



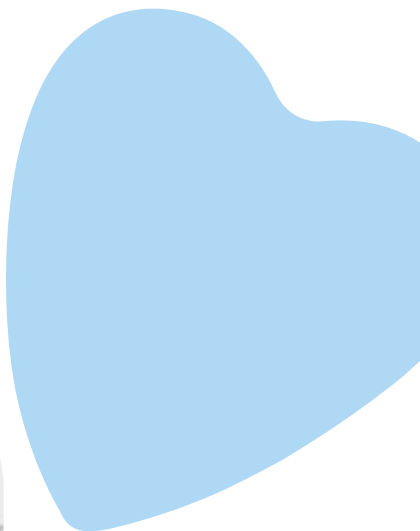
Gsieser Tal Val Casies
Welsberg Monguelfo
Taisten Tesido



INFO INVERNO

Consigli per le Vostre vacanze da sogno!

2022 – 23



Per maggior letizie:
www.gsieser-tal.com





COLOPHON

© **Società Cooperativa Turistica
Val Casies – Monguelfo – Tesido**

Grafica: Lucia Nania


Foto:


TV Gsieser Tal-Welsberg-Taisten:
Georg Hofer, Harald Wisthaler,
Kamilla Photography, Manuel Kottersteger,
Doris Oberparleiter, Stefan Haspinger,
Miryam Cierzo, Zoomottica, Mathilde Mair
IDM Südtirol: Manuel Kottersteger
Harald Wisthaler
Drei Zinnen Marketing:
Manuel Kottersteger, K. Peterlin,
Christian Tschurtschenthaler
TV Sand in Taufers
Alpenschule Pustertal
Gsieser Tal Lauf: Newspaper.it

Stampa: Kraler Druck GmbH

Tutti i diritti riservati.


 [visit.gsiesertal](https://www.instagram.com/visit.gsiesertal)

 [gsiesertal.valcasies](https://www.facebook.com/gsiesertal.valcasies)

 [gsieser-tal.guestnet.info](https://www.gsieser-tal.guestnet.info)

 **Raiffeisen**
Raiffeisenkasse
Welsberg-Gsies-Taisten

TOURIST INFO

 +39 0474 978 436


 info@gsieser-tal.com

 www.gsieser-tal.com

Monguelfo

 LU-SA ore 8.00–12.00 & 15.00–18.00


Val Casies/S. Martino

 dicembre–aprile: LU-VE 8.00–12.00

Tesido

 23.12.22–05.01.23 e 10.02.–24.02.23:
LU-VE 8.00–12.00

Infopoint Val Casies/S. Martino

 ogni giorno ore 8.00–22.00

SALUTO

Un cordiale benvenuto nella Regione Turistica Val Casies-Monguelfo-Tesido! Dal centro culturale Monguelfo con il terrazzo soleggiato Tesido si dirama a nord la lunga Val Casies – la valle delle malghe, esattamente in mezzo al Gruppo delle Vedrette di Ries e le Alpi Defregger. I nostri tre luoghi unici, situati nel paradiso delle attività ricreative Vi aspettano – è proprio così che si passano le meritate vacanze!



INDICE

Saluto	1
Sci di fondo	3
Dolomiti Nordic Ski	4
Pedaggio punti vendita	4
Scuole sci di fondo noleggi	5
Ciaspolate ed escursioni invernali	6
Malghe gestite	8
Sciare	12
Impianti di sci	13
Sci – impianti di risalita dei paesi	14
Scuole di sci e di sci di fondo & prezzi	16
Gran Fondo Val Casies	18
Pogramma delle attività guidate	20
Pogramma delle attività guidate inverno	22
Pogramma delle attività guidate primavera	24
Programma sci d'alpinismo	26
Tempo libero & famiglia	30
Entro la regione di Val Casies-Monguelfo-Tesido	32
Al di fuori della regione di Val Casies-Monguelfo-Tesido	33
Cultura	34
Possibilità di ristoro	36
Prodotti da monte e valle	38
Informazioni dall' A alla Z	41
Mobilità	46

LIVELLO DI DIFFICOLTÀ

escursione facile	
escursione media	
escursione impegnativa	
escursione molto impegnativa	

LEGENDA

- ulteriori informazioni
- indirizzo E-mail
- link utili
- luogo / punto di partenza / parcheggio
- punto di partenza raggiungibile con i mezzi pubblici
- percorrenza
- ciclabile
- orari d'apertura / durata
- giorno di riposo
- highlight
- contributo
- GP** Guest Pass Val Casies-Monguelfo-Tesido

SCI DI FONDO

Un paradiso di sci di fondo incomparabile!

42 km di pista da fondo soleggiata per ogni esigenza lungo la Val Casies. Ovviamente l'idea di fermarsi a mangiare in una delle accoglienti trattorie che si trovano proprio vicino alla pista è molto allettante. Oltre alle specialità pusteresi vengono offerte anche terrazze soleggiate dove si può riposare e godere ampie viste panoramiche.





DOLOMITI NORDICSKI – SCI DI FONDO SULLE DOLOMITI

Le piste da fondo nella Regione Turistica Val Casies-Monguelfo-Tesido fanno parte del carosello di sci di fondo più grande d'Europa con più di 1.300 km di piste in nove aree (Alta Badia, Valle Anerselva, Val Casies-Monguelfo-Tesido, 3 Zinnen Dolomites, Osttirol, Comelico, Cortina d'Ampezzo, Valle Aurina, Alpe di Siusi DOLOMITES Val Gardena).

www.dolomitinordicski.com

PISTE SEMPRE INNEVATE E OTTIMAMENTE PREPARATE

- 📍 pista omologata FIS a S. Maddalena
- 📍 collegamento delle piste Val Casies-Monguelfo
- 📍 raccordo Monguelfo "Pustertaler Skimarathon" in direzione 3 Zinnen Dolomites
- 📍 apertura delle piste dall'8 Dicembre
- 📍 Bambini fino a 13,9 anni GRATIS

PEDAGGIO

ZONALE: VAL CASIES – MONGUELFO – TESIDO

(Valido in tutta la Val Casies, Monguelfo e Tesido e fino al confine per la regione 3 Zinnen Dolomites nella Valle di Braies)

Punti vendita ufficiali

(uffici, punti vendita ticket/Hotel, online)

- € Giornaliero 12 €
- € Settimanale 50 €
- € Stagionale 120 €

Tickets direttamente sulla pista

(controllore)

- € Giornaliero 15 €
- € Settimanale 60 €

DOLOMITI NORDIC SKI (Valido nei 10 comprensori di Dolomiti NordicSki)

Punti vendita ufficiali

(uffici, punti vendita ticket/Hotel, online)

- € Settimanale 60 €
- € Stagionale 140 €

Tickets direttamente sulla pista

(controllore)

- € Settimanale 70 €

PUNTI VENDITA

Giornalieri, settimanali e stagionali

- 📍 Uffici turistici a S. Martino/Val Casies, Monguelfo e Tesido

Giornalieri e settimanali

- 📍 HUSKI Sports Rental Val Casies/S. Maddalena – impianto di risalita
- 📍 HUSKI Sports Rental Val Casies/Colle – impianto di risalita
- 📍 HUSKI Sports Rental Tesido – sciovvia Guggenberg

- 📍 Taschler Sports Val Casies/Colle – Binta Pub
- 📍 Hellweger Intersport Monguelfo
- 📍 in Hotel selezionati
- 📍 direttamente sulla pista

Tickets prenotabili online:

- 📄 www.gsieser-tal.com/pedaggio

Vi ricordiamo che sulle piste saranno effettuati controlli dell'avvenuto pagamento. Salvo cambiamenti.

SCUOLE DA SCI DI FONDO

Scuola da sci di fondo Val Casies

- 📍 Val Casies/S. Maddalena presso l'impianto di risalita
- ☎ +39 0474 948 142
- 📄 www.skischule-gsies.it | info@skischule-gsies.it
- 📄 con Guest Pass Val Casies-Monguelfo-Tesido riduzioni, pag. 16

NOLEGGIO E SERVIZIO SCI E SCI DI FONDO

HUSKI Sports Rental

- 📍 Val Casies/S. Maddalena, Val Casies/Colle e Tesido rispettivamente presso l'impianto di risalita
- ☎ +39 349 7 046 522
- 📄 info@huskirentals.com
- 🕒 dicembre fino marzo giornalmente ore 8.30-17.00
- 📄 con Guest Pass Val Casies-Monguelfo-Tesido 10 % di riduzione sul noleggio

Hellweger Intersport – Negozio specializzato in attrezzature per lo sci di fondo

- 📍 Monguelfo
- ☎ +39 0474 946 007
- 🕒 LUN-VEN ore 8.45-12.00 | ore 15.00-19.00, SAB ore 8.45-12.00 | ore 15.00-18.00
- 📄 con Guest Pass Val Casies-Monguelfo-Tesido 10% di riduzione sul noleggio sci e sci di fondo

NOLEGGIO E SERVIZIO SCI DI FONDO E VENDITA DI ACCESSORI PER LO SCI DI FONDO

Taschler Sports

- 📍 Val Casies/Colle – Binta Pub
- ☎ +39 347 594 4 167
- 🕒 giornalmente ore 9.00-17.00
- 📄 con Guest Pass Val Casies-Monguelfo-Tesido 10% di riduzione sul noleggio sci di fondo



Hole dir dein **Nordic HERO Armband** ab, erlebe die schönsten Langlaufloipen hautnah und ergattere dabei eine besondere Erinnerung an deinen Urlaub.

Ritira il tuo **braccialetto Nordic HERO**, vivi appieno le più belle piste da sci di fondo e assicurati un ricordo speciale della tua vacanza.

