

Guida di vacanza My holiday planner

Area vacanze / Holiday Areas

Laces-Val Martello
Castelbello-Ciardes
Silandro-Lasa





Introduzione / Introduction	Prefazione / Foreword	4
Manifestazioni / Events	Manifestazioni settimanali / Weekly events	6
	Tutti gli eventi / Events Overview	24
Escursioni / Hiking	10 Regole / Tips	37
	Navetta / Shuttles	38
	Guide escursionistiche / Hiking guides	39
	Il sistema di segnaletica / Guidance system	40
	Suggerimenti per l'escursioni / Hiking tours	42
Sentieri delle rogge / Irrigation Channel Paths	Val Venosta	54
Mountain bike e ciclismo / and cycling	Regole di base / Basic rules	63
	Bikeshuttles	64
	Noleggio, negozi, scuola / Rental, shops, schools	65
	Il sistema di segnaletica / Guidance system	67
	Escursioni in MTB / tours	68
Sport e tempo libero / Sports and leisure	Sport e tempo libero / Sports and leisure	81
Impianti di risalita / Mountain railways	Contatto, orari di apertura e prezzi / Contact, opening hours and prices	99
Malghe e rifugi / Mountain huts and refuges	Contatto e orari di apertura / Contact and opening hours	105
Cultura / Culture	Laces	113
	Martello	118
	Castelbello-Ciardes	122
	Silandro-Lasa	126
Luoghi di interesse / Places of interest	Val Venosta-Merano-Bolzano	140
Parco Nazionale / National Park	Parco Nazionale / National Park	152
Guida del buongusto / Taste guide	Laces	157
	Martello	162
	Castelbello-Ciardes	165
	Silandro-Lasa	170
Shopping	Laces	175
	Martello	180
	Castelbello-Ciardes	181
	Silandro-Lasa	184
Artigiani & prestatori di servizi / Craftsmen & Service Companies	Altri partner e membri / Other partners & members	193
Mobilità / Mobility	Carte vantaggiose / Advantage Cards	201
	Biglietto ordinario e carta valore / Single ticket and value card	204
	Trasporto di biciclette, animali / transport bicycle, animals / Call Center	207
Servizi & informazioni / Service & Info	Informazioni / Information A-Z	209





Un cordiale benvenuto

Area vacanze Silandro-Lasa, Laces-Val Martello e Castebello-Ciardes

Con 315 giorni di sole gli escursionisti, ciclisti e scalatori troveranno le condizioni ideali per una vacanza attiva. Tra la Comune di Silandro, Laces e Castebello-Ciardes, le creste del Monte Sole e quelle del Monte Tramontana, ai piedi del Parco Nazionale dello Stelvio del Parco Naturale Gruppo di Tessa, si estende uno dei percorsi più vari di tutta l'area alpina: dai sentieri delle rogge, escursioni sul Monte Sole e il Monte Tramontana fino agli escursioni a tema.

L'area vacanze è considerato il paradiso della bike in Val Venosta. I sentieri naturali di Laces conducono dai vitigni al ghiacciaio e viceversa; sorprendente è, inoltre, la magnifica vista della valle.

La Val Venosta in Alto Adige è una valle per buongustai e intenditori di prodotti alimentari genuini. Questa valle dal clima secco è caratterizzata da un clima particolare, con molto sole, vento e scarse precipitazioni, che rendono i prodotti agricoli e le specialità locali davvero unici. Vigne, frutteti e orti d'alta quota, caratterizzano il paesaggio della Val Venosta. Mele, le famose fragole della Val Martello, l'albicoccha Venostana, premiati vini e gli asparagi di Castebello, sono la base della cucina venostana dell'Alto Adige.

Vi auguriamo un soggiorno piacevole ed indimenticabile nell'area vacanze Silandro-Lasa, Laces-Val Martello e Castebello-Ciardes - ANDIAMO FUORI!

Welcome

Holiday Area Silandro-Lasa, Laces-Val Martello and Castebello-Ciardes

With 315 days of sunshine hikers, biker and climbers will find ideal conditions for an active holiday in the Regione/Region Laces-Val Martello. There are trails to suit everyone: undemanding itineraries for the family to explore including the so-called 'Waalwege', themed walks and excursions, guided tours and walks up to the mountain shelters and Alpine huts.

At the entrance to the Martello Valley, Silandro, Laces and Castebello-Ciardes, between the ridges of the Monte Sole mountain and those of the Monte Tramontana just below the Stelvio National Park and the Texel Mountain Nature Reserve, lies one of the most diverse network of paths to be found anywhere in the Alps.

Venosta Valley is a Regione/Region for gourmets and aficionados of unadulterated food. The dry valley is characterized by its very own microclimate, lots of sun and wind without much precipitation. For this reason, agricultural products and specialties mature here that are without parallel. Apples, strawberries from Martello Valley, apricots, prize-winning wines, as well as asparagus from Castebello – all this products are part of the Venosta Valley cuisine.

We wish you a pleasant and unforgettable holiday in the Silandro-Lasa, Laces-Val Martello and Castebello-Ciardes holiday areas - LET'S GO OUT-DOORS!

Associazione turistica Laces-Martello
Piazza Principale 14, 39021 Laces
+39 0473 623 109
info@latsch.it
www.latsch-martell.it

Associazione turistica Castebello-Ciardes
Via Statale 5, 39020 Castebello
+39 0473 624 193
info@kastellbell-tschars.com
www.kastellbell-tschars.com

Associazione turistica Silandro-Lasa
Via Cappuccini 10, 39028 Silandro
+39 0473 730 155
info@schlanders-laas.it
www.schlanders-laas.it





Manifestazioni & eventi

Silandro-Lasa, Laces-Val Martello e Castebello-Ciardes propongono un ricco calendario di eventi di ogni genere: concerti e mostre, usanze tradizionali, degustazioni e guide. Negli seguenti pagine trovate tutti gli manifestazioni ed eventi della Bassa Val Venosta e dintorni.

In Silandro-Lasa, Laces-Val Martello and Castebello-Ciardes events take place all year round: concerts and exhibitions, traditional rituals, convivial gatherings and guided tours. Here you can find a list of all events in the Lower Venosta Valley and surroundings.

Escursioni / Hiking MTB & bici / cycling Degustazione / Tasting Agricoltura / Agriculture
 Famiglia / Family Cultura / Culture Visita guidata / Guided tours Parco Nazionale / National Park

MANIFESTAZIONI SETTIMANALI / WEEKLY EVENTS

LUNEDÌ / MONDAY

Allenamento destrezza su bike / Bike skill training / Aprile-Ottobre / April-October

Idealmente una settimana bike inizia con una formazione tecnica nel Bike Park di Laces.
 The ideal start in your bike week begins with a technique training at the Laces bike park.



Luogo d'incontro/Meeting point: ore 10.00/10a.m.
 Maxx Bike Eldorado (Via Principale 65/A, 39021 Laces)
Durata/Duration: 3 ore/hours
Prezzo/Price: Euro 35,00
Iscrizione/Enrolment: entro le ore 17.00 del giorno precedente / until 5 p.m. the previous day
Contatto/Contact: Maxx Bike Eldorado,
 +39 0473 720 077, www.maxx-bike-eldorado.com,
 info@maxx-bike-eldorado.com

Caccia al tesoro al maso "Oberriederhof" in Val Senales, con degustazione di prodotti del maso-visita in famiglia / aprile-ottobre

Insieme alla vostra famiglia scoprirete giocando molti die segreti del nostro maso biologico "Oberriederhof". Potrete vedere da vicino i nostri animali, accarezzarli, e degustare deliziosi prodotti fatti in casa.



Luogo d'incontro/Meeting point: ore 14.50
 cassa rurale a Madonna di Senales (Madonna di Senales 34, 39020 Val Senales)
Durata/Duration: 2 ore/hours
Prezzo/Price: Euro 15,00 adulti, Euro 10,00 bambini (4-10 anni)
Iscrizione/Enrolment: entro le ore 20.00 del giorno precedente
Contatto/Contact: Oberriederhof,
 +39 0473 66 96 85, +39 335 70 86 786,
 www.oberriederhof.com,
 info@oberriederhof.com

Escursioni in bici / 20.03.-18.11.2023

Pedalar con gusto. Non contano tanto i chilometri e la velocità, quanto il divertimento che proverete pedalando in mezzo alla natura nei dintorni di Naturno. Una gita su due ruote per tutta la famiglia. Partiamo direttamente con le bici da Naturno oppure usando il trenino della Val Venosta, per poi attraversare con la bici la nostra valle varipointa. Il programma dell'escursione è esposto nell'Associazione Turistica oppure nel Suo alloggio.



Luogo d'incontro/Meeting point: ore 10.00 Ötzi-Bike-Academy, (Via Statale 25, 39025 Naturno)
Durata/Duration: 3 ore/hours
Prezzo/Price: Euro 10,00
Iscrizione/Enrolment: entro le ore 17.00 del giorno precedente / until 5 p.m. the previous day
Contatto/Contact: Ötzi-Bike-Academy,
 +39 347 13 00 926, www.oetzi-bike-academy.com,
 info@oetzi-bike-academy.com
Nota/note: noleggio bici e servizio shuttle non compreso

Meditazione nel cuore della natura/Meditation in special places / 27.03.-30.10.2023

Rallentare il ritmo e ridurre lo stress come forme di medicina preventiva? Sì. È dimostrato che gli esercizi di rilassamento favoriscono il benessere fisico e mentale. Tra le varie possibilità vi è il cosiddetto rilassamento muscolare progressivo secondo Jacobson. Semplice e veloce da apprendere, questa tecnica aiuta a sciogliere blocchi generati dallo stress o da situazioni di eccessiva tensione. / Take care of your health by slowing down and reducing stress: relaxation exercises have been shown to increase physical and mental wellbeing. One way is the Jacobson relaxation technique, known as progressive muscle relaxation. The technique is an easy and quickly learned method that helps to relieve tension brought about by stress and overexertion.



Luogo d'incontro/Meeting point: ore 17.00/5 p.m. ufficio turistico Parcines (Via Spauregg 10, 39020 Parcines)
Durata/Duration: 1 ora/hour
Prezzo/Price: Euro 20,00
Iscrizione/Enrolment: entro le ore 17.00 del giorno precedente / until 5 p.m. the previous day
Contatto/Contact: Associazione turistica Castebello-Ciardes, +39 0473 624 193, www.kastellbell-tschars.com, info@kastellbell-tschars.com
Nota/note: Indossare indumenti comodi e adeguati alla temperatura. L'evento si svolge all'aperto con poco movimento!

Shuttle Monte Tramontana-Kreuzbrünnl / 15.05.-03.11.2023

Il shuttlebus che parte dalla fermata centrale dell'autobus a Naturno Vi porta fino al parcheggio „Kreuzbrünnl“, punto ideale per escursioni a piedi e in bicicletta. Su richiesta il bus navetta Vi riporta nel pomeriggio a Naturno.



Luogo d'incontro/Meeting point: Partenza ore 10.00 al parcheggio centro paese di Naturno (39025 Naturno), ritorno ore 16.00 „Kreuzbrünnl“ (Montetramontana Naturno)
Prezzo/Price: Senza bici: Euro 10,00 adulti, Euro 8,00 bambini (6-14 anni). Con bici: Euro 14,00 adulti, Euro 12,00 bambini (6-14 anni). Prezzi per un solo viaggio!
Iscrizione/Enrolment: entro le ore 17.00 del giorno precedente / until 5 p.m. the previous day
Contatto/Contact: Associazione turistica Castebello-Ciardes, +39 0473 624 193, www.kastellbell-tschars.com, info@kastellbell-tschars.com



MARTEDÌ / TUESDAY**Asparagi e vino dell'azienda vinicola "Köfelgut": visita guidata attraverso i campi di asparagi, degustazione di spuntini di asparagi e vini bianchi / 18.04.-30.05.2023**

Durante un'escursione attraverso i campi di asparagi con il coltivatore di asparagi Martin Pohl dell'azienda vinicola „Köfelgut“, imparate tutto sulla coltivazione e la qualità degli asparagi, su come il meteo influisce sul gusto e molto altro ancora. Successivamente degustate vari vini di asparagi e spuntini a base di asparagi.



