria Hilf

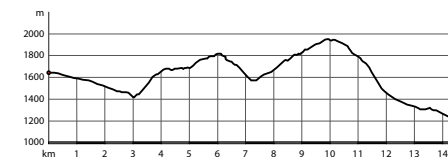
6:00 h 14,8 km 1.100 m



ETAPPE | TAPPA | STAGE 4:

Maria Hilf > Antholzer See | Lago di Anterselva | Lake Antholz

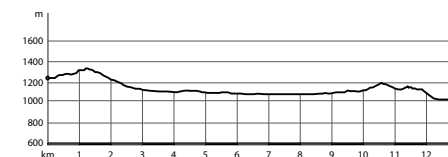
6:00 h 15,9 km 1.100 m



ETAPPE | TAPPA | STAGE 5:

Antholzer See | Lago di Anterselva | Lake Antholz > Antholz Mittertal | Anterselva di Mezzo

5:00 h 15,0 km 800 m



ETAPPE | TAPPA | STAGE 6:

Antholz Mittertal | Anterselva di Mezzo > Niederrasen | Rasun di Sotto

3:00 h 13,3 km 250 m



11-GIPFEL-TOUR 11 CIME TOUR | 11 SUMMIT TOUR



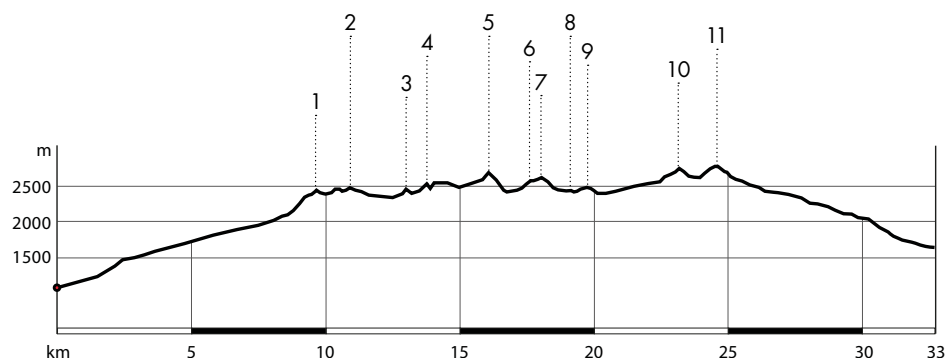
anspruchsvoll | difficile | difficult 11-Gipfel-Tour ↔ 33 km

- ↑ Höhenmeter im Aufstieg | dislivello in salita | difference in altitude upwards: 2.850 m
- ↓ Höhenmeter im Abstieg | dislivello in discesa | difference in altitude downwards: 2.280 m
- 📍 Ausgangspunkt | punto di partenza | starting point: Oberrasen | Rasun di Sopra
- 📍 Endpunkt | fine | end: Antholzer See | Lago di Anterselva | Lake Antholz

- ▣ Oberrasen (1.070 m)
- > Mudler (1.590 m)
- > Taistner Alm (2.012 m)
- (1) Rudlhorn (2.448 m)
- (2) Eisatz (2.493 m)
- > Ausserriedl/Innerriedl
- (3) Million (2.438 m)
- (4) Frisiberg (2.569 m)
- (5) Amperspizze (2.687 m)
- (6) Karl (2.580 m)
- (7) Ochsenfelder (2.609 m)
- (8) Napfl (2.428 m)
- (9) Knebelstein (2.494 m)
- > Grübelscharte
- (10) Höllensteinspitze (2.755 m)
- (11) Rotwand (2.818 m)
- > Staller Sattel (2.050 m)
- > Antholzer See (1.650 m)

- ▣ Rasun di Sopra (1.070 m)
- > Mudler (1.590 m)
- > Malga di Tesido (2.012 m)
- (1) Rudlhorn (2.448 m)
- (2) Eisatz (2.493 m)
- > Ausserriedl/Innerriedl
- (3) Million (2.438 m)
- (4) Frisiberg (2.569 m)
- (5) Amperspizze (2.687 m)
- (6) Karl (2.580 m)
- (7) Ochsenfelder (2.609 m)
- (8) Napfl (2.428 m)
- (9) Knebelstein (2.494 m)
- > forcella Gröbl
- (10) Höllensteinspitze (2.755 m)
- (11) Croda Rossa (2.818 m)
- > Passo Stalle (2.050 m)
- > Lago di Anterselva (1.650 m)

- ▣ Oberrasen (1.070 m)
- > Mudler (1.590 m)
- > Taistner Alm (2.012 m)
- (1) Rudlhorn (2.448 m)
- (2) Eisatz (2.493 m)
- > Ausserriedl/Innerriedl
- (3) Million (2.438 m)
- (4) Frisiberg (2.569 m)
- (5) Amperspizze (2.687 m)
- (6) Karl (2.580 m)
- (7) Ochsenfelder (2.609 m)
- (8) Napfl (2.428 m)
- (9) Knebelstein (2.494 m)
- > Grübelscharte
- (10) Höllensteinspitze (2.755 m)
- (11) Rotwand (2.818 m)
- > Staller Saddle (2.050 m)
- > Lake Antholz (1.650 m)



LERCHERALM | MALGA LERCHER

Oberwienbach | Villa di Sopra (1.650 m)

☎ +39 342 828 4104

GÖNNERALM | MALGA GÖNNER

Oberwienbach | Villa di Sopra (1.975 m)

☎ +39 347 987 6876

TESSELBERGER ALM | MALGA MONTASSILONE

Tesselberg | Montassilone (2.128 m)

☎ +39 379 138 2333

TAISTNER ALM | MALGA DI TESIDO

Taisten | Tesido (2.012 m)

☎ +39 320 417 0080

BRUNNERWIESENALM | MALGA BRUNNERWIESEN

Taisten | Tesido (1.969 m)

☎ +39 348 765 7903

LANZWIESEN ALM | MALGA LANZWIESE

Olang | Valdaora (1.823 m)

☎ +39 340 218 8357

ANGERER ALM | MALGA ANGERER

Olang | Valdaora (1.401 m)

☎ +39 333 994 7477

BRUNST ALM | MALGA BRUNST

Oberolang | Valdaora di Sopra (1.898 m)

☎ +39 327 842 0777

OBeregger Alm | MALGA OBeregger

Geiselsberg | Sorafurcia (1.560 m)

☎ +39 347 522 0122

STUMPF ALM | MALGA STUMPF

Gsieser Tal | Val Casies (1.950 m)

☎ +39 348 695 3597

KRADORFER ALM | MALGA KRADORFER

Gsieser Tal | Val Casies (1.704 m)

☎ +39 348 696 1541

UWALD ALM | MALGA UWALD

Gsieser Tal | Val Casies (2.042 m)

☎ +39 348 8952719

RIESERFERNER HÜTTE | RIFUGIO VEDRETTE DI RIES

Antholz | Anterselva (2.798 m)

☎ +39 0474 492 125

☎ +39 348 705 5051

SCHWARZENSTEINHÜTTE | RIFUGIO RIO SASSO

Ahrntal | Valle Aurina (2.923 m)

☎ +39 342 803 8586

BARMERHÜTTE | RIFUGIO BARMER

Österreich | Austria (2.610 m)

☎ +43 664 948 9413

BONNER HÜTTE | RIFUGIO BONNER

Toblach | Dobbiaco (2.340 m)

☎ +39 340 942 8264

KASSELER HÜTTE | RIFUGIO KASSLER

Sand in Taufers | Campo Tures (2.177 m)

☎ +39 0474 672 550

☎ +39 333 723 8426

BIRNLÜCKENHÜTTE | RIFUGIO TRIDENTINA

Prettau | Predoi (2.441 m)

☎ +39 0474 654 140

BRIXNER HÜTTE | RIFUGIO BRESSANONE

Mühlbach | Rio Molino (2.307 m)

☎ +39 0472 677 001

LENKJÖCHL HÜTTE | RIFUGIO GIOGO LUNGO

Prettau | Predoi (2.603 m)

☎ +39 0474 838 144

☎ +39 348 315 1719

TIEFRASTENHÜTTE | RIFUGIO LAGO DI PAUSA

Terenten | Terento (2.312 m)

☎ +39 334 989 6370

HOCHFEILERHÜTTE | RIFUGIO GRAN PILASTRO

Pfitsch | Val di Vizze (2.710 m)

☎ +39 0472 646 071

CHEMNITZER HÜTTE | RIFUGIO PORRO

Mühlwald | Selva dei Molini (2.420 m)

☎ +39 0474 653 244

EDELRAUT HÜTTE | RIFUGIO PONTE DI GHIACCIO

Mühlwald | Selva dei Molini (2.545 m)

☎ +39 0474 653 230

FANESHÜTTE | RIFUGIO FANES

St. Vigil in Enneberg | San Vigilio di Marebbe (2.060 m)

☎ +39 0474 453 001

SENNESHÜTTE | RIFUGIO SENNES

St. Vigil in Enneberg | San Vigilio di Marebbe (2.126 m)

☎ +39 0474 646 355

FODARA VEDLA HÜTTE | RIFUGIO FODARA VEDLA

St. Vigil in Enneberg | San Vigilio di Marebbe (1.980 m)

☎ +39 0474 501 093

AURONZOHÜTTE | RIFUGIO AURONZO

Misurina (2.330 m)

☎ +39 043 539 002

DREI ZINNEN HÜTTE | RIFUGIO LOCATELLI

Sexten | Sesto (2.438 m)

☎ +39 0474 972 002

ZSIGMONDY HÜTTE | RIFUGIO COMICI ZIGMONDY

Sexten | Sesto (2.224 m)

☎ +39 0474 710 358

PISCIADUHÜTTE | RIFUGIO PISCIADU

Corvara (2.585 m)

☎ +39 0471 836 292

SEEKOFELHÜTTE | RIFUGIO BIELLA

Prags | Braies (2.327 m)

☎ +39 043 686 6991

DÜRRENSTEINHÜTTE | RIFUGIO VALLANDRO

Prags | Braies (2.040 m)

☎ +39 0474 972 505

PEDERÜHÜTTE | RIFUGIO PEDERÜ

St. Vigil in Enneberg | San Vigilio di Marebbe (1.545 m)

☎ +39 0474 501 086

DREI SCHUSTERHÜTTE | RIFUGIO TRE SCARPERI

Innichen | San Candido (1.626 m)

☎ +39 0474 966 610

BÜLLELEJOCH HÜTTE | RIFUGIO PIAN DI CENGIA

Sexten | Sesto (2.528 m)

☎ +39 337 451 517

LAVARELLA HÜTTE | RIFUGIO LAVARELLA

St. Vigil in Enneberg | San Vigilio di Marebbe (2.042 m)

☎ +39 0474 501 094



KRONPLATZ PLAN DE CORONES



Olang | Valdaora
22.06.-06.10.2024 📅 9-17 Uhr | ore 9-17 | 9 am-5 pm



Reischach | Riscone
18.05.-10.11.2024 📅 9-17 Uhr | ore 9-17 | 9 am-5 pm



Ruis, St. Vigil | S.Vigilio
30.05.-09.06.2024 📅 Fr + Sa + So 9-17 Uhr | ven + sab + dom ore 9-17 | Fri + Sat + Sun 9 am-5 pm
14.06.-06.10.2024 📅 9-17 Uhr | ore 9-17 | 9 am-5 pm
11.10.-13.10.2024 📅 Fr + Sa + So 9-17 Uhr | ven + sab + dom ore 9-17 | Fri + Sat + Sun 9 am-5 pm



Piz de Plaies, St. Vigil | S.Vigilio
21.06.-06.10.2024 📅 9-17 Uhr | ore 9-17 | 9 am-5 pm



Ried, Percha | Perca
07.07.-15.09.2024 📅 9-18 Uhr | ore 9-18 | 9 am-6 pm



**Berg- & Talfahrt
salita e discesa
up and down**

| | Adults >16 | Juniors 8-16 | Kids <8 |
|---------------------------------------|---------------|-----------------|------------|
| 3x in 5 Tagen / giorni / days | 72 € | 50 € | free |
| 5x in 7 Tagen / giorni / days | 89 € | 62 € | free |
| 8x im Sommer / estate / summer | 128 € | 90 € | free |



mountain CARD

2024

- ⚡ 3 Zinnen Dolomites
- ⚡ Kronplatz
- ⚡ Speikboden
- ⚡ Klausberg
- ⚡ Gitschberg Jochtal
- ⚡ Plose

1 Ticket

16

Bergbahnen
funivie
cable cars



MORE INFORMATION
AND ONLINE SHOP

>>>> www.mountaincard.it



HOCHPUSTERTAL ALTA PUSTERIA



Helm, Vierschach | Monte Elmo, Versciaco
30.05.-13.10.2024 📅 8.30-17.30 Uhr | ore 8.30-17.30 | 8.30 am-5.30 pm
14.10.-03.11.2024 📅 8.30-16.30 Uhr | ore 8.30-16.30 | 8.30 am-4.30 pm



Helm, Sexten | Monte Elmo, Sesto
30.05.-13.10.2024 📅 8.30-17.30 Uhr | ore 8.30-17.30 | 8.30 am-5.30 pm
14.10.-03.11.2024 📅 8.30-16.30 Uhr | ore 8.30-16.30 | 8.30 am-4.30 pm



Rotwand, Sexten | Croda Rossa, Sesto
30.05.-13.10.2024 📅 8.30-17.30 Uhr | ore 8.30-17.30 | 8.30 am-5.30 pm
14.10.-03.11.2024 📅 8.30-16.30 Uhr | ore 8.30-16.30 | 8.30 am-4.30 pm



Haunold, Innichen | Baranci, S. Candido
23.06.-01.09.2024 📅 9-18.30 Uhr | ore 9-18.30 | 9 am-6.30 pm
02.09.-13.10.2024 📅 9-17.30 Uhr | ore 9-17.30 | 9 am-5.30 pm

AHRNTAL VALLE AURINA



Klausberg, Steinhaus | Cadi Pietra
18.05.-20.10.2024 📅 8.30-12.20 Uhr, 13.00-17.15 Uhr |
ore 8.30-12.20, 13.00-17.15 | 8.30 am-12.20 pm, 1-5.15 pm



Speikboden, Sand in Taufers | Campo Tures
01.06.-20.10.2024 📅 8.30-16.30 Uhr | ore 8.30-16.30 | 8.30 am-4.30 pm



Achtsam am Berg

Ein respektvoller Umgang mit der umgebenden Natur und die Erhaltung des UNESCO-Weltnaturerbes der Dolomiten. Darauf zielt das Projekt „Achtsam am Berg“ ab. Die Initiative richtet sich gleichermaßen an Gäste, Einheimische und Touristiker Südtirols, die durch verschiedene Aktivitäten und Maßnahmen für ein umweltfreundliches und verantwortungsvolles Verhalten in Berg und Alltag sensibilisiert werden sollen.

