

7 Wanderwege in Gais, Uttenheim und Umgebung
sentieri in Gais, Villa Ottone e dintorni
 paths in Gais, Uttenheim and surroundings

Elemente-Wege

Sentieri degli elementi - Element paths



Gais - Uttenheim / Villa Ottone

1 Erholungsweg Lahne
Sentiero ricreativo "Lahne"
 The "Lahne" Recreational Trail

2 Waalweg
Sentiero della roggia
 The "Waal" Trail

3 Über Mitterberg nach Einsberg
Verso "Einsberg" passando per "Mitterberg"
 Via "Mitterberg" to "Einsberg"

4 Maurachweg
Sentiero "Maurach"
 The „Maurach“ Trail

5 Talbodenweg von Gais über Uttenheim nach Mühlen
Sentiero di fondovalle da Gais a Molini
 The Valley Floor Trail from Gais via Uttenheim to Mühlen

6 Rundweg Lanebach
Circuito "Lanebach"
 The "Lanebach" Circuit

7 Kulturweg
Percorso culturale
 The Culture Trail

Schwierigkeitsgrad: leicht
 Grado di difficoltà: facile
 Degree of difficulty: easy

Schwierigkeitsgrad: mittel
 Grado di difficoltà: intermedio
 Degree of difficulty: medium

Schwierigkeitsgrad: schwierig
 Grado di difficoltà: elevato
 Degree of difficulty: difficult



Bruneck Kronplatz Tourismus
 info@bruneck.com
 www.bruneck.com
 Tel. Info Gais: +39 0474 539420

Forstinspektorat Bruneck / Ispettorato forestale Brunico
 Fraktionsverwaltung Gais und Uttenheim / Amministrazione frazionale Gais e Villa Ottone
 Gemeinde Gais / Comune di Gais
 Jugendverein Slash / Associazione giovanile Slash

Ein herzliches Dankeschön allen Grundeigentümern
 Un sentito ringraziamento a tutti i proprietari terrieri

Europäischer Landwirtschaftsfonds für die Entwicklung des ländlichen Raums Fondo Europeo Agricolo per lo Sviluppo Rurale	Autonome Provinz Bozen - Südtirol Provincia Autonoma di Bolzano - Alto Adige	Republik Italien Repubblica Italiana
EU - Verordnung Nr. 1305/2013		Regolamento (UE) n. 1305/2013
Hier investiert Europa in die ländlichen Gebiete L'Europa investe nelle zone rurali		



DIE KRAFT AUS DER NATUR ... Auf den Spuren der vier Elemente


Erde, Wasser, Luft und Feuer – die vier Elemente begleiten Natur- und Wanderfreunde auf den sieben Themenwegen in Gais, die im Rahmen des Leader-Projekts „Erlebnisgemeinde Gais: Die Kraft aus der Natur. Naturgewalten erleben“ erneuert, ausgebaut und zusammengeführt wurden. Von der leichten Talwanderung über den familienfreundlichen Rundweg mit Spielstationen bis hin zum anspruchsvolleren Parcours über den Dächern der Dörfer, ist für jede Vorliebe der passende Weg dabei. Unterwegs erzählen Infotafeln vom Einfluss der vier Elemente auf Mensch, Natur und Kulturlandschaft und veranschaulichen ihre Bedeutung von der Geschichte bis in die Gegenwart.

THE POWER OF NATURE ... On the trail of the four elements

Earth, water, air and fire – the four elements accompany nature lovers and hikers on the seven themed trails in Gais, which have been renovated, extended and brought together as part of the leader project “Gais Adventure Community: the power of nature. Experience the forces of nature.” From the easy valley hike and family-friendly circular trail with places to play through to the challenging course high above the villages, there is something to suit every preference. Whilst out and about there are information panels telling of the influence of the four elements on the local people, nature and cultural landscape, highlighting their importance throughout history to the present day.

IL POTERE DELLA NATURA ... Sulle tracce dei quattro elementi

Terra, acqua, aria e fuoco: i quattro elementi accompagnano gli amanti della natura e gli appassionati di escursionismo lungo i sette sentieri tematici di Gais che, nell'ambito del progetto LEADER “Comunità d'avventura Gais: il potere della natura. Sperimentare le forze della natura”, sono stati rinnovati, ampliati e ricongiunti. Dall'agevole escursione valliva lungo il sentiero circolare per famiglie con stazioni ludiche sino ai percorsi più impegnativi sopra i tetti dei borghi, ce n'è per tutti i gusti. Le tavole informative lungo le vie spiegano l'influsso dei quattro elementi sull'uomo, sulla natura e sul paesaggio culturale, approfondendo il loro significato nella storia e nel presente.