Luogo d'incontro/Meeting point: ore 14.00 ufficio turistico Castelbello (Via Statale 5, 39020 Castelbello-Ciardes)
Durata/Duration: 1,5 ore/hours
Prezzo/Price: Euro 16,00, bambini (0-16 anni) gratuiti
Iscrizione/Enrolment: entro le ore 17.00 del giorno precedente / until 5 p.m. the previous day
Contatto/Contact: Associazione turistica Castelbello-Ciardes, +39 0473 624 193, www.kastelbell-tschars.com, info@kastelbell-tschars.com

Bikeshuttle da Naturno a Glorenza o a Curon, sul Lago di Resia / 07.03.-14.11.2023

Un confortevole pullmann Vi prera con la vostra bici als seguito, fino a Glorenza o a Curon sul Lago di Resia! Godetevi poi una bellissima discesa panoramica con la vostra bici lungo la pista ciclabile della Val Venosta. Chi non dovesse possedere una bici, può noleggiarla direttamente presso i noleggi bici del paese o presso i punti noleggio della ferrovia della Val Venosta.



Luogo d'incontro/Meeting point: 09.45 parcheggio del cimitero (39025 Naturno)
Prezzo/Price: Bikeshuttle Glorenza: Euro 15,00 adulti, Euro 12,00 bambini (6-14 anni) Bikeshuttle Curon: Euro 20,00 adulti, Euro 17,00 bambini (6-14 anni)
Iscrizione/Enrolment: entro le ore 17.00 del giorno precedente / until 5 p.m. the previous day
Contatto/Contact: Associazione turistica Castelbello-Ciardes, +39 0473 624 193, www.kastelbell-tschars.com, info@kastelbell-tschars.com

Corso d'arrampicata per bambini da 7-14 anni / 28.03.-07.11.2023

I bambini imparano ad arrampicarsi sotto l'istruzione di una guida alpina abilitata, sulla palestra di roccia "Burgstallknott" di Parcines! Minori devono essere accompagnati da un adulto.

Nota/note: Da portare: scarpe da trekking o da ginnastica, abbigliamento comodo, protezione solare e bevande. Noleggio gratuito dell'attrezzatura!



Luogo d'incontro/Meeting point: marzo-novembre ore 14.00, maggio-settembre ore 17.00 ufficio turistico Parcines (Via Spauregg 10, 39020 Parcines)
Durata/Duration: 2 ore/hours
Prezzo/Price: Euro 15,00
Iscrizione/Enrolment: entro le ore 17.00 del giorno precedente / until 5 p.m. the previous day
Contatto/Contact: Associazione turistica Castelbello-Ciardes, +39 0473 624 193, www.kastelbell-tschars.com, info@kastelbell-tschars.com

Informare il pane al maso Niederwieshof

Assaporate vecchie e nuove ricette per la preparazione del pane e immergetevi nelle tradizioni contadine

Luogo d'incontro/Meeting point: ore 14.00 al maso Niederwieshof / Zp.m. Niederwieshof (Masi di fuori 5, 39021 Morter)
Durata/Duration: 3 ore/hours
Prezzo/Price: Euro 25,00
Iscrizione/Enrolment: entro le ore 17.00 del giorno precedente / until 5 p.m. the previous day
Contatto/Contact: Niederwieshof, +39 388 9884302, niederwies@hotmail.com

Discesa in corda lungo la cascata di Parcines / 28.03.-07.11.2023

In compagnia di un esperta guida alpina calarsi nel vuoto è un'impresa tutt'altro che impossibile. Perfettamente assicurati, si scende sul lato destro della cascata di Parcines per svariate lunghezze di corda, superando un dislivello di quasi 100 m. E attenzione: l'ultimo tratto si percorre sospesi a mezz'aria!



Luogo d'incontro/Meeting point: Marzo-novembre ore 10.00, maggio-settembre ore 13.30 fermata dell'autobus al ristorante „Wasserfall“ (39020 Parcines)
Durata/Duration: 2,5 ore/hours
Prezzo/Price: Euro 50,00 da 7 anni
Iscrizione/Enrolment: entro le ore 17.00 del giorno precedente / until 5 p.m. the previous day
Contatto/Contact: Associazione turistica Castelbello-Ciardes, +39 0473 624 193, www.kastelbell-tschars.com, info@kastelbell-tschars.com
Nota/note: Abbigliamento comodo ed adeguato alle temperature e scarponi robusti. In caso di vento forte e durante il periodo di scioglimento della neve all'inizio dell'estate, consigliamo di portare un cambio di vestiti.

Escursione e degustazione di vini biologici nel vigneto della cantina „Lehengut“ / 05.09.-14.11.2023

Dopo un'escursione lungo la strada del vino „Via Vinum Venostis“, insieme a Plack Thomas della cantina „Lehengut“, si va direttamente al vigneto. Vengono degustati un totale di 4-5 vini. La particolarità di questo è che i vini vengono degustati direttamente nel vigneto in cui viene coltivata la rispettiva varietà. Alla fine del tour c'è una deviazione alla cantina.



Luogo d'incontro/Meeting point: ore 14.00 ufficio turistico Castelbello (Via Statale 5, 39020 Castelbello-Ciardes)
Durata/Duration: 2 ore/hours
Prezzo/Price: Euro 14,00, gratuito per bambini sotto i 16 anni
Iscrizione/Enrolment: entro le ore 17.00 del giorno precedente / until 5 p.m. the previous day
Contatto/Contact: Associazione turistica Castelbello-Ciardes, +39 0473 624 193, www.kastelbell-tschars.com, info@kastelbell-tschars.com

Fioritura & api – Le date saranno annunciate più avanti / Apple blossom & bees – dates to be announced soon

Immergiti nel mondo delle api e della fioritura dei meli con milioni di fiori che coprono l'area vacanze come un velo bianco. Durante la visita guidata puoi ricevere informazioni interessanti sulla melicoltura nonché sulla vita e sul lavoro dell'apicoltore. Successivamente puoi degustare diversi prodotti delle api.

Immerse yourself in the world of bees and the apple blossom with millions of white flowers that cover the holiday area like a white veil. During the guided tour you will learn interesting facts about apple cultivation and about the life and work of a beekeeper. Afterwards you can taste different bee products.

Luogo d'incontro/Meeting point: 09.30/9.30a.m. Imkerei Pichler (Obermühlweg 5, 39021 Tarres)
Prezzo/Price: Euro 5,00
Iscrizione/Enrolment: entro le ore 17.00 del giorno precedente / until 5 p.m. the previous day
Contatto/Contact: Associazione turistica Laces-Val Martello / Tourist office Laces-Val Martello, +39 0473 623 109, info@latsch.it
Info: Vi muovete nell'habitat delle api, quindi vi chiediamo di comportarvi in modo rispettoso e corretto. / You are moving in the bees' habitat, so we ask you to behave respectfully and properly.
Max. Partecipanti/Participants: 20 persone/people

In gita intorno ai meleti del maso „Moarhof“ / 28.03.-14.11.2023

Insieme alla nostra ambasciatrice di mele Maria, vi invitiamo a un'emozionante visita guidata attraverso i meleti. Maria ti mostra il percorso della mela dal fiore alla raccolta e quali fasi di lavoro sono coinvolte in modo interessante. L'esperienza si conclude con una degustazione delle più apprezzate varietà di mele altoatesine. Naturalmente non dovrebbe mancare un piccolo regalo per la casa.



Luogo d'incontro/Meeting point: ore 15.30 ufficio turistico Castelbello (Via Statale 5, 39020 Castelbello-Ciardes)
Durata/Duration: 2 ore/hours
Prezzo/Price: Euro 5,00
Iscrizione/Enrolment: entro le ore 17.00 del giorno precedente / until 5 p.m. the previous day
Contatto/Contact: Associazione turistica Castelbello-Ciardes, +39 0473 624 193, www.kastelbell-tschars.com, info@kastelbell-tschars.com

Laboratorio sulle erbe selvatiche / 28.03.-24.10.2023

Per Rosmarie Weithaler e Anita Waldner le erbe selvatiche non hanno segreti. Sarà lei a guidarvi in una lezione e una degustazione del tutto particolari, in cui apprenderete utili nozioni e curiosità dettagli sull'uso e l'applicazione delle varie specie. Le proprietà preventive e curative delle piante sono note e sfruttate da tempi remoti. Attingendo da questo antico sapere, Rosmarie (o Anita) vi svelerà i trucchi della preparazione di un benefico unguento a base di consolida o di un shampoo delicato o di un liquore alle erbe ricco di personalità.



Luogo d'incontro/Meeting point: ore 10.00 Apiario Rabla (Via Gerold, 39020 Rabla)
Durata/Duration: 2 ore/hours
Prezzo/Price: Euro 30,00
Iscrizione/Enrolment: entro le ore 17.00 del giorno precedente / until 5 p.m. the previous day
Contatto/Contact: Associazione turistica Castelbello-Ciardes, +39 0473 624 193, www.kastelbell-tschars.com, info@kastelbell-tschars.com

Shuttle Naturno-Schartegg/Monte Tramontana / 02.05.-31.10.2023

Tutti i martedì un bus navetta Vi porta fino al parcheggio „Schartegg“ sul Monte Tramontana, punto di partenza ideale per escursioni come la malga Marzon, la malga di Tablà, il laghetto Zirmtal e fino alle malghe del Monte Tramontana di Naturno. I mountain-biker possono scoprire le nuove aree di tutto il Monte Tramontana partendo dal parcheggio "Schartegg".



Luogo d'incontro/Meeting point: Partenza: ore 10.00 fermata dell'autobus nel centro di Naturno (39025 Naturno), partenza Ciardes: ore 10.10 al ristorante "Kesslwirt", Ritorno: ore 16.00 dal parcheggio „Schartegg“ (Monte Tramontana)
Prezzo/Price: Senza bici: Euro 10,00 adulti, Euro 8,00 bambini (6-14 anni). Con bici: Euro 14,00 adulti, Euro 12,00 bambini (6-14 anni). Prezzi per un solo viaggio!
Iscrizione/Enrolment: entro le ore 17.00 del giorno precedente / until 5 p.m. the previous day
Contatto/Contact: Associazione turistica Castelbello-Ciardes, +39 0473 624 193, www.kastelbell-tschars.com, info@kastelbell-tschars.com

Visita storico-culturale di Silandro / Aprile-Ottobre

Visita della chiesa parrocchiale Maria Assunta, municipio, castello Silandro con la mostra di Menhir e chiesa dell'ospedale.



Luogo d'incontro: ore 10.00 Ufficio di informazioni Silandro (Via Cappuccini 10, 39028 Silandro)
Durata: 2 ore
Prezzo: Euro 6,00
Iscrizione: entro le ore 09.00
Contatto: Associazione turistica Silandro-Lasa +39 0473 730 155, www.schlanders-laas.it, info@schlanders-laas.it

Viaggio nel mondo del marmo / Metà Luglio a Metà Settembre

Presentazione e visione di un filmato-documentario nell'edificio della stazione ferroviaria, visita all'officina del marmo "Mayr", visita allo stabilimento della "Lasa Marmo", prosecuzione verso il paese e breve sosta all'abside della chiesa parrocchiale, conclusione della visita guidata sulla piazza principale.



Luogo d'incontro/Meeting point: ore 14.45 stazione ferroviaria di Lasa
Durata/Duration: 2 ore/hours
Prezzo/Price: Euro 11,00, Euro 5,00 per bambini fino 12 anni
Iscrizione/Enrolment: prenotazione necessaria: telefonica o con il modulo di registrazione sul sito www.marmorplus.it
Contatto/Contact: Marmorplus, +39 347 40 95 404, www.marmorplus.it, info@marmorplus.it



MARTEDÌ + VENERDÌ / MONDAY + FRIDAY**Cavalare, giocare & divertimento/Horse riding, play & fun / Maggio-Ottobre/May-October**

Presso la Rona Ranch in Val Martello puoi aspettarti cavalli felici di un'ampia varietà di razze che sono tenuti in modo adeguato alla specie. La nostra azienda a conduzione familiare offre una varietà di attività per grandi e piccoli. / At the Rona Ranch in Val Martello, you can expect happy horses from a wide variety of breeds that are kept in a species-appropriate manner. Our family-run business offers a variety of activities for young and old.