Rispetta la montagna

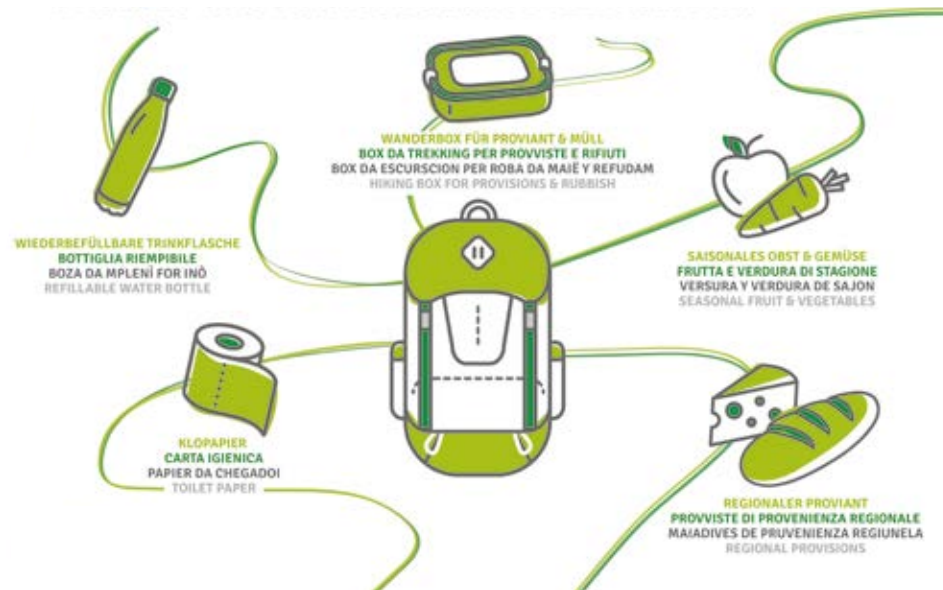
Un approccio rispettoso della natura circostante e la salvaguardia delle Dolomiti, Patrimonio Mondiale UNESCO: sono questi gli obiettivi del progetto „Rispetta la montagna“. L’iniziativa si rivolge contemporaneamente agli ospiti, alla popolazione ed agli operatori turistici dell’Alto Adige, con lo scopo di sensibilizzarli attraverso numerose attività ed iniziative ad un comportamento responsabile e rispettoso dell’ambiente sia in montagna che nella vita quotidiana.

Respect the mountain

Being respectful of the surrounding nature and preserving the UNESCO World Natural Heritage of the Dolomites. This is what the project „Respect the mountain“ aims at. The initiative addresses equally guests, locals and tourism professionals in South Tyrol, raising their awareness of an environmentally friendly and responsible behaviour in the mountains as well as in everyday life through a number of activities and actions.



**PACKTIPPS FÜR DEN NACHHALTIGEN RUCKSACK
CONSIGLI PER PREPARARE UNO ZAINO SOSTENIBILE
CUNSEIES PER NJINIË N FLUCION SUSTENIBL
PACKING TIPS FOR A SUSTAINABLE BACKPACK**



Refill Südtirol

Das Projekt Refill Südtirol Alto Adige informiert über Punkte südtirolweit, an denen die eigene Trinkflasche gratis mit frischem Trinkwasser aufgefüllt werden kann. Diese Punkte können öffentliche Brunnen mit Trinkwasserqualität sein, aber etwa auch die Wasserhähne von Partnerbetrieben, die sich der Aktion Refill Südtirol Alto Adige anschließen.

Eine interaktive Karte mit Brunnen und Refill-Stationen finden Sie hier: www.refill.bz.it

Refill Alto Adige

Il progetto Refill Südtirol Alto Adige fornisce informazioni sui punti in tutto l’Alto Adige dove è possibile riempire gratuitamente la propria borraccia con acqua potabile fresca. Questi punti possono essere i pozzi pubblici con qualità dell’acqua potabile, ma anche i rubinetti delle aziende partner che aderiscono alla campagna Refill Südtirol Alto Adige.

Una mappa interattiva con fontane e stazioni di ricarica si trova qui: www.refill.bz.it

Refill South Tyrol

The project Refill Südtirol Alto Adige provides information about points throughout South Tyrol where you can refill your own drinking bottle with fresh drinking water free of charge. These points can be public wells with drinking water quality, but also the taps of partner companies that join the Refill Südtirol Alto Adige campaign.

An interactive map with wells and refill stations can be found here: www.refill.bz.it



BIOTOP | GIRO BIOTOPO | BIOTOPE ROUND

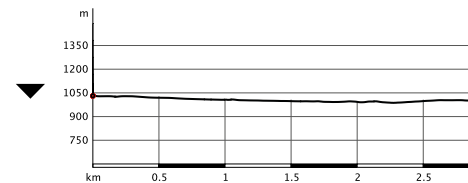
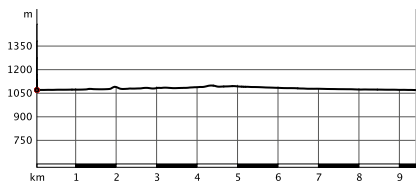
🚴 leicht | facile | easy ⌚ ca. 50 min. ↔ ca. 12 km ↑ ca. 100 m

🚶 Forstweg | Strada forestale | Forest road

▢ Rasen > Oberrasner Möser zum Biotop > Antholz Niedertal > Rasen. Start auch ab Antholz Niedertal möglich.

▣ Rasen > Biotopo > Anterselva di Sotto > Rasen. Partenza possibile anche da Anterselva di Sotto.

▤ Rasen > Biotope of Oberrasen > Antholz Niedertal > Rasen. Also possible starting from Antholz Niedertal.



NEUNHÄUSERN - OLANG | NOVE CASE - VALDAORA

🚴 leicht | facile | easy ⌚ ca. 50 min. ↔ ca. 10 km ↑ ca. 80 m

🚶 Teils Asphalt, teils Forstweg | Strada asfaltata e strada forestale | Partly asphalt partly forest road

▢ Rasen > Neunhäusern > Niederolang > Mitterolang > Oberolang > Industriezone > Rasen.

▣ Rasen > Nove Case > Valdaora di Sotto > Valdaora di Mezzo > Valdaora di Sopra > Zona industriale > Rasen.

▤ Rasen > Neunhäusern > Niederolang > Mitterolang > Oberolang > Industrial area > Rasen.

DIREKTE ANBINDUNG AN DEN PUSTERTALER RADWEG
COLLEGAMENTO DIRETTO ALLA PISTA CICLABILE DELLA VAL PUSTERIA
DIRECT CONNECTION TO THE PUSTERTALER BIKETRAIL



RASNER RUNDE | GIRO DI RASUN | RASEN ROUND

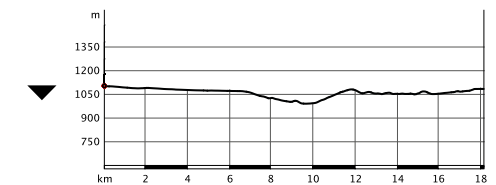
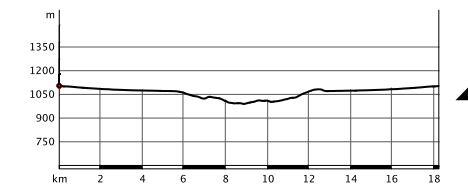
🚴 leicht | facile | easy ⌚ ca. 1:30 h ↔ ca. 14 km ↑ ca. 100 m

🚶 Teils Asphalt, teils Forstweg | Strada asfaltata e strada forestale | Partly asphalt partly forest road

▢ Antholz Niedertal > Oberrasen > Niederrasen > auf dem Radweg bis zum Camping Corones, Niederrasen > Oberrasen > Antholz Niedertal.

▣ Anterselva di Sotto > Rasun di Sopra > Rasun di Sotto > proseguire sulla ciclabile verso il Campeggio Corones, da lì fare tappa Rasun di Sotto > Rasun di Sopra > Anterselva di Sotto.

▤ Antholz Niedertal > Oberrasen > Niederrasen > proceed on the bike trail up to Camping Corones, from there Niederrasen > Oberrasen > Antholz Niedertal.



WELSBERG | MONGUELFO

🚴 leicht | facile | easy ⌚ ca. 2:30 h ↔ ca. 35 km ↑ ca. 200 m

🚶 Teils Asphalt, teils Forstweg | Strada asfaltata e strada forestale | Partly asphalt partly forest road

▢ Antholz Niedertal > Oberrasen > Niederrasen > Oberolang > Olan-ger Stausee > Welsberg.

▣ Anterselva di Sotto > Rasun di Sopra > Rasun di Sotto > Valdaora di Sopra > Diga di Valdaora > Monguelfo.

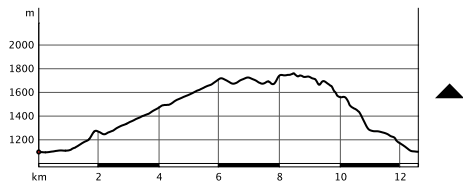
▤ Antholz Niedertal > Oberrasen > Niederrasen > Oberolang > Barrier Lake Olang > Welsberg.

LANGEGG ALM | MALGA LANGEGG

mittel/anspruchsvoll | medio/difficile | medium/difficult ca. 2:00 h ca. 6 km ca. 800 m

Forstweg | Strada forestale | Forest road

D Antholz Niedertal > Walderhöfe > Hofstatt Alm > Langegg Alm > Antholz Niedertal. **I** Anterselva di Sotto > Masi Walder > malga Langegg > Anterselva di Sotto. **E** Antholz Niedertal > Walderhöfe > Langegg Alm > Antholz.

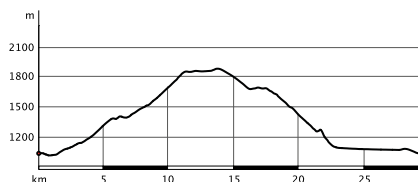


BERGGASTHAUS MUDLER RISTORANTE DI MONTAGNA MUDLER

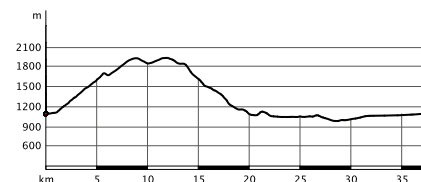
anspruchsvoll | difficile | difficult ca. 3:00-4:00 h ca. 30 km ca. 800 m

Teils Asphalt, teils Forstweg | Strada asfaltata e strada forestale | Partly asphalt partly forest road

D Variante 1: Rasen > Obergoste > Berggasthaus Mudler > Langegge > Antholz > Rasen. **Variante 2:** Antholz Niedertal > Walderhöfe > Langegg Alm > Neuhüttenalm > weiter Weg Nr. 31b bis Mudlerhof > Taisten > Welsberg > Radweg bis Oberolang > Niederrasen > Oberrasen > Antholz Niedertal. **I Variante 1:** Rasen > Obergoste > Ristoro Mudler > Langegge > Anterselva > Rasen. **Variante 2:** Anterselva di Sotto > masi Walder > malga Langegg > malga Neuhütte > sentiero no. 31b fino al ristoro Mudler > Tesido > Monguelfo > ciclabile fino a Valdaora di Sopra > Rasun di Sotto > Rasun di Sopra > Anterselva di Sotto. **E Version 1:** Rasen > Obergoste > Berggasthaus Mudler > Langegge > Antholz > Rasen. **Version 2:** Antholz Niedertal > Walderhöfe > Langegg hut > Neuhüttenalm > further on through the path n. 31b to the Mudlerhof > Taisten > Welsberg > cycle lane to Oberolang > Niederrasen > Oberrasen > Antholz Niedertal.



Variante 1



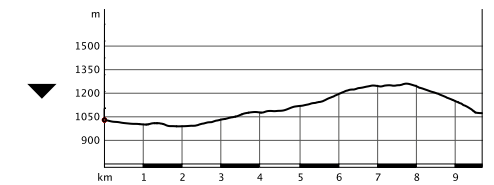
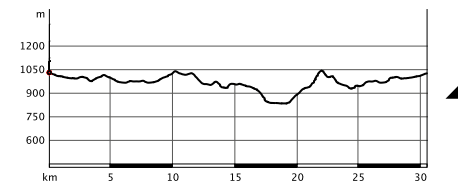
Variante 2

LAMPRECHTSBURG - BRUNECK - DIETENHEIM CASTEL LAMBERTO - BRUNICO - TEODONE

mittel | medio | medium ca. 2:30 h ca. 25 km ca. 100 m

Teils Asphalt, teils Forstweg | Strada asfaltata e strada forestale | Partly asphalt partly forest road

D Rasen > Neunhäusern > Ried > Lamprechtsburg > Bruneck > Dietenheim > Percha > zurück über den Römerweg nach Rasen. **I** Rasun > Nove Case > Novale > Castel Lambert > Brunico > Teodone > Perca > ritorno per il "sentiero dei romani" a Rasun. **E** Rasen > Neunhäusern > Ried > Lamprechtsburg > Bruneck > Dietenheim > Percha > back to Rasen on the "Romans' path".



SALLA - WELSBERG - TAISTEN SALLA - MONGUELFO - TESIDO

mittel | medio | medium ca. 2:30 h ca. 20 km ca. 300 m

Teils Asphalt, teils Forstweg | Strada asfaltata e strada forestale | Partly asphalt partly forest road

D Rasen > Oberolang > Salla > Welsberg > Taisten > Breitwiesen > Goste > Rasen. **I** Rasun > Valdaora di Sopra > Salla > Monguelfo > Tesido > Breitwiesen > Goste > Rasun. **E** Rasen > Oberolang > Salla > Welsberg > Taisten > Breitwiesen > Goste > Rasen.





STALLER SATTEL | PASSO STALLE | STALLER SADDLE

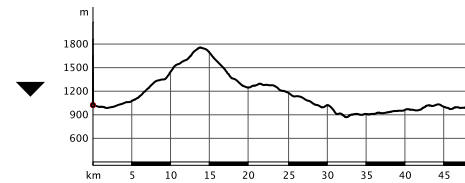
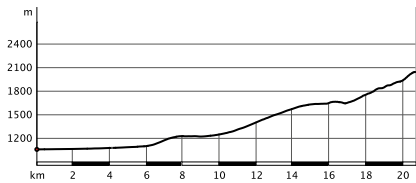
anspruchsvoll | difficile | difficult ⌚ ca. 4:00 h ↔ ca. 30 km ↑ ca. 1.000 m

Teils Asphalt, teils Forstweg | Strada asfaltata e strada forestale | Partly asphalt partly forest road

D Rasen > Anholz Niedertal > Anholz Mittertal > Antholzer See > Staller Sattel > Rasen.

I Rasun > Anterselva di Sotto > Anterselva di Mezzo > Lago di Anterselva > Passo Stalle > Rasun.

E Rasen > Anholz Niedertal > Anholz Mittertal > Lake Anholz > Staller Saddle > Rasen.



RUND UM DEN KRONPLATZ INTORNO AL PLAN DE CORONES AROUND THE KRONPLATZ

anspruchsvoll | difficile | difficult ⌚ ca. 4:00-5:00 h ↔ ca. 50 km ↑ ca. 750 m

Teils Asphalt, teils Forstweg | Strada asfaltata e strada forestale | Partly asphalt partly forest road

D Rasen > Olang > Furkelpass > Enneberg > Maria Saalen > Reischach > Ried > Rasen.

I Rasun > Valdaora > Passo Furcia > Pieve di Marebbe > Sares > Riscone > Novale > Rasun.

E Rasen > Olang > Furkel > Enneberg > Maria Saalen > Reischach > Ried > Rasen.



REDENSBERG – ASCHBACH REDENSBERG – SOPRANESSANO

anspruchsvoll | difficile | difficult ⌚ ca. 3:00 h ↔ ca. 30 km ↑ ca. 450 m

Teils Asphalt, teils Forstweg | Strada asfaltata e strada forestale | Partly asphalt partly forest road

D Variante 1: Anholz Niedertal > Oberrasen > Burgfrieden > Redensberg > Aschbach > Nasen > Niederrasen > Anholz Niedertal.

I Variante 1: Anterselva di Sotto > Rasun di Sopra > maso Burgfrieden > Redensberg > Sopranessano > Nessano > Rasun di Sotto > Anterselva di Sotto.

E Version 1: Anholz Niedertal > Oberrasen > Burgfrieden > Redensberg > Aschbach > Nasen > Niederrasen > Anholz Niedertal.