Get your **Nordic HERO bracelet**, experience the most beautiful cross country trails and get a special memory of your vacation.



für Langlaufbegeisterte
per appassionati del fondo
for cross country enthusiasts



für Kinder bis 14 Jahre
per bambini fino a 14 anni
for children up to 14 years

VALIDATION POINTS	DISTANCES	DISTANCES
1. Talschluss Gsieser Tal Fondo Valle Val Casies End of the valley Gsieser Tal valley	Brückenwirt – Talschluss Gsieser Tal Brückenwirt – Fondo Valle Val Casies Brückenwirt – End of the valley	Rundkurs Talschluss Gsieser Tal Circuito Fondo Valle Val Casies Circuit End of the valley Gsieser Tal Valley
2. Dürrensee Lago di Landro Lago di Landro lake	Nordic Arena – Dürrensee Nordic Arena – Lago di Landro Nordic Arena – Lago di Landro lake	Toblacher See – Dürrensee Lago di Dobbiaco – Lago di Landro Lago di Dobbiaco lake – Lago di Landro lake
3. Nähe Dürrensteinhütte vicino Rifugio Vallandro next to Rifugio Vallandro hut	Rundkurs Plätzwiese Circuito Prato Piazza Circuit Plätzwiese high plateau	Rundkurs Plätzwiese Circuito Prato Piazza Circuit Plätzwiese high plateau
4. Talschluss Fischleintal Fondo Valle Val Fiscalina End of the Fischleintal valley	Sexten – Fischleintal Sesto – Val Fiscalina Sesto – Fischleintal valley	Rundkurs Fischleintal Circuito Val Fiscalina Circuit Fischleintal valley
5. Welsberg Monguelfo	Innichen – Welsberg San Candido – Monguelfo	Niederdorf – Welsberg Villabassa – Monguelfo

Teilnahme / partecipazione / participation: 5,00 €



für Sportler
per atleti
for athletes
90 km in 2 days

Maile uns deine gpx-Daten an info@gsieser-tal.com und gewinne die Trophäe. Der schnellste **Nordic HERO CHAMP** wird noch zusätzlich am Ende des Winters prämiert.

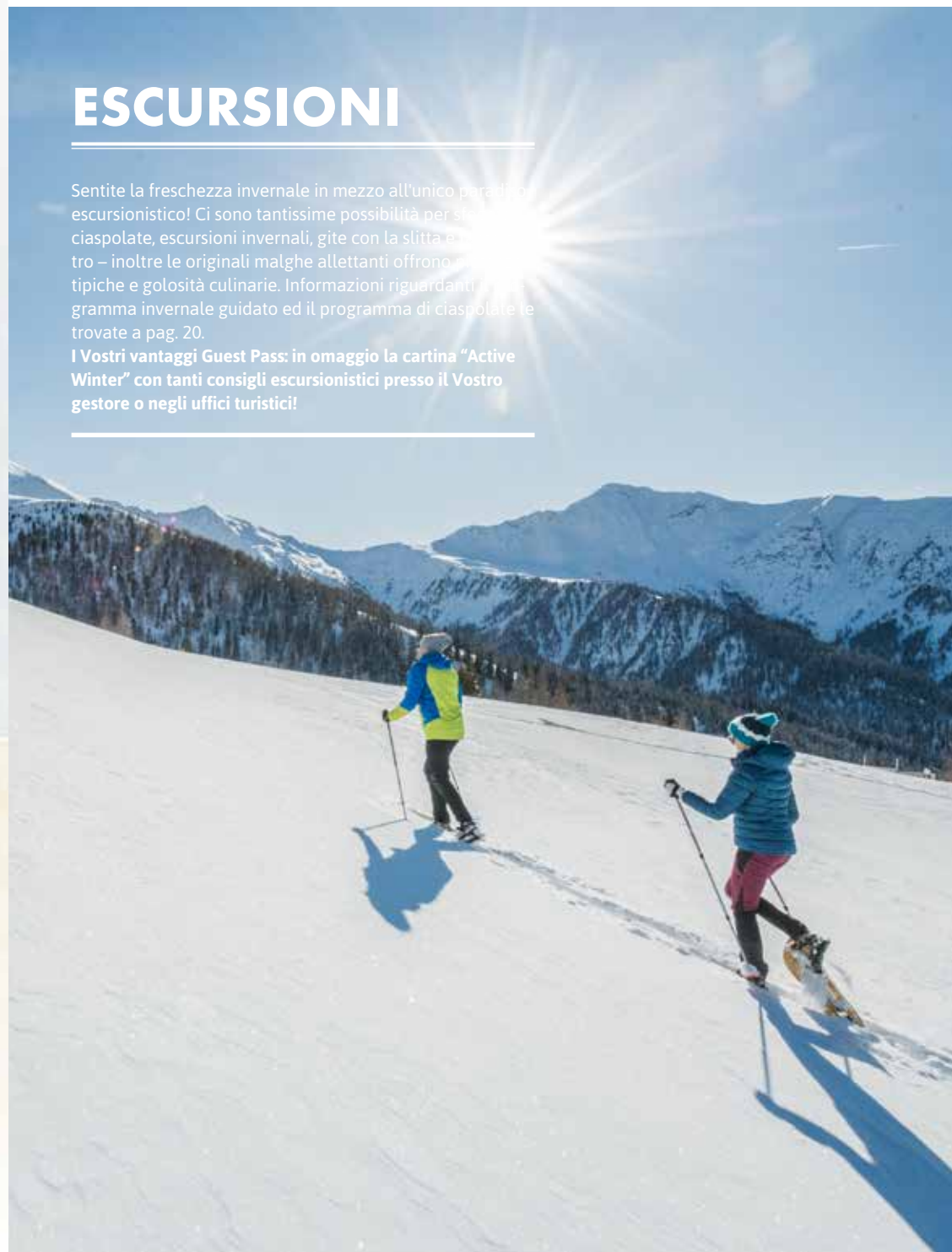
Inviaci i tuoi dati .gpx a info@gsieser-tal.com, vinci il trofeo e competi anche tu. A inverno finito il **Nordic HERO CHAMP** più veloce sarà premiato.

Send us your gpx-data to info@gsieser-tal.com and win the trophy. The fastest **Nordic HERO CHAMP** will also be awarded at the end of winter.

DISTANCES

1. Sexten, St. Veit – Talschluss Fischleintal – Toblach – Dürrensee – Nordic Arena Sesto, San Vito – Fondo Valle Val Fiscalina – Dobbiaco – Lago di Landro – Nordic Arena Sesto, San Vito – End of the valley Fischleintal valley – Dobbiaco – Lago di Landro lake – Nordic Arena	48 km
2. Nordic Arena – Niederdorf – Prags, Schmieden – Welsberg – Fußweg bis Start Gsieser Tal Loipe – Talschluss Gsieser Tal Nordic Arena – Villabassa – Braies, Ferrara – Monguelfo – a piedi fino all'inizio della pista Val Casies – Fondo Valle Val Casies Nordic Arena – Villabassa – Braies, Ferrara – Monguelfo – Walk to the start of the Gsieser Tal track – End of the valley Gsieser Tal valley	42 km

Starterpaket / pacco gara / starter package: 20,00 €



ESCURSIONI

Sentite la freschezza invernale in mezzo all'unico paradiso escursionistico! Ci sono tantissime possibilità per stare in montagna: ciaspolate, escursioni invernali, gite con la slitta e il traino – inoltre le originali malghe allettanti offrono gusti tipici e golosità culinarie. Informazioni riguardanti il programma invernale guidato ed il programma di ciaspolate le trovate a pag. 20.

I Vostri vantaggi Guest Pass: in omaggio la cartina "Active Winter" con tanti consigli escursionistici presso il Vostro gestore o negli uffici turistici!

MALGHE GESTITE

Le seguenti malghe sono aperte da dicembre a marzo. Seduti sulla terrazza soleggiata delle nostre malghe originali, godendo una splendida vista sulle montagne circostanti, potrete gradire formaggi prodotti dal latte alpino, speck e altre gustose pietanze tipiche della Val Pusteria.

L'elenco attuale delle malghe aperte lo trovate su: www.gsieser-tal.com/malghe



MALGA ASCHTALM (1.950 m)

+39 348 7 282 727 | +39 333 6 596 123 (Fam. Steinmair)

a) Val Casies/S. Maddalena – Casale „Huben“

1 ora, sentiero n. 10, dislivello: 450 m

Consiglio: Escursione con le ciaspole dal Casale „Huben“ lungo il ruscello Pfinn. Percorrenza: 1 ora

b) Val Casies/S. Maddalena – chiesa

1,5 ore lungo la via Berger e sentiero n. 10, dislivello: 550m

X Giovedì



MALGA KRADORFER (1.704 m)

+39 0474 948 043 | +39 348 696 1 541 (Fam. Hintner)

Val Casies/S. Maddalena – fondovalle

1 ora 10 min., sentiero n. 49, dislivello: 244 m

X Lunedì



MALGA MOOS ALM (1.477 m)

+39 0474 948 735 | +39 349 383 4 655

Val Casies/S. Maddalena – fondovalle

5 min., dislivello: 17 m

MA ore 10.00–18.00

DO+ME+GI ore 10.00–22.00

VE+SA ore 10.00–1.00





La sera è necessaria la prenotazione. Gli orari di apertura possono variare in bassa stagione.

X Lunedì









MALGA STUMPFALM (2.001 m)

-  +39 0474 948 099 | +39 348 695 3 597
(Fam. Selbenbacher)
-  Val Casies/S. Maddalena – fondovalle
-  2 ore, sentiero n. 47. + 12,
dislivello: 541 m
-  nessun giorno di riposo






MALGA UWALD ALM (2.042 m)

-  +39 348 895 2 719
-  Val Casies/S. Maddalena – fondovalle
-  1,5 – 2 ore, sentiero n. 12,
dislivello: 582 m
-  Mercoledì







RIFUGIO TALSCHLUSSHÜTTE (1.400 m)

-  +39 0474 431 209
-  Val Casies/S. Maddalena – fondovalle
-  non era ancora stato fissato al momento della stampa



MALGA TAISTNER ALM (2.012 m)

-  +39 347 593 9 361 (Felix Feichter)
-  Tesido – sopra il maso panoramico in montagna Mudler
-  1 ora / 30 min., sentiero n. 38 A,
dislivello: 390 m
-  lunedì



In alta stagione i giorni di riposo possono essere sospesi.

Indicazioni senza garanzia – sono possibili cambiamenti da parte dei gestori delle malghe.

Gli orari d'apertura attuali li trovate nell'elenco delle malghe aperte o sul sito:

www.gsieser-tal.com/malghe



SCIARE

Col treno direttamente all'impianto di risalita e pure gratis? Senza traffico, stress e in cerca di parcheggi liberi – così dev'essere la sensazione delle vacanze sciistiche. Il treno passa ogni mezz'ora dalla stazione di Monguelfo e vi porta o al Plan de Coronas o alla zona sciistica delle 3 Cime Dolomites. **Guest Pass Val Casies-Monguelfo-Tesido** mobilità gratuita per i nostri ospiti.

