

Schneeschuhwandern Ciaspole

- Zum Schwarzen See, Nauders (A) 1712 m

Aufstieg von Nauders zum Tiefer Gatter auf den Wanderwegen Nr. 5 und Nr. 7. Vom Gatter auf Nr. 5 weiter. Kurz danach rechts abbiegen auf den gebahnten Winterwanderweg – Richtung Groaßmoos – Kreuzmoos. Weiter auf Weg Nr. 9 etwas steiler ansteigend hinauf zum Schwarzen See 1712 m. Anschluss an die Routen Nr. 5 und Nr. 8 mit Abstieg über den Gasthof Riatschhof nach Nauders.
Höhenunterschied: 320 m
Gehzeit: 2 Std.
Schwierigkeit: mittel

- Melager Alm, 1970 m

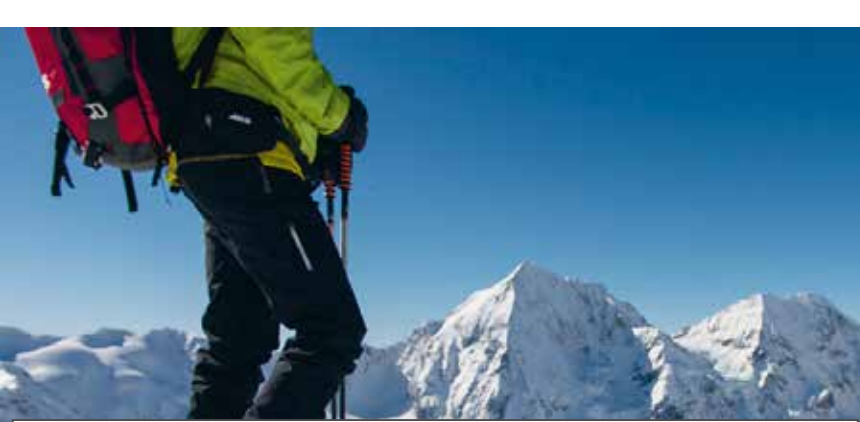
Von Graun nach Melag, am Ende des Langtauferer Tales (Parkplatz). Der Aufstieg erfolgt in der Talsole und führt zur Melager Alm (Jausenstation). Höhenunterschied: 45 m
Gehzeit: 1Std.
Schwierigkeit: mittel



- Zur Furkelhütte

Ausgehend vom Hotel Madatsch in Trafoi der Skiabfahrt folgend bis zur ersten Kehre, dann auf dem Wanderweg Nr. 17 weiter bis zum Kleinboden, anschließend links Richtung Furkelhütte. Höhenunterschied: 600 m
Gehzeit: 2 Std.
Schwierigkeit: mittel
Mit dem Sessellift erreichbar: ja

- Rund um den Stallwieshof

Vom Stallwieshof den Forstweg entlang zur Waldwiese, dem sogenannten Wiesenboden. Nach 15 Min. Gehzeit geht es über eine Senke zum Suchbühel hinauf. Weiter bergauf Richtung Westen trifft man auf den Steig Nr. 23., dem Marteller Höhenweg, der dann auf den Steig Nr. 5 trifft und zum Ausgangspunkt führt. Höhenunterschied: 180 m
Gehzeit: 3 Std.
Höchster Punkt: 1950 m
Schwierigkeit: leicht



- Nachtwandern und Nachtrodeln am Watles  

Escursione e slittata notturna sul Watles

Dal 27 dicembre 2019 al 28 febbraio 2020: ogni venerdì dalle ore 19 alle ore 23. Le piste al Watles sono aperte. Il rifugio Plantapatsch è aperto. La pista di slittino è illuminata. Dislivello: 430 m
Tempo di percorrenza: 1 ore 30 min.
Livello di difficoltà: facile

Scialpinismo

- Äußerer Nockenkopf, 2767 m

Punto di partenza: Roja, 2000 m
Percorso: Da Roja salita per un pendio un po' più ripido, poi su dolci pendii e avvallamenti in direzione ovest fino alla pendenza a sud del Dosso di Fuori. Da qui, tenendosi sulla destra, si attraversa la cresta fino alla cima.
Dislivello: 850 m
Tempo di percorrenza: 2 ore 30 min.
Esposizione: est
Cartina: Tabacco Alta Val Venosta 1:25000
Kompass Val Venosta 1:50000