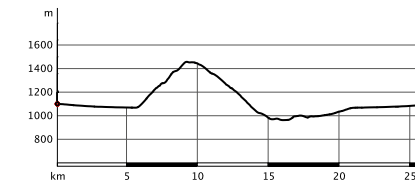
anspruchsvoll | difficile | difficult ⌚ ca. 3:00-4:00 h ↔ ca. 30 km ↑ ca. 500 m

Teils Asphalt, teils Forstweg | Strada asfaltata e strada forestale | Partly asphalt partly forest road

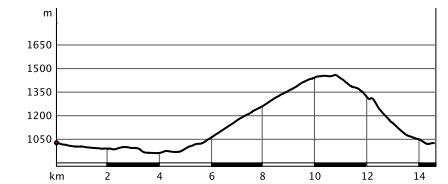
D Variante 2: Rasen > Nasen > Aschbach (Niedrist) > Redensberg > Raut > Rasen.

I Variante 2: Rasun > Nessano > Sopranessano (Niedrist) > Redensberg > Raut > Rasun.

E Version 2: Rasen > Nasen > Aschbach (Niedrist) > Redensberg > Raut > Rasen.



Variante 1



Variante 2





PUSTERTALER RADWEG CICLABILE VAL PUSTERTIA PUSTERTAL BIKE ROUTE

Richtung Brixen | Direzione Bressanone | Direction Brixen

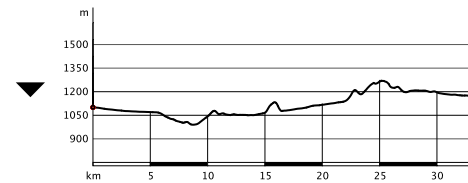
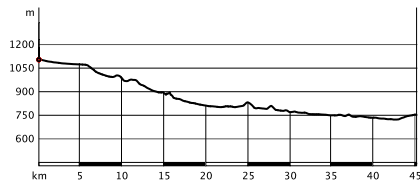
leicht | facile | easy ⌚ ca. 3:00 h ↔ ca. 40 km ↑ ca. 400 m

Teils Asphalt, teils Forstweg | Strada asfaltata e strada forestale | Partly asphalt partly forest road

Antholz > Rasen > Neunhäusern > über den Römerweg nach Bruneck > St. Lorenzen > Kiens > Vintl > Mühlbach > Rückfahrt mit dem Zug bis nach Olang.

Anterselva > Rasun > Nove Case > sentiero dei romani verso Brunico > S. Lorenzo > Chienes > Vandoies > Rio Pusteria > ritorno con il treno fino a Valdaora.

Antholz > Rasen > Neunhäusern > on the "Romans' path" to Bruneck > St. Lorenzen > Kiens > Vintl > Mühlbach > return by train to Olang.



Richtung Innichen | Direzione San Candido | Direction Innichen

leicht | facile | easy ⌚ ca. 3:00 h ↔ ca. 30 km ↑ ca. 300 m

Teils Asphalt, teils Forstweg | Strada asfaltata e strada forestale | Partly asphalt partly forest road

Antholz > Rasen > Olang Stausee > Welsberg > Niederdorf > Toblach > Innichen (evtl. weiter bis Lienz) > Rückfahrt mit dem Zug bis nach Olang.

Anterselva > Rasun > Lago artificiale di Valdaora > Monguelfo > Villabassa > Dobbiaco > S. Candido (eventualmente sino a Lienz) > ritorno con il treno fino a Valdaora.

Antholz > Rasen > Olang reservoir > Welsberg > Niederdorf > Toblach > Innichen (possibly further on to Lienz) > return by train to Olang.



BRUNSTALM | MALGA BRUNST

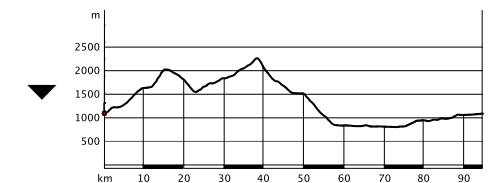
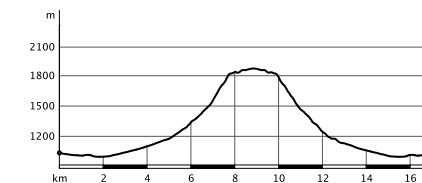
anspruchsvoll | difficile | difficult ⌚ ca. 4:00–5:00 h ↔ ca. 24 km ↑ ca. 900 m

Teils Asphalt, teils Forstweg | Strada asfaltata e strada forestale | Partly asphalt partly forest road

Rasen > Oberolang > Brunstalm > Rasen.

Rasun > Valdaora di Sopra > Malga Brunst > Rasun.

Rasen > Oberolang > Brunstalm > Rasen.



RIESERFERNER RUNDFAHRT GIRO ATTORNO ALLE VEDRETTE DI RIES ROUND TRIP RIESERFERNER

anspruchsvoll | difficile | difficult ⌚ ca. 8:00–9:00 h ↔ ca. 96 km ↑ ca. 1.800 m

Teils Asphalt, teils Forstweg | Strada asfaltata e strada forestale | Partly asphalt partly forest road

Antholz Niedertal > Antholzer Stausee > Staller Sattel > Klammljoch > Sand in Taufers > Bruneck > Rasen > Antholz Niedertal.

Anterselva di Sotto > Lago di Anterselva > Passo Stalle > Sella Klamml > Campo Tures > Brunico > Rasun > Anterselva di Sotto.

Antholz Niedertal > Lake Antholzer Staller Saddle > Klammljoch > Sand in Taufers > Bruneck > Rasen > Antholz Niedertal.



Radverleih | Noleggio bici | Bike rental

Sport Bergfuchs, Niederrasen | Rasun di Sotto ☎ +39 0474 498 350

Radwerkstatt | Officina per biciclette | Bike workshop

Josef Hofer, Neunhäusern | Novecase ☎ +39 0474 496 461

Veider, Niederrasen | Rasun di Sotto ☎ +39 0474 496 157

Leitgeb Anton, Antholz Mittertal | Anterselva di Mezzo ☎ +39 0474 492 320

BikeTaxi zum Staller Sattel | BikeTaxi sul Passo Stalle | BikeTaxi to the Staller Saddle

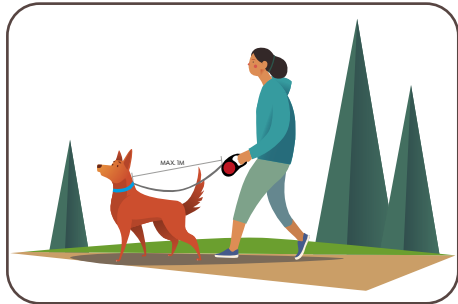
☎ +39 348 727 9509 (nur auf Anfrage | solo su richiesta | only upon request)

Radkarten | Negozio di bici | Bike store

- im Tourismusverein erhältlich
- presso l'Associazione Turistica
- available in the Tourist Info Office



**WIR HEISSEN IHRE VIERBEINER HERZLICH WILLKOMMEN!
ANCHE IL TUO AMICO A QUATTRO ZAMPE È BENVENUTO!
ALSO YOUR BEST FRIEND IS VERY WELCOME!**



Hund an der Leine halten | Cane al guinzaglio
Dog on leash



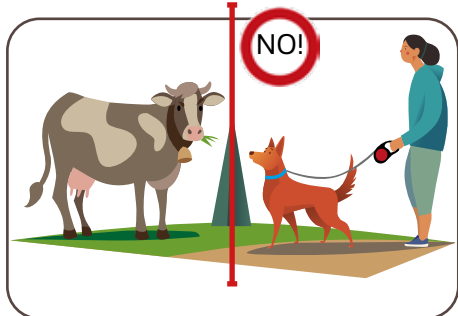
Non entrare nel parco giochi | Spielplatz nicht betreten | Don't enter in playgrounds



Maulkorbpflicht in Seilbahnen | Museruola sugli impianti di risalita | Muzzle on cable car



Abfall nach Hause bringen | Portare a casa i rifiuti | Take the waste home



Abstand zum Viehbestand | Mantenere distanza dal bestiame | Distance from cattle



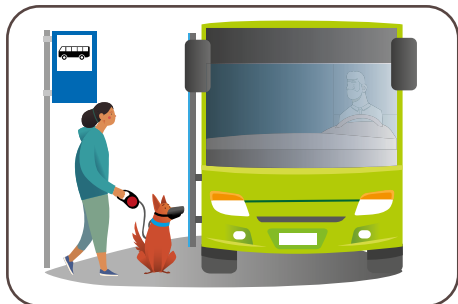
Hund nicht alleine lassen | Non lasciare il cane solo | Don't leave dogs alone



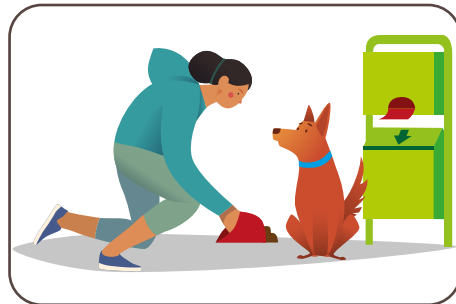
Tiere nicht füttern | Non dare da mangiare agli animali | Do not feed animals



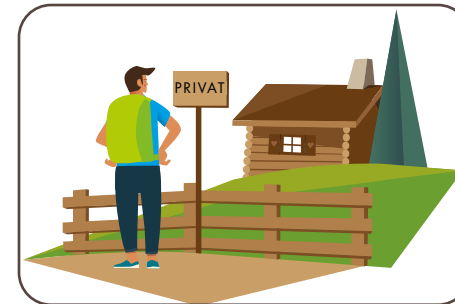
Zaungatter wieder schliessen | Richiudere i cancelli | Close the gates



Maulkorbpflicht im Bus und Zug | Museruola in autobus e treno | Muzzle in bus and train



Hundekot aufsammeln | Raccogliere gli escrementi | Pick up dog excrement



Beschilderungen beachten | Rispettare i segnali
Observe signage



Wiesen nicht betreten | Non entrare nei prati
Don't tread on meadows

MIT DEM SHUTTLE BEQUEM & NACHHALTIG HINTER DEN ANTHOLZER SEE UND HOCH ZUM STALLER SATTEL

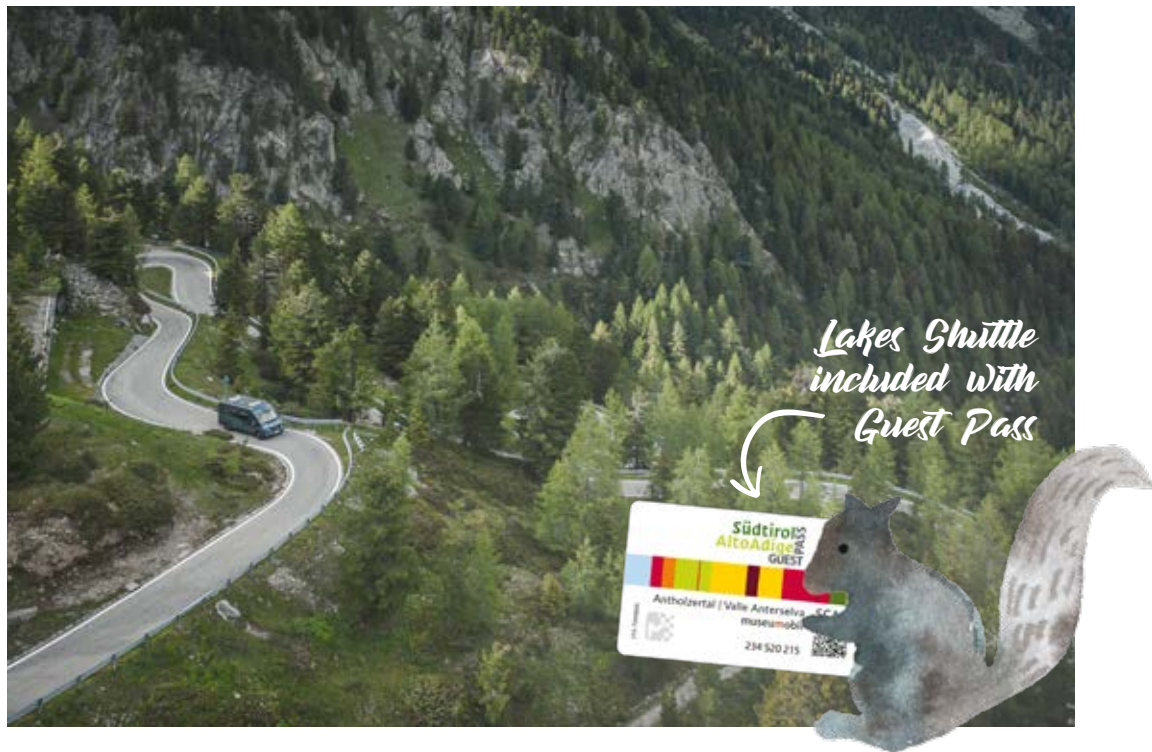
Einen Gebirgspass zu erreichen, ist noch nie so einfach gewesen! Um einen weiteren Schritt in Richtung nachhaltige Mobilität zu unternehmen, bieten wir von Ende Mai bis Mitte Oktober die Möglichkeit, die Rückseite des Antholzer Sees und den Staller Sattel mit dem Obersee ganz bequem und ohne Aufwand mit dem 2 Seen Shuttle zu erreichen. So könnt ihr euch auf zahlreiche Unternehmungen rund um den Antholzer See und den Gebirgspass freuen, ohne Hand ans Lenkrad legen zu müssen!

DIETRO IL LAGO DI ANTERSELVA E AL PASSO STALLE IN NAVETTA, IN MODO SOSTENIBILE E IN TUTTA COMODITÀ

Raggiungere un passo di montagna non è mai stato così facile! Per fare un ulteriore passo verso una mobilità sempre più sostenibile, offriamo infatti da fine maggio a metà ottobre un servizio con la navetta 2 laghi, che vi permette di arrivare dietro il Lago di Anterselva e di raggiungere il Passo Stalle col lago Obersee in tutta comodità e senza stress. In tal modo potrete cimentarvi in numerose attività intorno al passo, senza il pensiero di dovervi poi mettere al volante!

THE 2 LAKES SHUTTLE SERVICE: A COMFORTABLE & SUSTAINABLE WAY TO REACH THE LAKE ANTHOLZ AND THE STALLER SADDLE PASS

Reaching a mountain pass has never been this easy! In order to further contribute to a more sustainable mobility, with the 2 Lakes Shuttle, we offer the possibility to go behind the Lake Antholz and to reach the Staller Saddle mountain pass and Obersee comfortably and without any effort from end of May until mid of October. In this way you can look forward to numerous activities around the alpine pass without actually touching the steering wheel of your car!