1	
Länge Lunghezza Length	2,67 km
Höhenmeter Dislivello Altitude differential	95 m
Schwierigkeitsgrad Grado di difficoltà Degree of difficulty	leicht facile easy

Erholungsweg Lahne

Eine leichte, kinderwagentaugliche Wanderung im Erholungsgebiet Lahne, die kaum Steigungen aufweist und im Wald beziehungsweise am Waldrand entlang verläuft. Idyllische Plätzchen laden zum Entspannen ein. Wer es aktiver angehen möchte, kann sich auf Fitnessstationen für Groß und Klein austoben und sich anschließend beim „Wassertreten“ in der Kneipp-Anlage erfrischen.

Sentiero ricreativo “Lahne”

Un'escursione facile, nella zona ricreativa di “Lahne”, adatta anche alle carrozzine, si sviluppa quasi completamente in piano, passando attraverso il bosco o costeggiandolo. Luoghi idilliaci che invitano a rilassarsi. I grandi e piccini che desiderano praticare un pò di attività fisica, possono sfogarsi nelle stazioni di fitness e poi rinfrescarsi immergendo i piedi nel percorso Kneipp.

The “Lahne” Recreational Trail

This is an easy hike in the “Lahne” Recreational Area and is perfectly suited to baby carriages. There are hardly any steep sections, and it runs through the forest and along the forest edge. There are a lot of idyllic places where you can stop for a rest. If you'd like more of a work-out, young and old alike can try the fitness stations you'll find along the way. At the end, you can refresh yourself by treading water in the Kneipp foot bath.



2	
Länge Lunghezza Length	1,62 km
Höhenmeter Dislivello Altitude differential	22 m
Schwierigkeitsgrad Grado di difficoltà Degree of difficulty	leicht facile easy

Waalweg

Der Waalweg widmet sich inhaltlich unter Anderem einer traditionellen Kulturtechnik, die in Gais bis zum Zweiten Weltkrieg angewandt wurde, um die fruchtbaren Ackerflächen auf dem großen Gaisinger Schwemmkegel zu bewässern. Der Waalweg verläuft vom Dorf über einen schönen Feldweg an den Ausläufern des Schwemmkegels entlang. Von Wipfeln und Baumkronen überdacht, wandert man dann in leichtem Gelände Richtung Norden. Der Waal ist an manchen Stellen deutlich sichtbar, und man kann sich das historische Bewässerungssystem gut vorstellen. Über die Mitterberger Straße oder den Erholungsweg Lahne gelangt man zurück ins Dorf.

Sentiero della roggia

Il sentiero della roggia di Gais, il “Waalweg”, è dedicato a una tecnica di coltivazione tradizionale che è stata utilizzata a Gais fino alla Seconda Guerra Mondiale per irrigare i fertili terreni agricoli sul grande conoide alluvionale di Gais. Il sentiero della roggia parte dal paese e si snoda su di un bel sentiero campestre lungo le pendici del conoide alluvionale. Sormontati dalle fronde degli alberi, si procede poi agevolmente verso nord. La roggia è chiaramente visibile in alcuni punti, e si può facilmente immaginare lo storico sistema di irrigazione. Per fare ritorno in paese, si prende la via “Mitterberg” o il sentiero ricreativo “Lahne”.

The “Waal” Trail

The “Waal” Trail is devoted, among other things, to a traditional cultural technique employed in Gais up to World War II to irrigate the fertile land on the great Gais alluvial fan. The “Waal” Trail extends from the village via a beautiful field path along the branches of the alluvial fan. You wander under a canopy of tree branches and then proceed along easy terrain to the north. The “Waal” frequently comes into view, and you can easily imagine what the historic irrigation system once looked like. You can return to the village via the “Mitterberg” Road or the “Lahne” Recreational Trail.