- Cima di Tella, 2525 m

Punto di partenza: Tubre i. V. M., 1200 m
Percorso: Dalla chiesa parrocchiale si procede la strada fino al maso Egghof (1723 m). Proseguendo lungo un sentiero nel bosco leggermente ripido fino alla malga Tella (2098 m). Si prosegue il sentiero fino al limite del bosco e si raggiunge valico Tella (2358 m). Da lì verso destra in circa mezz'ora si arriva alla cima Tella.
Dislivello: 1300 m
Tempo di percorrenza: 2 ore 30 min.
Cartina: Tabacco Val Venosta Sesvenna 1:25000 N. 044
Kompass Val Venosta 1:50000 N. 52

- Luogo del ritrovamento di Ötzi

Punto di partenza: Grawand (3212 m)
Percorso: Discesa fino al bordo della lingua di destra del ghiacciaio del Giego Alto. Salendo in pendenza il dorso mozzato della morena verso est, si raggiunge il bordo del ghiacciaio. Il tracciato prosegue fino al Hauslabjoch a 3279 m. Dopo una breve discesa si raggiunge la piramide di pietra. La discesa segue il tracciato di salita e la discesa a valle per tornare a Maso Corto. Salita: 700 metri di dislivello, 3 ore

- Monte Upi, 3175 m

Punto di partenza: Gliëßhof Mazia, 1810 m
Percorso: Dal paese di Mazia al maso Gliëßhof e salita fino alla malga Upi – si segue la strada verso sinistra fino ai laghetti e poi fino al versante sud del Monte Upi. Dislivello: 1360 m
Tempo di percorrenza: 4 ore
Cartina: Val Venosta Sesvenna 1:25000 N. 044
Kompass Val Venosta 1:50000 N. 52

- Cima Solda, 3375 m

Punto di partenza: stazione a monte funivia di Solda, 2610 m
Livello di difficoltà: facile
Percorso: Attraverso il ghiacciaio di Solda fino alla cima della punta Solda. Dislivello: 917 m
Tempo di percorrenza: 3 ore
Lunghezza: 2,5 km
Esposizione: nordwest
Salita guidata: Su richiesta presso le scuole alpine del gruppo dell'Ortles
Cartina: Tabacco Regione dell'Ortles 1:25000 N. 08

- Cima Marmotta, 3330 m

Punto di partenza: parcheggio a fondovalle di Solda, 2050 m
Percorso: Dal parcheggio fino al Rifugio Nino Corsi, si prosegue poi a sinistra attraverso un canale fino al fondovalle del Rio Plima, alla Vedretta della Forcola. Si continua in direzione Cevedale, voltando a sinistra verso la Vedretta Alta e verso sud attraverso la vedretta pianeggiante fino all'insellatura sulla destra della cima. Dislivello: 1300 m
Tempo di percorrenza: 4 ore 30 min.
Cartina: Tabacco Ortles Cevedale 1:25000 N. 08
Kompass Val Venosta 1:50000 N. 52

Skitouren

- Äußerer Nockenkopf, 2767 m

Ausgangspunkt: Rojen, 2000 m
Verlauf: Von Rojen Anstieg über einen etwas steileren Hang, weiter über sanfte Mulden und Hänge in westliche Richtung zum Südhang des Nockenkopfs. Von dort, sich rechts haltend, über den Rücken zum Gipfel.
Höhenunterschied: 850 m
Gehzeit: 2Std. 30 Min.
Hangrichtung: Ost
Karte: Tabacco Vinschgauer Oberland 1:25000
Kompass Vinschgau 1:50000
- Tellakopf, 2525 m

Ausgangspunkt: Taufers i. M., 1200 m
Verlauf: Von der Pfarrkirche in Richtung Tellahöfe zum Egghof (1723 m), nordwestlich über einen leicht ansteigenden Waldweg zur Tellaalm (2098 m) weiter, zuerst links, dann rechts über Almwiesen an der Waldgrenze nördlich hoch zum Tellajoch (2358 m). Vom Tellajoch rechts eine halbe Stunde weiter zum Gipfel. Höhenunterschied: 1300 m
Gehzeit: 2 Std. 30 Min.
Karte: Tabacco Vinschgau Sesvenna 1:25000 Nr. 044
Vinschgau 1:50000 Nr. 52
- Ötzi Fundstelle, 3210 m