Luogo d'incontro/Meeting point: ore 16.00 / 4 p.m., Rona Ranch (39020 Martello)
Durata/Duration: 2 ore/hours
Contatto/Contact: Hotel Martellerhof, +39 0473 744 528, +39 339 62 63 866

MARTEDÌ + GIOVEDÌ + DOMENICA / TUESDAY + THURSDAY + SUNDAY**Tour panoramico dal Lago di Resia a Laces / Panoramic tour from Lake Resia to Laces / Aprile-Novembre / April - November**

Il tour panoramico del Lago di Resia è uno dei più bei tour in bicicletta della Val Venosta. Cavalcando lungo il Lago di Resia, sempre l'Ortles, Cima del Re e Cevedale davanti agli occhi. The panoramic tour of Lake Resia is one of the most beautiful bike tours in the Vinschgau Valley. Riding along Lake Resia, always the Ortler, the Königspitze and the Cevedale in front of your eyes.



Luogo d'incontro/Meeting point: ore 09.45/09.45a.m. Maxx Bike Eldorado (Via Principale 65/A, 39021 Laces)
Durata/Duration: 4 ore/hours
Prezzo/Price: Euro 20,00
Iscrizione/Enrolment: entro le ore 17.00 del giorno precedente / until 5 p.m. the previous day
Contatto/Contact: Maxx Bike Eldorado, +39 0473 720 077, www.maxx-bike-eldorado.com, info@maxx-bike-eldorado.com

MARTEDÌ + GIOVEDÌ + VENERDÌ + SABATO / TUESDAY + THURSDAY + FRIDAY + SATURDAY**Tour guidata di MTB Enduro & Single Trail / Guided MTB enduro Tour & Single Trail**

Scoprite i trail della Val Venosta in una delle tour guidate. I guide vi mostreranno i luoghi più belli, i sentieri scorrevoli e i posti gustosi in cui fermarsi. / Experience the trails of the Val Venosta on one of the guided tours. The experienced guides will show you the most beautiful place, flowing trails and the tastiest places to stop. www.bikereldorado.com



Luogo d'incontro/Meeting point: Maxx Bike Eldorado (Via Principale 65/A, 39021 Laces)
Prezzo/Price: Euro 35,00 (Shuttle/Funivia/Cablecar esclusivo/exclusive)
Iscrizione/Enrolment: entro le ore 17.00 del giorno precedente / until 5 p.m. the previous day
Contatto/Contact: Maxx Bike Eldorado, +39 0473 720 077, www.maxx-bike-eldorado.com, info@maxx-bike-eldorado.com

MERCOLEDÌ / WEDNESDAY**Presentazione dello speck con degustazione a Silandro / 07.06. / 12.07. / 19.07. / 09.08. / 23.08. / 13.09. / 18.10.23**

Presentazione dello speck da parte del nostro esperto Othmar e successiva degustazione e vendita diretta. Degustate il nostro sapore Speck Alto Adige IGP nonché il nostro prodotto Premium OLTSPECK e scoprite fatti e curiosità sulla produzione tradizionale dello speck - un'esperienza di gusto e piacere per veri buongustai! Apprezzate dell'occasione per conoscere anche la nostra selezione di prosciutti e salumi e per acquistare le specialità di casa Recla ad un prezzo conveniente. Nel nostro assortimento troverete anche vini, Schüttelbrot e formaggi: ideali per il pranzo al sacco, una merenda in compagnia o come regalo da portare agli amici.

Luogo d'incontro/Meeting point: ore 15.30 nel negozio Recla (Zona produttiva 2, 39028 Vezzano)
Durata/Duration: 15.30-16.00
Prezzo/Price: Euro 3,00
Iscrizione/Enrolment: 2 giorni prima
Contatto/Contact: Associazione turistica Silandro-Lasa, +39 0473 730 155, www.silandro-lasa.it, info@silandro-lasa.it

Bike Park-Corso di tecnica per bambini e ragazzi / Marzo-Novembre

Bike Park-Corso di tecnica per bambini e ragazzi



Luogo d'incontro/Meeting point: ore 16.30 Ötzi Bike Academy (Via Statale 25, 39025 Naturno)
Durata/Duration: 1,5 ore/hours
Prezzo/Price: Euro 15,00
Iscrizione/Enrolment: entro le ore 17.00 del giorno precedente / until 5 p.m. the previous day
Contatto/Contact: Ötzi-Bike-Academy, +39 947 13 00 926, www.oetzi-bike-academy.com, info@oetzi-bike-academy.com
Nota/Note: Per bambini e ragazzi da 10 a 16 anni

Bikeshuttle da Naturno a Glorenza o a Curon, sul Lago di Resia / 31.05.-27.09.2023

Un confortevole pullman Vi porterà con la vostra bici al seguito, fino a Glorenza o a Curon sul Lago di Resia! Godetevi poi una bellissima discesa panoramica con la vostra bici lungo la pista ciclabile della Val Venosta. Chi non dovesse possedere una bici, può noleggiarla direttamente presso i noleggi bici del paese o presso i punti noleggio della ferrovia della Val Venosta.



Luogo d'incontro/Meeting point: 10.00 parcheggio del cimitero (39025 Naturno)
Prezzo/Price: Bikeshuttle Glorenza: Euro 15,00 adulti, Euro 12,00 bambini (6-14 anni) Bikeshuttle Curon: Euro 20,00 adulti, Euro 17,00 bambini (6-14 anni)
Iscrizione/Enrolment: entro le ore 17.00 del giorno precedente / until 5 p.m. the previous day
Contatto/Contact: Associazione turistica Castelbello-Ciardes, +39 0473 624 193, www.kastelbell-tschars.com, info@kastelbell-tschars.com

Dal campo al piatto - visita al vivaio Kartheingut / 03.05.-25.10.2023

La visita al vivaio di Kartheingut comprende un breve viaggio attraverso la variegata varietà di ortaggi locali. Imparerai anche cos'è il termine "orticoltura" e come vengono coltivate le verdure. Alla fine del tour puoi assaggiare le verdure appena raccolte con salsa fatte in casa e ottenere tutte le informazioni privilegiate.



Luogo d'incontro/Meeting point: ore 10.00 (Via Pedrui, 39020 Ciardes)
Durata/Duration: 2 ore/hours
Prezzo/Price: Euro 14,00 adulti, Euro 8,00 bambini (5-16 anni)
Iscrizione/Enrolment: entro le ore 17.00 del giorno precedente / until 5 p.m. the previous day
Contatto/Contact: Associazione turistica Castelbello-Ciardes, +39 0473 624 193, www.kastelbell-tschars.com, info@kastelbell-tschars.com

Cucina i piatti primaverili della Val Venosta / Cooking spring dishes from Val Venosta 12.04-24.05.2023

Con la contadina Monika ci immergiamo nell'arte culinaria dei piatti primaverili della Val Venosta. Grazie ai suoi consigli e alle sue ricette puoi cucinare i piatti primaverili della tua vacanza anche a casa. Immerse yourself in the culinary art of Val Venosta's spring dishes together with farmwoman Monika. Thanks to her tips and recipes you can cook the spring dishes of your holiday at home as well.

Luogo d'incontro/Meeting point: ore 14.00 / 2p.m. Niederwieshof (Vorhöfe 16, 39021 Morter)
Prezzo/Price: Euro 20,00 più il costo delle merci/plus cost of goods
Iscrizione/Enrolment: entro le ore 17.00 del giorno precedente / until 5 p.m. the previous day
Max. Partecipanti/Participants: 12 persone/people
Contatto/Contact: Associazione turistica Laces-Val Martello / Tourist office Laces-Val Martello, +39 0473 623 109, info@latsch.it

Dalla vigna alla cantina! Escursione e degustazione di vini presso la cantina „Rebhof“ / 29.03.-15.11.2023

„Una bella goccia non dovrebbe mancare in nessuna situazione della vita „è il motto dell'azienda vinicola „Rebhof“. Che si tratti di vino bianco, rosato o rosso, ognuno al „Rebhof“ hai i suoi gusti. Durante un'escursione in vigna imparerai molto sulla viticoltura locale e sui metodi di coltivazione. Poi si va al „santuario“ del vignaiolo, la sua cantina. Qui si degustano diversi vini della Val Venosta con „Schüttelbrot“ e formaggio



Luogo d'incontro/Meeting point: ore 15.30 azienda vinicola "Rebhof" (Via Romana 23, 39020 Colsano)
Durata/Duration: 1,5 ore/hours
Prezzo/Price: Euro 14,00, bambini (0-16 anni) gratuiti
Iscrizione/Enrolment: entro le ore 17.00 del giorno precedente / until 5 p.m. the previous day
Contatto/Contact: Associazione turistica Castelbello-Ciardes, +39 0473 624 193, www.kastelbell-tschars.com, info@kastelbell-tschars.com

Escursione delle marmotte / Marmot Hiking Tour / 31.05-20.09.2023

Alla scoperta delle marmotte! Nel Parco Nazionale dello Stelvio, guidati dai loro fischi, ammireremo questi ed altri animali selvatici in azione. Ideale per famiglie! To the discovery of marmots! In the Stelvio National Park, guided by their whistles, we will admire these and other wild animals in action. Ideal for families!

Luogo d'incontro/Meeting point: ore 09.30/9.30 a.m., Centro visite/Visitor Center culturamartell (Trattla/Tranasaqua, 39020 Martello)
Durata/Duration: 6 ore (tempo di percorrenza 3 ore) 6 hours (thereof 3 hours walking time)
Prezzo/Price: Euro 5,00
Iscrizione/Enrolment: entro le ore 17.00 del giorno precedente / until 5 p.m. the previous day
Contatto/Contact: Nationalparkhaus culturamartell, +39 0473 745 027, www.nationalpark-stelvio.it, info@kulturamartell.com

Meet & touch the Lama - Schnupperore/hours / Juni-Ende Oktober

Ore avventurose attendono i nostri visitatori nel paradiso del lama nell'Alta Val Martello. Potrai conoscere questi animali gentili e curiosi, avvicinarli a loro accarezzandoli, pettinandoli e dandogli da mangiare e poi, se lo desideri, condurli tu stesso al guinzaglio attraverso i prati e le foreste del Parco Nazionale durante una breve passeggiata di trekking dopo l'allenamento nella corsa ad ostacoli. I bambini più piccoli possono condurre un animale al guinzaglio nell'area protetta. La sensazione indiana nel tepee è al top. Naturalmente, c'è abbastanza tempo per le foto e i video con i nostri „colli lunghi“!

Luogo d'incontro/Meeting point: ore 10.30 / 10.30a.m. Recinto del lama del Parco Nazionale a Thial, Alta Val Martello / enclosure of the National Park llamas in Thial, Upper Martell Valley
Durata/Duration: 1,5-2 Ore/hours
Prezzo/Price: Euro 15,00 / Euro 40,00 per famiglia/family
Iscrizione/Enrolment: entro le ore 17.00 del giorno precedente / until 5 p.m. the previous day
Contatto/Contact: Claudia Kuenz Nationalpark Lamas, +39 320 2145 209, www.nationalpark-lamas.it
Nota/Note: Soggetto a modifiche! In caso di maltempo il tour sarà rimandato! / In case of bad weather the tour will be postponed!



Adventure hours await our visitors in the Lama Paradise in the Upper Martell Valley, the summer quarters of the National Park New World cades. Here you can get to know these gentle, curious animals, get very close to them while petting, combing and feeding them and, if you wish, lead them yourself on a leash through the meadows and forests of the National Park during a short trekking walk after instruction in the obstacle course. Smaller children may lead a llama on a leash in the secured area. Indian feeling in the tipi tent is on top. Of course there will be enough time for photos and videos with our loving 'long-necks'

**Rafting per i nostri piccoli ospiti / Rafting for Children / Maggio-Settembre / May-September**

Avventura e divertimento durante un'escursione in gommone sul fiume Adige da Castelbello a Naturno con guida certificata. Adventure and fun during a rafting tour on the Adige river from Castelbello to Naturno accompanied by a certified guide.

Luogo d'incontro/Meeting point: ore 13.00/ 1p.m. Aquaterra (Via della Rena 2, 39020 Castelbello)
Durata/Duration: 2 ore/hours
Prezzo/Price: Euro 35,00 adulti/adults, Euro 25,00 bambini/kids
Iscrizione/Enrolment: entro le ore 17.00 del giorno precedente / until 5 p.m. the previous day
Contatto/Contact: Aquaterra, +39 0473 720 042, +39 336 61 13 360, www.aquaterra.it, info@aquaterra.it



Sparare come un biathleta / Shoot like a biathlete / 01.06-31.10.2022

Il centro biathlon nella bassa Val Martello a 1.700 metri di altitudine è uno dei centri più moderni e con neve garantita in tutto l'arco alpino. È un campo di addestramento e sede di gare nazionali e internazionali.