5	
Länge Lunghezza Length	3,35 km
Höhenmeter Dislivello Altitude differential	110 m
Schwierigkeitsgrad Grado di difficoltà Degree of difficulty	mittel intermedio medium

Talbodenweg von Gais über Uttenheim nach Mühlen

Der Talbodenweg kann vom Standort Uttenheim in zwei Richtungen begangen werden. Wer das Tauferer Tal erkunden möchte, folgt dem Pfad nach Norden, zunächst entlang eines Schwemmkegels und dann durch den schattenspendenden Wald bis nach Mühlen in Taufers. Nach Süden führt die Wanderung durch leicht ansteigendes Gelände bis zum Schloss Neuhaus. Vorbei an einem schönen Aussichtspunkt mit Bücherbox und umgeben von mystisch wirkenden Bäumen, gelangt man schließlich nach Gais und über den Maurauchweg weiter nach St. Georgen.

Sentiero di fondovalle da Gais a Molini passando per Villa Ottone

Questo sentiero può essere percorso in due direzioni dalla località di Villa Ottone. Chi desidera esplorare la Valle di Tures, deve seguire il sentiero verso nord, che si snoda inizialmente lungo un conoide alluvionale e poi attraversa un bosco ombreggiato fino a Molini di Tures. A sud l'escursione conduce attraverso un terreno leggermente in salita fino al Castello “Neuhaus”. Dopo aver superato un bel punto panoramico, in cui è installato un espositore di libri, si giunge, circondati dall'energia positiva degli alberi, finalmente a Gais per poi tornare a San Giorgio attraverso il sentiero “Maurach”.

The Valley Floor Trail from Gais via Uttenheim to Mühlen

The Valley Floor Trail can be taken from Uttenheim in two directions. If you'd like to explore the Tauferer Tal Valley, you should follow the trail to the north, first proceeding along an alluvial fan and then through the shadowy forest until you come to Mühlen in Taufers. When proceeding to the south, the trail rises slightly until you reach the “Neuhaus” Castle. You'll pass by a beautiful outlook point and are surrounded by seemingly mystical trees. Finally, you'll reach Gais and, via the “Maurach” Trail, come to St. Georgen.



6	
Länge Lunghezza Length	6 km
Höhenmeter Dislivello Altitude differential	600 m
Schwierigkeitsgrad Grado di difficoltà Degree of difficulty	schwierig elevato difficult

Rundweg Lanebach

Der Rundweg Lanebach erfordert durch seine Länge sowie Anstiege durch steiles Gelände Kondition, Ausdauer und Trittsicherheit. Vom Startpunkt beim Gasthof Bauhof in Uttenheim steigt der Pfad in Richtung Nordwesten sofort steil an. In kleineren und größeren Serpentinien legt man rund 600 Höhenmeter zurück bis man zum Plankstoan-Hof (1.484 m) gelangt. Dann quert man den Schliösbach und wandert Richtung Süden und Südosten. Diesen Pfad haben die Lanebacher Kinder bis Mitte der 1980er Jahre zurückgelegt, um in der Bergschule von Lanebach die Schulbank zu drücken. Von den Egger-Höfen steigt man – wiederum in Serpentinien und teilweise über steiles Gelände – zum Ausgangspunkt ab.

Circuito “Lanebach”

Considerata la sua lunghezza e le frequenti, ripide salite, l'escursione attorno a “Lanebach” richiede una buona forma fisica, resistenza e passo sicuro. Dal punto di partenza nei pressi dell'albergo “Bauhof” a Villa Ottone, il sentiero sale subito in modo ripido in direzione nord-ovest. Compiendo delle serpentine a tratti ampie, a tratti più strette, si percorrono circa 600 metri di dislivello fino al maso “Plankstoan-Hof” (1.484 m). Successivamente si attraversa il torrente “Schliösbach” e si procede verso sud e sud-est. Questo era il sentiero che fino a metà degli anni '80 percorrevano i bambini di “Lanebach” per andare a scuola. Dai masi Egger si scende, compiendo nuovamente delle serpentine e in parte su terreni ripidi, fino a raggiungere il punto di partenza.