Seat reservation & information



antholzertal.com/two-lakes-shuttle



29.05. – 13.10.2024:
Mittwoch bis Sonntag
Da mercoledì a domenica
From Wednesday to Sunday

01.07. – 15.09.2024:
Täglich | giornaliero | daily

Hinfahrt | Andata | Outward

| | | | | | | | | |
|---|------|------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|
| 431 Abfahrt Olang Bahnhof* | 7:48 | 8:48 | 9:48 | 10:48 | 12:50 | 13:48 | 14:48 | 15:48 |
| 431 Partenza Stazione FS Valdaora* Departure Olang railway station* | | | | | | | | |
| 431 Ankunft Antholzer See* | 8:16 | 9:16 | 10:16 | 11:16 | 13:18 | 14:16 | 15:16 | 16:16 |
| 431 Arrivo Lago di Anterselva* Arrival Lake Antholz* | | | | | | | | |

| | | | | | | | | |
|--|------|------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|
| Antholzer See – Südtirol Arena Lago di Anterselva – Arena Alto Adige | 8:25 | 9:25 | 10:25 | 11:25 | 13:25 | 14:25 | 15:25 | 16:25 |
| Antholzer See – Platzl am See Lago di Anterselva – Platzl am See | 8:33 | 9:33 | 10:33 | 11:33 | 13:33 | 14:33 | 15:33 | 16:33 |
| Staller Sattel – Obersee Passo Stalle – Lago Obersee | 8:48 | 9:48 | 10:48 | 11:48 | 13:48 | 14:48 | 15:48 | 16:48 |

Rückfahrt | Ritorno | Return

| | | | | | | | | |
|--|------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|
| Staller Sattel – Obersee Passo Stalle – Lago Obersee | 9:00 | 10:00 | 11:00 | 12:00 | 14:00 | 15:00 | 16:00 | 17:00 |
| Antholzer See – Platzl am See Lago di Anterselva – Platzl am See | 9:12 | 10:12 | 11:12 | 12:12 | 14:12 | 15:12 | 16:12 | 17:12 |
| Antholzer See – Südtirol Arena Lago di Anterselva – Arena Alto Adige | 9:20 | 10:20 | 11:20 | 12:20 | 14:20 | 15:20 | 16:20 | 17:20 |

| | | | | | | | | |
|---|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|
| 431 Abfahrt Antholzer See* | 9:35 | 10:35 | 11:35 | 12:35 | 14:35 | 15:35 | 16:35 | 17:35 |
| 431 Partenza Lago di Anterselva* Departure Lake Antholz* | | | | | | | | |
| 431 Ankunft Olang Bahnhof* | 10:09 | 11:09 | 12:09 | 13:09 | 15:09 | 16:09 | 17:09 | 18:09 |
| 431 Arrivo Stazione FS Valdaora* Arrival Olang railway station* | | | | | | | | |

* Beachten Sie die genauen Fahrtage vom Zu- und Rückbringer-Linienbus 431
* Si prega di notare i giorni esatti di viaggio dell'pullman di linea 431
* Please note the exact days of the urban bus service 431



ABENTUEERPARKS
PARCO AVVENTURA
ADVENTURE PARKS

Kronaction Outdoor & Fun Park

Issinger Weiher, Pfalzen | Laghetto d'Issengo, Falzes
📄 www.kronaction.com/infos-kontakt/oeffnungszeiten
T +39 347 984 8957 | www.kronaction.com

Hochseilgarten Toblach
Parco avventura Dobbiaco
Adventure Park Toblach

Sportzone Neutoblach, Nordic Arena
Zona sportiva, Nordic Arena Dobbiaco
Sports Area Neutoblach, Nordic Arena
📄 www.abenteurpark-toblach.it/de/toblach/oeffnungszeiten
T +39 333 249 1500 | www.abenteurpark.it

Kron Arc Adventure – 3D Bogenparcour

Oberolang | Valdaora di Sopra
📄 Mai–Oktober 9.30–19 Uhr | maggio–ottobre ore 9.30–19 | May–October 9.30 am to 19 pm
T +39 345 538 3930 | www.kron-arc.com

MTB Parcour & Pump Track

Antholz Niedertal, Nähe Fischteich
Anterselva di Sotto, vicino il laghetto di pesca
Antholz Niedertal, near fish pond
📄 April–November, frei zugänglich
aprile–novembre, accessibile liberamente
April–November, freely accessible

Fly-Line

Sand in Taufers, Reiner Wasserfälle
Campo Tures, Cascade di Riva
Sand in Taufers, Reinbach Waterfalls
📄 April–Oktober | aprile–ottobre | April–October
T +39 388 577 7270 | www.fly-line-wasserfall.eu

Zip-Line

St. Vigil | S. Vigilio
📄 Mai–Oktober | maggio–ottobre | May–October
T +39 0474 646 621 | www.adrenalineadventures.it



ANGELN
PESCA
FISHING

Fischteich | Laghetto di pesca | Fish pond

Antholz Niedertal, Sportzone | Anterselva di Sotto, zona sportiva | Antholz Niedertal, sports area
T +39 342 535 4354

Antholzer Bach (Fliegenfischerei)
Torrente di Anterselva (pesca con la mosca)

Hotel Bad Salomonsbrunn, Antholz Niedertal
Hotel Bagni di Salomone, Anterselva di Sotto
+39 0474 492 199

Antholzer See (Fliegenfischerei)
Lago di Anterselva (pesca con la mosca)

📄 nur nach Voranmeldung | solo su prenotazione
only with reservation
+39 348 440 1696

Stausee Olang und Rienz
Diga di Valdaore e Rienza

Hotel Pörnbacher, Olang | Valdaora
+39 0474 496 112
Kaffee Krempe, Olang | Valdaora
+39 349 449 4096
Hotel Seehof, Welsberg | Monguelfo
+39 0474 944 571



APOTHEKE
FARMACIA
PHARMACY

Engelapotheke | Farmacia „All'Angelo“

Niederrasen | Rasun di Sotto
📄 Mo–Fr 8–12 Uhr + 15–19 Uhr, Sa 8–12 Uhr + 16–19 Uhr | lun–ven ore 8–12 + 15–19, sab ore 8–12 + 16–19
Mon–Fri 8 am–noon + 3–7 pm, Sat 8.30 am–noon + 4–7 pm
+39 0474 497 076



ARZT / NOTRUF / BERGRETTUNG
MEDICO / SOCCORSO ALPINO
MEDICAL DOCTOR / ALPINE RESCUE

Gemeindearzt Dr. Plaikner Ulrich
Medico condotto Dott. Plaikner

Niederrasen, Gemeindehaus
Rasun di Sotto, Centro comunale | municipal centre
📄 Mo 8–12.30 Uhr, Di 15–18 Uhr, Mi 8–12 Uhr, Do 17–19.30 Uhr, Fr 8–12 Uhr | lun ore 8–12.30, mar ore 15–18, mer ore 8–12, gio ore 17–19.30, ven ore 8–12
Mon 8 am–12.30 pm, Tue 3 pm–6 pm, Wed 8 am–noon, Thu 5 pm–7.30 pm, Fri 8 am–noon
+39 0474 498 090 | +39 348 743 6491

Antholz Mittertal, Grundschule | Anterselva di Mezzo, scuola elementare | elementary school
📄 Do 8.30–12 Uhr | gio ore 8.30–12 | Thu 8.30 am–noon
+39 0474 492 372

Kinderärztin Dr. Steurer Kathrin
Pediatra dott. Steurer Kathrin | Pediatrician

Oberolang | Valdaora di Sopra
📄 Mo & Fr 9–12 Uhr, Di 9–13 Uhr, Mi 8–12 Uhr, Do 14–17 Uhr | lun & ven ore 9–12, mar ore 9–13, merc ore 8–12, gio ore 14–17 | mon & Fri 9 am–noon, tue 9 am–1 pm, wed 8 am–noon, thu 2–5 pm
+39 0474 497 183

Notruf und Bergrettung 112
Chiamata d'urgenza e Soccorso Alpino 112
Emergency number and Alpine rescue 112

App – „Where-ARE-U“



AUTOWASCHANLAGE
AUTOLAVAGGIO
CAR WASH

Autowerkstatt Veider | Autofficina Veider | Automobile repair shop Veider – Self Service 24h

Niederrasen | Rasun di Sotto
+39 0474 496 157

Messner Nikolaus – Self Service 24h

Antholz Mittertal | Anterselva di Mezzo
+39 348 384 1160

Notruf-App „Where-ARE-U“ für Smartphones
Die App unterstützt Sie, im Notfall Hilfe zu rufen: Sie werden innerhalb weniger Sekunden mit der einheitlichen Notrufzentrale 112 verbunden, geortet und Ihre Position an die Zentrale übermittelt.

App di emergenza „Where-ARE-U“ per Smartphone
L'app ti assiste in caso di emergenza: sarai messo in contatto con la Centrale Unica Emergenza 112 entro pochi secondi, localizzato e la tua posizione sarà trasmessa automaticamente alla centrale che sta gestendo la tua emergenza.

„Where-ARE-U“ emergency call app for smartphones
The app helps you to call for help in an emergency: within seconds you will be connected to the Emergency Call Centre 112, located and your position transmitted to the centre.





**AUTOWERKSTATT
AUTOOFFICINA
CAR REPAIR SHOP**

**Autowerkstatt Hofer Josef | Autofficina Hofer Josef |
Automobile repair shop Hofer Josef**
Neunhäusern | Novacase
+39 335 104 9719

**Autowerkstatt Veider | Autofficina Veider |
Automobile repair shop Veider**
Niederrasen | Rasun di Sotto
+39 0474 496 157



BANK | BANCA | BANK

Raiffeisenkasse | Cassa Raiffeisen
Niederrasen | Rasun di Sotto
☑ Mo-Fr 8-12.30 Uhr, Do 8-12.30 Uhr und 17-18.30
Uhr | lun-ven ore 8-12.30, gio ore 8-12.30 e
17-18.30 | Mon-Fri 8 am-12.30 pm, Thu 8 am-12.30
pm and 5-6.30 pm
+39 0474 584 000

Raiffeisenkasse | Cassa Raiffeisen
Antholz Mittertal | Anterselva di Mezzo
☑ Mo 8-12.30 Uhr | lun ore 8-12.30, |
Mon 8 am-12.30 pm
+39 0474 584 106



**BEAUTYANWENDUNGEN
CURE DI BELLEZZA
BEAUTY SALON**

**Hotel Bad Salomonsbrunn
Hotel Bagni di Salomone**
Antholz Niedertal | Anterselva di Sotto
Nach Voranmeldung: verschiedene Bäder, Massagen
und Beautyanwendungen (keine öffentliche Sauna) |
su prenotazione: bagni con acqua minerale di sorgente
con proprietà termali, massaggi, trattamenti corpo (sauna
non pubblica) | a variety of baths, massages and beauty
treatments (no public sauna)
+39 0474 492 199

Santeshotel Wegerhof
Antholz Mittertal | Anterselva di Mezzo
Nach Voranmeldung: verschiedene Bäder, Beauty-
anwendungen, Massagen und auch Relax-Pakete (keine
öffentliche Sauna) | su prenotazione: diversi tipi di bagni,
applicazioni di bellezza, massaggi e pacchetti-relax
(sauna non pubblica) | different kind of baths, beauty
applications, massages (no public sauna)
+39 0474 492 130

Falkensteiner Hotel Antholz
Antholz Obertal | Anterselva di Sopra
Nach Voranmeldung: Benutzung von Sauna und
Schwimmbad, sowie verschiedene Massagen und
Beautyanwendungen | su prenotazione: uso della
sauna e piscina, diversi massaggi ed applicazioni di
bellezza | sauna and swimmingpool, massages, beauty
applications, by reservation only
+39 0474 494 520



**BIBLIOTHEK
BIBLIOTECA
LIBRARY**

**in Niederrasen, Pfarrhaus (mit Internetbenützung)
a Rasun di Sotto, Parrocchia (con uso Internet)
in Niederrasen, Parish House (with internet access)**
☑ Mo + Do 15-19 Uhr, Di 8-12 Uhr, Mi 9-12 Uhr
lun e gio ore 15-19, mar ore 8-12, mer ore 9-12
Mon + Thu 3-7 pm, Tue 8 am-12 pm, Wed 9 am-12 pm

**in Antholz Mittertal, Grundschule
ad Anterselva di Mezzo, scuola elementare
Antholz Mittertal, elementary school**
☑ Mo + Do 15-16.30 Uhr, Mi 14-17 Uhr
lun e gio ore 15-16.30, mer ore 14-17
Mon + Thu 3-4.30 pm, Wed 2-5 pm

**in Antholz Niedertal, Grundschule
ad Anterselva di Sotto, scuola elementare
Antholz Niedertal, elementary school**
☑ Di 15.30-18 Uhr, Fr 16-17.30 Uhr
mar ore 15.30-18, ven ore 16-17.30
Tue 3.30-6 pm, Fri 4-5.30 pm



BIKE TAXI

**Bike-Transport auf den Staller Sattel
Trasporto Bici sul Passo Stalle
Bike shuttle to the Staller Saddle**
Taxi Holzer
(auf Anfrage | su richiesta | by reservation only)
+39 348 727 9509



**FRISEUR
PARRUCCHIERE
HAIRDRESSER**

**Salon Haar Genau
Salone Haar Genau**
Antholz Mittertal | Anterselva di Mezzo
☑ nur mit Terminvereinbarung | solo su prenotazione |
only by appointment
+39 348 706 86 56



GOLF

**Golfclub Pustertal
Golfclub Val Pusteria
Golf course Pustertal**
Reischach | Riscone
9-Loch-Golfanlage - Par 68, Putting Green beim Club-
house; 3-Loch-Übungsplatz, Driving Range mit 10 Loch
Abschlägen (3 überdacht) mit Pitching- und Putting-Green
sowie Practice Bunker
Campo da Golf a 9 buche situato nel bel paesaggio
intorno al parco sportivo di Riscone, ai piedi della nota
area sciistica Plan de Coronas: Campo da Golf a 9 buche
- Par 68, Putting Green presso il Clubhouse, Campo
d'allenamento a 3 buche, Driving Range con 10 buche
di rimando (3 coperte) con Pitching e Putting Green e
Practice Bunker.
Nestled in the beautiful landscape surrounding Reischach:
9-hole, par-68 golf course, putting green at the Club
House, 3-hole practice area, Driving Range with 10
tee-offs (3 with roof), with pitching and putting green and
practice sand trap.
Sekreteriat | Segreteria | Secreteriat phone:
+39 0474 412 192



**GRILLPLATZ
AREA BARBECUE
BARBECUE SITE**

Oberrasen | Rasun di Sopra

Grillplatz mit einem schön angelegten Teich nur mit Reservierung im Tourist Info Antholzertal.

Area Barbecue con un bel laghetto naturale, solo su prenotazione presso il Tourist Info Valle Anterselva.

Barbecue Site in Oberrasen with an attractive pond – only with reservation at the Tourist Info Antholzertal.
+39 0474 496 269

Antholz Niedertal | Anterselva di Sotto

neben dem Fischteich, nur mit Reservierung im Café St. Walburg, +39 0474 492 180

vicino il laghetto di pesca, solo su prenotazione presso il Café St. Walburg, +39 0474 492 180

beside the fish pond, only with reservation at Café St. Walburg, +39 0474 492 180

Antholz Mittertal | Anterselva di Mezzo

am Festplatz, nur mit Reservierung

presso il campo festivo, solo su prenotazione beside the fairground, only with reservation

+39 348 243 8552



JOGGING

5 km lange Strecke entlang des Antholzer Bachs ab Kulturhaus Oberrasen (Parkmöglichkeit) bis Antholz Niedertal, mit zusätzlich verschiedenen Rundkursmöglichkeiten (z.B. durchs Biotop).

Percorso di 5 km lungo il Rio d'Anterselva, dalla Casa della Cultura di Rasun di Sopra (parcheggio) fino ad Anterselva di Sotto con possibilità di diversi ulteriori giri (per esempio attraverso il biotopo).

5 km long Jogging route along the Antholz brook, beginning at the Oberrasen House of Culture (parking spaces available) to Antholz Niedertal, with a variety of additional detours (e.g. through the biotope).