- ! www.suedtirolmobilinfo Ricerca orari dei mezzi pubblici
- ! www.meteo.provincia.bz.it Previsioni meteorologiche
- ! 112 numero di emergenza
- ! **Informazioni A-Z** pag. 48-49

**DOLOMITI
SUPERSKI** 
wonderful times

www.dolomitisuperski.com

Dolomiti Superski 1.200 km di piste perfettamente innevate in 12 differenti aree sciistiche incomparabili nelle Dolomiti. Comodamente con un unico skipass!




PLAN DE CORONES

La montagna dal profilo tondeggiante si trova tra Brunico, San Vigilio e Valdaora e, con i suoi vasti pendii, praticamente senza alberi, è annoverata, con 119 km di piste e 32 moderni impianti di risalita, tra le destinazioni per gli sport invernali più all'avanguardia dell'Alto Adige.

Le lunghe piste regalano ampie e tranquille discese verso valle, mentre le "Black Five", le cinque piste nere, richiedono una certa abilità anche ai più esperti.

Connessione alla Sella Ronda!

 www.kronplatz.com



3 CIME DOLOMITES

In mezzo al **Patrimonio Unesco Dolomiti!** 5 montagne sciistiche collegate tra loro. Panorami spettacolari, impianti di risalita moderni e 115 delle migliori piste Vi aspettano.


 www.dreizinnen.com



CORTINA D'AMPEZZO

olympic – sporty – elegant

La regina delle Dolomiti persuade con i suoi 3 comprensori sciistici, 66 piste e un totale di 115 chilometri di piste perfettamente preparate.

 www.cortina.dolomiti.org

IMPIANTI DI RISALITA DEI PAESI



IMPIANTO DI RISALITA S. MADDALENA

Scuola sci, ideale per bambini, principianti e famiglie.

📍 Val Casies/S. Maddalena

☎ +39 348 4 102 419

🌐 www.skilift-gsies.com | info@skilift-gsies.com

Giornaliero (da 14 anni in poi)	28 €
Giornaliero per bambini (fino a 13 anni)	20 €
Mattina (ore 9.00–12.30)	24 €
Pomeridiano (dalle ore 12.30)	24 €
Pomeridiano per bambini fino alle ore 13 (fino a 13 anni)	17 €
Corsa singola	4 €
10 Fahrten Karte	33 €
1 ora da 14 anni in poi	13 €
1 ora fino a 13 anni	11 €
2 ore da 14 anni in poi	15 €
2 ore fino a 13 anni	13 €



IMPIANTO DI RISALITA COLLE

100% divertimento sciistico per tutta la famiglia.

📍 Val Casies/Colle

☎ +39 348 306 5 435 (Paul)

🌐 www.skilift-pichl.com | info@skilift-pichl.com

🕒 inizio dicembre giornalmente dalle ore 9.30–16.00

🏂 Snowpark e pista per slittino

🏂 Pista baby per principianti

🏂 Pista blu di 750 metri per sciatori di tutti i livelli

🏂 Pista nera per sciatori esperti e gruppi sportivi

🏂 Nuova scuola sci

🏂 Noleggio sci

🏂 Rifugio direttamente alla stazione a valle

🏂 Sala di analisi video

🏂 Accesso diretto alla pista di sci di fondo della Val Casies

La Soc. coop. Turistica Val Casies-Monguelfo-Tesido non garantisce per le informazioni indicati. Sono possibili variazioni. Stagionali dello Dolomiti Superski, Skirama Plan de Corones e 3 Cime Dolomites vengono accettati!



Divertimento sullo slittino presso l'impianto di risalita a Colle



SKILIFT GUGGENBERG

Piccola e soleggiata sciovia con scuola sci, ideale per famiglie.

📍 Tesido

🕒 Ogni venerdì: sci notturno con illuminazione artificiale dalle ore 19.30 alle 22.00.

	Adulti	Seniores da 65	Bamb. 6–15	Bamb. 4–5
Giornaliero	25 €	21 €	16 €	13 €
Pomeridiano (dalle ore 12.00)	19 €	16 €	13 €	9 €
Mattina (ore 9.00–13.00)	19 €	16 €	13 €	9 €
Settimanale (5 giorni + 1 gratuito)	125 €	105 €	80 €	65 €
Corsa singola	3,10 €	3,10 €	3,10 €	3,10 €
Biglietto 10 corse	25 €	25 €	25 €	25 €
Per gruppi di 15 persone	1 tessera in omaggio			
Sci notturno (ore 19.30–22.00)	14 €	14 €	8 €	8 €

SCUOLE DI SCI E DI SCI DI FONDO & PREZZI



Scuola sci e sci di fondo Val Casies presso l'impianto di risalita a S. Maddalena

Prenotazione presso l'ufficio della scuola sci direttamente all'impianto di risalita a S. Maddalena
 ☎ giornalmente ore 9.30–12.00 e ore 14.00–16.00
 ☎ +39 0474 948 142
 🌐 www.skischule-gsies.it | info@skischule-gsies.it
 Su richiesta disponibilità di lezioni di sci di fondo presso il Ristorante Pizzeria Binta Pub.
 ☎ Prenotazione: 1–2 ore prima dell'inizio lezione
 ☎ +39 0474 948142

Prezzi lezioni private Natale 18.12.22 – 08.01.23 Carnevale 13.02. – 05.03.23	
ore 8.45–9.45 ore 15.15 –16.15 1 ora	38 €
ore 9.45–10.45 ore 14.15–15.15 1 ora	40 €
ore 10.45–14.15 1 ora	45 €
Prezzi lezioni private bassa stagione	
1 persona / 1 ora	40 €
ogni ulteriore persona	10 €
Prezzi lezioni di gruppo	
min. 4 persone/1 giorno/2 ore	45 €
min. 4 persone/2 giorni/2 ore	60 €
min. 4 persone/3 giorni/2 ore	85 €
min. 4 persone/4 giorni/2 ore	95 €
min. 4 persone/5 giorni/2 ore	110 €
min. 4 persone/6 giorni/2 ore	125 €

BONUS GUEST PASS VAL CASIES-MONGUELFO-TESIDO PER FAMIGLIE

- **Lezioni private per tutta la famiglia!** Vengono calcolate 2 persone, i membri restanti della famiglia sciano gratis. Importante: i partecipanti devono padroneggiare lo stesso livello! 15 % di sconto se 3 membri della famiglia frequentano un corso di gruppo (corso di 4 giorni). Tour giornaliero per gruppi con Guest Pass Holidaypass nel comprensorio Dolomiti NordicSki (su richiesta).
- **Escursione con le ciaspole con osservazione della fauna selvatica e sosta in malga:** Durata: ogni mercoledì ore 9.00–ca. 12.00. Partecipanti: min. 5 persone. Prenotazione: martedì entro le ore 16.30 presso la scuola sci di S. Maddalena. Contributo: 40 € a persona.
- **Escursione con le ciaspole:** contributo 40 € a persona, ogni ulteriore persona 10 €. Prenotazione in qualsiasi momento.
- **Escursione con le ciaspole per famiglie:** Partecipanti: min. 3 persone. 15 % di riduzione sul prezzo complessivo. Prenotazione in qualsiasi momento.



Scuola sci Guggenberg a Tesido

Lezioni di sci alpino (anche tecnica di gara) e Snowboard allo skilift Guggenberg a Tesido
 ☎ giornalmente ore 9.00–16.00
 ☎ +39 348 355 0 468
 Lezioni di sci alpino (anche tecnica di gara) e Snowboard all'impianto di risalita Colle
 ☎ giornalmente ore 9.00–16.00
 ☎ +39 347 977 3 795

Prezzi lezioni private	
1 persona/1 ora	42 €
ogni ulteriore persona	10 €
Prezzi lezioni di gruppo	
min. 4 persone/1 giorno/2 ore	45 €
min. 4 persone/2 giorni/2 ore	65 €
min. 4 persone/3 giorni/2 ore	85 €
min. 4 persone/4 giorni/2 ore	100 €
min. 4 persone/5 giorni/2 ore	120 €



Impianto di risalita S. Maddalena



39. GRAN FONDO VAL CASIES

La Gran Fondo Val Casies, una delle maratone sciistiche più conosciute e amate dell'arco alpino, ha luogo tutti gli anni il 3° fine settimana di febbraio nell'omonima valle, ai piedi dell'area sciistica Plan del Corones (Alto Adige, Italia). **Dalla sua inaugurazione nel lontano 1984, questa gara non ha mai perso un appuntamento a causa di condizioni atmosferiche avverse.** Nel 2021, purtroppo, è stata cancellata per causa di forza maggiore (coronavirus).

Dalla prima edizione, questo leggendario evento sportivo vanta un totale di 69.642 atleti che hanno tagliato il traguardo. La partecipazione è internazionale, tanto che tutti gli anni sono una quarantina le nazioni ai blocchi di partenza, e nelle sue classifiche spiccano moltissimi campioni del mondo e olimpici. Due sono le lunghezze dei tracciati, 30 e 42 km: il sabato è la volta della gara in stile classico, mentre la domenica di quella in stile skating. È molto apprezzato anche il gruppo amatoriale "Just for Fun", senza rilevamento del tempo, né stress da competizione. Del programma d'intrattenimento fa anche parte la "MINI-ValCasies" che si disputa il sabato.

+39 0474 978 393
www.valcasies.com

SA 18.02.2023

ore 10.00 partenza 42/30 km stile classico
ore 15.45 partenza 29. Mini-Gsieser

DO 19.02.2023

ore 10.00 partenza 42/30 km pattinato

GSIESER TAL LAUF VIP EXPERIENCE PACKAGE

VIP Experience Package

Vivete questa gara tradizionale da una prospettiva molto speciale. Nell'ambito del nostro programma settimanale, oltre a esplorare l'idilliaca Val Casies con gli sci da fondo ai piedi, avrete anche l'opportunità di conoscere la regione olimpica di Cortina e il centro di biathlon di Anterselva.