The “Lanebach” Circuit

The “Lanebach” Circuit is long, with several steep segments, and thus requires a high degree of fitness, stamina, and sure-footedness. The hike begins at the “Gasthof Bauhof” Inn in Uttenheim and immediately rises as you proceed to the northwest. You will continue along several smaller and larger serpentinies and thus ascend about 600 meters to arrive at the farm “Plankstoan-Hof” (1,484 meters above sea-level). You then cross the brook “Schliösbach” and hike to the south and southeast. Up until the mid-1980s, the children of “Lanebach” would take this trail in order to get to the “Lanebach” Mountain School. From the Egger farmsteads, you ascend (again via serpentinies and in part steep terrain) and return to your starting-point.



3	
Länge Lunghezza Length	10,7 km
Höhenmeter Dislivello Altitude differential	535 m
Schwierigkeitsgrad Grado di difficoltà Degree of difficulty	mittel intermedio medium

Über Mitterberg nach Einsberg

Die Wanderung von Gais zur Kehlburg und über die Fuchslahne nach Uttenheim erfordert ein gewisses Maß an Kondition und Ausdauer. Vom Gemeindeplatz wandert man in mäßiger Steigung über den Pitzinger Weg nach Südosten und durchquert dabei den großen Gaisinger Schwemmkegel. Durch den Wald steigt der Pfad weiterhin gleichmäßig an, linkerhand thront auf dem Burghügel die Kehlburg. Nachdem der Burghügel umrundet ist, gelangt man entlang der Höhenlinie, also auf etwa gleichem Höhenniveau, zu den Höfen Stocker und Lanzen im Fiecht. Wald und gepflegte Wiesen, Licht und Schatten wechseln einander ab, gleich wie leichte An- und Abstiege, bis man endgültig nach Uttenheim absteigt.

Verso “Einsberg” passando per “Mitterberg”

L'escursione da Gais al Castello “Kehlburg”, passando per “Fuchslahne” fino a Villa Ottone, richiede una buona forma fisica e una certa dose di resistenza. Dalla piazza del paese si procede salendo leggermente lungo via “Pitzinger Weg” verso sud-est, attraversando l'ampio conoide alluvionale di Gais. Il sentiero continua a salire costantemente attraverso la foresta, con il Castello “Kehlburg” che troneggia sul lato sinistro della collina. Dopo aver aggirato la collina del castello, si raggiungono i masi “Stocker e Lanzen im Fiecht” lungo la linea di contorno, cioè più o meno allo stesso livello di altitudine. Foreste e prati ben curati, luci e ombre si alternano, così come dolci salite e discese, fino a scendere a Villa Ottone.

Via “Mitterberg” to “Einsberg”

The hike from Gais to the “Kehlburg” Castle and via the “Fuchslahne” to Uttenheim requires a certain degree of fitness and stamina. From the town square, you proceed along the moderate incline of the “Pitzinger Weg” Trail to the southeast, crossing the great Gais alluvial fan. The trail continues steadily upwards through the forest. On the left, the “Kehlburg” looms majestically on the castle hill. After completing a circuit around the castle hill, you can continue at the same elevation to the “Stocker and Lanzen im Fiecht” farmsteads. You wander through forest and charming meadows, along a trail mottled with patches of sunlight and shadow. The trail rises and falls slightly until you finally descend to Uttenheim.



7	
Länge Lunghezza Length	2,1 km
Höhenmeter Dislivello Altitude differential	110 m
Schwierigkeitsgrad Grado di difficoltà Degree of difficulty	leicht facile easy

Kulturweg

Vom Hotel Sonne wandert man kurz aufwärts und folgt dem Wegweiser Schloss Neuhaus. Zunächst steigt der Pfad etwas an, dann gelangt man bequem durch den mystisch wirkenden Wald zum Schloss. Von dort folgt man dem in Richtung Tal führenden Zufahrtsweg zum ehemaligen Pflegerhaus neben dem Gasthof Zoller. Ein kurzes Stück auf einem schmalen Weg entlang der Hauptstraße bringt den Wanderer zum Ausgangspunkt zurück.

Entlang des Weges gibt es zahlreiche Kunstinstallationen. Sie sind großen Persönlichkeiten gewidmet, die zeitweise in Gais gelebt haben. Dazu gehören der Minnesänger Oswald von Wolkenstein, der amerikanische Dichter Ezra Pound und seine Tochter Mary de Rachewiltz und die Künstlerfamilie Bacher. Wer die Bereitschaft zur Kontemplation sowie ein Gespür für die gegenseitige Annäherung und Durchdringung von Natur und Kunst mitbringt, wird diese Wanderung besonders genießen.