Ausgangspunkt: Bergstation Grawand (3212 m)
Verlauf: Abfahrt bis am Rande der rechten Hochjochgletscherzunge. Über kupierte Moränenrücken schräg ostwärts aufsteigend erreicht man den Gletscherrand. Der Weg führt über einen weiten Gletscher zum Hauslabjoch auf 3279 m. Nach kurzer Abfahrt erreicht man die Steinpyramide. Die Abfahrt erfolgt über die Aufstiegsroute und über die Talabfahrt zurück nach Kurzras. Höhenunterschied: 700 m; Gehzeit: 3 Std.
- Upikopf, 3175 m

Ausgangspunkt: Glieshof Matsch, 1810 m
Verlauf: Vom Dorf Matsch zum Glieshof und Anstieg zur Upialm – im Linksbogen zu den Upiseen, zum Südhang auf den Upikopf. Höhenunterschied: 1360 m
Gehzeit: 4Std.
Karte: Tabacco Vinschgau Sesvenna 1:25000 Nr. 044
Kompass Vinschgau 1:50000 Nr. 52

- Suldenspitze, 3375 m

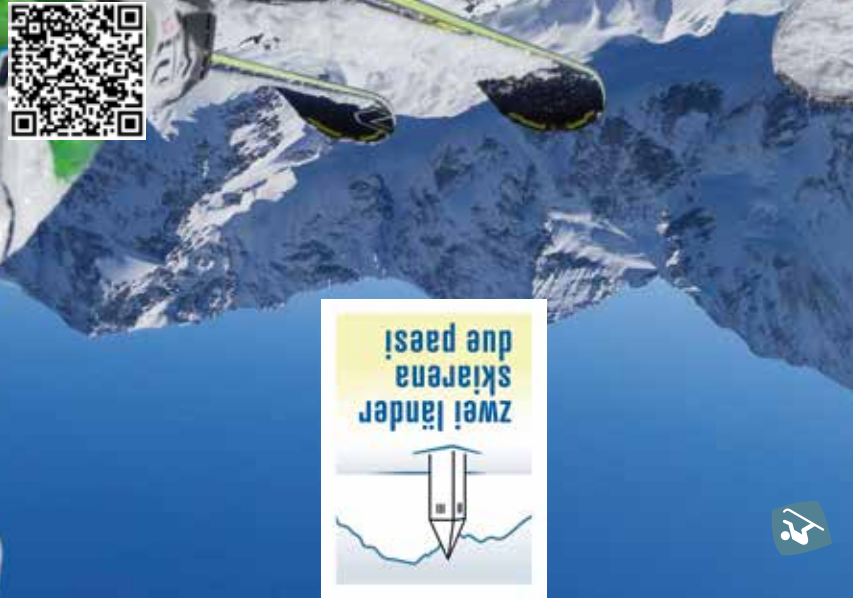
Ausgangspunkt: Bergstation Seilbahn Sulden, 2610 m
Schwierigkeit: leicht
Verlauf: über den Suldengletscher zum Gipfel der Suldenspitze. Höhenunterschied: 917 m
Gehzeit: 3Std.
Länge der Strecke: 2,5 km
Hangrichtung: Nordwest
Führungen: auf Anfrage bei den Alpin-schulen im Ortlergebiet
Karte: Tabacco Ortlergebiet 1:25000 Nr.08
- Köllkuppe/Cima Marmotta, 3330 m

Ausgangspunkt: Parkplatz am Talende des Martelltales, 2050 m
Verlauf: Vom Parkplatz am Ende des Martelltales zur Zufallhütte, links weiter durch die Einengung zum Talboden des Plimbaches und zum Fürkeleferner. Weiter Richtung Zufallspitze, links abbiegen zum Hohenferner und südlich über den flachen Ferner weiter zur Einsattelung rechts vom Gipfel. Höhenunterschied: 1300 m
Gehzeit: 4 Std. 30 Min.
Karte: Tabacco Ortlergebiet 1:25000 Nr. 08
Kompass Vinschgau 1:50000 Nr. 52

HS Hochalpen	AS Alta stagione	HS/AS	NS/BS	NS/BS	HS/AS
7 Tage/giorno	€ 261,50	€ 226,00	€ 144,00	€ 125,50	€ 229,50
6 Tage/giorno	€ 234,50	€ 205,00	€ 128,00	€ 112,50	€ 210,50
5 Tage/giorno	€ 202,00	€ 178,50	€ 110,00	€ 98,00	€ 181,00
4 Tage/giorno	€ 166,50	€ 147,50	€ 90,50	€ 81,00	€ 150,00
3 Tage/giorno	€ 128,50	€ 116,50	€ 71,00	€ 63,00	€ 116,00
2 Tage/giorno	€ 88,00	€ 80,00	€ 48,00	€ 44,50	€ 79,00
€	HS/AS	NS/BS	HS/AS	NS/BS	HS/AS
zwei Länder skirenna	Erwachsene/Adulti	Kindler/Bambini	2003–2011	Senioren/Senior	1957
skirenna due paesi			2003–2011	Senioren/Senior	1957