**KINO
CINEMA
MOVIE THEATRES**

**Odeon-Kino
Cinema Odeon
Odeon movie theater**

Bruneck | Brunico
+39 0474 554 299 | www.odeonkino.com



**KLETTERGARTEN
PALESTRA DI ROCCIA
CLIMBING GARDEN**

Antholz Niedertal | Anterselva di Sotto

Nähe Fischteich | vicino il laghetto per la pesca | near the fish pond

Pragser Tal | Valle di Braies

am Pragser Wildsee und bei Brücke
al Lago di Braies e vicino Ponticello
Pragser Valley (Pragser Wildsee, Brücke)

Aufhofen, Bruneck | Villa S. Caterina, Brunico

ab Dorfbrunnen Richtung Ruine Kehlburg | dalla fontana del paese in direzione rovina del Castello di Chela | Aufhofen (from the village well towards the Kehlburg ruins)

Sand in Taufers | Campo Tures

bei Möbelhaus Jungmann
presso la fabbrica di mobili Jungmann
near the Jungmann Furniture Store



St. Vigil | S. Vigilio

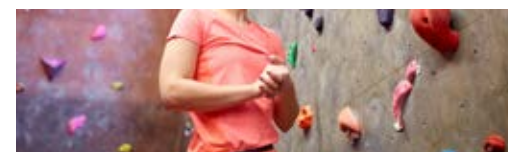
im Rautal zwischen Tamers und Pederü
in Valle di Rudo, tra Tamers e Pederü
in the Rau Valley between Tamers and Pederü



KNEIPPEN

Freizeitpark | Parco ricreativo | Recreational Park
Niederrasen | Rasun di Sotto

**Wasserwaldile
Bosco con giochi d'acqua
Water adventure park**
Niederrasen | Rasun di Sotto



**KLETTERHALLE
PALESTRA DI ROCCIA ARTIFICIALE
INDOOR CLIMBING**

Boulderhalle | Palestra "Boulder" | Boulder hall

am alten Bahnhof in Olang – Eintrittskarten nebenan im Hotel Pörnbacher erhältlich | presso la vecchia stazione ferroviaria di Valdaora – biglietti d'ingresso presso l'Hotel Pörnbacher | at the old train station in Olang-Valdaora – admission tickets are available at the Hotel Pörnbacher
täglich von 9-22 Uhr | aperto giornalmente: ore 9-22 | daily from 9 am to 10 pm

**Kletterzentrum in Bruneck
Centro d'arrampicata Brunico
Climbing Center in Bruneck**

Mo-Fr 9-22.30 Uhr, Sa-So und Feiertage 9-20.30 Uhr | lun-ven ore 9-22.30, sab-dom e giorni festivi ore 9-20.30 | Mon-Fri 9 am-10.30 pm, Sat-Sun and public holidays 9 am-9.30 pm
+39 0474 055 005



**KRANKENHAUS
OSPEDALE
HOSPITAL**

Bruneck | Brunico
+39 0474 581 111

Innichen | San Candido
+39 0474 917 111



**MINIGOLF
MINIGOLF
MINIATURE GOLF**

Freizeitpark Niederrasen
Parco ricreativo Rasun di Sotto | Recreational Park
Juni-Anfang Oktober | giugno a inizio ottobre | june to the beginning of october
+39 0474 496 269



**PARAGLEITEN
PARAPENDIO
PARAGLIDING**

„Tandemflights Kronplatz“ +39 349 564 16 05
„Kronfly“ +39 340 970 19 60



PILZE | FUNGHI | MUSHROOMS

Sammeln Sie Pilze? Dann beachten Sie bitte die Bestimmungen, die zur Erhaltung und zum Schutz der schönen Natur Südtirols erlassen wurden. **Wann können Sie Pilze sammeln?** Nur mit Bewilligung, gültig für die Gemeinde, in der gesammelt wird, an den geraden Kalendertagen im Monat (z.B. am 2., 4., 6., usw.), von 7-19 Uhr, höchstens ein kg pro Person (über 14 Jahre alt) und Tag. Die Pilze müssen am Fundort grob gereinigt werden. Man darf sie nur in festen, offenen und gut durchlüfteten Behältern tragen. Sammelverbot besteht in den Naturparks und in den Wäldern mit entsprechenden Hinweisen. **Bewilligungen** erhalten Sie im Tourist Info Antholzertal oder online: <https://mysuedtirol.info/veranstaltungen?eventid=927AC82D7F0B4FCC8E7F0039EC16E33A> (€ 8 pro Tag und Person).

Vogliete raccogliere funghi? Osservate le disposizioni emanate a tutela della protezione del bosco e delle bellezze naturali dell'Alto Adige. **Quando è permesso raccogliere funghi?** Solo con l'autorizzazione del Comune nel cui territorio si vuole raccogliere, solo nei giorni pari di calendario (es. il 2, il 4, il 6, ecc.), dalle ore 7-19, al massimo un chilo per persona (con più di 14 anni) al giorno. I funghi devono essere puliti sommariamente sul posto. Si possono trasportare solo in contenitori rigidi, aperti e ben areati; È vietato raccogliere funghi nei Parchi Naturali e nei boschi dove ci sono i rispettivi segnali di divieto. **I permessi** si ottengono presso l'ufficio turistico Valle Anterselva oppure online: <https://mysuedtirol.info/it/eventi?eventid=927AC82D7F0B4FCC8E7F0039EC16E33A> (€ 8 per persona al giorno).

Do you like to pick mushrooms? Then please observe the regulations which have been passed to preserve and protect the natural beauty of South Tyrol. **When may you collect mushrooms?** Only when you have a permit valid for the community in which you are collecting, on the even days of the month (e.g. on the 2nd, 4th, 6th, etc.), from 7 am-7 pm, a maximum of one kilogram per person (14 years old and above) and per day. The mushrooms must be given a superficial cleaning at the location at which they are found, they must be carried in secure, open, and well-ventilated containers. It is prohibited to pick mushrooms in the nature parks and in those forests in which the corresponding prohibitions have been posted. You may obtain a **permit** at the Tourist Info Antholzertal or online: <https://mysuedtirol.info/en/events?eventid=927AC82D7F0B4FCC8E7F0039EC16E33A> (for € 8 per day and person).



POLIZEI | CARABINIERI | POLICE

Allgemeiner Notruf | Chiamata d'urgenza | Emergency Number
112

Carabinieri Antholz, Antholz Mittertal
Carabinieri Anterselva, Anterselva di Mezzo
Local constabulary
+39 0474 492 514



POSTAMT
UFFICIO POSTALE
POST OFFICE

Niederrasen | Rasun di Sotto
Mo+Di+Do 8.20-13.45 Uhr
lun+mar+gio ore 8.20-13.45
Mon+Tue+Thu 8.20 am-1.45 pm
+39 0474 496 159

Antholz Mittertal | Anterselva di Mezzo
Di + Do 8.20-13.45 Uhr, Sa 8.20-12.45 Uhr
mar + gio ore 8.20-13.45, sab ore 8.20-12.45
Tue + Thu 08.20 am-1.45 pm, Sat 08.20 am-12.45 pm
+39 0474 492 129



RADVERLEIH
NOLEGGIO BICI
BIKE RENTAL

Sport Bergfuchs
Niederrasen | Rasun di Sotto
+39 0474 498 350



RAFTING & CANYONING

DolomitActiv
Bruneck, Nähe Zugbahnhof Nord
Brunico, vicino la stazione ferroviaria nord
Bruneck, near train station north
+39 348 674 61 75

KreativRaft
Bruneck, Nähe Freischwimmbad
Brunico, vicino la piscina scoperta
Bruneck, near the outdoor swimming pool
+39 320 3665622



REITEN
EQUITAZIONE
HORSE RIDING

Tolderhof
Oberolang | Valdaora di Sopra
+39 334 620 1180

Tharerhof
Mitterolang | Valdaora di Mezzo
+39 348 4731492



SKY

Bar Egger
Antholz Mittertal | Anterselva di Mezzo
+ 39 0474 492 124



SCHWIMMEN
NUOTARE
SWIMMING

Cron 4 – Hallenbad | piscina coperta | Indoor swimming pool
Reischach, Bruneck | Riscone, Brunico
☑ täglich 10-22 Uhr, Mi + Fr 6-8 + 10-22 Uhr, Sauna:
täglich 13-22 Uhr, Sa + So + Feiertage von 10-22 Uhr,
| giornalmente ore 10-22, mer + ven ore 6-8 + 10-22,
Sauna: ogni giorno ore 13-22, sab + dom + giorni festivi
ore 10-22 | daily 10 am-10 pm, Wed + Fri 6-8 am +
10 am-10 pm, sauna: daily 1 pm-10 pm, Sat + Sun +
holidays 10 am-10 pm
+39 0474 410 473 | www.cron4.it

Freibad Olang
Piscina riscaldata all'aperto, Valdaora
Heated outdoor swimming pool
Olang | Valdaora
☑ 01.06.-03.09.2023: 10-19 Uhr | ore 10-19 |
10 am-7 pm
Juli & August: Freitags bis 21 Uhr
luglio e agosto: ven fino alle ore 21
July & August: Fridays till 9 pm
+39 0474 496 277
+39 334 101 4935

Acquafun – Hallenbad | piscina coperta | Indoor swimming pool
Innichen | San Candido
☑ Mo + Do + Fr 14.30-20.00 Uhr, Sa + So 10.30-
20.00 Uhr, Sauna: Mo + Do + Fr 15.00-21.30 Uhr, Sa
+ So 15.00-21.30 Uhr | Lun + Gio + Ven ore 14.30-
20.00. Sab + Dom ore 10.30-20.00 | Mon + Thu + Fri
2.30 am-8 pm, Sat + Sun 10.30 am-8 pm, Sauna: Mo
+ Thu + Fri 3 pm-9.30 pm
+39 0474 916 200 | www.acquafun.com



SPIELPLÄTZE & PARKS
PARCHI GIOCHI
PARKS & PLAYGROUNDS

Wasserwaldile | Bosco con giochi d'acqua
Water adventure park

Niederrasen | Rasun di Sotto
Erlebnispark mit Wasser-Parcour. Wackelbrücken, Hüpfsteinen und Kneippbecken | Percorso acquatico con ponti traballanti, tubature di legno, impianto Kneipp | Water adventure park with wooden pipes, "wiggly bridges" and kneipp therapy installation

Freizeitpark | Parco ricreativo | Recreational Park

Niederrasen | Rasun di Sotto
mit Naturspielplatz, Feld für verschiedene Ballspiele, Outdoor-Fitness-Geräte, Erholungsareal, Kneippanlage, Teich, Minigolf | con campo giochi naturale, campo per diversi giochi a palla, attrezzature per il fitness all'aperto, mini-golf, parco svaghi con impianto Kneipp e laghetto | With natural playground, field for different ball games, outdoor fitness equipment, miniature golf course, large recreational area with a Kneipp therapy installation and a pond.

Kinderspielplatz | Parco giochi | Playground

Oberrasen | Rasun di Sopra
beim Kulturhaus mit kleinem Fußballfeld | presso la Casa della Cultura con campo da calcio | near the House of Culture, with a small soccer field

Kinderspielplatz | Parco giochi | Playground

Antholz Mittertal | Anterselva di Mezzo
bei der Sportzone mit Basket- und Volleyballfeld | presso la zona sportiva con campo da basket e pallavolo | at the sports area with basket and volley ball field

Kinderspielplatz | Parco giochi | Playground

Antholz Niedertal | Anterselva di Sotto
beim Pavillon und am Fischteich | presso il padiglione e il vivaio di pesca | at the pavilion and the fishing pont



SPORTSCHIESSEN
POLIGONO
SHOOTING RANGE

Sportschützenverein |

Tiro al poligono | Sport shooting
Sportschießen jeden Donnerstag im Kulturhaus in Antholz Mittertal. Anmeldung erforderlich! | Ogni giovedì presso la Casa della Cultura ad Anterselva di Mezzo. È richiesta la prenotazione! | Every Thursday, culture house in Antholz Mittertal. Reservation required!
+39 347 3131069



STALLER SATTEL
PASSO STALLE
STALLER SADDLE

Verkehrsregelung Passstraße: geöffnet von Mitte Mai bis Ende Oktober (witterungsbedingt)

Ampelgeregelte Überfahrt: von Südtirol nach Österreich von der 30. bis zur 45. Minute jeder Stunde, von Österreich nach Südtirol von der vollen Stunde bis zur 15. Minute jeder Stunde.

Für Fahrzeuge gilt ein Maximalgewicht von 3,5t und eine maximalen Höhe von 3,00 m. Generelles Fahrverbot für Busse, LKW und Fahrzeuge mit Anhänger.

Auch Radfahrer müssen sich an die Auf- und Abfahrtszeiten halten!

Infos Shuttlebus: siehe Seite 76

Regolamentazione del traffico Strada del passo:

aperta da metà maggio a fine ottobre (tempo permettendo). Attraversamento controllato da semaforo: dall'Alto Adige all'Austria dal 30° al 45° minuto di ogni ora, dall'Austria all'Alto Adige dall'ora piena al 15° minuto di ogni ora. I veicoli non devono superare un peso massimo di 3,5 t e un'altezza massima di 3,00 m. Divieto generale di transito per autobus, camion e veicoli con rimorchio. I ciclisti devono anche rispettare gli orari di salita e discesa!

Info bus navetta: vedi pagina 76



TENNIS

Niederrasen | Rasun di Sotto

2 Sandplätze | 2 campi in terra battuta | 2 sand courts
Platzreservierungen | prenotazione | court reservation:
+39 340 248 69 28

Antholz Mittertal | Anterselva di Mezzo

2 Kunstrasenplätze | 2 campi in terra battuta |
2 artificial surface courts



TIERARZT
VETERINARIO
VETERINARY

Dr. Florian Beikircher – Dr. Veronika Libert

Bruneck | Brunico
+39 0474 412 077 | +39 340 717 1987



TIERPENSION
PENSIONE PER CANI
DOG'S HOTEL

Tierpension Sankt Franziskus
Pensione per cani San Francesco
Dog's Hotel St. Franziskus

Olang | Valdaora
+39 0474 496 370 | +39 348 605 6833

Traffic regulation pass road: open from mid-May to the end of October (weather permitting).

Traffic light controlled crossing: from South Tyrol to Austria from the 30th to the 45th minute of every hour, from Austria to South Tyrol from 00 to the 15th minute of every hour.

For vehicles a maximum weight of 3,5t and a maximum height of 3,00 m is valid. General driving ban for buses, trucks and vehicles with trailers. Bicyclists must also adhere to the ascent and descent times!

Info shuttle bus: see page 76



TANKSTELLE
DISTRIBUTORE DI BENZINA
GAS STATION

Niederrasen | Rasun di Sotto

Mo-Fr 8-12.30 Uhr + 14-19 Uhr, Sa 8-12.30 Uhr (außerhalb der Öffnungszeiten Self-service) | lun-ven ore 8-12.30 + 14-19, sab ore 8-12.30 (Self service 24h) | Mon-Fri 8 am-12.30 pm + 2-7 pm, Sat 8 am-12.30 pm
+39 0474 496 330



TAXI

Holzer Josef +39 348 727 9509

Die Antholzer +39 348 725 7436

Taxi Stefan +39 342 057 0200

Taxi Non Stop +39 340 238 3450

Guestnet

SCAN ME

antholzertal.guest.net

YOUR PERSONAL
HOLIDAY ASSISTANT



**VERKEHRSMELDEZENTRALE
BOLLETTINO DEL TRAFFICO
TRAFFIC INFORMATION**

Verkehrsmeldezentrale Südtirol
Centrale viabilità provinciale
Traffic Information Südtirol
+39 0471 200 198 | www.provinz.bz.it/verkehr
www.provincia.bz.it/traffico



**WANDERN – BERGSTEIGEN
ESCURSIONISMO
TREKKING – MOUNTAIN CLIMBING**

Wanderführer und Nordic Walking Instructor
Guida escursionistica e Istruttore di Nordic Walking
Hiking guide and Nordic Walking Instructor
Gerold Sulzenbacher, Niederrasen | Rasun di Sotto:
+39 0474 498 350
Günther Leitgeb, Antholz Mittertal | Anterselva di Mezzo:
+39 348 660 0337

Bergführer | Guida Alpina | Alpine Guide
Martin Baumgartner, Oberrasen |
Rasun di Sopra: +39 347 332 1416

Verleih von Kletter- und Gletscherausrüstungen
Noleggio attrezzatura per roccia e ghiaccio
Rental of climbing and glacier equipment
Sport Bergfuchs, Niederrasen |
Rasun di Sotto: +39 0474 498 350

ENGELAPOTHEKE

Apotheke | Farmacia | Pharmacy

📍 Niederrasen | Rasun di Sotto

☎ +39 0474 497 076

STEINER

Metzgerei | Macelleria | Butcher shop

📍 Niederrasen | Rasun di Sotto

☎ +39 0474 496 849

📍 Antholz Mittertal | Anterselva di Mezzo

☎ +39 0474 862 500

OBERLECHNER & MESSNER

Elektrofachgeschäft | Articoli elettrici | Electrical appliances

📍 Niederrasen | Rasun di Sotto

☎ +39 0474 498 430

BERGFUCHS

Sport & Mode | Sport & Moda | Sports & fashion

📍 Niederrasen | Rasun di Sotto

☎ +39 0474 498 350

BROTLADEN

Bäckerei & Konditorei | Panificio e Pasticceria | Bakery

📍 Niederrasen | Rasun di Sotto

☎ +39 348 896 9458

NIEDEREGGER

Obstmarkt/Lebensmittel | Frutta-verdura e generi misti |

Fruit market & general store

📍 Oberrasen | Rasun di Sopra

☎ +39 0474 496 296

SEEBER

Bäckerei | Panificio | Bakery

📍 Antholz Niedertal | Anterselva di Sotto

☎ +39 0474 493 047

📍 Antholz Mittertal | Anterselva di Mezzo

☎ +39 0474 492 106

GESCHÄFT EGGER

Gemischtwaren | Generi misti | General store

📍 Antholz Mittertal | Anterselva di Mezzo

☎ +39 0474 492 134

HOLZLADEN

Holzbildhauer | Scultore | Woodcarver

📍 Antholz Mittertal | Anterselva di Mezzo

☎ +39 0474 410 238

TASCHLER SPORTS

Sport & Accessoires | Sport & Accessori | Sports & Accessories

📍 Antholz Obertal | Anterselva di Sopra

☎ +39 347 594 4167



📅 Die Geschäfte haben von 8-12 Uhr und von 15-19 Uhr geöffnet
Die Bäckerei von 7-12 Uhr und von 15.30-19 Uhr

*Änderungen vorbehalten!