The Biathlon Centre at the far end of the Martell valley is located at 1,700m. It is one of the most modern biathlon centres in the Alpine region. It is a training camp and venue for national and international competitions. A guided shooting and training session with a small-bore rifle will introduce you to the fascinating world of biathlon.

Luogo d'incontro/Meeting point: ore 10.00 / 10 a.m. Centro Biathlon / Biathlon Center (Malga Grogg, 39020 Martello)

Durata/Duration: 1 ora/hour

Prezzo/Price: Euro 18,00 adulti/adults, Euro 15,00 bambini/kids

Iscrizione/Enrolment: entro le ore 17.00 del giorno precedente / until 5 p.m. the previous day

Contatto/Contact: Regionalentwicklungsgenossenschaft 38 Martell, +39 0473 745 509, www.biathlon-martell.com, info@biathlon-Martell.com

Visita guidata del giardino di erbe aromatiche con degustazione / Guided herb garden tour with tasting

Immergetevi nel giardino delle erbe della signora Stieger per ricevere informazioni interessanti sulle erbe aromatiche, sulla loro lavorazione e sui loro benefici. L'esperta di erbe vi offrirà diversi prodotti a base di erbe fatti in casa da degustare. Immerse yourself in Ms Stieger's herb garden and learn interesting facts about herbs, their processing and their benefits. The herb expert will offer you different herbal products to taste.

Luogo d'incontro/Meeting point: area bus / bus stop ore 15.00/3p.m. (Meiern, 39020 Martello)

Prezzo/Price: Euro 5,00

Iscrizione/Enrolment: entro le ore 17.00 giorno dell'evento/until 5p.m. day of the event

Contatto/Contact: Casa del parco nazionale culturamartell, +39 0473 745 027, www.nationalpark-stelvio.it, info@culturamartell.com

Visita culturale / Aprile-Ottobre / April-October

Visita guidata della Chiesa di San Nicolò, Chiesa Parrocchiale, Chiesa Santo Spirito, Chiesa di Nostra Signora al Colle. Guided tour of the San Nicolò church, Parish church, church Santo Spirito and the church of Nostra Signora al Colle.



Luogo d'incontro/Meeting point: ore 10.00 / 10 a.m. Associazione turistica Laces-Martello (Via Principale 38/A, 39021 Laces)

Durata/Duration: 2 ore/hours

Prezzo/Price: Euro 5,00

Iscrizione/Enrolment: entro le ore 09.00 giorno dell'evento/until 9a.m. day of the event

Contatto/Contact: Associazione turistica Laces-Martell, +39 0473 623 109, www.latsch-martell.it, info@latsch.it

Visita della MIVOR / MIVOR Tour / 22.02-12.07.2023

Immergetevi nel mondo delle mele e apprendete informazioni interessanti sulla raccolta, la lavorazione, il confezionamento e la commercializzazione delle mele della Val Venosta. Immerse yourself in the world of apples and learn interesting facts about the harvesting, processing, packaging and marketing of Val Venosta apples.

Luogo d'incontro/Meeting point: ore 14.00/2p.m. Ingresso principale/Main entrance (Zona Industriale 7, 39021 Laces)

Iscrizione/Enrolment: entro le ore 11.00 / until 11a.m.dell'evento; Partecipanti minimi/Minimum participants: 6 persone/persons

Contatto/Contact: Associazione turistica Laces-Martello, +39 0473 623 109, info@latsch.it

Walk the Lama - facile tour di trekking di mezza giornata /

Walk the Lama - easy half day trekking tour Giugno-Ottobre/June-October

La nostra guida di trekking Florian - chiamato Llamero in Sud America - ti accoglie nel paradiso dei lama e ti dà un'idea delle basi dell'allevamento dei lama, così come delle abitudini e delle caratteristiche di questi simpatici animali. Dopo alcuni esercizi nel percorso ad ostacoli, cammineremo insieme ai nostri lama attraverso il parco nazionale e potrete godere della loro calma e bonarietà mentre li conduceate al guinzaglio. In seguito gli animali possono rilassarsi fino a quando le saliscie sono pronte sul barbecue e i piccoli possono sgranare con il tiro con l'arco e i giochi nel tepee indiano.

Our trekking guide Florian - called Llamero in South America - welcomes you in the llama paradise and gives you an insight into the basics of llama keeping as well as the habits and characteristics of these friendly animals. After some exercises in the obstacle course, we will walk together with our llama through the stelvio national park and you may let yourselves be touched by their calmness and good-naturedness while you lead them on the leash. Afterwards, the adults can relax until the sausages are ready and the little ones can practice archery and play in the Indian tepee.



Luogo d'incontro/Meeting point: ore 14.00 / 2p.m. Recinto dei lama del Parco Nazionale a Thial, Alta Val Martello / enclosure of the National Park llamas in Thial, Upper Martell Valley)

Durata/Duration: 3 Ore/hours

Prezzo/Price: Euro 25,00 / Euro 70,00 per famiglie/family / Euro 15,00 senza/without lama /barbecue con saliscia, pane e bevande inclusi / barbecue with sausage, bread and drink included

Iscrizione/Enrolment: entro le ore 17.00 del giorno precedente / until 5 p.m. the previous day

Contatto/Contact: Claudia Kuenz Nationalpark Lamas, +39 320 2145 209, www.nationalpark-lamas.it

Nota/Note: In caso di maltempo il trekking sarà rimandato! / In case of bad weather the trekking will be postponed!

MERCOLEDÌ+GIOVEDÌ/WEDNESDAY+THURSDAY

Bikeshuttle da Naturno a Glorenza o a Curon, sul Lago di Resia / Maggio-Ottobre

Un confortevole pullman Vi porterà con la vostra bici al seguito, fino a Glorenza o a Curon sul Lago di Resia! Godetevi poi una bellissima discesa panoramica con la vostra bici lungo la pista ciclabile della Val Venosta. Chi non dovesse possedere una bici, può noleggiarla direttamente presso i noleggi bici del paese o presso i punti di noleggio della ferrovia della Val Venosta.



Luogo d'incontro/Meeting point: ore 10.00 parcheggio del cimitero (39025 Naturno)

Durata/Duration: 3 Ore/hours

Prezzo/Price: Bikeshuttle Glorenza: Euro 15,00 adulti, Euro 12,00 bambini (6-14 anni). Bikeshuttle Curon: Euro 20,00 adulti, Euro 17,00 bambini (6-14 anni)

Iscrizione/Enrolment: entro le ore 17.00 del giorno precedente / until 5 p.m. the previous day

Contatto/Contact: Associazione turistica Castelbello-Ciardes, +39 0473 624 193, www.kastelbell-tschars.com, info@kastelbell-tschars.com

MERCOLEDÌ + VENERDÌ / THURSDAY + FRIDAY

Lama meets Culture - Trekkingtour „Montani-Runde” / März-Ende Mai

Dopo una breve introduzione, partendo dal quartiere invernale dei lama del Parco Nazionale a Laces, cominceremo con il lama al guinzaglio attraverso i meleti circostanti e su per un sentiero a serpentina fino alle rovine del castello di Untermontani con una splendida vista su tutta la Val Venosta centrale. Su un vecchio sentiero di canali d'irrigazione attraverseremo poi il bosco sopra Laces fino all'altopiano soleggiato dei Magrinböden. In seguito, scenderemo attraverso un sentiero nel bosco fino al Bierkeller (possibilità di pranzo, prima di tornare da lì attraverso i sentieri di prato al punto di partenza).

After first getting to know each other, starting from the animals' winter quarters in Laces, with the llamas on a leash we walk through the surrounding apple meadows and along a serpentine path up to the castle ruins of Untermontani with a wonderful view over the entire central Wirschgau Valley. On an old Waslweg (irrigation channel) we then cross the woods above Laces with our cuddly four-legged friends that leads us to the sunny plateau of the Magrinboden. From there we descend via a forest path to the Bierkeller (refreshments possible), before returning to the starting point.

Luogo d'incontro/Meeting point: ore 13.30 / 1.30p.m. recinto dei lama del Parco Nazionale dietro il negozio di mobili Avanti Trendstore / enclosure of the National Park llamas behind the furniture store Avanti Trendstore (Zona Industriale 15, 39021 Laces)

Durata/Duration: 3 Ore/hours

Prezzo/Price: Euro 20,00 / Euro 60,00 per famiglie/family

Iscrizione/Enrolment: entro le ore 17.00 del giorno precedente / until 5 p.m. the previous day

Contatto/Contact: Claudia Kuenz Nationalpark Lamas, +39 320 2145 209, www.nationalpark-lamas.it

Nota/Note: Soggetto a modifiche! In caso di maltempo il tour sarà rimandato! / In case of bad weather the tour will be postponed!



GIOVEDÌ / THURSDAY

A caccia del tesoro a Naturno / 06.04.-26.10.2023

Nel centro di Naturno si trova nascosto un tesoro. Solo il giovedì mattina potrete risolvere l'enigma che vi svelerà strada per raggiungerlo il tesoro. I bambini possono guidare l'intera famiglia, passando di traccia in traccia e, se necessario, gli adulti potranno aiutare con la lettura, la scrittura o la soluzione dell'indovinello. Insieme riuscite sicuramente a risolvere l'ultimo mistero e garantirvi così il premio! La caccia può avere inizio.



Luogo d'incontro/Meeting point: ore 10.00 ufficio turistico Naturno (39025 Naturno)

Durata/Duration: 1-2 ore/hours

Prezzo/Price: gratuito

Iscrizione/Enrolment: Non è necessaria la prenotazione

Contatto/Contact: Associazione turistica Castelbello-Ciardes, +39 0473 624 193, www.kastelbell-tschars.com, info@kastelbell-tschars.com

Nota/Note: Per bambini, accompagnati da un adulto

Arrampicata sulla via ferrata d'allenamento e per famiglie "Knott" sul Monte Sole di Naturno / 30.03.-02.11.2023

La via ferrata che si trova sotto la piattaforma nei pressi della stazione a monte della funivia Unterstell, offre 4 percorsi di arrampicata con diversi gradi di difficoltà. Una guida professionale vi accompagna sul "Knott" e vi suggerisce importanti consigli per arrampicate in sicurezza. I più coraggiosi possono farsi calare nel vuoto dalla piattaforma.



Luogo d'incontro/Meeting point: ore 10.00, ore 12.30, ore 15.00 stazione in monte funivia Unterstell (39025 Naturno)

Durata/Duration: 2 ore/hours

Prezzo/Price: Euro 40,00 bambini (7-13 anni/statura min. 130 cm) Euro 50,00 adulti (incl. l'attrezzatura e il ticket della funivia)

Iscrizione/Enrolment: entro le ore 17.00 del giorno precedente / until 5 p.m. the previous day

Contatto/Contact: Associazione turistica Castelbello-Ciardes, +39 0473 624 193, www.kastelbell-tschars.com, info@kastelbell-tschars.com

Bagno nella foresta/ Alpine Forest bathing / 04.05.-26.10.2023

Siete tutti invitati a sperimentare la magia del bosco in compagnia di una guida esperta e a sfruttare questa esperienza unica per tornare al lavoro e alla vita quotidiana carichi di energia. Prendetevi il tempo di esplorare le peculiarità della foresta. Gli effetti di un tuffo nel verde di questo tipo sono duraturi, la distensione e il relax garantiti.

Live and experience the forest under the guidance of an expert and gather new strength for your work and everyday life through this unique experience. The effect of forest bathing is long lasting. Relaxation and recuperation are guaranteed.



Luogo d'incontro/Meeting point: maggio-ottobre / May-October ore 13.45/1.45 p.m., 06.07.-28.09. ore 08.45/8.45 a.m. stazione a valle della funivia Rio Lagundo (Via Saring 36, 39020 Rablà)

Durata/Duration: 4 ore/hours

Prezzo/Price: Euro 40,00 incl. Funivia/ Cable Car inklusive

Iscrizione/Enrolment: entro le ore 17.00 del giorno precedente / until 5 p.m. the previous day

Contatto/Contact: Associazione turistica Castelbello-Ciardes, +39 0473 624 193, www.kastelbell-tschars.com, info@kastelbell-tschars.com

Nota/Note: Da portare: indumenti caldi (giacca, pantaloni lunghi), abbigliamento e scarpe da trekking, bevande. Per ragazzi da 16 anni. La funivia parte alle ore 9/ Equipment: warm clothes (jacket, long trousers), hiking shoes, drinking bottle.