Süden am Ortler, Trafoi am Ortler, Nauders (A)
Solda all'Ortles, Trafoi all'Ortles, Nauders, Bèlpiano–Malga San Valentino, Wates,

Ein Skipass für 5 Skigebiete
Uno skipass per 5 comprensori sciistici



Vinschgau
Kulturregion in Südtirol
Val Venosta - cultura viva in Alto Adige

Winter Karte Pianta d’inverno



Langlaufkarte Vinschgau/Biglietto di fondo Val Venosta	Erwachsene/Adulti*	€	6,00
Saisonkarte/Abbonamento stagionale**		€	70,00

*Kinder unter 16 Jahren frei
**Fino a 16 anni gratuito
**Bei Vorzeigen der Karte gibt es 50% Ermäßigung auf die Saisonkarte Val Müstair (CH)
**Esibendo la tessera vi verrà riconosciuto uno sconto del 50% sull'abbonamento stagionale Val Müstair (CH)

1	Langtaufers/Melag	15 km c+s
2	Grenzloipe Reschen/Nauders	20 km c+s
3	Nordisches Skizentrum Schling	15 km c+s
4	Val Müstair/Fuidera (CH)	25 km c+s
5	Taufers i. M.	5 km c+s
6	Ortles/Solda	7 km c+s
7	Trafoi	6 km c+s
8	Langlauf- und Biathlonzentrum Martell	12 km c+s

Loipen piste da fondo
Vallelunga/Melago
Anello di fondo Resia/Nauders
Centro sci nordico Slingia
Tubre in Val Monastero
Ortles/Solda
Trafoi
Centro Sci di Fondo e Biathlon Martello
c = classic
s = skating

Langlaufkarte Vinschgau Biglietto di fondo in Val Venosta

Alle Informationen finden Sie auch auf www.vinschgau.net

Tutte le informazioni relative anche su www.venosta.net

Alle Wanderungen, Sehenswürdigkeiten, Ski- und Langlaufgebiete auf einen Blick mit der interaktiven Karte Vinschgau – Terra Raetica auf maps.vinschgau.net

Tutte le escursioni, attrazioni turistiche, comprensori sciistici e per il fondo in un colpo solo con la mappa interattiva Val Venosta – Terra Raetica su maps.vinschgau.net

Aktuelles und Interessantes finden Sie auf unserer Facebook-Seite „Vinschgau entdecken“

visita la nostra pagina Facebook “Val Venosta da scoprire”

Sehenswürdigkeiten/Attrazioni culturali



1 Kirchturm im Reschensee, Graun
Il campanile della chiesa nel lago di Resia, Curon
www.reschenpass.it



2 Ötzi Fundstelle, Schnalstal
Punto di ritrovamento di Ötzi, Val Senales
www.schnalstal.it



3 Stadt Glurns, Glurns
La città di Glorenza, Glorenza
www.ferienregion-obervinschgau.it



4 Kloster St. Johann, Müstair (CH)
Monastero di S. Giovanni, Müstair (CH)
www.muestair.ch



5 MMM Ortles, Suldern
MMM Ortles, Solda
www.messner-mountain-museum.it



6 Besucherzentrum naturtrafoi, Trafoi
Centro visitatori naturtrafoi, Trafoi
www.nationalpark-stelvio.it



7 Besucherzentrum aquaprad, Prad am Stilfserjoch
Centro visitatori aquaprad, Prato allo Stelvio
www.nationalpark-stelvio.it



8 Laaser und Gölflaner Marmor, Laas u. Schlanders
Marmo di Lasa e Covelano, Lasa e Silandro
www.schlanders-laas.it/marmor-laas