Servizi inclusivi per i concorrenti:

- › Partecipazione alla Gran Fondo Val Casies a febbraio 2023 (1 gara a scelta)
- › Skipass di 7 giorni per lo sci di fondo valido in tutto il comprensorio Dolomiti Nordic Ski
- › Allenamento presso il Centro biathlon di Anterselva con visita guidata dello stadio (LU)
- › Tour con gli sci di fondo da Dobbiaco a Cortina (ME)
- › Escursione con le ciaspole sopra Tesido con vista sulle Dolomiti (GI)
- › **Appuntamento del venerdì:** visita del percorso e tour con gli sci di fondo in Val Casies, accompagnati dal **campione olimpico e campione del mondo, Silvio Fauner**
- › Pacchetto di benvenuto all'arrivo nella vostra struttura

Costo VIP Experience Package: 350 € a persona, incluso il trasporto durante i tour

Pacchetto ridotto per accompagnatori

- › 2 tour a scelta dal programma settimanale della Soc. coop. Turistica Val Casies-Monguelfo-Tesido (vedi Programma delle attività guidate pag. 22–25) o dal pacchetto VIP Experience Package
- › optional: skipass di 7 giorni per le piste da fondo valido in tutto il comprensorio Dolomiti Nordic Ski al prezzo ridotto di 45 €

Costo pacchetto ridotto per accompagnatori: 90 € a persona + 45 € optional (skipass Dolomiti Nordic Ski prenotabile separatamente a un prezzo speciale)

Periodo prenotabile: Settimana allenamento: 08.01.–15.01.23, **Settimana gara:** 12.02.–19.02.23

- › Arrivo e partenza in autonomia
- › Scelta della sistemazione per 7 notti
- › Pacchetto prenotabile tramite la coop. turistica: www.gsieser-tal.com/vipexperience-it oppure tramite le nostre strutture ricettive partner



PROGRAMMA DELLE ATTIVITÀ GUIDATE

Le possibilità di trovare pace e recupero sono infinite in mezzo alla natura – come anche le offerte sportive. Non c'è di meglio nella stagione fredda per il vostro benessere che un programma all'aria che vi farà avere più energia. Informazioni sul programma delle attività guidate le trovate sul sito www.gsieser-tal.com/programma o in uno degli uffici della Regione Turistica Val Casies-Monguefles-Tesido!

+39 0474 978 436



LUNEDÌ

CIASPOLATA PER PRINCIPIANTI

Un'escursione molto facile nella Val Casies/S. Maddalena, per poter conoscere le ciaspole con istruzioni e tecniche di sicurezza.

- 📍 Val Casies/S. Maddalena – fermata autobus fine valle
- 🕒 ore 13.30–15.30
- 🕒 2 ore
- 📏 dislivello: 200 m
- 💰 € 0 € GP, 15 € senza GP

INIZIARE CON LO SCI DI FONDO CLASSICO

Questo è il modo migliore per iniziare lo sci nordico. Lezione di prova in stile classico con preziosi consigli della scuola sci Val Casies.

- 📍 Val Casies/S. Maddalena – scuola sci
- 🕒 ore 13.15–15.15
- 🕒 2 ore
- 💰 € 7 € GP, 20 € senza GP
- pedaggio incluso, 8 € noleggi sci di fondo extra

MARTEDÌ

ESCURSIONE CON LE CIASPOLE ALLA MALGA ASCHTALM

Tour attraverso il bosco innervato da S. Maddalena all'Aschtalm 1950m in Val Casies. Gli escursionisti esperti possono continuare per le malghe Pfinnaln alla forcella „Pfinnscharte“ a 2395m o in rapida salita al Monte Alto a 2593m.

- 📍 Val Casies/S. Maddalena – fermata autobus fine valle
- 🕒 ore 9.30–16.30
- 🕒 2 ore in salita
- alternativa: 3,5 ore
- dislivello: 500 m
- alternativa: 700m
- 💰 € 12 € GP, 22 € senza GP

INIZIARE CON LO SCI DI FONDO SKATING

Lezione di prova in stile diagonale con preziosi consigli della scuola sci Val Casies. Ideale per affinare la tecnica, per tutti i livelli.

- 📍 Val Casies/S. Maddalena – scuola sci
- 🕒 ore 13.15–15.15
- 🕒 2 ore
- 💰 € 7 € GP, 20 € senza GP
- pedaggio incluso, 8 € noleggi sci di fondo extra

MERCOLEDÌ

TOUR DI FONDO NELLE DOLOMITI

Il tour conduce da Cimabanche 1530m, passando per il Lago di Landro, la Vista Tre Cime, il Cimitero di guerra, il Lago di Dobbiaco e proseguendo poi lungo la pista della Pustertaler Ski Marathon fino a Monguelfo. Sosta, Vista unica sulle Dolomiti & deliziosi momenti di piacere. Possibilità di ristoro. Possibilità di accesso sui mezzi pubblici per abbreviare il tour.

- 📍 Monguelfo – Ufficio Turistico
- 🕒 ore 10.00–15.00
- 💰 € 15 € GP, 25 € GP
- Pedaggio fondo e pranzo non inclusi. Portare il GP.

GIOVEDÌ

CIASPOLATA A TESIDO CON VISTA SULLE DOLOMITI

Dal ristorante di montagna Mudler alla malga Taistner Vorderalm 2012m proseguendo sul sentiero per il monte Salzla 2131m. Spettacolare vista sulle Dolomiti. Possibilità di ristoro.

- 📍 Tesido – parcheggio sopra Mudler
- 🕒 ore 9.00–16.00
- 🕒 2,5 ore in salita
- dislivello: 500 m
- 💰 € 12 € GP, 22 € senza GP

VENERDÌ

SCI ALPINISMO IN VAL CASIES

Tranquilla escursione di sci alpinismo (anche per principianti) in Val Casies per abituarci o per provare. Sono richieste buone capacità sciistiche.

- 📍 Val Casies/S. Maddalena – fermata autobus fine valle
- 🕒 ore 9.00–16.00
- 🕒 2,5–3 ore in salita
- dislivello: 800 m – 1000 m
- 💰 € 30 € GP, 50 € senza GP

CIASPOLATA A LUME DI LANTERNA

Una passeggiata facile e romantica sotto il cielo stellato di Monguelfo con le lanterne. Partendo dall'Ufficio Turistico a Monguelfo si cammina in direzione Plun dove successivamente aspetta un falò e vin brûlé al maso Lettnerhof. Escursione con o senza racchette da neve (tempo permettendo).

- 📍 Monguelfo – Ufficio Turistico
- 🕒 ore 21.15–23.15
- 🕒 1 ora in salita, 30 min. in discesa
- dislivello: 200 m
- 💰 € 10 € GP, 20 € senza GP

SABATO

DA PRATO PIAZZA AL MONTE SPECIE 2307M

Escursione invernale con o senza ciaspole (secondo le condizioni) per il Monte Specie 2307m sull'altipiano Prato Piazza nella Valle di Braies. Vista sulle Tre Cime. Possibilità di ristoro.

- 📍 Monguelfo – fermata autobus in Via Stazione
- 🕒 ore 9.00–16.00
- 🕒 2 ore in salita
- 1,5 ore in discesa
- dislivello: 328 m
- 💰 € 17 € GP, 27 € senza GP



PRENOTAZIONE ONLINE tramite gsieser-tal.guestnet.info o presso l'Ufficio Turistico. Entro le ore 17.00 del giorno precedente. Per la manifestazione del lunedì entro le ore 11.00 di lunedì.

INFORMAZIONI UTILI: Consigliamo di portare con sé alle escursioni il seguente: calzatura adeguata/buona e abbigliamento caldo (eventualmente anche un ricambio), una merenda e una bibita calda. Modifiche del programma o interruzione delle escursioni: per motivi di sicurezza a causa di maltempo, in caso di valanghe, sentieri ghiacciati ecc. la Soc. coop. turistica Val Casies-Monguelfo-Tesido può effettuare variazioni.

Bambini fino 13,9 anni partecipano gratis al programma delle attività!

LUNEDÌ

SENTIERO DELLE FIABE

Una piacevole passeggiata invernale sul sentiero delle Fiabe a Tesido diventa un'avventura. Vista panoramica sulle più belle cime delle Dolomiti – Dolomiti Patrimonio dell'Umanità UNESCO.

- 📍 Tesido – parcheggio presso la Via Unterrainer, ca. 100 m sopra la Chiesa Parrocchiale
- 🕒 ore 13.00–15.00
- 👤 2 ore
- 📏 dislivello: 200 m
- 💶 0 € GP, 15 € senza GP

MARTEDÌ

DA PRATO PIAZZA AL MONTE SPECIE 2307M

Escursione invernale con o senza ciaspole (secondo le condizioni) per il Monte Specie 2307m sull'altipiano Prato Piazza nella Valle di Braies. Vista sulle Tre Cime. Possibilità di ristoro.

- 📍 Monguelfo – fermata autobus in Via Stazione
- 🕒 ore 9.00–16.00
- 👤 2 ore in salita
- 📏 1,5 ore in discesa
- 📏 dislivello: 328 m
- 💶 17 € GP, 27 € senza GP

MERCOLEDÌ

ESCURSIONE INVERNALE ALLA MALGA STUMPFALM

Escursione alpestre nel fantastico bosco invernale della valle Tscharniet alla malga Stumpfalm 2001m. Possibilità di ristoro.

- 📍 Val Casies/S. Maddalena – fermata autobus fine valle
- 🕒 ore 9.30–14.30
- 👤 2 ore in salita
- 📏 1,5 ore in discesa
- 📏 dislivello: 500 m
- 💶 5 € GP, 15 € senza GP

GIOVEDÌ

POPENA

Ciaspolata a Misurina in mezzo al gruppo Cristallo con un bellissimo panorama. Ciaspolata tecnicamente facile. Non è necessaria nessuna esperienza. Pranzo al sacco.

- 📍 Monguelfo – fermata autobus in Via Stazione
- 🕒 ore 8.30–16.00
- 👤 3,5 ore
- 📏 dislivello: 655 m
- 💶 27 € GP, 37 € senza GP

VENEDÌ

MONTE LUTTERKOPF & MONTE DURAKOPF

Con le ciaspole al Monte Lutterkopf (2145m) e poi al Monte Durakopf (2275m) a Tesido. Straordinaria vista sulle Dolomiti. Possibilità di ristoro.