Percorso culturale

Dall'Hotel Sonne si procede brevemente in salita seguendo le indicazioni per Castello “Neuhaus”. All'inizio il sentiero sale un po', poi si giunge comodamente al castello attraversando il bosco dall'aspetto mistico. Da lì, si segue il sentiero che porta a valle fino alla ex casa del curatore “Pflegerhaus”, accanto alla locanda “Gasthof Zoller”. Un breve tratto su di uno stretto sentiero che costeggia la strada principale riporta l'escursionista al punto di partenza.

Lungo il percorso si susseguono numerose installazioni artistiche dedicate a grandi personalità che hanno vissuto, almeno in parte, a Gais. Tra di esse, il poeta menestrello Oswald von Wolkenstein, il poeta americano Ezra Pound con la figlia Mary de Rachewiltz e la famiglia di artisti Bacher. Chi è pronto a mettersi in contemplazione, a meditare e a confrontarsi con la fusione tra arte e natura, apprezzerà particolarmente questa escursione.



4	
Länge Lunghezza Length	2,7 km
Höhenmeter Dislivello Altitude differential	40 m
Schwierigkeitsgrad Grado di difficoltà Degree of difficulty	leicht facile easy

Maurachweg

Diese leichte Wanderung von Gais nach St. Georgen folgt einem Pfad teilweise parallel zur Landesstraße. Der herrliche Blick auf den großen Gaisinger Schwemmkegel und die Umgebung lässt die geologische Entstehungsgeschichte dieser Region wie an kaum einem anderen Ort lebendig werden. Unterwegs kommt man am sogenannten „Ölberg“ vorbei, der von einem Bild von Hartmann Polt beherrscht wird. Dabei handelt es sich um eine Kopie – das Originalbild des Gaisinger Künstlers Adam Bacher ist in der Burgkapelle von Neuhaus verwahrt. Ein schöner Platz zum Innehalten, bevor man weiter durch Wald und Feld nach St. Georgen wandert.

Sentiero “Maurach”

Questa facile escursione da Gais a San Giorgio segue un sentiero in parte parallelo alla strada provinciale. La splendida vista sull'ampio conoide alluvionale di Gais e sui dintorni fa rivivere la storia dell'origine geologica di questa regione come in nessun altro luogo. Camminando si passa davanti al cosiddetto “Ölberg”, dominato da un dipinto di Hartmann Polt. Si tratta di una copia, perché l'originale dell'artista di Gais Adam Bacher è conservato nella cappella del Castello “Neuhaus”. Un bel luogo dove riposarsi, prima di riprendere il cammino per raggiungere San Giorgio passando attraverso campi e boschi.

The „Maurach“ Trail

This easy hike from Gais to St. Georgen follows a path running in part parallel to the highway. The magnificent view of the great Gais alluvial fan and the vicinity will bring the geological history of this region to life for you like no other. You will pass by the so-called “Oil Mountain” (“Ölberg”) dominated by a portrait of Hartmann Polt. This portrait is a copy – the original (by the Gais artist Adam Bacher) is kept safely in the castle chapel of “Neuhaus”. A splendid place to pause and reflect before continuing through the forest and fields to St. Georgen.



8	
Länge Lunghezza Length	2,1 km
Höhenmeter Dislivello Altitude differential	110 m
Schwierigkeitsgrad Grado di difficoltà Degree of difficulty	leicht facile easy

The Culture Trail

Beginning from the Hotel Sonne, you will ascend for a short while and follow the signpost to “Neuhaus” Castle. At first, the trail rises a bit steeply, then you walk through the seemingly mystical forest to the castle. From there, you will proceed the access road leading into the valley and taking you to the former “Pflegerhaus” next to the “Gasthof Zoller” Inn. After a short trek along a narrow path along the main road, you will return to your starting-point.

There are numerous art installations along the trail. They are dedicated to great personalities who have lived in Gais – at least for a time. This includes the famous troubadour Oswald von Wolkenstein, the American poet Ezra Pound and his daughter, Mary de Rachewiltz, and the Bacher family of artists. If you have a contemplative attitude, want to clear your head, and appreciate the combination of art and nature, you are sure to enjoy this hike.