📅 I negozi sono aperti dalle ore 8-12 e dalle 15-19
Il panificio è aperto dalle ore 7-12 e dalle 15.30-19

*con riserva di modifiche!

📅 The shops are open from 8 am to noon and from 3 to 7 pm
Bakeries from 7 am to noon and from 3.30 to 7 pm

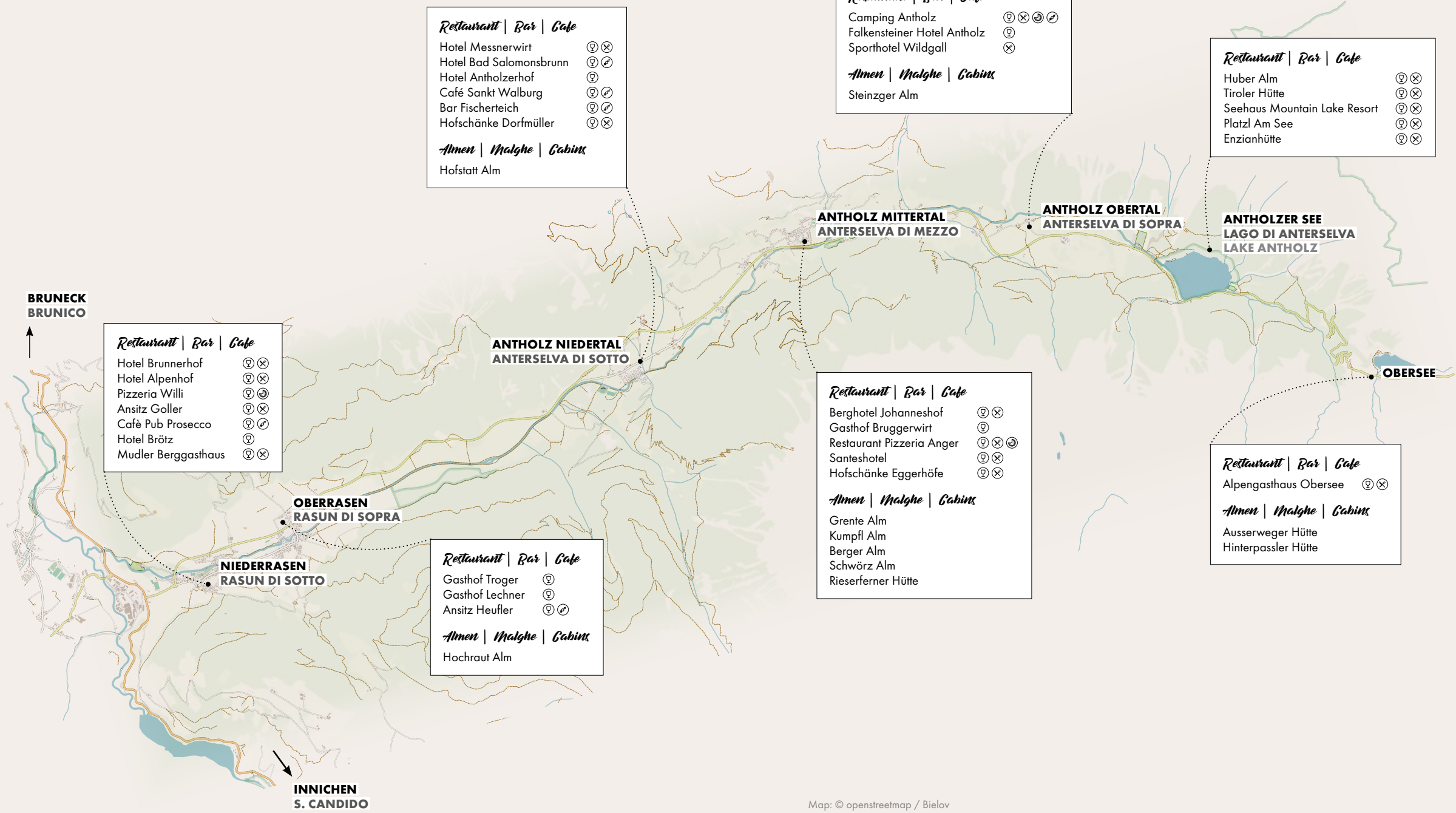
*reserved for changes!



RESTAURANTS, BARS & CAFÉS
RISTORANTI, BAR E CAFÉ
RESTAURANTS, BARS AND CAFÉ



RESTAURANTS, BARS & CAFÉS
RISTORANTI, BAR E CAFÉ
RESTAURANTS, BARS AND CAFÉ



- Restaurant | Bar | Cafe**
- Hotel Messnerwirt ☹ ☒
 - Hotel Bad Salomonsbrunn ☹ ☒
 - Hotel Antholzerhof ☹
 - Café Sankt Walburg ☹ ☒
 - Bar Fischerteich ☹ ☒
 - Hofschänke Dorf Müller ☹ ☒
- Almen | Malghe | Cabins**
- Hofstatt Alm

- Restaurant | Bar | Cafe**
- Camping Antholz ☹ ☒ ☒ ☒
 - Falkensteiner Hotel Antholz ☹
 - Sporthotel Wildgall ☒
- Almen | Malghe | Cabins**
- Steinzger Alm

- Restaurant | Bar | Cafe**
- Huber Alm ☹ ☒
 - Tiroler Hütte ☹ ☒
 - Seehaus Mountain Lake Resort ☹ ☒
 - Platzl Am See ☹ ☒
 - Enzianhütte ☹ ☒

- Restaurant | Bar | Cafe**
- Hotel Brunnerhof ☹ ☒
 - Hotel Alpenhof ☹ ☒
 - Pizzeria Willi ☹ ☒ ☒
 - Ansitz Goller ☹ ☒
 - Café Pub Prosecco ☹ ☒
 - Hotel Brötz ☹
 - Mudler Berggasthaus ☹ ☒

**ANTHOLZ NIEDERTAL
 ANTERSELVA DI SOTTO**

- Restaurant | Bar | Cafe**
- Gasthof Troger ☹
 - Gasthof Lechner ☹
 - Ansitz Heufler ☹ ☒
- Almen | Malghe | Cabins**
- Hochraut Alm

- Restaurant | Bar | Cafe**
- Berghotel Johanneshof ☹ ☒
 - Gasthof Bruggerwirt ☹
 - Restaurant Pizzeria Anger ☹ ☒ ☒
 - Santeshotel ☹ ☒
 - Hofschänke Eggerhöfe ☹ ☒
- Almen | Malghe | Cabins**
- Grente Alm
 - Kumpfl Alm
 - Berger Alm
 - Schwörz Alm
 - Rieserferner Hütte

- Restaurant | Bar | Cafe**
- Alpengasthaus Obersee ☹ ☒
- Almen | Malghe | Cabins**
- Ausserweger Hütte
 - Hinterpassler Hütte

**BRUNECK
 BRUNICO**

**OBERRASEN
 RASUN DI SOPRA**

**NIEDERRASEN
 RASUN DI SOTTO**

**INNICHEN
 S. CANDIDO**

Map: © openstreetmap / Bielov

- ☹ Bar | Cafe | Bar
- ☒ Imbisse | Spuntini | Snacks
- ☒ Restaurant | Ristorante | Restaurant
- ☒ Pizzeria | Pizzeria | Pizzeria

① Almen (Abends geschlossen) | Malghe (Chiuse di sera) | Cabins (closed for dinner)



HOTEL BRUNNERHOF



Restaurant & Bar | Ristorante e bar | Restaurant and bar

📍 Niederrasen | Rasun di Sotto

📅 Nur Mittags geöffnet, Dienstag Ruhetag | aperto solo a pranzo, martedì giorno di riposo
open only for lunch, closed on Tuesdays

☎ +39 0474 496 244

HOTEL ALPENHOF



Restaurant & Bar | Ristorante e bar | Restaurant and bar

📍 Niederrasen | Rasun di Sotto

📅 kein Ruhetag | nessun giorno di riposo | no day of rest

☎ +39 0474 496 451

PIZZERIA WILLI



Pizzeria & Bar | Pizzeria e bar | Pizzeria and bar

📍 Niederrasen | Rasun di Sotto

📅 Nur Abends geöffnet, Mittwoch Ruhetag | aperto solo di sera,
mercoledì giorno di riposo | open only for dinner, closed on Wednesdays

☎ +39 0474 496 529

ANSITZ GOLLER



Gasthaus | Tenuta storica

Restaurant & Bar | Ristorante e bar | Restaurant and bar

📍 Niederrasen | Rasun di Sotto

📅 Nur Abends geöffnet, Montag Ruhetag | aperto solo di sera,
lunedì giorno di riposo | open only for dinner, closed on Mondays

☎ +39 0474 498 431

CAFÉ PUB PROSECCO



Bar & Snacks | Bar e snacks | Bar and snacks

📍 Niederrasen | Rasun di Sotto

📅 Mittwoch Ruhetag | mercoledì giorno di riposo | closed on Wednesdays

☎ +39 0474 496 211

HOTEL BRÖTZ



Café & Bar | Café e bar | Café and bar

📍 Niederrasen | Rasun di Sotto

📅 kein Ruhetag | nessun giorno di riposo | no day of rest

☎ +39 0474 496 138

MUDLER BERGGASTHAUS | MUDLER RISTORANTE DI MONTAGNA



Restaurant & Bar | Ristorante e bar | Restaurant and bar

📍 Niederrasen / Taisten | Rasun di Sotto / Tesido

📅 Dienstag Ruhetag | martedì giorno di riposo | closed on Tuesdays

☎ +39 0474 950 036



GASTHOF TROGER | ALBERGO TROGER



Café & Bar | Café e bar | Café and bar

📍 Oberrasen | Rasun di Sopra

📅 Donnerstag Ruhetag | giovedì giorno di riposo | closed on Thursdays

☎ +39 0474 496 215

GASTHOF LECHNER | ALBERGO LECHNER



Café & Bar | Café e bar | Café and bar

📍 Oberrasen | Rasun di Sopra

📅 Freitag Ruhetag | venerdì giorno di riposo | closed on Fridays

☎ +39 0474 496 213

ANSITZ HEUFLER



Lounge Bar

📍 Oberrasen | Rasun di Sopra

📅 ore 17.00-22.00 Uhr, So | Dom | Sun ore 10.30-12.30 Uhr

Montag und Dienstag Ruhetag | Lunedì e Martedì giorno di riposo
closed on Mondays and Tuesdays

☎ +39 0474 790 200

HOTEL MESSNERWIRT



Restaurant & Bar | Ristorante e bar | Restaurant and bar

📍 Antholz Niedertal | Anterselva di Sotto

📅 kein Ruhetag | nessun giorno di riposo | no day of rest

☎ +39 0474 492 144

HOTEL BAD SALOMONSBRUNN | HOTEL BAGNI DI SALOMONE



Café, Bar & Snacks | Café, bar e snacks | Café, bar and snacks

📍 Antholz Niedertal | Anterselva di Sotto

📅 kein Ruhetag | nessun giorno di riposo | no day of rest

☎ +39 0474 492 199

HOTEL ANTHOLZERHOF



Café & Bar | Café e bar | Café and bar

📍 Antholz Niedertal | Anterselva di Sotto

📅 kein Ruhetag | nessun giorno di riposo | no day of rest

☎ +39 0474 492 148

CAFÉ SANKT WALBURG



Café, Bar & Snacks | Café, bar e snacks | Café, bar and snacks

📍 Antholz Niedertal | Anterselva di Sotto

📅 Dienstag Ruhetag | martedì giorno di riposo | closed on Tuesdays

☎ +39 0474 492 180



BAR FISCHERTEICH | BAR VIVAIO



Café, Bar & Snacks | Café, bar e snacks | Café, bar and snacks

📍 Antholz Niedertal | Anterselva di Sotto

📅 Montag Ruhetag | lunedì giorno di riposo | closed on Mondays

☎ +39 342 535 4354

HOFSCHÄNKE DORFMÜLLER | AGRITURISMO DORFMÜLLER



Restaurant & Bar | Ristorante e bar | Restaurant and bar

📍 Antholz Niedertal | Anterselva di Sotto

📅 nur abends geöffnet (außer im August), kein Ruhetag | aperto solo di sera (tranne agosto), nessun giorno di riposo | open only for dinner (except in August), no day of rest

☎ +39 0474 492 165

BERGHOTEL JOHANNESHOF



Restaurant & Bar | Ristorante e bar | Restaurant and bar

📍 Antholz Mittertal | Anterselva di Mezzo

📅 kein Ruhetag; abends nur mit Reservierung | nessun giorno di riposo;

di sera solo con prenotazione | no day of rest, dinner only with reservation

☎ +39 0474 862 333

GASTHOF BRUGGERWIRT | ALBERGO BRUGGERWIRT



Café & Bar | Café e bar | Café and bar

📍 Antholz Mittertal | Anterselva di Mezzo

📅 Donnerstag Ruhetag | giovedì giorno di riposo | closed on Thursdays

☎ +39 0474 492 120

RESTAURANT PIZZERIA ANGER



Restaurant, Pizzeria & Bar | Ristorante, pizzeria e bar | Restaurant, pizzeria and bar

📍 Antholz Mittertal | Anterselva di Mezzo

📅 Dienstag Ruhetag | martedì giorno di riposo | closed on Tuesdays

☎ +39 0474 492 333

SANTESHOTEL



Restaurant & Bar | Ristorante e bar | Restaurant and bar

📍 Antholz Mittertal | Anterselva di Mezzo

📅 kein Ruhetag | nessun giorno di riposo | no day of rest

☎ +39 0474 492 130

HOFSCHÄNKE EGGERHÖFE | AGRITURISMO MASI EGGER



Restaurant & Bar | Ristorante e bar | Restaurant and bar

📍 Antholz Mittertal | Anterselva di Mezzo

📅 Montag Ruhetag, abends Reservierung erwünscht | lunedì giorno di riposo, di sera é richiesta la prenotazione | closed on Mondays, for dinner reservation required