Con il custode della roggia lungo il sentiero della roggia / Along the irrigation channel path with an irrigation channel custodian 20.04-18.05.2023

Una camminata lungo il sentiero della roggia con il custode della roggia Franz. Durante questa camminata puoi ricevere informazioni interessanti sul sistema d'irrigazione venostano di una volta nonché sulla vita e sul lavoro del custode della roggia. Durante un piccolo picnic con Paarlbrot, il tipico pane di segale della Val Venosta, e specie possiamo chiacchiere e ripercorrere ciò che abbiamo vissuto. / Hiking along the irrigation channel path with Franz, an irrigation channel custodian During the hike you will learn interesting facts about Val Venosta's former irrigation system and about the life and work of an irrigation channel custodian. Exchange ideas and pass in review what you have just experienced during a small picnic with Paarlbrot, a typical rye bread from Val Venosta, and bacon.

Luogo d'incontro/Meeting point: 10.00/10a.m. Ufficio turistico Laces (Piazza Principale 14, 39021 Laces)

Prezzo/Price: Euro 10,00

Iscrizione/Enrolment: entro le ore 17.00 del giorno precedente / until 5 p.m. the previous day

Max. Partecipanti/Participants: 10 persone/people

Contatto/Contact: Associazione turistica Laces-Val Martello / Tourist office Laces-Val Martello, +39 0473 623 109, info@latsch.it



Escursione all'alba alla croce meteorologica di Ciardes /

01.06.+22.06.2023, 13.07.2023, 03.08.+24.08.2023

Questo tour in montagna di media difficoltà all'alba alla croce meteorologica di Ciardes è un'esperienza speciale. Saliamo con la nostra auto al Monte Sole al maso più alto a circa 1.680 m, qui iniziamo il tour. Inizialmente lungo il sentiero in leggera salita, poi ci dirigiamo su un sentiero e percorriamo una carrareccia fino alla malga "Sterberg Alm" a 2.100 m. Da qui proseguiamo verso la croce meteorologica di Ciardes a 2.430 m. Godiamo dell'alba e della fantastica vista panoramica, che spazia dal Gruppo dell'Orles, al Bacino di Merano fino alle Dolomiti. Dopo torniamo alla malga "Sterberg Alm", dove ci aspetta una deliziosa colazione contadina.



Luogo d'incontro/Meeting point: parcheggio azienda agricola Juval
Prezzo/Price: Euro 30,00 (incl. colazione) adulti, Euro 15,00 (incl. colazione) bambini fino ai 14 anni.
Iscrizione/Enrolment: entro le ore 12.00 del giorno precedente / until 12 a.m. the previous day
Contatto/Contact: Associazione turistica Castelbello-Ciardes, +39 0473 624 193, www.kastellbell-tschars.com, info@kastellbell-tschars.com

Escursione alla scoperta delle castagne / 05.10.-09.11.2023

Il nostro esperto Gøgele Max vi porterà più vicino al mondo del castagno con molto fascino e conoscenza. Durante un'escursione insieme imparerete tutto sul "pane dei poveri" e apprenderete informazioni sulla coltivazione e la raccolta del castagno. Durante il successivo arrosto di castagne, direttamente al contadino, si può bere molto di più in un momento di buio e bivio di vino. Il tour si svolge alternativamente a Castelbello e Ciardes



Luogo d'incontro/Meeting point: ore 14.00 parcheggio sotto la Pizzeria "Sonne" di Ciardes (Piazza Paese, 39020 Ciardes)
Durata/Duration: 3 ore/hours
Prezzo/Price: Euro 14,00 adulti, Euro 8,00 bambini (5-16 anni)
Iscrizione/Enrolment: entro le ore 17.00 del giorno precedente / until 5 p.m. the previous day
Contatto/Contact: Associazione turistica Castelbello-Ciardes, +39 0473 624 193, www.kastellbell-tschars.com, info@kastellbell-tschars.com

Escursione in E-Bike / 20.03.-18.11.2023

Pedalarlo con gusto. Non contano tanto i chilometri e la velocità, quanto il divertimento che proverete pedalando in mezzo alla natura. Una gita su due ruote per tutta la famiglia. I guides della Ötzi Bike Academy Vi accompagneranno lungo la pittoresca Val Venosta, con i suoi meleti e incominciato da un panorama montano di prima classe. Anche la pista ciclabile nella caratteristica Val Passiria o un giro al lago di Monticolo o al lago di Cadaro vi entusiasmeranno.



Luogo d'incontro/Meeting point: ore 10.00 Ötzi Bike Academy (39025 Naturno)
Durata/Duration: ore/hours 5,5, tempo in bicicletta: ore 3
Prezzo/Price: Euro 10,00 (+ servizio shuttle/biglietto per il treno)
Iscrizione/Enrolment: entro le ore 17.00 del giorno precedente / until 5 p.m. the previous day
Contatto/Contact: Ötzi-Bike-Academy, +39 347 13 00 926, www.oetzi-bike-academy.com, info@oetzi-bike-academy.com

Escursione guidata ai Laghi di Sopranes con guida escursionistica / 08.06.-26.10.2023

On tour con la nostra esperta guida alpina nel pieno cuore del Parco Naturale Gruppo di Tessa: i laghi di Sopranes!



Luogo d'incontro/Meeting point: ore 07.10 stazione di Merano (39012 Merano)
Durata/Duration: 2 ore/hours
Prezzo/Price: Euro 40,00 (excl. Funivia e autobus)
Iscrizione/Enrolment: entro le ore 17.00 del giorno precedente / until 5 p.m. the previous day
Contatto/Contact: Associazione turistica Castelbello-Ciardes, +39 0473 624 193, www.kastellbell-tschars.com, info@kastellbell-tschars.com

Guida e degustazione al maso "Sonnhöf" a Castelbello / 30.03.-16.11.2023

La guida esperta Vi porta nei meleti del maso Sonnhöf. La coltivazione della mela è ovviamente rigorosamente biologica. Scoprite come sono coltivate le mele e cosa significa lavorare ogni giorno sul Monte Sole con poca acqua e ottenere comunque una qualità eccellente. Alla fine godete una piccola degustazione di mela.



Luogo d'incontro/Meeting point: ore 10.30 Sonnhöf, (39020 Castelbello)
Durata/Duration: 2 ore/hours
Prezzo/Price: Euro 5,00
Iscrizione/Enrolment: entro le ore 17.00 del giorno precedente / until 5 p.m. the previous day
Contatto/Contact: Associazione turistica Castelbello-Ciardes, +39 0473 624 193, www.kastellbell-tschars.com, info@kastellbell-tschars.com

Guide the Lama - Trekking di un giorno intero - un'esperienza unica - per escursionisti esperti / Guide the Lama - full day trekking tour - unique experience Luglio-fine Ottobre/July-end of October

La nostra guida di trekking Florian partirà con voi dal punto d'incontro al parcheggio finale del Alta Valle per una giornata ricca di eventi attraverso il Parco Nazionale. Insieme ai nostri lama, che portano i vostri zaini nella sella da soma. Ci fermeremo in uno dei punti panoramici più belli e potrete forficarvi con una „Brettljause“ (spuntino) con prodotti del Parco Nazionale e godervi la natura circostante. Si ritorna al punto di partenza attraverso il sentiero panoramico. Un altro percorso ci porta fino al recinto dei lama a Thial, il quartiere estivo degli animali vicino al centro biathlon, attraversando la malga Lyfi sul lato soleggiato della Val Martello. Our trekking guide Florian will start with you from the meeting point at the parking lot in Upper Martell Valley to an eventful day through the National Park. Together with our lama boys, who carry your backpacks in the pack saddle, Florian will lead you to the most beautiful places with breathtaking views of the surrounding mountains. We will stop at one of the most beautiful view points, while you will strengthen yourself with a snack of local products from the national park and enjoy the surrounding nature. Via the Panorama Trail we return to the starting point. Another route leads us to the Lyfi (alpine pasture) on the sunny side of the Martell Valley and right to the llama enclosure, the summer quarters of the animals in Thial.

Luogo d'incontro/Meeting point: ore 09.30/9.30a.m. parcheggio Genziana (area di svolta alla fine della strada), 2022 m s.l.m., Fondovalle Alta Val Martello / parking lot at the end of the valley (turning point at the end of the road), 2022 m above the sea level, Upper Martell Valley
Durata/Duration: 7 Ore/hours
Prezzo/Price: Euro 60,00/ Euro 30,00 Begleitperson / accompagnatori / accompanying persons
Iscrizione/Enrolment: entro le ore 17.00 del giorno precedente / until 5 p.m. the previous day
Contatto/Contact: Claudia Kluenz Nationalpark Lamas, +39 320 2145 209, www.nationalpark-lamas.it
Nota/note: Se necessario, il programma sarà modificato! In caso di maltempo il trekking sarà rimandato! The tour is subject to change! We reserve the right for our guide to adjust the route of the tour depending on weather conditions, participant requirements or for the welfare of our animals! In case of rain the trekking will be postponed!



Maso frutticola Fohlenhof - un avvenimento speciale / Aprile-Agosto / April-August

Il nostro maso ricco di storia è stato costruito dall'imperatore austriaco. Vi diamo un'occhiata nella storia degli avevigneti, del marmo, dell'agricoltura e nell'arte della distilleria.



Luogo d'incontro/Meeting point: ore 17.00 / 5 p.m. Fohlenhof Lasa (Via Stazione 2, 39023 Lasa)
Durata/Duration: 1,5 ore/hours
Prezzo/Price: Euro 9,00
Iscrizione/Enrolment: entro le ore 17.00 del giorno precedente / until 5 p.m. the previous day
Contatto/Contact: Fohlenhof, F.v. Gartner, +39 335 69 32 00, +39 335 20 37 19, www.gartner.it, fohlenhof@gartner.it

Sulle tracce di Robin Hood- Tiro con l'arco per bambini / On the trail of Robin Hood- archery for children / Metà Aprile-Fine Settembre / Middle April-End September

I bambini impareranno le basi del tiro con l'arco con un istruttore. An archery instructor shows children the basics of archery.



Luogo d'incontro/Meeting point: ore 13.30 / 01:30 p.m. Bogensport Alpen (Stazione a Valle seggiovia Malga di Tarres/Valley station-Malga di Tarres chair lift, Via Molino di Sopra, 39021 Tarres)
Durata/Duration: 1-1,5 ore/hours
Prezzo/Price: Euro 12,00
Iscrizione/Enrolment: entro le ore 17.00 del giorno precedente / until 5 p.m. the previous day
Contatto/Contact: Bogensport Alpen, +39 335 13 61 041, www.bogensport-suedtirol.com, info.bogensportalpen@gmail.com

The Iceman Gin- Guida e degustazione al maso "Weberhof" / 30.03.-28.09.2023

Conosciamo tutti l'Ötzi, ma chi conosce il gin "Iceman"? Walter, l'Hofbrenner, del Weberhof vi offre quest'anno uno sguardo approfondito nel mondo dei distillati pregiati. Durante la degustazione del gin imparerai molto sulla produzione e sugli ingredienti nobili che conferiscono al gin il suo gusto ottimale. Da una chiacchierata con Walter si potrebbe persuadere l'uno o l'altro segreto.



Luogo d'incontro/Meeting point: ore 15.00 maso "Weberhof" (Via delle Fonti 7, 39020 Colzano)
Durata/Duration: 1,5 ore/hours
Prezzo/Price: Euro 14,00 adulti, bambini (0-18 anni) gratuiti
Iscrizione/Enrolment: entro le ore 17.00 del giorno precedente / until 5 p.m. the previous day
Contatto/Contact: Associazione turistica Castelbello-Ciardes, +39 0473 624 193, www.kastellbell-tschars.com, info@kastellbell-tschars.com

Viticoltura montana- osservare e degustare in compagnia dei mastri vignaioli / 09.03.-16.11.2023

Ogni settimana vengono organizzate escursioni attraverso i vigneti, visite di cantine cinicole, distillerie e degustazioni presso le aziende vinicole Falkenstein e Unterort. I mastri vignaioli Vi accompagneranno attraverso i filari delle loro aziende. Vi daranno interessanti informazioni sul clima, il terreno, i tipi di vitigno, sulla loro cura e sulla storia della viticoltura locale. Potrete degustare dei ottimi vini godendovi il magnifico panorama sui vigneti. Nella cantina scoprirete i segreti del buon vino.