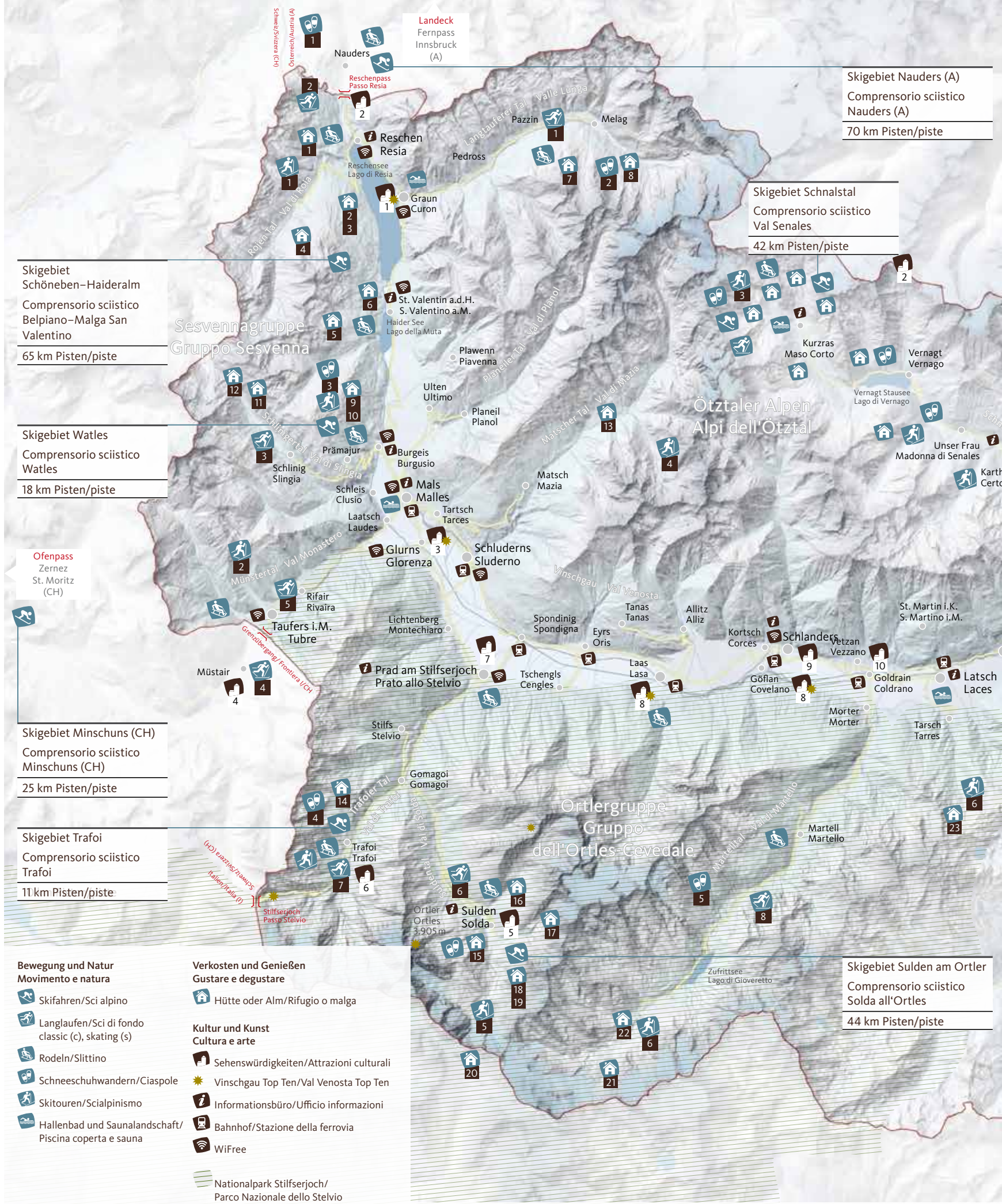
9 Schloss Schlandersburg, Schlanders
Castel Schlandersburg, Silandro
www.schlandersburg.it



10 Schloss Goldrain, Goldrain
Castel Coldrano, Coldrano
www.schloss-goldrain.com



11 Im 11. Jahrhundert erbaut - heute Kulturzentrum des Vinschgaus.
Costruito nell' 11. secolo - oggi centro culturale della Val Venosta.