☎ +39 0474 493 030

CAMPING ANTHOLZ | CAMPEGGIO ANTERSELVA



Restaurant, Pizzeria & Bar | Ristorante, pizzeria e bar | Restaurant, pizzeria and bar

📍 Antholz Obertal | Anterselva di Sopra

📅 Bar: ore 08.00-10.00 Uhr & ore 16.00-22.30 Uhr

Restaurant | Ristorante: ore 17.30-21.00 Uhr

Pizza: ore 17.00-22.00 Uhr

Donnerstag Ruhetag | giovedì giorno di riposo | closed on Thursdays

☎ +39 0474 492 444

FALKENSTEINER HOTEL ANTHOLZ



Café & Bar | Café e bar | Café and bar

📍 Antholz Obertal | Anterselva di Sopra

📅 kein Ruhetag | nessun giorno di riposo | no day of rest

☎ +39 0474 494 520

SPORTHOTEL WILDGALL



Restaurant | Ristorante | Restaurant

📍 Antholz Obertal | Anterselva di Sopra

📅 kein Ruhetag | nessun giorno di riposo | no day of rest

☎ +39 0474 492 136

HUBERALM | MALGA HUBER



Restaurant & Bar | Ristorante e bar | Restaurant and bar

📍 Antholzer See | Lago di Anterselva | Lake Antholz

📅 abends geschlossen, Mittwoch Ruhetag | chiuso di sera,

mercoledì giorno di riposo | no dinner, closed on Wednesdays

☎ +39 379 273 2356

TIROLER HÜTTE | BAITA TIROLER HÜTTE



Restaurant & Bar | Ristorante e bar | Restaurant and bar

📍 Antholzer See | Lago di Anterselva | Lake Antholz

📅 abends geschlossen, Dienstag Ruhetag | chiuso di sera,

martedì giorno di riposo | no dinner, closed on Tuesdays

☎ +39 348 842 4337

SEEHAUS MOUNTAIN LAKE RESORT



Restaurant & Bar | Ristorante e bar | Restaurant and bar

📍 Antholzer See | Lago di Anterselva | Lake Antholz

📅 kein Ruhetag | nessun giorno di riposo | no day of rest

☎ +39 349 002 7583



PLATZL AM SEE

Restaurant & Bar | Ristorante e bar | Restaurant and bar

📍 Antholzer See | Lago di Anterselva | Lake Antholz

📅 abends geschlossen, kein Ruhetag | chiuso di sera, nessun giorno di riposo | no dinner, no day of rest

☎ +39 349 621 0987



ENZIANHÜTTE | RIFUGIO GENZIANA

Restaurant & Bar | Ristorante e bar | Restaurant and bar

📍 Antholzer See | Lago di Anterselva | Lake Antholz

📅 abends geschlossen, Dienstag Ruhetag | chiuso di sera, martedì giorno di riposo | no dinner, closed on Tuesdays

☎ +39 340 059 6718



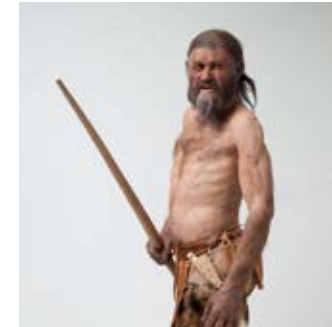
ALPENGASTHAUS OBERSEE | RIFUGIO OBERSEE

Restaurant & Bar | Ristorante e bar | Restaurant and bar

📍 Staller Sattel | Passo Stalle | Staller Saddle

📅 abends geschlossen, Montag Ruhetag | chiuso di sera, lunedì giorno di riposo | no dinner, closed on Mondays

☎ +43 680 118 2971



ARCHÄOLOGIE MUSEUM MUSEO ARCHEOLOGICO ARCHEOLOGICAL MUSEUM

Bozen | Bolzano

T +39 0471 320 100 | www.iceman.it

📅 Di-So von 10-18 Uhr, Mo geschlossen, Feiertage geöffnet
mar-dom ore 10-18, lun chiuso, aperto nei giorni festivi
Tue-Sun from 10 am to 6 pm, Mon closed, open on public holidays

📖 Den zentralen Ausstellungskomplex bilden „Der Mann aus dem Eis“, die Gletschermumie aus der Kupferzeit, auch „Ötzi“ genannt und seine Beifunde.

📖 “L’uomo venuto dal ghiaccio”, la mummia dell’Età del rame denominata anche “Ötzi” e i relativi reperti, costituiscono la sezione principale del museo.

📖 “A Unique Find!” The Iceman on display at the South Tyrol Museum of Archeology in Bolzano/Bozen is one of the world’s best-known and most important mummies.



BERGILA

Latschenölbrennerei – Kräutergarten
Distilleria di olio di pino mugo – Giardino d’erbe
Mountain Pine Oil Distillery – Herb Garden

zwischen Kiens und Issing, direkt neben dem Issinger Weiher
tra Chienes e Issengo, direttamente vicino il laghetto d’Issengo
between Kiens and Issing, nearby the Issinger Weiher pond

T +39 0474 565 373 | www.bergila.it

📅 Führungen | Visite guidate | Guided tours:

Mai - Ende Oktober: Mo-Fr von 9-12 Uhr und 13-18 Uhr, im Juli und August auch Sa und So
maggio - fine ottobre: lun-ven dalle ore 9-12 e ore 13-18, in luglio e agosto anche sab e dom
May - end of October: Mon-Fri from 9 am to noon and 1 to 6 pm, in July and August also on Sat and Sun

📅 Geschäft | Negozio | Shop:

ganzjährig geöffnet, Mo-Fr von 9-12 Uhr und 14-18 Uhr, Sa 9-12 Uhr
aperto tutto l’anno, lun-ven dalle ore 9-12 e ore 14-18, sab ore 9-12
open all year round, Mon-Fri from 9 am to noon and 2 to 6 pm, Sat 9 am to noon

📖 Erleben Sie täglich hautnah die Destillation von ätherischen Ölen, in der seit 100 Jahren bestehenden Latschenölbrennerei. Bei einem Spaziergang durch den Kräutergarten lernen Sie die Düfte und die Farbenpracht der Natur kennen.

📖 Vivete in diretta la produzione quotidiana di olio di pino mugo nell’antica distilleria esistente da ormai 100 anni. Godete i profumi e i colori delle erbe durante un percorso nel giardino e nella distilleria.

📖 Own production of organic essential oils and herbal products. Enjoy the colors and flavours during a tour through the herb garden and distillery. Daily free guided tours through the distillery and the Herbal Garden.



BERGBAUMUSEUM im „Kornkasten“
MUSEO DELLE MINIERE presso il “Kornkasten”
MINING MUSEUM in the “Kornkasten”

Steinhaus, Ahrntal | Cadipietra, Valle Aurina
 T +39 0474 651 043 | www.bergbaumuseum.it

📅 **16.04.–03.11.2024:**
 Di–So 10–18 Uhr, Mo geschlossen
 mar–dom ore 10–18, lun chiuso
 Tue–Sun from 10 am to 6 pm, closed on Mon

📖 Reichhaltige bergbaukundliche Sammlung und Geschichte des Bergbau im Ahrntal.

📖 Ricca collezione sulla storia delle miniere della Valle Aurina.

📖 A comprehensive collection and the history of mining in the Ahrntal/Valle Aurina.



CIASTEL DE TOR
Ladinisches Museum | **Museo Ladin** | **Ladin Museum**

St. Martin in Thurn | S. Martino in Badia
 T +39 0474 524 020 | www.museumladin.it

📅 **02.05.–03.11.2024:**
 Di–So 10–18 Uhr
 mar–dom ore 10–18
 Tue–Sun from 10 am to 6 pm

📖 Schloss Thurn beherbergt das Ladinische Landesmuseum, das die Kultur und Geschichte der Ladinschen Volksgruppe beleuchtet.

📖 Il castello ospita il Museo provinciale ladino che rappresenta la cultura e la storia del popolo ladino e della lingua più antica della regione.

📖 A close-up look at the history and present day of the five Ladin language valleys in the Dolomites.



DOLOMYTHOS

Innichen | San Candido
 T +39 0474 913 462 | www.dolomythos.com

📅 Täglich von 8–19 Uhr
 Aperto tutti i giorni dalle ore 8–19
 Open daily from 8 am to 7 pm

📖 Die Welt der Dinosaurier und Schätze der Dolomiten.

📖 Il mondo dei dinosauri e delle Dolomiti.

📖 The world of dinosaurs and treasures of the Dolomites.



LODEN ERLEBNISWELT
IL FASCINO DEL “LODEN”
THE WONDERFUL WORLD OF WOOL

Vintl | Vandoies
 T +39 0472 868 540

📅 Mo–Sa von 9–17.30 Uhr, So und Feiertage geschlossen
 lun–sab ore 9–17.30, chiuso dom e festivi
 Mon–Sat 9 am to 5.30 pm, closed on Sun and public holidays

📖 Der faszinierende Weg von der weichen Schafwolle zum festen, undurchlässigen Lodenstoff.

📖 L'affascinante trasformazione della morbida lana di pecora in robusto ed impermeabile “Loden”.

📖 The fascinating path taken by soft sheep’s wool as it is made into a rugged, waterproof wool fabric.



LUMEN

Kronplatz | Plan de Corones
 T +39 0474 431 090 | www.lumenmuseum.it

📅 **18.05.–10.11.2024:** täglich von 10–16 Uhr
 aperto tutti i giorni dalle ore 10 alle ore 16
 open daily from 10 am to 4 pm

📖 Am Gipfel des Kronplatzes angesiedelt, sind 1.800 Quadratmeter vollinhaltlich der Fotografie der Berge gewidmet. Auf vier Stockwerken macht LUMEN die Geschichte der Bergfotografie von ihren Anfängen bis hin zur Gegenwart ebenso wie die Kunst von Bergfotografen aus aller Welt erfahrbar.

📖 Sulla cima di Plan de Corones, i 1.800 metri quadrati del museo sono infatti interamente dedicati alla fotografia di montagna. Negli spazi che si snodano per quattro piani, LUMEN rende tangibile la storia della fotografia di montagna dagli esordi a oggi, e l’arte dei fotografi di montagna di tutto il mondo.

📖 Located at the summit of the region Kronplatz, 1,800 square metres are dedicated to mountain photography. Spanning four floors LUMEN offers the possibility to experience the history of mountain photography from its beginnings until the present as well as displaying the art of mountain-photographers from all over the world.



MARANATHA
Krippenmuseum
Museo dei presepi
Nativity Museum

Luttach, Ahrntal | Luttago, Valle Aurina
T +39 0471 671 682 | www.krippenmuseum.com

Mo-Sa von 9-12 Uhr und 14-18 Uhr, So und Feiertage 14-17 Uhr
lun-sab ore 9-12 e 14-18, dom e giorni festivi ore 14-17
Mon-Sat from 9 am to noon and 2 to 6 pm, Sun and holidays 2 to 5 pm

Erleben Sie eine eindrucksvolle Wanderung durch die mystische Welt der Krippen. Der Weg führt von der volkstümlichen Tiroler Krippe durch die antike orientalische Geburtskrippe bis hin zu der neuzeitlichen Darstellung in der modernen Kunst.

Lasciate Vi guidare in un'escursione piena d'impressioni mistiche che i presepi trasmettono! La via passa dal presepio popolare tirolese all'antico gruppo di natività orientale e va avanti fino alla raffigurazione artistica moderna.

Panoramic and year-round nativity scenes plus various other artistic objects are presented in the arresting atmosphere provided by the two floors of exhibition space.



MESSNER MOUNTAIN MUSEUM
„RIPA“

Bruneck | Brunico
T +39 0474 410 220 | www.messner-mountain-museum.it

12.05.-03.11.2024: täglich von 10-18 Uhr, Di Ruhetag
aperto tutti i giorni dalle ore 10-18, mar giorno di riposo
open daily 10 am to 6 pm, closed on Tue

MMM Ripa ist eine von sechs Begegnungstätten zum Thema Berg. Im Schloss Bruneck, einst Sommersitz der Fürstbischöfe, stellt Reinhold Messner Bergvölker aus Asien, Afrika, Südamerika und Europa vor, wobei ihre Kultur, ihre Religion sowie der jeweilige Tourismus beleuchtet werden.

MMM Ripa è una dei sei parti che compongono il Messner Mountain Museum. L'esposizione allestita da Reinhold Messner nel Castello di Brunico, un tempo residenza estiva dei principi vescovi, è dedicata ai popoli di montagna dell'Asia, dell'Africa, dell'America del Sud e dell'Europa, alle loro differenti culture, religioni ed anche al turismo di queste regioni.

MMM Ripa is part of a six-centered encounter with the mountains, to present mountain peoples from Asia, Africa, South America and Europe, and to reflect on their cultures, religions and tourism activities.



MESSNER MOUNTAIN MUSEUM
„CORONES“

Kronplatz | Plan de Corones
T +39 0474 501 350 | www.mmmcorones.com

18.05.-10.11.2024: täglich von 10-16 Uhr
aperto tutti i giorni dalle ore 10 alle ore 16
every day 10 am to 4 pm

Das MMM Corones auf dem Kronplatz - mit seinem einmaligen Blick in die Dolomiten - zwischen Olang, Bruneck und dem Gadertal ist Abschluss des Bergmuseum-Projekts von Reinhold Messner und gleichzeitig Südtirols höchst gelegenes Museum. Im letzten der sechs Museen geht es um die großen Wände, um die Königsdisziplin des Alpinismus.

Con il MMM Corones in vetta al Plan de Corones - con un panorama unico sulle Dolomiti - l'alpinista Reinhold Messner conclude il progetto dei musei dedicati alla montagna. In questo MMM si parlerà delle grandi pareti e della disciplina principe dell'alpinismo.

Located at the top of Mount Kronplatz with its unique views into the Dolomites, the MMM Corones is the final piece in Reinhold Messner series of mountain museums. Dedicated to the great walls of the world, the museum will focus on the most prestigious discipline in mountaineering.



MINERALIENMUSEUM Schätze der Alpen
MUSEO MINERALOGICO Tesori alpine
MINERAL MUSEUM Treasures of the Alps

St. Johann, Ahrntal | S. Giovanni, Valle Aurina
T +39 0474 652 145 | www.mineralienmuseum.com

Juni - Ende September: Mo-Sa von 9.30-12 Uhr, 14-18.30 Uhr
giugno - fine settembre: lun-sab ore 9.30-12, ore 14-18.30
June - end of September: Mon-Sat 9.30 am - noon, 2-6.30 pm

Oktober - Ende Mai: Mo-Sa von 9.30-12 Uhr, 15-18 Uhr
ottobre - fine maggio: lun-sab ore 9.30-12, ore 15-18
October - end of May: Mon-Sat 9.30 am - noon, 3-6 pm

Mineralstufen aus den Hohen Tauern, in jahrzehntelanger Suche von Josef Kirchler gesammelt, zeugen in faszinierender Weise von der Entstehung der Alpen.

Strati minerali degli Alti Tauri, raccolti da Josef Kirchler grazie ad un lavoro decennale, testimoniano in modo affascinante la formazione delle Alpi.

It hosts the findings of the passionate collector Artur Kirchler, who collected more than 950 rocks in the area of the Zillertal Alps and the High Tauern.



NATURPARKHAUS RIESERFERNER-AHRN CENTRO VISITE VEDRETTE DI RIES-AURINA NATURE PARK RIESERFERNER-AHRN

Sand in Taufers | Campo Tures
T +39 0474 677 546 | naturparks.provinz.bz.it

📅 **07.05.–26.10.2024:** Di–Sa von 9.30–12.30 und 14.30–18 Uhr
mar–sab ore 9.30–12.30 e ore 14.30–18
Tue–Sat 9.30 am to 12.30 pm and 2.30 to 6 pm

Das Informationszentrum ist ein Fenster zum Naturpark Rieserferner-Ahrn. Ein Film aus der Adlerperspektive vermittelt ungewohnte Eindrücke. Ein dreidimensionales Relief gibt Auskunft über Berge, Hütten und Wege. Die Höhenstufen entsprechen einer Wanderung von Mitteleuropa in die Arktis. Der Film „Schatzkammer der Vielfalt“ und diverse Tonbildschauen führen in die Welt der Südtiroler Naturparks. Eintritt frei.