Luogo d'incontro/Meeting point: ore 15.30 azienda vinicola
Durata/Duration: 1,5 ore/hours
Prezzo/Price: Euro 15,00
Iscrizione/Enrolment: entro le ore 17.00 del giorno precedente / until 5 p.m. the previous day
Contatto/Contact: Associazione turistica Castelbello-Ciardes, +39 0473 624 193, www.kastellbell-tschars.com, info@kastellbell-tschars.com
Nota/note: Consiglio: indossare scarpe comode. Le date esatte verranno comunicate nel programma settimanale che troverete presso il vostro albergatore o nell'ufficio turistico i Castelbello

Vita in un maso di montagna / 18.05-26.10.2023

Nella parte superiore della Val Martello, a 1.650 m di altitudine, si trova il maso Niederhof. Una visita guidata all'originale museo del maso vi farà conoscere la vita su masi di montagna di una volta ed oggi. Potrete poi gustare i prodotti fatti con il frutto del lavoro dei contadini.



Luogo d'incontro/Meeting point: ore 10.15, Maso Niederhof (Via Selva 222, 39020 Martello)
Durata/Duration: 3 ore/hours
Prezzo/Price: Euro 5,00
Iscrizione/Enrolment: entro le ore 17.00 del giorno precedente / until 5 p.m. the previous day
Contatto/Contact: Nationalparkhaus culturamartell, +39 0473 745 027, www.nationalpark-stelvio.it, info@culturamartell.com

Waal & Wein: escursione lungo il Waalweg nei vigneti della cantina Lehengut / 13.04.2023 + 04.05.2023 + 18.05.2023

Insieme al viticoltore della cantina Lehengut, ci incamminiamo sulle tracce del Waalweg. Durante questa escursione imparerai fatti interessanti sul Waalweg, come è stato costruito, perché è stato costruito e molto altro. Successivamente andiamo in vigna dove si possono degustare diversi vini.



Luogo d'incontro/Meeting point: ore 14.00 Ufficio turistico Castelbello
Durata/Duration: 3 ore/hours
Prezzo/Price: Euro 14,00
Iscrizione/Enrolment: entro le ore 17.00 del giorno precedente / until 5 p.m. the previous day
Contatto/Contact: Associazione turistica Castelbello-Ciardes, +39 0473 624 193, www.kastellbell-tschars.com, info@kastellbell-tschars.com



VENERDÌ / FRIDAY

Animali selvatici al tramonto / 21.07-25.08.2023

Con Forestali del Parco Nazionale dello Stelvio osserverete animali selvatici dall'Osservatorio al Lago Gioveretto, dove si possono vedere al crepuscolo in modo ideale cervi, caprioli, camosci, e, con un po' di fortuna, gipeti, un avvoltoio raro estinto nelle alpi cent'anni fa.



Luogo d'incontro/Meeting point: ore 17.00, Osservazione, Alpen Gasthof Zufritt, Lago Gioveretto (Alta Valle, 39020 Martello)
Durata/Duration: fino al tramonto
Iscrizione/Enrolment: entro le ore 17.00 del giorno precedente / until 5 p.m. the previous day
Contatto/Contact: Nationalparkhaus culturamartell, +39 0473 745 027, www.nationalpark-stelvio.it, info@culturamartell.com

Degustazione di vini all' azienda vinicola "Köfelgut" / 31.03.-17.11.2023

"Usiamo la natura nella sua purezza". Durante una passeggiata attraverso il vigneto e la cantina imparate fatti interessanti sulla viticoltura e il duro lavoro sul Monte Sole. Dopo la guida esperta potete degustare con Martin Pohl cinque vini e due liquori della distilleria agricola gestita dal 1992. Nella stagione degli asparagi da aprile a fine maggio imparate tutto sulla coltivazione degli asparagi.



Luogo d'incontro/Meeting point: ore 16.00 azienda vinicola "Köfelgut" (Rione ai tre Canti 12, 39020 Castelbello)
Durata/Duration: 1,5 ore/hours
Prezzo/Price: Euro 14,00 adulti, bambini (0-16 anni gratuiti)
Iscrizione/Enrolment: entro le ore 17.00 del giorno precedente / until 5 p.m. the previous day
Contatto/Contact: Associazione turistica Castelbello-Ciardes, +39 0473 624 193, www.kastellbell-tschars.com, info@kastellbell-tschars.com

Esperienza faunistica nel Parco Nazionale dello Stelvio / 09.06-15.09.2023

Con un'escursione guidata di un giorno conoscerete la Val Martello e la sua affascinante fauna e flora a diverse altitudini.

Contatto/Contact: Nationalparkhaus culturamartell, +39 0473 745 027, www.nationalpark-stelvio.it, info@culturamartell.com

Luogo d'incontro/Meeting point: ore 9.30, Centro visite culturamartell (Trattla/Transaqua, 39020 Martello)
Durata/Duration: 6 ore/hours (tempo di percorrenza/walking time 4 ore/hours)
Prezzo/Price: Euro 5,00
Iscrizione/Enrolment: entro le ore 17.00 del giorno precedente / until 5 p.m. the previous day

Escursione di primavera nel Parco Nazionale dello Stilfserjoch / Spring Hike in the Stelvio National Park / 12.05-02.06.2023

Scoprite la Val Martello in primavera, quando la sua fauna e la sua flora uniche si risvegliano e fioriscono. Discover the Val Martello spring as its unique fauna and flora awakens and blossoms.

Luogo d'incontro/Meeting point: ore 9.30, Centro visite culturamartell (Trattla/Transaqua, 39020 Martello)
Durata/Duration: 6 ore/hours (tempo di percorrenza/walking time 4 ore/hours)
Prezzo/Price: Euro 5,00
Iscrizione/Enrolment: entro le ore 17.00 del giorno precedente / until 5 p.m. the previous day
Contatto/Contact: Nationalparkhaus culturamartell, +39 0473 745 027, www.nationalpark-stelvio.it, info@culturamartell.com

Escursione al pino cembro / Swiss stone pine hike 22.09-12.10.2023

Il parco nazionale dello Stelvio ospita le più grandi foreste di pini cembri delle Alpi. Lasciate incantare dal profumo e dalle proprietà di questo albero straordinario. The Stelvio National Park is home to the largest Swiss stone pine forests in the Alps. Let yourself be enchanted by the scent and the properties of this extraordinary tree.

Luogo d'incontro/Meeting point: ore 9.30, Centro visite culturamartell (Trattla/Transaqua, 39020 Martello)
Durata/Duration: 6 ore/hours (tempo di percorrenza/walking time 4 ore/hours)
Prezzo/Price: Euro 5,00
Iscrizione/Enrolment: entro le ore 17.00 del giorno precedente / until 5 p.m. the previous day
Contatto/Contact: Nationalparkhaus culturamartell, +39 0473 745 027, www.nationalpark-stelvio.it, info@culturamartell.com

Escursione attraverso i meleti in fiore del Moarhof / 14.04. + 21.04.2023

Insieme alla nostra sommelier di mele Maria, intraprenderai un'escursione primaverile molto speciale: dall'ufficio turistico salirai verso Castel Castelbello e proseguirai fino ai vicini meleti del Moarhof, dove potrai ammirare i fiori bianchi e rosa dei alberi di mele. Durante la breve escursione, Maria spiega tutto ciò che c'è da sapere sulla fioritura dei meli e sui come i delicati boccioli sono protetti dal gelo in primavera. Poi si va al maso dove si possono scoprire tante cose sulla mela altoatesina e, naturalmente, assaggiare qualche mela.



Luogo d'incontro/Meeting point: ore 10.30 ufficio turistico Castelbello (Via Statale 5, 39020 Castelbello)
Durata/Duration: 2 ore/hours
Prezzo/Price: Euro 14,00 adulti, Euro 8,00 bambini (6-14 anni)
Iscrizione/Enrolment: entro le ore 17.00 del giorno precedente / until 5 p.m. the previous day
Contatto/Contact: Associazione turistica Castelbello-Ciardes, +39 0473 624 193, www.kastellbell-tschars.com, info@kastellbell-tschars.com

Erbe e Kneipp / Herbal hike and water treading / 31.03.-27.10.2023

Insieme alla nostra esperta vi cimenterete alla scoperta di piante ed erbe officinali che crescono spontaneamente ai margini dei sentieri e che possiedono straordinarie proprietà e virtù terapeutiche. Contemporaneamente imparerete a conoscere le diverse tecniche e varianti (in tutto sono più di 120!) del famoso metodo idroterapico di Kneipp. Discover the numerous, often inconspicuous herbs by the wayside with our expert and learn all about their healing power and effects on our herb & water walk. At the same time familiarise yourself with the different forms and possibilities (there are over 120!) for partaking of the famous Kneipp cure.



Luogo d'incontro/Meeting point: ore 16.00 Salten (39020 Parcines)
Durata/Duration: 2 ore/hours
Prezzo/Price: Euro 20,00
Iscrizione/Enrolment: entro le ore 17.00 del giorno precedente / until 5 p.m. the previous day
Contatto/Contact: Associazione turistica Castelbello-Ciardes, +39 0473 624 193, www.kastellbell-tschars.com, info@kastellbell-tschars.com

Mercato settimanale / weekly market

Il mercato settimanale si svolge ogni settimana sulla piazza Lacus (piazza principale) di Laces. Vi si trovano prodotti regionali, frutta e verdura e abbigliamento.

The weekly market takes place on the Lacus place (main square) in Laces. There you will find regional products, fruit and vegetables as well as clothing.



Luogo d'incontro/Meeting point: ore 08.00, piazza Lacus / 8 a.m. main square (lacusplace)

Shuttle Monte Tramontana-Kreuzbrünnl / 31.03.-03.11.2023

Il shuttlebus che parte dalla fermata centrale dell'autobus a Naturno Vi porta fino al parcheggio „Kreuzbrünnl“, punto ideale per escursioni a piedi e in bicicletta. Su richiesta il bus navetta Vi riporta nel pomeriggio a Naturno.



Luogo d'incontro/Meeting point: Partenza ore 10.00 al parcheggio centro paese di Naturno (39025 Naturno), ritorno ore 16.00 „Kreuzbrünnl“ (Montetramontana Naturno)
Prezzo/Price: Senza bici: Euro 10,00 adulti, Euro 8,00 bambini (6-14 anni). Con bici: Euro 14,00 adulti, Euro 12,00 bambini (6-14 anni). Prezzi per un solo viaggio!
Iscrizione/Enrolment: entro le ore 17.00 del giorno precedente / until 5 p.m. the previous day
Contatto/Contact: Associazione turistica Castelbello-Ciardes, +39 0473 624 193, www.kastellbell-tschars.com, info@kastellbell-tschars.com

Visita guidata tra i meleti di Parcines / 31.03.-10.11.2023

Christine, esperta frutticoltrice, vi invita a seguirla in un viaggio alla scoperta dei meleti locali. Con accattivante loquacità e minuziosa accuratezza, vi racconterà tutto l'essenziale – e anche qualche curiosità in più – sulla melicoltura in Alto Adige, l'agricoltura integrata e la coltivazione biologica, le singole varietà, gli ingegnosi metodi della difesa fitosanitaria ecologica e l'indicazione geografica protetta. La visita si concluderà con una degustazione in cui conoscerete e novizi potranno dire la loro su gusto, consistenza e preferenze personali. E sottoporre all'esperta i propri dubbi e domande.



Luogo d'incontro/Meeting point: ore 15.00 ufficio turistico di Parcines (Via Spaurereg 10, 39020 Parcines)
Durata/Duration: 2 ore/hours
Prezzo/Price: Euro 6,00
Iscrizione/Enrolment: entro le ore 17.00 del giorno precedente / until 5 p.m. the previous day
Contatto/Contact: Associazione turistica Castelbello-Ciardes, +39 0473 624 193, www.kastellbell-tschars.com, info@kastellbell-tschars.com

Visite guidate al Kandlwaalhof / tutto l'anno

Siamo lieti di darvi di nuovo il benvenuto e inviarvi nel nostro maso. Come nell'anno precedente offriamo visite guidate con successiva degustazione.