Reschenpass
Tourismusverein Reschenpass
Associazione Turistica Passo Resia
Reschen/Resia
Tel. +39 0473 63 31 01

Ortler Stelvio National Park
Tourismusverein Ortler
Associazione Turistica Ortles
Suldern/Solda
Tel. +39 0473 61 30 15

Schlanders-Laas
Tourismusverein Schlanders - Laas
Associazione Turistica Silandro - Lasa
Schlanders/Silandro
Tel. +39 0473 73 01 55

Schnalstal-Val Senales
Tourismusverein Schnalstal
Associazione Turistica Val Senales
Schnalstal/Val Senales
Tel. +39 0473 67 91 48

Obervinschgau
Tourismusverein Obervinschgau
Associazione Turistica Alta Val Venosta
Mals/Malles
Tel. +39 0473 83 11 90

Prad am Stilfserjoch
Tourismusverein Prad
Associazione Turistica Prato
Prad/Prato
Tel. +39 0473 61 60 34

Latsch-Martell
Tourismusverein Latsch - Martell
Associazione Turistica Laces - Martello
Latsch/Laces
Tel. +39 0473 62 31 09

Kastellbell-Tschars
Tourismusverein Kastellbell - Tschars
Associazione Turistica Kastellbell - Ciardes
Kastellbell/Castellbello
Tel. +39 0473 62 41 93



5 Skigebiete
*** 52 Liftenlagen**
*** 211 Pistenkilometer**
Alle Preise und Infos unter:
www.vinschgau.net/zwei-laender-skiarena
5 comprensori sciistici
*** 52 impianti di risalita**
*** 211 km di piste**
Prezzi ed informazioni:
www.venosta.net/skiarena-due-paesi

Hütten und Almen/Rifugi e malghe

- | | | |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1 2020 m
Reschner Alm*
Malga Reschner Alm*
Mobil +39 331 5 28 58 18 | 9 2150 m
Bergrestaurant
Plantapatschhütte*
Ristorante Plantapatsch*
Mobil +39 338 3 97 15 43 | 17 2817 m
Madritschhütte
Rifugio Madriccio
Tel. +39 0473 61 30 47 |
| 2 2100 m
Skihaus Schöneben
Rifugio Belpiano
Tel. +39 0473 63 32 11 | 10 2066 m
Höferalm*
Malga Höfer*
Mobil +39 349 4 04 07 52 | 18 2610 m
Bergrestaurant
Seilbahn Sulden
Ristorante Funivia Solda
Tel. +39 0473 61 30 47 |
| 3 2110 m
Bergrest. Schöneben
Ristorante Belpiano
Tel. +39 0473 63 33 33 | 11 1868 m
Schliniger Alm*
Malga di Slingia*
Mobil +39 347 9 77 06 67 | 19 2581 m
Schaubachhütte*
Rifugio Città di Milano*
Tel. +39 0473 61 30 02 |
| 4 1945 m
Skihütte Rojen
Rifugio Roja
Mobil +39 335 1 30 74 42 | 12 2256 m
AVSSchutzhütte Sesvenna*
Rifugio Sesvenna*
Tel. +39 0473 83 02 34
Mobil +39 347 9 54 10 69 | 20 3269 m
Casati Hütte*
Rifugio Casati*
Tel. +39 0342 93 55 07 |
| 5 2120 m
Gasthof Haider Alm
Albergo Malga
S. Valentino
Tel. +39 0473 63 33 33 | 13 2145 m
Matscher Alm*
Malga di Mazia*
Mobil +39 338 1 27 97 17 | 21 2610 m
Marteller Hütte*
Rifugio Marteller Hütte*
Tel. +39 0473 74 47 90
Mobil +39 335 5 68 72 3 |
| 6 1630 m
Restaurant Plagött
Ristorante Plagött
Tel. +39 0473 63 46 63 | 14 2153 m
Restaurant Furkelhütte
Rist. Rifugio Forcola
Tel. +39 335 6 83 01 44 | 22 2265 m
Zufallhütte*
Rifugio Nino Corsi*
Tel. +39 0473 74 47 85
Mobil +39 335 6 30 66 03 |
| 7 2200 m
Masebner Berghütte
Rifugio Maseben
Mobil +39 347 2 23 70 90 | 15 2330 m
Restaurant K2
Ristorante K2
Tel. +39 349 5 99 89 31 | 23 1940 m
Berggasthof Tarscher Alm
Tel. +39 0473 93 22 25
Mobil +39 338 7 27 66 00 |
| 8 1975 m
Melager Alm
Malga Melago
Mobil +39 328 5 38 32 09 | 16 2350 m
Restaurant Kanzel
Ristorante Pulpito
Tel. +39 349 5 72 00 31 | |

* genaue Öffnungszeiten im Urlaubsbegeleiter „Winterzeit“
* periodi d'apertura vedi guida vacanze „Stagione invernale“