Il centro visite è una vetrina sul parco naturale delle Vedrette di Ries-Aurina. Un filmato ci presenta il parco da una prospettiva “a volo d’aquila”. Un plastico tridimensionale da informazioni su cime, rifugi e percorsi. I livelli altitudinali rispecchiano una passeggiata dall’Europa centrale fino all’Artico. Il filmato “lo scrigno della biodiversità” e diverse multivisioni ci portano nel mondo dei parchi naturali dell’Alto Adige. Ingresso libero.

The motto of the nature park Rieserferner-Ahrn is “The boundaries of nature, the limits of human kind.” When you first enter the center, a film shot from the perspective of an eagle affords you an unusual impression of the park. A 3D relief provides visitors with multimedia information concerning the park’s mountains, trails, refuges, lakes and waterfalls. A pendulum gives visitors a look at how the mountains arose, while a kind of stone puzzle provides insight into the geological structure of the mountains. Free entry.



SCHAUBERGWERK PRETTAU MINIERA DA VISITARE PRETTAU VISITOR’S MINE

Prettau | Predoi
T +39 0474 654 298 | www.bergbaumuseum.it

📅 **16.04.–03.11.2024:**
Di–So von 10–17 Uhr, Mo Ruhetag (außer im August)
mar–dom dalle ore 10–17, lun giorno di riposo (tranne agosto)
Tue–Sun from 10 am to 5 pm, Mon closed (except in August)

Im Bergwerk von Prettau wurde über ein halbes Jahrtausend lang nach Kupfer geschürft. Mit einer Grubenbahn fährt man in den St. Ignaz-Stollen ein und kann den Zauber des Unterirdischen erleben. Anmeldung erforderlich!

Nella galleria S. Ignazio a Predoi si può vedere e sentire la magia del sotterraneo. Prenotazione obbligatoria!

Experience the thrill of visiting the subterranean mines of St. Ignatius. Registration necessary!



OWL PARK

St. Vigil | S. Vigilio
T +39 393 875 5424

📅 10–14 Uhr und 16–17.30 Uhr (freier Besuch), 14–15 Uhr (Führung), Montag Ruhetag
ore 10–14 e 16–17.30 (visita libera), ore 14–15 (visita didattica), lunedì giorni di riposo
10 am–2 pm and 4–5.30 pm (visits), 2–3 pm (guided tour), Monday closed

Didaktische Führungen und Begegnung mit Eulen und Greifvögeln, die liebevoll und mit Leidenschaft gezüchtet wurden. Das Hauptziel ist neben der Verbreitung des Wissens über alle ihre Eigenschaften, die Erhaltung des Naturerbes und der unzähligen Rassen. Anmeldung erforderlich!

Visite didattiche per conoscere gufi e rapaci, seguiti amorevolmente e con passione. L’obbiettivo primario, oltre alla diffusione della conoscenza di tutte le loro caratteristiche, la salvaguardia del patrimonio naturale e la conservazione delle innumerevoli razze. Prenotazione obbligatoria!

Educational visits to meet owls and birds of prey, followed lovingly and with passion. The primary objective, in addition to spreading knowledge of all their characteristics, the preservation of the natural heritage and the conservation of countless breeds. Reservation needed!



SCHAUKÄSEREI DREI ZINNEN LATTERIA TRE CIME – MONDOLATTE “THREE PEAKS” CHEESE FACTORY

Toblach | Dobbiaco
T +39 0474 971 300 | www.schaukaesereidreizinnen.com

📅 Di–Sa 8–19 Uhr, So 10–18 Uhr, Mo geschlossen
mar–sab ore 8–19, dom ore 10–18, lun giorno di riposo
Tue–Sat from 8 am to 7 pm, Sun from 10 am to 6 pm, Mon closed

Hergestellt werden zahlreiche typische Käsesorten, sowie Frischmilch, Butter, Sahne und Joghurt. In der angeschlossenen Schaukäseerei besteht die Möglichkeit einen Einblick in die Welt der Milchverarbeitung zu erhalten.

La Latteria Tre Cime offre la possibilità di visitare il museo allestito al suo interno “Mondolatte” e di osservare dal vivo i vari passaggi di lavorazione dalla materia prima al prodotto finito. Viene inoltre fornito una interessante e divertente panoramica sull’economia del latte in Alta Pusteria attraverso la sua storie e le tradizioni.

When did people begin using milk as a basis for dairy products? Why do the various different types of cheese taste so different? How was butter made in earlier times? How does a modern cheese factory operate ... and where do the holes in cheese come from? You learn all of the answers to these questions and a lot more during the tour through this factory.





SCHLOSS TAUFERS CASTELLO DI TURES TAUFERS CASTLE

Sand in Taufers | Campo Tures
T +39 0474 678 053 | www.burgeninstitut.com

📅 Führungen in Deutsch:

Bis 06.07.2024 + 01.09.-03.11.2024: täglich um 10, 11, 14 und 15 Uhr
07.07.-31.08.2024: täglich um 10, 11.10, 12.20, 13.55, 15.55, 16.15 Uhr
Di, Do zusätzlich um 21 Uhr (Nachführung)

📅 Visite guidate in lingua italiana:

Fino 06.07. + 01.09.-03.11.2024: ogni giorno alle ore 10, 12, 14 e 16
07.07.-31.08.2024: ogni giorno alle ore 10, 10.30, 11.10, 11.40, 12.20,
13.15, 13.55, 14.25, 15.05, 15.35, 16.15, 16.45
mar e gio guide noturne alle ore 21

📅 Guided tours:

Until 06.07. + 01.09.-03.11.2024: daily at 10 and 11 am and 2 and 3 pm
07.07.-31.08.2024: daily at 10 am, 11.10 am, 12.20 pm, 13.55 pm, 15.55 pm, 16.15 pm
Tue and Thu at 9 pm guided night tour

📌 Mächtige, mittelalterliche Burganlage von historischer Bedeutung, enthält sehenswerte Sammlung von Einrichtungs- und Kunstgegenständen verschiedener Epochen vom 12. bis zum frühen 17. Jahrhundert. Besichtigung nur mit Führung.

📌 Il fascino di un Castello Dinastico. Imponente castello medievale di importanza storica. Contiene pregevoli raccolte di arredamento e oggetti d'arte di varie epoche dal XII al primo XVII secolo. Visite solo con guida.

📌 Taufers castle is a special witness of the history of the country. The powerful Taufers Castle is a dynastic seat of the Barons of Taufers with impressive and interesting fortified grounds.



MUSEUM MANSIO SEBATUM

St. Lorenzen | S. Lorenzo
T +39 0474 538 196 | www.mansio-sebatum.it

📅 Mo-Fr von 9-12 und 15-18 Uhr, Sa 9-12 Uhr
lun-ven ore 9-12 e 15-18, sab ore 9-12
Mon-Fri from 9 am to noon and 3 to 6 pm, Sat 9 am to noon

📌 Das Archäologiemuseum Mansio Sebatum ist das einzige Museum in Südtirol, das sich ganz der Eisenzeit und vor allem der Römerzeit in der Region widmet.

📌 Il museo archeologico Mansio Sebatum é l'unico museo in Alto Adige dedicato esclusivamente all'età del ferro e all'epoca romana nella regione.

📌 The Mansio Sebatum archaeological museum is the only museum in South Tyrol that is entirely dedicated to the Iron Age and, in particular, the Roman period in the region.



SCHLOSS WELSPERG CASTELLO DI MONGUELFO WELSPERG CASTLE

Welsberg | Monguelfo
T +39 0474 944 118 | www.schlosswelsperg.com

📅 01.06.-30.06.2024: Do & Fr von 10-14 Uhr | gio & ven dalle ore 10-14 | Thu & Fri from 10 am to 2 pm
01.07.-01.09.2024: Mo-Fr von 10-16 Uhr, So 14-18 Uhr | lun-ven dalle ore 10-16, dom ore 14-18 |
Mon-Fri from 10 am to 4 pm, Sun 2 to 6 pm 02.09.-13.09.2024: Mo bis Fr von 13.30-16.00 Uhr | lun-ven dalle
ore 13.30-16.00 | from Mon-Fri 1.30 to 4.00 pm 19.09.-31.10.2024: jeden Do von 13.30-16.00 Uhr | gio
dalle ore 13.30-16.00 | Thu 1.30 to 4.00 pm

📌 Schloss Welsperg – das älteste Schloss im Pustertal.

📌 Castello di Monguelfo – il castello più antico dell'Alta Pusteria.

📌 Welsperg Castle – the oldest fortified in the Upper Puster Valley.



VOLKSKUNDEMUSEUM MUSEO ETNOGRAFICO FOLKLORE MUSEUM

Dietenheim, Bruneck | Teodone, Brunico
T +39 0474 552 087 | www.volkskundemuseum.it

📅 16.04.-31.10.2024: Di-Sa von 10-17 Uhr, Sonn- und Feiertage von 14-18 Uhr, im Juli und August: Di-Sa von 10-18 Uhr, Mo Ruhetag (außer im August) | mar-sab dalle ore 10-17, dom e festivi dalle ore 14-18, luglio e agosto: mar-sab dalle ore 10-18, lun giorno di riposo (tranne agosto) | Tue-Sat from 10 am to 5 pm, Sun and holidays from 2 to 6 pm, July and August: Tue-Sat from 10 am to 6 pm, closed Mon (except in August)

📌 Historische Bauernhöfe, liebeliche Bächlein, klappernde Mühlen, duftende Bauergärten und windschiefe Zäune – kulturelle Einzigartigkeiten an allen Ecken und Enden. Augen auf, Ohren auf, in einem der schönsten Freilichtmuseen Europas.

📌 Su un'area di 3 ettari all'aperto il museo offre la possibilità di girare tra case e masi, dove la voglia di scoprire del visitatore può sbizzarrirsi. Cucine, stube, camere da letto, stalle, mulini; non solo la vista viene coinvolta: si sente il rumore del mulino in movimento e i giardini rustici emanano un profumo di fiori.

📌 The open-air museum has an area of 3 hectares (7 acres). You can take a tour of the houses and country estates and discover all sorts of interesting things. You are invited to view the kitchens, living rooms, bedrooms, stalls and mills. This is more than just a visual experience: there are all kinds of sounds (the squeaking of the mill wheel) and scents (from the fenced – in herbal gardens) to enjoy.

🕒 Gehzeit, hin und zurück | tempo di percorrenza, andata e ritorno | time required, there and back

📍 Ausgangspunkt | punto di partenza | starting point

🏠 Einkehrmöglichkeit | possibilità di ristoro | rest & snack stations

🚌 Ausstieg Bus | uscita autobus | exit bus

📅 Öffnungszeiten | orari d'apertura | opening times

🚩 Markierung | segnavia | mark

⬆️ Höhenunterschied | dislivello | difference in altitude

↔️ Streckenlänge | lunghezza del percorso | tour length

🛤️ Straßenverhältnisse | tipologia percorso | type of surface

🚗 mit dem Auto erreichbar | accessibile con la macchina | reachable by car

🚲 mit dem Mountainbike befahrbar | percorribile in bicicletta | passable by bike

🔌 E-Bike Ladestation | stazione di ricarica per e-bike | e-bike charging station

👶 kinderwagenfreundlich | percorribile con passeggino | suitable for pushchairs

👨‍👩‍👧‍👦 Familientipp | suggerimento per famiglie | proposal for families

🍷 Drinks

🍴 Food

🍕 Pizza

🍌 Snacks

Schwierigkeitsgrade | gradi di difficoltà | difficulty levels

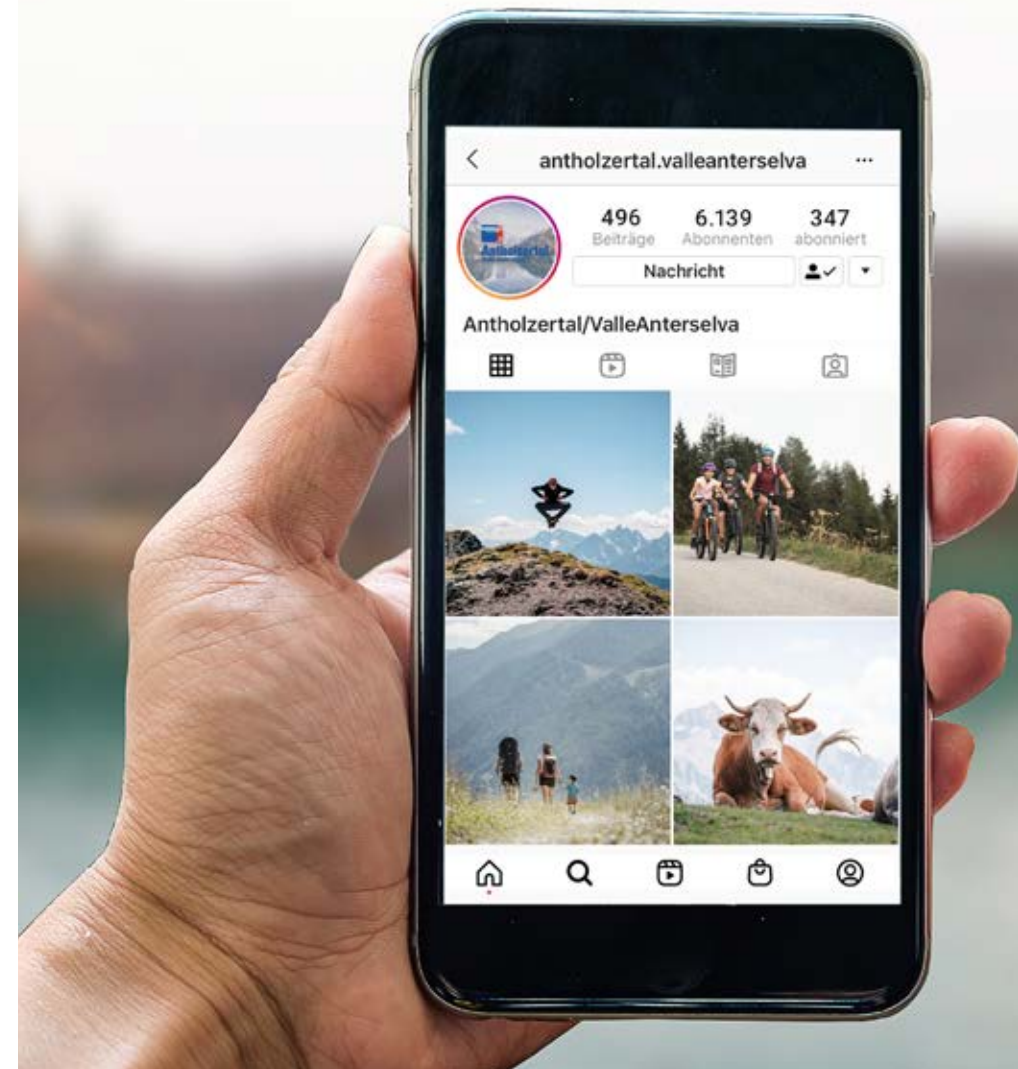
🟢🚲 leicht | facile | easy

🟡🚲 mittel | medio | medium

🔴🚲 anspruchsvoll | difficile | difficult

share your
favourite pics

#ANTHOLZERTAL #VALLEANTERSELVA



DOLOMITES
UNESCO WORLD
HERITAGE



Raiffeisen



Raiffeisenkasse Bruneck

WWW.ANTHOLZERTAL.COM
WWW.ANTHOLZERTAL.GUEST.NET