Luogo d'incontro/Meeting point: ore 15.30 Kandlwaalhof (Via Unterwaal 10, 39023 Lasa)
Durata/Duration: 1 ora/hour
Prezzo/Price: Euro 5,00, bambini gratuiti
Iscrizione/Enrolment: entro le ore 17.00 del giorno precedente / until 5 p.m. the previous day
Contatto/Contact: Fam. Luggin, +39 0473 62 66 27, www.luggin.net, info@luggin.net

SABATO / SATURDAY

Escursione all'alba alla croce meteorologica di Ciardes / 16.09.2023, 07.10.+28.10.2023

Questo tour in montagna di media difficoltà all'alba alla croce meteorologica di Ciardes è un'esperienza speciale. Saliamo con la nostra auto al Monte Sole fino al maso più alto a circa 1.680 m, qui iniziamo il tour. Inizialmente lungo il sentiero in leggera salita, poi ci dirigiamo su un sentiero e percorriamo una carraiccia fino alla malga "Stierberg Alm" a 2.100 m. Da qui proseguiamo verso la croce meteorologica di Ciardes a 2.430 m. Godiamo dell'alba e della fantastica vista panoramica, che spazia dal Gruppo dell'Orles, al Bacino di Merano fino alle Dolomiti. Dopo torniamo alla malga "Stierberg Alm", dove ci aspetta una deliziosa colazione contadina.



Luogo d'incontro/Meeting point: parcheggio azienda agricola Juval
Prezzo/Price: Euro 30,00 (incl. colazione) adulti, Euro 15,00 (incl. colazione) bambini fino ai 14 anni.
Iscrizione/Enrolment: entro le ore 12.00 del giorno precedente / until 12 a.m. the previous day
Contatto/Contact: Associazione turistica Castelbello-Ciardes, +39 0473 624 193, www.kastellbell-tschars.com, info@kastellbell-tschars.com

Escursione alla ricerca di erbe in Val Martello / 17.06-23.09.2023

Dopo una introduzione avvincente tramite una esperta di erbe officinali, scoprirete il potere curativo delle erbe di montagna e i loro segreti che si tramandano da generazioni, lungo antichi sentieri.



Luogo d'incontro/Meeting point: ore 09.30, Centro visite culturamartell (Trattla/Transaqua, 39020 Martello)
Durata/Duration: 4 ore/hours
Prezzo/Price: Euro 5,00
Iscrizione/Enrolment: entro le ore 17.00 del giorno precedente / until 5 p.m. the previous day
Contatto/Contact: Nationalparkhaus culturamartell, +39 0473 745 027, www.nationalpark-stelvio.it, info@culturamartell.com

Pomeriggio del minigolf / Aprile-Ottobre

Il minigolf è un gioco divertente per tutta la famiglia. Provate anche voi a passare un pomeriggio spensierato sui due campi di minigolf vicini al campo sportivo di Naturno, venerdì e sabato fino le ore 14 giorno di riposo.



Luogo d'incontro/Meeting point: Minigolf Naturno (Via Stazione, 39025 Naturno)
Contatto/Contact: Minigolf Park Naturno, +39 340 15 91 553, zischg.josef@obahnengolf.it
Note/note: metà luglio-fine di agosto senza giorno di riposo



DOMENICA / SUNDAY

Scoprire il mondo della ferroviaria / Maggio-Ottobre

Nella stazione ferroviaria del divertimento a Naturno/Stava. Il divertimento è assicurato alla vecchia stazione della Val Senales/Stava. Grazie ad un treno elettrico che copre ben 800 m su rotaia, una piccola locomotiva a vapore originale Waldenburg (Svizzera), una locomotiva diesel, nonché due vagoni postali delle ferrovie retiche, dove c'è spazio per rilassarsi e per rinfrescarsi con spuntine bevande.



Luogo d'incontro/Meeting point: Mondo della Ferroviaria (Stava 34/A, 39025 Naturno)
Durata/Duration: 4 ore/hours
Prezzo/Price: Adulti Euro 2,00, Bambini Euro 1,00
Contatto/Contact: Verein Freunde der Eisenbahn, +39 0473 664 004, www.eisenbahn.it, info@eisenbahn.it

Tour guidata di MTB / Guided MTB Tour / Maggio-Settembre / May-September

Scoprite i trail dell'area vacanza in una delle tour guidate. Informazioni per le tour trovate sul sito: www.bikeeldorado.com
Experience the trails of the holiday area ad one of the guided tours. Informations about the tour you find under: www.bike-eldorado.com



Luogo d'incontro/Meeting point: ore 10.00 / 10a.m.
Maxx Bike Eldorado (Via Principale 65/A, 39021 Laces)
Durata/Duration: 1,5 ore/hours
Prezzo/Price: Adulti/Adults Euro 35,00, Bambini/Kids Euro 20,00
Iscrizione/Enrolment: entro le ore 17.00 del giorno precedente / until 5 p.m. the previous day
Contatto/Contact: Maxx Bike Eldorado, +39 0473 720 077, www.maxx-bike-eldorado.com, info@maxx-bike-eldorado.com

GIORNALIERO / EVERY DAY

Archerytag / Marzo-Ottobre

La giornata "Archery" è una combinazione di Gotcha (Paintball) e palla bollata. Con archi e frecce deve provare di sconfiggere l'altro team, sempre dotato con maschera e frecce di sicurezza.



Luogo d'incontro/Meeting point: Maso "Moarhof" Val Senales (Monte Santa Caterina 54, 39020 Senales)
Giorno di riposo/Day off: Domenica/Sunday
Contatto/Contact: Moarhof Katharinberg, +39 333 49 59 213, www.moarhof-Senales.com

3D Bogenparcour / Marzo-Ottobre

Presso il "Moarhof" a Monte Santa Caterina in Val Senales ci si può cimentare nel percorso di caccia con 20 sagometri dimensionali. Tutti i bersagli sono disposti nel bosco, e quindi in situazioni di caccia, dove giovani ed anziani possono seguire il loro "istinto di caccia".



Luogo d'incontro/Meeting point: Maso "Moarhof" Val Senales (Monte Santa Caterina 54, 39020 Senales)
Giorno di riposo/Day off: Domenica / Sunday
Contatto/Contact: Moarhof Katharinberg, +39 333 49 59 213, www.moarhof-Senales.com

Family Rafting / Mai-Ende September (Di-So)

Rafting per tutta la famiglia-scoprite l'Adige in gomme come i pirati. Divertimento, azione e un sacco di adrenalina sono garantiti. Rafting for the whole family- explore the Adige river like pirates in a rubber raft. Fun, action and plenty of adrenaline guaranteed.



Luogo d'incontro/Meeting point: ore 10.00 + ore 14.00 / 10 a.m. + 14p.m. Rafting Adventure Südtirol (Via Saring 31, 39020 Rablà)
Durata/Duration: 3 ore/hours
Prezzo/Price: Adulti/Adults Euro 40,00, Bambini/Kids Euro 30,00
Iscrizione/Enrolment: entro le ore 17.00 del giorno precedente / until 5 p.m. the previous day
Contatto/Contact: Rafting Adventure Südtirol, +39 346 60 70 641, www.adventure-suedtirol.com, info@adventure-suedtirol.com

Parco Avventura Ötzi Rope Park / Adventure Ötzi Rope Park / Maggio-Ottobre / May-October

Sfida promettente, divertimento e avventura per tutte le età il parco ad alta fune Ötzi Rope Park in Val Senales. In uno splendido paesaggio naturale c'è un ampio corso con nel frattempo 12 portate e 160 piattaforme, da 2m a 30m di altezza, percorso ad alta fune attrezzato. Ci sono anche altri punti salienti, come il 1° swing gigante o anche chiamato Giant Swing.



Luogo d'incontro/Meeting point: ore 10.00-16.00 / 10 a.m.-4 p.m.
Prezzo/Price: vedi Homepage/visit Homepage
Contatto/Contact: Ötzi Rope Park, +39 391 77 21 479, www.hochseilgarten.bz, info@hochseilgarten.bz

Rafting / Aprile-Ottobre / April-October

Negli ultimi anni il rafting, canyoning, hydrospeed, kajak e canoa sono diventate discipline molto popolari. Se il superamento di un torrente di montagna fino a pochi anni era riservato solo a persone spericolate in cerca di emozioni forti, oggi giorno, grazie allo straordinario sviluppo tecnico dell'equipaggiamento, questa disciplina può essere praticata anche da gente "comune".

Rafting, canyoning, hydro-speed, as well as kajaking and canoeing have turned into popular sports for both the young and old. Until a few years ago, white-water rafting was still something for adventure freaks; however, in the meantime, things have developed and almost everyone can take a plunge with a qualified guide



Luogo d'incontro/Meeting point: LUN-DOM ore 09.00-19.30 MON-SUN ore 7.30 p.m.
Prezzo/Price: vedi Homepage/visit Homepage
Contatto/Contact: Acquatera Rafting, +39 0473 720 042, +39 336 61 13 36, www.acquatera.it, info@acquaterait

Visita guidata/Guided tours Castello di Castelbello / 04.07.-10.09.2023

Il pittoresco Castello di Castelbello, menzionato già nel 1238, sorge su un imponente sperone di roccia sulla sponda sinistra dell'Adige, nel punto in cui il fiume, uscendo dalla gola "Lacesander", raggiunge l'ampia Bassa Val Venosta. Nel castello, magistralmente restaurato, si offrono visite guidate e nelle antiche sale si svolgono diverse manifestazioni culturali. Castelbello Castle, which was mentioned in 1238, is pittoresquely situated on a mighty boulder on the left bank of the Adige, where it reaches the wide Untervinschgau from the "Lacesander" gorge. Guided tours are offered in the beautifully restored castle and various cultural events take place in the old walls.



Luogo d'incontro/Meeting point: 10.00+11.00+14.00+15.00 / 10 a.m., 11 a.m.+2 p.m.+3 p.m.
Prezzo/Price: Adulti/Adults Euro 6,00 bambini/children free
Giorno di riposo/Day off: Lunedì/Monday
Contatto/Contact: Castello di Castelbello/Castelbello Castle, +39 0473 624 193, www.schloss-Castelbello.com, info@castellbell-tschars.com
Nota/note: Solo con visita guidata/only guided tour

Visita guidata / Guided tours Messner Mountain Museum Juval / 26.03.-05.11.2023

Arroccato su un'altura nella splendida val Venosta, Castel Juval ospita il museo che Reinhold Messner ha voluto dedicare al "mito" della montagna. Per molti popoli in tutto il mondo la montagna è sacra, dall'Olimpio all'Ararat, dal Sinai al Kailash, dal Fujiama in Giappone all'Ayers Rock in Australia. Il museo custodisce una raccolta di dipinti con vedute delle grandi montagne sacre, una preziosa collezione di cimeli tibetani e di maschere provenienti dai cinque continenti, la stanza del Tantra e, nei sotterranei, le attrezzature usate da Reinhold Messner nelle sue spedizioni. The museum in Juval Castle in Vinschgau is dedicated to the Magic of the Mountain and houses several fine art collections: a Tibetan collection, a gallery of paintings of the world's holy mountains, a collection of masks from five continents, a unique Gesar of Ling exhibition, a Tantra Room and the Expedition Cellar. Trained guides are available to explain all the exhibits



Luogo d'incontro/Meeting point: 10.00-17.00 / 10 a.m.-5 p.m.
Prezzo/Price: Adulti/Adults Euro 14,00 bambini/children (6-18) Euro 6,00
Giorno di riposo/Day off: Mercoledì/Wednesday
Contatto/Contact: Messner Mountain Museum, +39 0471 631 264, juval@messner-mountain.it, www.messner-mountain-museum.it

SU RICHIESTA / ON REQUEST

Il classic tour del marmo©

Si prega di notare che le guide italiane si possono avere solo su prenotazione e solo per gruppi con un minimo di 10 partecipanti. English tours on demand.

Luogo d'incontro/Meeting point: Casa S. Giuseppe (Via Fellius, 39023 Lasa)
Durata/Duration: 2 ore/hours
Prezzo/Price: su richiesta/on demand
Contatto/Contact: Waldner Amadeus, +39 329 20 43 340, www.marmoruehrung.com, info@marmoruehrung.com

Trekking con i Lama / Guided Lama Trekking Tour / Giugno-Ottobre / June-October

Tour individuali con i lama del Parco Nazionale dello Stelvio. Individual tours with the National Park Lamas.