- 📍 Tesido – parcheggio sopra Mudler
- 🕒 ore 9.00–15.00
- 👤 4,5 ore
- 📏 dislivello: 525 m – 655 m
- 💶 12 € GP, 22 € senza GP

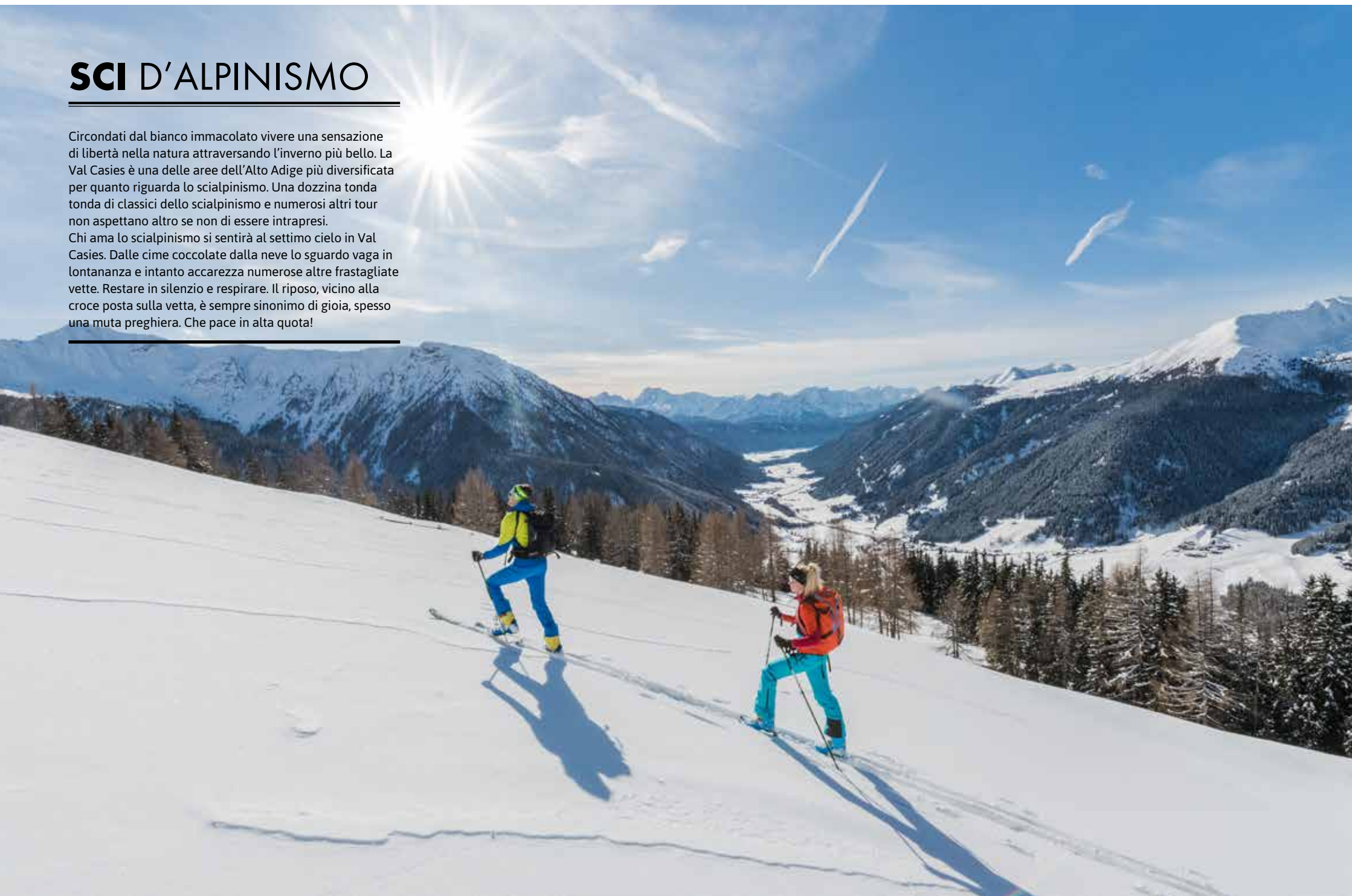


PRENOTAZIONE ONLINE tramite gsieser-tal.guestnet.info o presso l'Ufficio Turistico. Entro le ore 17.00 del giorno precedente. Per la manifestazione del lunedì entro le ore 11.00 di lunedì.



SCI D'ALPINISMO

Circondati dal bianco immacolato vivere una sensazione di libertà nella natura attraversando l'inverno più bello. La Val Casies è una delle aree dell'Alto Adige più diversificata per quanto riguarda lo scialpinismo. Una dozzina tonda tonda di classici dello scialpinismo e numerosi altri tour non aspettano altro se non di essere intrapresi. Chi ama lo scialpinismo si sentirà al settimo cielo in Val Casies. Dalle cime coccolate dalla neve lo sguardo vaga in lontananza e intanto accarezza numerose altre frastagliate vette. Restare in silenzio e respirare. Il riposo, vicino alla croce posta sulla vetta, è sempre sinonimo di gioia, spesso una muta preghiera. Che pace in alta quota!



LUNEDÌ

SCIALPINISMO BASE

Scialpinismo per principianti a fondo valle in Val Casies con introduzione alle tecniche di scialpinismo e la conoscenza del pericolo valanghe.

📍 Val Casies/S. Maddalena – fermata autobus fine valle

🕒 ore 8.45–15.00

👤 3 ore in salita
dislivello: 800 m

MARTEDÌ

PFINN – FELLHORN 2518M

Escursione con gli sci d'alpinismo per il bosco innevato fino alla malga „Aschtalm“ a 1950m. A ovest fino alla malga Pfinnalm a 2152m, avanti fino alla forcella „Pfinnscharte“ a 2395m e in ripida salita al Monte Fellhorn a 2518m. Veduta a 360° per la Val Casies, Val Anterselva e le Dolomiti. Possibilità di ristoro.

📍 Val Casies/S. Maddalena – fermata autobus fine valle

🕒 ore 8.45–15.00

👤 3,5 ore

dislivello: 1000 m

MERCOLEDÌ

MONTE CALVO 2493M

Dal maso Kurterhof 1650m, dapprima sulla strada forestale, poi sempre lungo la cresta attraverso la „Stacher Riedl“ fino alla croce di vetta sul monte Calvo. Fantastica vista sulle Dolomiti e sulla Val Casies e Tesido. Pranzo al sacco.

📍 Monguelfo – fermata autobus in Via Stazione

🕒 ore 8.30–15.00

👤 3 ore

dislivello: 880 m

GIOVEDÌ

PRATO PIAZZA 2000M SCHLECHTEN 2408M PICCO DI VALLANDRO 2839M

Dall'altipiano Prato Piazza verso gli Helltaler Schlechten continuando poi per il Picco di Vallando, una delle vette panoramiche più belle delle Dolomiti. Pranzo al sacco.

📍 Monguelfo – fermata autobus in Via Stazione

🕒 ore 8.30–15.00

👤 3 ore

dislivello: 850 m

VENEDÌ

FORCELLA DI CIAMIL 2349M – GAILSPITZE 2494M

Traversata del confine nell'Ost-tirol. Salita sulla forcella di Ciamil e sulla cima Gailspitze seguita da una discesa nella Valle Villgraten (A).

Skitour di contrabbando.

📍 Val Casies/S. Maddalena – fermata autobus fine valle

🕒 ore 8.45–15.00

👤 4 ore

dislivello: 900 m – 1000 m



PRENOTAZIONE ONLINE tramite gsieser-talguestnet.info o presso l'Ufficio Turistico. Entro le ore 17.00 del giorno precedente. Per la manifestazione del lunedì entro le ore 11.00 di lunedì.

CONTRIBUTO

Contributo per tour singoli:

90 € con GP, 160 € senza GP

Contributo per il pacchetto di 3 giorni: 250 € con GP, 450 € senza GP

Ogni ulteriore tour: +50€ con GP, +100€ senza GP

Esigenze: esperienza con ramponi e gli sci.

Noleggio attrezzatura da sci d'alpinismo presso Huski Sports Rental in Val Casies/S. Maddalena.

☎ +39 349 7 046 522.





TEMPO LIBERO & FAMIGLIA

Vedere e vivere: fare sci di fondo, sciare, fare escursioni o andare con lo slittino? Nell'area vacanze Val Casies-Monguelfo-Tesido vi aspetteranno molte attività ricreative! Adulti o bambini, tutta la famiglia potrà passare vacanze meravigliose!



ENTRO LA REGIONE DI VAL CASIES-MONGUELFO-TESIDO

**PATTINAGGIO****Pizzeria / Ristorante Binta Pub**

Noleggio pattini tutto il giorno; pesca su ghiaccio (prezzo/kg), birilli su ghiaccio gratuito (attrezzatura disponibile).

📍 Val Casies/Colle – Via Casies 2/a

☎ +39 0474 746024

🕒 giornalmente dalle ore 9.00–17.00

👉 con Guest Pass Val Casies-Monguelfo-Tesido gratuito

Palaghiaccio Prenniger Park

📍 Monguelfo – Via Stazione 21/a

☎ +39 347 787 1 804

🕒 dicembre a fine gennaio

ore 9.00–12.30 | ore 13.00–16.45

Ticket	Età	Prezzo
Giornaliero	<5	gratis
Giornaliero	<15	3,50 €
Giornaliero	adulti	4 €
Giornaliero	studenti	3,50 €
Famiglia	1 genitore + 2 bambini, ogni ulteriore bambino gratis	-10%
Gruppo	min. 10 persone	-20%
10 ingressi		10 + 1 gratis
Noleggio pattini		3 €

**Pattinaggio nella Val Casies / S. Martino**

Noleggio pattini, prezzi su richiesta.

📍 Val Casies/S. Martino – Campo sportivo

🕒 26.12.2022 fino a fine stagione giornalmente ore 14.00–19.00.

🚫 Lunedì (escluso Natale e Carnevale)

👉 con Guest Pass Val Casies-Monguelfo-Tesido gratuito

**ESCURSIONI IN SLITTA
TRAINATA DA CAVALLI**

Una romantica escursione in slitta trainata da cavalli, in due o con la vostra famiglia? Ben avvolti con calde coperte ammirando l'incantevole paesaggio invernale della Val Casies.

📍 Val Casies/S. Maddalena – malga Pidig e S. Martino

☎ +39 338 2 399 576

**LAMA TREKKING**

Provate un tocco di emozione delle Ande sudamericane facendo un'escursione trekking con i „Pustertal Lama“. Durante una breve spiegazione, vengono fornite informazioni sull'atteggiamento, sulle abitudini e sulle peculiarità dei lama. Dopo alcuni esercizi inizia l'escursione accompagnata da queste tranquille creature meravigliose con i grandi occhi scuri.

📍 Tesido

☎ +39 349 8 641 010 | +39 334 9 887 342

🌐 www.lama-trekking.it

AL DI FUORI DELLA REGIONE DI VAL CASIES-MONGUELFO-TESIDO

**DOLOMYTHOS****Museo delle Dolomiti**

14 km da Monguelfo

📍 San Candido – Via Peter Paul Rainer 11

🕒 giornalmente ore 8.00–19.00 (01.11. & 25.12. chiuso)

☎ +39 0474 913 462

🌐 www.dolomythos.com

**PARCO NATURA OLPERL****Sentiero a tema, Monte Elmo**

18 km da Monguelfo

Il nuovo parco divertimento parte direttamente dalla stazione a monte della funivia del monte Elmo e ti conduce nel regno degli animali a conoscere i migliori amici dell'Olperl.

🕒 fine novembre fino metà aprile giornalmente

☎ +39 0474 710 355

🌐 www.dreizinnen.com

CULTURA



Nella Val Casies

- ♥ Chiesa parrocchiale San Nicolò a Colle
- ♥ Chiesa parrocchiale San Martino a S. Martino
- ♥ Chiesa parrocchiale S. Maddalena a S. Maddalena
- ♥ Monumento dedicato al frate Haspinger a S. Martino



A Monguelfo

- ♥ Chiesa parrocchiale S. Margherita
 - ♥ Chiesa di Maria am Rain
 - ♥ Tabernacolo
 - ♥ Castel Welsperg
- Due parole si adattano molto bene alla struttura medievale di Castel Welsperg: autentico e particolare. Durante il periodo estivo vengono proposte mostre d'arte, concerti e piccole festicciole. Chiuso nei mesi invernali.
- www.schlosswelsperg.com



Monguelfo – il paese di Paul Troger

Paul Troger, uno dei più noti pittori del barocco austriaco-tedesco, nacque il 30 ottobre 1698 a Monguelfo come figlio di un sagrestano e sarto. Il suo "Blu Troger" è rimasto ineguagliato fino ad oggi. L'itinerario ha inizio dalla sua casa natale, porta alla chiesa parrocchiale, dove tre delle sue opere ornano l'altare e conduce poi ad altre stazioni nel bel paese di Monguelfo.

www.paultroger.it



A Tesido

- ♥ Chiesa parrocchiale Sant'Ingenuino e Sant'Albuino
 - ♥ Cappella di S. Giacomo, Capella di S. Erasmo, Tabernacolo
 - ♥ Chiesetta di S. Giorgio a Tesido
- Una piccola chiesa tra stile romantico e gotico con un'impressione intensa. Si possono vedere le opere d'arte dei virtuosi del tardo gotico, Leonard von Brixen e Simon von Taisten.



MMM MESSNER MOUNTAIN MUSEUM CASTEL BRUNICO

Gli oggetti esposti raccontano del patrimonio dei monti.

📍 Brunico – Vicolo Castello 2
14km da Monguelfo
☎ +39 0474 410 220
🌐 www.messner-mountain-museum.it



CASTEL TURES

D'inverno il castello è visitabile solo con guida per le stanze arredate interne.

📍 Valle Aurina/Campo Tures – Via Castello di Tures 4
21km da Monguelfo
☎ + 39 0474 678 053
🌐 www.burgeninstitut.com



MMM MESSNER MOUNTAIN MUSEUM PLAN DE CORONES

Il museo è una delle ultime grandi opere dell'architetto Zaha Hadid e tratta i temi centrali degli alpinisti.

📍 11km da Monguelfo
☎ +39 0474 501 350
🌐 www.messner-mountain-museum.it



LUMEN MUSEUM PLAN DE CORONES

Con LUMEN, il fascino della montagna trova una sua casa fotografica.

📍 11km da Monguelfo
☎ +39 0474 431 010
🌐 www.lumenmuseum.it
♥ con Guest Pass Val Casies-Monguelfo-Tesido 10% di riduzione sul prezzo dell'ingresso

MUSEI FAMOSI NEI D'INTORNI

ICEMAN - museo archeologico a Bolzano – 66km da Monguelfo.

Info: +39 0471 320 100 | www.iceman.it

Centro Visite Tre Cime presso il Grand Hotel a Dobbiaco – 10km da Monguelfo.

Info: +39 0474 973 017 | www.parchi-naturali.provincia.bz.it/tre-cime/centro-visite

POSSIBILITÀ DI RISTORO

TRATTORIE

Karbacher Hof, Val Casies/S. Martino

☎ +39 345 797 6 675

✖ Mercoledì

BAR

Bar Steiner, Val Casies/S. Martino

☎ +39 0474 978 482

Gschwendt, Val Casies/Colle

☎ +39 0474 747 010 | www.hotel-gschwendt.it

✖ Giovedì

Sportbar, Val Casies/Colle

☎ +39 0474 747 006 | www.ssvpichgsgies.com

🕒 solo aperto durante manifestazioni

Waldheim, Val Casies/Colle

☎ +39 0474 746 922 | www.hotel-waldheim.eu

✖ Mercoledì

Dorfcafé, Monguelfo

☎ +39 0474 944 833 | www.dorfcafe.it

✖ Sabato

Goldene Rose, Monguelfo

☎ +39 0474 944 113 | www.hotel-goldenerose.com

✖ Lunedì

Oberporte, Monguelfo

☎ +39 0474 944 098 | www.hotel-oberporte.com

✖ Giovedì

RISTORANTI

Hofmann, Val Casies/S. Maddalena

☎ +39 0474 948 014 | +39 8 595 362

www.hotelhofmann.com

✖ Mercoledì

La Casies, Val Casies/S. Maddalena

☎ +39 0474 978 441 | www.lacasies.com

🕒 solo la sera e su prenotazione

Leitenhof, Val Casies/S. Maddalena

☎ +39 0474 948 027 | www.leitenhof.com

✖ Martedì

Quelle, Val Casies/S. Maddalena

☎ +39 0474 948 111 | www.hotel-quelle.com

🕒 solo la sera e su prenotazione

Kahnwirt, Val Casies/S. Martino

☎ +39 0474 978 409 | www.kahnwirt.it

🕒 solo a mezzogiorno, la sera solo menù del giorno su prenotazione

✖ Lunedì

Kircherwirt, Val Casies/S. Martino

☎ +39 0474 978 420 | www.kircherwirt.com

✖ Giovedì | in bassa stagione la sera su prenotazione

Waldruhe, Val Casies/S. Martino

☎ +39 0474 978 403 | www.waldruhe.com

🕒 la sera prenotazione gradita

Durnwald, Val Casies/Colle

☎ +39 0474 786 886 | www.restaurantdurnwald.it

🕒 prenotazione gradita

✖ Lunedì

Zum Graf, Val Casies/Colle

☎ +39 0474 862 395 | www.zumgraf.com

✖ Martedì

Stoll, Val Casies/Colle

☎ +39 0474 746 916 | www.hotelstoll.com

🕒 solo la sera e su prenotazione

Tyrol, Val Casies/Colle

☎ +39 0474 746 924 | www.hoteltyrol.net

✖ Mercoledì

Dolomiten, Monguelfo

☎ +39 0474 944 146 | www.bikehotel.com

🕒 solo la sera e su prenotazione

Hell, Monguelfo

☎ +39 0474 944 126 | www.hotelhell.info

🕒 mezzogiorno e sera solo menù del giorno

✖ Lunedì

Seehof, Monguelfo

☎ +39 0474 944 571 | www.hotelseehof.it

✖ Martedì

Mudler-Berggasthof mit Panoramablick, Tesido

☎ +39 0474 950 036 | www.mudlerhof.com

✖ Martedì

RISTORANTI & PIZZERIA

Lanzberg, Val Casies/S. Maddalena

☎ +39 347 5 913 534 | +39 0474 430 524

✖ Mercoledì | giovedì aperto solo la sera

Binta Pub, Val Casies/Colle

☎ +39 0474 746 024 | www.binta.it

✖ Lunedì

gabi's pizza restaurant, Monguelfo

☎ +39 0474 944 681

www.gabis-pizza-restaurant.com

✖ Martedì

Goldener Löwe, Monguelfo

☎ +39 0474 944 547

✖ Lunedì

Chalet Olympia, Tesido

☎ +39 0474 950 012 | www.chaletolympia.it

✖ Lunedì



In alta stagione i giorni di riposo possono essere sospesi.

Indicazioni senza garanzia – sono possibili cambiamenti da parte dei gestori delle malghe.

Gli orari d'apertura attuali li trovate nell'elenco delle malghe aperte o sul sito:

www.gsieser-tal.com/gastronomia

PRODOTTI DA MONTE E VALLE



LIQUORI ALPEN HIGH® dal maso di montagna Seppila

Le nostre specialità sono estratti alcolici altamente aromatici, di erbe locali, fiori, bacche e radici. La grappa di fieno sorprendentemente aromatica vi entusiasmerà così tanto quanto il liquore della Stella Alpina incredibilmente morbido e vellutato. Inoltre, produciamo liquore al cirmolo, alla radice di genziana gialla o alla sanguinaria.

Degustazione, vendita e consulenza su appuntamento.

- 📍 Tesido – Via Haspa 30
- ☎ +39 348 190 5 518
- 🌐 www.seppila.com



PRODOTTI TIPICI LOCALI DAL MASO HINTNERHOF

Nel negozio trovate 24 ore su 24 uova fresche bio dal prato e pasta all'uovo bio con le uova „Gsies Goggilan“. Gallina biologica per brodo e pollo biologico per arrosto su ordinazione.

- 📍 Val Casies/Colle – Purgg 16
- ☎ +39 349 835 5 749
- 🌐 www.hintnerhof.com



PRODOTTI TIPICI LOCALI DAL MASO HOUFAHOF

La Houfabox (self service) è stata progettata in modo da poter acquistare in qualsiasi momento i prodotti del maso come salame, salsicce affumicate e uova di quaglia.

- 📍 Val Casies/Colle – Colle di Sotto 3b
- ☎ +39 349 785 5 098



KLANSCHTA – CARNE BIO

Vendita al maso di carne biologica (manzo, maiale e tacchino) previo ordinazione.

- 📍 Val Casies/S. Maddalena – Madleitrn 7b
- ☎ +39 340 231 2 659



PRODOTTI TIPICI LOCALI DAL MASO LONZA HOF

Uova da allevamento ruspante e prodotti di pasta all'uovo.

- 📍 Val Casies/S. Martino – Kopyern 7b
- ☎ +39 349 530 8 937
- 🌐 www.lonza-hof.it



PRODOTTI BIOLOGICI LOCALI DAL PLATZERHOF

Coltivazione biologica di cereali, lamponi e patate.

Vendita di: farine (grano tenero, segale, farro) macinate con il proprio mulino, patate.

- 📍 Tesido – Via del Sole 22
- ☎ +39 392 206 9 858
- 🌐 www.platzerhof.com



REGIOHOF PIETANZE CONTADINE & BOTTEGA L'inverno al Regiohof 2022/23

La nostra BOTTEGA: Frutta da spalmare (70%, 75%, 100%, 120% contenuto di frutta), mostarda di frutta, miele, elisir di montagna, grappe tradizionali, tisane, succhi di frutta e sciroppi, oltre a una piccola e raffinata selezione di vini e Speck contadino originale dell'Alto Adige.

- 📍 Val Casies/S. Maddalena – Via Pater-Haspinger 22/c
- 🕒 Metà settembre, ottobre e da dicembre a marzo:
LU ore 9.00–12.00, VE ore 15.00–18.00
- 📞 Prenotazione gradita.

A novembre e aprile la bottega è chiusa.

- ☎ +39 0474 948 562
- 🌐 www.regiohof.com
- 🌐 Online shop: www.regiohof.com/shop



STACHERHOF TESIDO

Cuociamo nel forno a legna ogni giorno il pane fresco secondo l'antica tradizione. Diversi tipi di pane: pane di segala, baguette, „Vinschgerle“, pane alla frutta, al farro, al kamut e „Schuttelbrot“. Vendita diretta su ordinazione.

- 📍 Tesido – Prati 26
- ☎ +39 340 984 8 836
- 🕒 Visite guidate per un min. di 7 pers. su prenotazione.



GRAVUR DESIGN DANIEL STOLL

Incisioni personali per il regalo individuale in legno, vetro, pelle, dai gioielli in legno di propria produzione fino alla cravatta in legno.

- 📍 Tesido – Prati 45
- 🕒 LU, ME, GI, VE ore 9.00–12.00 e 14.00–17.00,
MA + SA su appuntamento
- ☎ + 39 327 208 4 444
- 🌐 www.gravurdesign.com



TORNITORE JOSEF TASCHLER

Manufatto tradizionale di ciotole e scodelle in cirmolo come pure forme moderne anche per l'uso decorativo in diversi legni aghifoglia nostrani, anche su ordinazione.

- 📍 Val Casies/S. Maddalena – Via Pater-Steinmair 1
- 🕒 Vendita: LU–VE ore 9.00–12.00 e ore 14.00–17.00.
Su appuntamento!
- ☎ +39 0474 948 083



CASEIFICIO WALDSAMER

Lo sapevate che il latte di fieno contiene il doppio di acidi grassi Omega 3 in confronto al latte di silo? Queste e molte altre informazioni le conosceranno gli ospiti del più piccolo caseificio dell'Alto Adige. In una posizione meravigliosa della Valle di Casies, con una vista spettacolare sulle Dolomiti, viene lavorato il nostro latte privo di silo in vari prodotti.

- 📍 Val Casies/S. Maddalena – Madleitn 5
- 🕒 LU, MA, GI, VE, SA ore 9.00–12.00 e 15.00–19.00.
ME + DO chiuso.
- ☎ +39 0474 948 009
- 🌐 www.waldsamerhof.it

INFO A-Z

Le informazioni più importanti per la Vostra vacanza da sogno nella Regione Turistica Val Casies-Monguelfo-Tesido a colpo d'occhio: mobilità, guide alpine, shopping e molto altro ancora! Qualche domanda? Basta contattare gli uffici turistici della Val Casies/S. Martino, Tesido o Monguelfo! Lo staff è volentieri a vostra disposizione personalmente o telefonicamente al numero +39 0474 978 436. Siamo lieti della vostra visita!



AUTOFFICINA | AUTOSOCCORSO BENZINAIO

Garage Edelweiss di Oberhammer Norbert

📍 Monguelfo – Via Pusteria 26

☎ +39 0474 944 186

Oberhammer Renate

📍 Monguelfo – Via Pusteria 2

☎ +39 0474 944 138

BANCA | CAMBIO | BANCOMAT

Cassa Raiffeisen Val Casies

📍 Val Casies/S. Martino – S. Martino 8/B

☎ +39 0474 947 800

Cassa Raiffeisen Tesido

📍 Tesido – Via del Sole 28

☎ +39 0474 947 820

Cassa Raiffeisen Monguelfo

📍 Monguelfo – Via Pusteria 9

☎ +39 0474 944 139

Banca Popolare

📍 Monguelfo – Vicolo della Parrocchia 13

☎ +39 0474 544 750

BIBLIOTECA

Biblioteca Val Casies

📍 Val Casies/S. Martino – S. Martino 12a

🕒 MA ore 9.30–11.30 | ME ore 14.30–17.00
VE ore 16.30–18.00

📍 Val Casies/S. Maddalena – Via Berger 7c

🕒 LU ore 14.30–17.00 | ME ore 16.30–18.00

📍 Val Casies/Colle – Colle di Fuori 5a

🕒 MA ore 14.30–17.00 | GI ore 16.30–18.00

Ogni secondo sabato è aperta una biblioteca diversa.

☎ +39 0474 978785

🌐 www.gsies.eu

Biblioteca Monguelfo

📍 Monguelfo – Via P.-J.-Schwingshackl 3

☎ +39 0474 946 083

🕒 LU ore 14.00–17.00, MA ore 8.00–11.00,
ME ore 8.00–11.00 | ore 16.00–20.00,
GI ore 14.00–16.00
VE ore 8.00–11.00

Biblioteca Tesido

📍 Tesido – Piazza Bruder-Hans-Oberstaller 1

☎ +39 0474 950 015

🕒 MA ore 15.00–17.00, GI ore 8.00–11.00

🌐 biblio.bz.it/welsbergtaisten

BOLLETTINO DEL TRAFFICO

Centrale viabilità provinciale

☎ +39 0471 200 198

🌐 www.provincia.bz.it/traffico

🕒 LU-SA ore 6.00–20.00

DO + festivi ore 7.30–20.00

CENTRO DI RICICLAGGIO

Val Casies - S. Martino

☎ +39 0474 978 232

🕒 MA ore 13.30–16.30 | SA ore 8.00–11.30

Monguelfo

☎ +39 0474 946 012

🕒 MA ore 13.30–15.30 | SA ore 7.30–10.00

FARMACIA

Distribuzione medicinale

📍 Val Casies/S. Martino 10a

☎ +39 0474 948 543

🕒 LU | ME | VE ore 9.00–12.00

Farmacia al Castello

📍 Monguelfo – Via Parrocchia 1a

☎ +39 0474 944 112

🕒 LU-VE ore 8.30–12.30 | ore 15.00–19.00

SAB ore 9.00–12.00 | ore 15.00–18.00

FRANCOBOLLI

In vendita presso l'ufficio postale o

Mittermair mondo shopping a Monguelfo.

GUIDA ALPINA ED ESCURSIONISTICA

Ex Guide Alpine Pusteria

☎ +39 0474 944 660 | +39 348 229 0 640

🌐 www.alpinschule.com

IMPIANTI DI RISALITA

Plan de Coronas

🕒 dicembre–aprile | ore 9.00–17.00

🌐 www.kronplatz.com

Klausberg e Speikboden

🕒 dicembre–aprile | ore 8.30–16.00

🌐 www.skiworldahrntal.com

3 Zinnen Dolomites

Monte Elmo, Funivia Sesto, Cabinovia Versciaco,

3 Cime: Orto del Toro, Croda Rossa, Baranci

🕒 dicembre–aprile

🌐 www.trecime.com

INTERNET/WIFI

Ristorante Pizzeria Binta Pub

📍 Val Casies/Colle – Strada Val Casies 2a

☎ +39 0474 746 024

Biblioteca Monguelfo

📍 Monguelfo – Via P.-J.-Schwingshackl 3

☎ +39 0474 946 083

Dorfcafé

📍 Monguelfo – Piazza S. Margherita 2

☎ +39 0474 944 833

Ristorante Pizzeria Goldener Löwe

📍 Monguelfo – Piazza Centrale 4

☎ +39 0474 944 547

Biblioteca Tesido

📍 Tesido – Piazza Bruder-Hans-Oberstaller 1

☎ +39 0474 950 015

MEDICO

Dott. Gregor Moroder

📍 Val Casies/S. Martino

☎ +39 0474 978 490 | +39 348 7 155 141

Dott.ssa Andrea Kargruber

📍 Monguelfo

☎ +39 0474 921 010

Dott.ssa Claudia Kraller

📍 Monguelfo

☎ +39 0474 944 549

MOBILITÀ IN ALTO ADIGE INFO – HOTLINE

☎ +39 0471 220 880

NOLEGGIO SCI / SCI DI FONDO SERVICE

HUSKI Sports Rental

📍 Val Casies/S. Maddalena – impianto di risalita

📍 Val Casies/Colle – impianto di risalita

📍 Tesido – sciovvia Guggenberg

☎ +39 349 704 6 522

Taschler Sports

📍 Val Casies/Colle – Binta Pub

Gsieser Straße 2a

☎ +39 347 594 4 167

Noleggio sci Hellweger

📍 Monguelfo – Via Pusteria 7

☎ +39 0474 946 007

NUMERI DI EMERGENZA

Numero di emergenza

☎ 112

Carabinieri Monguelfo

☎ +39 0474 944 133

NOLEGGI MACCHINA

Auto Kirchler

📍 S. Candido – Via Pizach 27

☎ +39 0474 913 276

ORARI AUTOBUS E TRENO

Alto Adige (I): www.suedtirolmobil.info

Trenitalia (I): www.trenitalia.com

Deutsche Bahn DB (D): www.deutschebahn.com

Österreichische Bundesbahn (A): www.oebb.at

OSPEDALE

S. Candido

☎ +39 0474 917 111

Brunico

☎ +39 0474 581 111

PRONTO SOCCORSO

Ospedale Brunico

☎ +39 0474 581 200

Ospedale S. Candido

☎ +39 0474 917 140

SANTE MESSE

Val Casies – Monguelfo – Tesido

Consultate l'Ufficio Turistico per ottenere

l'elenco attuale delle Sante Messe.

SCUOLA SCI – SCI DI FONDO**Scuola sci – sci di fondo – snowboard Val Casies**

☎ +39 0474 948 142

Scuola sci – snowboard presso l'impianto di risalita Colle

☎ +39 347 977 3 795

Scuola sci – snowboard Guggenberg

☎ +39 348 355 0 468

Vedi pag. 16

SKIDEPOT**HUSKI Sports Rental**

📍 Val Casies/S. Maddalena – impianto di risalita

☎ +39 349 704 6 522 | info@huskirentals.com

Stazione Monguelfo

☎ +39 0474 978 436

(Informazioni nel ufficio turistico Monguelfo)

STAZIONE**S. Candido**

☎ +39 0474 913 224

🕒 LU–VE ore 08.20–12.15 | ore 13.30–16.45

Brunico

☎ +39 0474 553 623

🕒 LU–SA ore 5.50–19.50, DO | FESTIVI ore 8.55–12.45 | ore 13.45–17.00

Monguelfo

biglietto ottenibile soltanto alla macchinetta

SHOPPING**Piazze piene di vivacità, storie antiche, negozi e locali accoglienti e la particolare cordialità delle persone del posto.**

Orari d'apertura: LU–VE ore 8.30/9.00–12.00 e ore 15.00–19.00, SA ore 8.30/9.00–12.00 e ore 15.00–18.00 (di pomeriggio solo in alta stagione). I panifici la mattina aprono tra le ore 6.30 e le 8.30. Gli orari precisi dei negozi sono apportati all'ingresso dei negozi.

NEGOZI DI ALIMENTARI**Panificio Amhof**

📍 Monguelfo – Piazza Centrale 2

☎ +39 0474 944 052

Panificio Trenker

📍 Monguelfo – Via Parrocchia

☎ +39 0474 944 130

Despar Amhof

📍 Val Casies/S. Martino – S. Martino 11b

☎ +39 0474 978 408

Despar Hellweger

📍 Monguelfo – Piazza S. Margherita 4

☎ +39 0474 946 512

Commercio Naves

📍 Monguelfo – Via Val Pusteria 17

☎ +39 0474 946 128

📍 Val Casies/Colle – Bircha 2

☎ +39 0474 476 958

Commercio Reier

📍 Val Casies/S. Maddalena –

Via S. Maddalena 11b

☎ +39 0474 948 116

Macelleria Hell

📍 Monguelfo – Piazza Centrale 3

☎ +39 0474 944 012

NEGOZI DI ABBIGLIAMENTO**Hellweger Intersport**

📍 Monguelfo – Via Pusteria 7

☎ +39 0474 946 007

Scarpe Hintner

📍 Monguelfo – Via Pusteria 14

☎ +39 0474 944 171

Mittermair Mondo Shopping Welt

📍 Monguelfo – Via Stazione 1

☎ +39 0474 944 380

ARTICOLI DA REGALO, SOUVENIERS & BRICOLAGE**Mittermair Mondo Shopping Welt**

📍 Monguelfo – Via Stazione 1

☎ +39 0474 944 380

Geschenkestube

📍 Monguelfo – Via Paul Troger 1

☎ +39 0474 944 633

Hoppla articoli bricolage e carta

📍 Monguelfo – Via Parrocchia 8

☎ +39 0474 944 128

ALTRI NEGOZI**Ottica Cadore**

📍 Monguelfo – Via Stazione 17

☎ +39 0474 946 035

Hellweger Intersport

📍 Monguelfo – Via Pusteria 7

☎ +39 0474 946 007

Elektro Mairhofer

📍 Monguelfo – Via Paul Troger 4

☎ +39 0474 944 084

Mittermair Mondo Shopping Welt

📍 Monguelfo – Via Stazione 1

☎ +39 0474 944 380

Arredamento Wohnland

📍 Monguelfo – Via Principale 7

☎ +39 0474 944 480

TAXI**Taxi Oberhammer Renate** ☎ +39 0474 944 138**Taxi Seiwald** ☎ +39 0474 948 023**UFFICIO OGGETTI SMARRITI****Polizia Municipale Monguelfo**

☎ +39 0474 946 012

UFFICIO POSTALE

🕒 LUN–VEN ore 8.20–13.45

SAB ore 8.20–12.45

Val Casies/S. Martino – Lahn 1a

☎ +39 0474 978 405

Monguelfo – Via Pusteria 10

☎ +39 0474 944 104

VIGNETTA AUTOSTRADALE

La vignetta autostradale austriaca è in vendita vicino e dopo il confine in ogni chiosco o distributore.

WELLNESS**Hotel La Casies**

📍 Val Casies/S. Maddalena

☎ +39 0474 978 441

Day-Spa solo su prenotazione e scegliendo tra diversi pacchetti

AcquaFun

📍 S. Candido – Via M.-H.-Hueber

☎ +39 0474 916 200

Cron4

📍 Riscone – Im Gelände 26

☎ +39 0474 410 473



Castel Welsperg



GUEST PASS VAL CASIES- MONGUELFO-TESIDO



Via libera in Alto Adige per poi lanciarsi nel divertimento sugli sci, sci di fondo o escursioni invernali. Grazie alla nostra posizione centrale siamo al centro di tutto. La Guest Card è a disposizione degli ospiti che alloggiano presso gli esercizi associati della Società Cooperativa Turistica Val Casies-Monguelfo-Tesido e include gli sconti e le prestazioni turistiche sotto indicate:

- ✔ **Escursioni guidate gratuite o a prezzo ridotto:** escursioni invernali, escursioni con le ciaspole, gite con gli sci da fondo e avventure scialpinismo!
- ✔ **Guida escursionistica** con consigli escursionistici da ritirare presso il vostro gestore.
- ✔ **Bambini < 13,9 anni** partecipano gratuitamente al programma vacanze ed attività.
- ✔ **Uso gratuito delle piste da pattinaggio** in Val Casies e a Tesido.
- ✔ **10% di riduzione sul noleggio sci e sci di fondo** presso Intersport Hellweger a Monguelfo, HUSKI Sports Rental a S. Maddalena, Colle e Tesido e Taschler Sports a Colle.
- ✔ **Riduzione presso la scuola sci e fondo** Val Casies a pag. 16.
- ✔ **Museo LUMEN sul Plan de Corones**, 10% di riduzione sul prezzo dell'ingresso.

UTILIZZO ILLIMITATO GRATUITO DI TUTTI I MEZZI PUBBLICI IN ALTO ADIGE!

- ✔ **autorizza all'uso illimitato degli skibus** in Val Pusteria (compresa la Val Badia)
- ✔ **i treni regionali in Alto Adige** (Brennero-Trento, Malles-San Candido)
- ✔ **gli autobus del trasporto locale** (autobus urbani, extraurbani e citybus)
- ✔ **le funivie** di Renon, Maranza, San Genesio, Meltina e Verano
- ✔ **il trenino del Renon** e la funicolare della Mendola
- ✔ **AutoPostale** Svizzera tra Malles e Müstair

NON AUTORIZZATO:

- ❗ **per i treni Intercity**, Eurocity, Euronight e Eurostar
- ❗ **per i treni** sul tratto Brennero-Innsbruck (A) e San Candido-Lienz (A)
- ❗ **Trasporto di cani ed altri animali**

IL TRASPORTO DI BAMBINI IN CARROZZINA È GRATUITO.

Istruzioni per il trasporto di cani e altri animali:

Per i cani guida per ciechi e gli animali di piccola dimensione che possono essere tenuti in braccio o trasportati in una borsa di dimensioni 70x30x50 cm il trasporto è gratuito. Biglietto di corsa semplice: 15 cent/km o la Mobilcard Junior (1, 3 o 7 giorni)

Utilizzo e sistema di convalida:

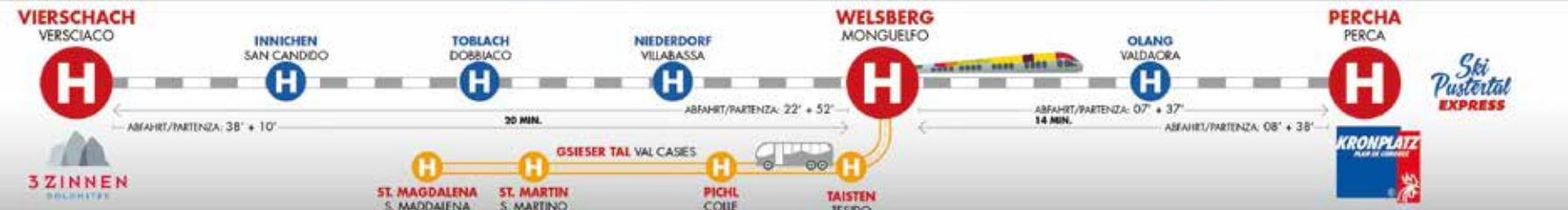
IMPORTANTE: sul retro del biglietto scrivere il nome dell'ospite e il periodo di soggiorno! Il biglietto deve essere convalidato all'inizio di ogni viaggio (prima di salire a bordo se si viaggia in treno – macchinetta blu in stazione); non è necessario indicare il luogo di destinazione. La carta ospiti è valida per sette giorni consecutivi dopo la prima convalidazione.

Il treno si ferma ogni mezz'ora a Monguelfo da dove è possibile raggiungere la Val Casies e Tesido con l'autobus pubblico.



GUEST PASS VAL CASIES-MONGUELFO-TESIDO

Grazie alla nostra posizione centrale siamo nel centro dei comprensori sciistici, dello sci di fondo e delle escursioni invernali! Mobilità gratuita per tutti i nostri ospiti.




Guestnet



Un compagno digitale nell'alloggio
o nella destinazione di vacanza.
gsieser-tal.guestnet.info



↓ INNSBRUCK (A) 



Gsieser Tal Val Casies
Welsberg Monguelfo
Taisten Tesido