Durata/Duration: 4 ore/hours
Prezzo/Price: Adulti/Adults Euro 20,00, Bambini/Kids Euro 15,00
Iscrizione/Enrolment: entro le ore 17.00 del giorno precedente / until 5 p.m. the previous day
Contatto/Contact: +39 335 42 29 40, http://www.lama-del-primus.com/de/lama

Visita al Castellino alle Erbe / Maggio-Ottobre / May-October

Immergetevi nel mondo delle erbe. La famiglia Gluderer del Castellino delle erbe offre un'ampia gamma di prodotti a base di erbe: da alimentari a prodotti di bellezza.



Luogo d'incontro/Meeting point: Castellino alle Erbe (Via Schanzen 50, 39021 Coldrano)
Durata/Duration: 1,5 ore/hours
Prezzo/Price: Euro 5,00
Contatto/Contact: Südtiroler Kräuterschlössl, +39 0473 742 367, www.kraeuterschloessel.it, info@kraeuterschloessel.it

Visita guidata alla distilleria "Obermairhof" / Aprile-Novembre

L'Obermairhof si trova nel bel mezzo di frutteti in un paesaggio bellissimo e in posizione assolutamente tranquilla.



Luogo d'incontro/Meeting point: Distilleria "Obermairhof" (Lacigno 10, 39020 Castelbello)
Durata/Duration: 1,5 ore/hours
Prezzo/Price: su richiesta
Contatto/Contact: Hofbrennerei Obermairhof, +39 339 73 94 677, www.obermairhof.net, leopold.mitterer@gmail.net

Visita guidata alla distilleria "Weberhof" / Aprile-Novembre

Nella manifattura Weberhof la passione per il vecchio artigianato è da sempre una caratteristica di famiglia. Il Weberhof si trova nel piccolo paesino Colosano, nel cuore della Val Venosta. I nostri cuori battono per la natura e la tradizione: due "ingredienti" che troverete anche nei nostri distillati fatti in casa e nei nostri cesti fatti a mano



Luogo d'incontro/Meeting point: Distilleria "Weberhof" (Via delle Fonti 7, 39020 Colosano)
Durata/Duration: 1,5 ore/hours
Prezzo/Price: su richiesta
Contatto/Contact: Hofbrennerei Weberhof, +39 339 22 84 528, www.weberhof.bz, info@weberhof.bz

Visita guidata al maso "Moarhof" / Aprile-Novembre

Il maso "Moarhof" sorge a Castelbello, nella soleggiata Val Venosta, a 590 m. Qui, oltre a mele e uva succose, crescono fragole, lamponi, ribes ed erbe aromatiche. "La produzione di succhi unici e gustosi, di confetture di frutta e chutney e un lavoro meraviglioso, che ci soddisfa e ci affascina", afferma la contadina Maria.



Luogo d'incontro/Meeting point: Maso "Moarhof" (Via Statale 24, 39020 Castelbello)
Durata/Duration: 1,5 ore/hours
Prezzo/Price: su richiesta
Contatto/Contact: Moarhof, +39 333 73 94 417, www.moarhof-kastelbell.com, moarhof@hotmail.com



Visita guidata all' azienda vinicola "Köfelgut" / Aprile-Novembre

Il nostro agriturismo coniuga la lunga tradizione di un'azienda familiare con consapevolezza della qualità e innovazione. La stagionalità, la qualità, il gusto e la salvaguardia della natura sono per noi valori fondamentali che si riflettono nella nostra varietà di prodotti. "Usare la natura nella sua purezza" è il nostro credo. Per questo offriamo ai nostri clienti la possibilità di acquistare in azienda e di conoscere meglio la nostra filosofia. Ciò conferisce al prodotto carattere e l'agricoltore diventa il narratore di una storia.



Luogo d'incontro/Meeting point: Azienda vinicola "Köfelgut" (Rione ai tre Canti 12, 39020 Castelbello)
Durata/Duration: 1,5 ore/hours
Prezzo/Price: su richiesta
Contacto/Contact: Weingut Köfelgut, +39 348 75 04 196, www.koefelgut.com, info@koefelgut.com

Visita guidata all' azienda vinicola "Himmelreich-Hof" / Aprile-Novembre

Il nome dell'azienda agricola "Himmelreich-Hof" compare per la prima volta in un documento del 1590. Qui la coltivazione del vino per il consumo personale è una tradizione secolare. Dal 2000 viene prodotto e commercializzato vino di qualità. Grazie alla sua posizione, il Monte Sole della Val Venosta gode di 250 giorni di sole all'anno. La scarsità di precipitazioni che caratterizza la regione occidentale dell'Alto Adige e il suolo ricco di minerali (sedimenti glaciali e morenici) sono i presupposti per una produzione vinicola di grande interesse e pregio.



Luogo d'incontro/Meeting point: Azienda vinicola "Himmelreich-Hof" (Vicolo del Convento 15A, 39020 Ciardes)
Durata/Duration: 1,5 ore/hours
Prezzo/Price: su richiesta
Contacto/Contact: Weingut Himmelreich-Hof, +39 0473 624 417 www.himmelreich-hof.info, m.fliri@rolmail.net

Visita guidata all' azienda vinicola "Lehengut" / Aprile-Novembre

L'azienda vinicola "Lehengut" a Colsano in Val Venosta è gestito dal 1989 da Thomas Plack e dalla sua famiglia come azienda vitivinicola e frutticola biologica. Dal 2006 la coltivazione è esclusivamente biologica. I nostri vigneti si trovano ai piedi del Monte Sole di Colsano. Tante ore di sole, la posizione riparata e le notti fresche caratterizzano i nostri vini. Produciamo Pinot Bianco, Riesling e Pinot Nero.



Luogo d'incontro/Meeting point: Azienda vinicola "Lehengut" (Via delle Fonti 2B, 39020 Colsano)
Durata/Duration: 1,5 ore/hours
Prezzo/Price: su richiesta
Contacto/Contact: Weingut Lehengut, +39 348 75 62 676, www.lehengut.it, info@lehengut.it

Visita guidata all' azienda vinicola "Marinushof" / Aprile-Novembre

La Val Venosta, sul suo lato soleggiato, ha un'area ristretta molta adatta per la coltivazione di uva. Le tante ore di sole, il clima secco ed i suoli di scisto millenario costituiscono un habitat particolare. Qui nascono vini corposi con carattere ed anima. Questi vigneti sono ideali per gli uvaggi della Borgogne, in particolare il Pinot Nero e Pinot Grigio, ma anche il Riesling e lo Zweigelt trovano ottime condizioni. I raccolti, visto i suoli poveri e le precipitazioni scarse, sono contenuti ed il lavoro nei vigneti a terrazza è impegnativo, ma il risultato merita vini con corpo e fascino.



Luogo d'incontro/Meeting point: Azienda vinicola "Marinushof" (Vecchia Strada 9B, 39020 Castelbello)
Durata/Duration: 1,5 ore/hours
Prezzo/Price: su richiesta
Contacto/Contact: Weingut Marinushof, +39 335 42 01 36, www.marinushof.it, info@marinushof.it

Visita guidata all' azienda vinicola "Rebhof" / Aprile-Novembre

Il maso Rebhof si trova a Colsano nel Comune di Castelbello-Ciardes situato a 600 m slm. Terreni fertili su pendii soleggiati sono ideali per la crescita dell'uva. Una cura intensa è fondamentale per la crescita di uva di ottima qualità che ancor'oggi viene raccolta a mano.



Luogo d'incontro/Meeting point: Azienda vinicola "Rebhof" (Via Romana 23, 39020 Colsano)
Durata/Duration: 1,5 ore/hours
Prezzo/Price: su richiesta
Contacto/Contact: Weingut Rebhof, +39 335 59 27 008, www.rebhof-vinschgau.com, info@rebhof-vinschgau.com

Visita guidata all' azienda vinicola "Unterortl" / Aprile-Novembre

L'Azienda Agricola Unterortl si trova sul colle di Juval nella bassa Val Venosta nei pressi di Naturno. La visione e il pragmatismo hanno portato a una piccola azienda che si differenzia per i suoi vini e distillati, prodotti che esprimono al meglio l'unicità del colle di Juval.



Luogo d'incontro/Meeting point: Azienda vinicola "Unterortl" (Juval 1B, 39020 Juval)
Durata/Duration: 1,5 ore/hours
Prezzo/Price: su richiesta
Contacto/Contact: Weingut Unterortl, +39 0473 667 580, www.unterortl.it, info@unterortl.it

LUNEDÌ-VENERDÌ SU RICHIESTA / MONDAY-FRIDAY ON REQUEST**Azienda vitivinicola e distilleria Befehlhof**

Visita dell'azienda con degustazione di vini e distillati.



Luogo d'incontro/Meeting point: Befehlhof (Via Torggl 2, 39028 Vezzano)
Durata/Duration: 1,5 ore/hours
Prezzo/Price: Euro 15,00
Contacto/Contact: Fam. Schuster, +39 0473 74 21 97, www.befehlhof.it, info@befehlhof.it

UNA VOLTA LA SETTIMANA SU RICHIESTA / ONCE A WEEK ON REQUEST**Giro in moto con accompagnatore / Maggio-Ottobre**

Ogni settimana Vi accompagneremo per un giro di 200 - 300 km in moto verso punti panoramici spettacolari lungo bellissimi percorsi.



Luogo d'incontro/Meeting point: Landhotel Anna (Via Principale 27, 39028 Silandro)
Durata/Duration: 09.00-17.00
Prezzo/Price: su richiesta/on request
Iscrizione/Enrolment: prenotazione necessaria
Contacto/Contact: Fam. Vill, +39 0473 73 03 14, www.vill.it, info@vill.it



Fotos: Manuel Pazeller

WATERWORLD

Vasca di nuoto sportivo
 Vasca d'acqua salina

Whirlpool
 Vasca per bambini
 Scivolo "Black Hole"

Sport swimming pool
 Brine pool
 Whirlpool
 Children's pool
 Black hole slide

SAUNAWORLD

Sauna esterna
 Sauna panoramica
 Biosauna
 Sauna infrarossi
 Caldarium

Earth sauna
 Panorama-sauna
 Bio-sauna
 Infra-red sauna
 Caldarium

AND
 MUCH
 MORE!

AquaForum
 Latsch Laces



EVENTI SPECIALI / SPECIAL EVENTS

Birds & Breakfast - escursione mattutina 01.04.2023, 06.05.2023

Durante l'escursione ascoltiamo le diverse voci degli uccelli.

Luogo d'incontro/Meeting point: ore 06.00m centro visite avimundus (Via principale 67, 39028 Silandro)
Durata/Duration: ca. 2-3 ore/hours
Iscrizione/Enrolment: entro le ore 17.00 del giorno precedente / until 5 p.m. the previous day
Contatto/Contact: Nationalparkhaus avimundus, +39 0473 730 156, www.nationalpark-stelvio.it, info@avimundus.com

Conoscere le erbe per bambini / Getting to know herbs for children 06.08.2023

Laboratorio creativo sulle piante medicinali per bambini con i genitori.
 Creative workshop on medicinal plants for children with parents.

Luogo d'incontro/Meeting point: ore 15.00, Centro visite culturamartell (Trattla/Transaqua, 39020 Martello)
Durata/Duration: 3 ore/hours
Iscrizione/Enrolment: entro le ore 17.00 del giorno precedente / until 5 p.m. the previous day
Contatto/Contact: Nationalparkhaus culturamartell, +39 0473 745 027, www.nationalpark-stelvio.it, info@culturamartell.com

Escursione ornitologica intorno al Lago di S. Valentino alla Muta / 14.08.2023

Durante l'escursione ornitologica intorno al Lago di S. Valentino alla Muta conoscerete l'affascinante avifauna locale.

Luogo d'incontro/Meeting point: S. Valentino alla Muta (parcheggio Case dei Pescatori)
Durata/Duration: tutto il giorno
Iscrizione/Enrolment: entro le ore 17.00 del giorno precedente / until 5 p.m. the previous day
Contatto/Contact: Nationalparkhaus avimundus, +39 0473 730 156, www.nationalpark-stelvio.it, info@avimundus.com

Escursione ornitologica intorno Corzes / 10.06.2023

Durante l'escursione ornitologica intorno Corzes conoscerete l'affascinante avifauna locale.

Luogo d'incontro/Meeting point: viene comunicato al momento della prenotazione/will be announced at registration
Durata/Duration: tutto il giorno
Iscrizione/Enrolment: entro le ore 17.00 del giorno precedente / until 5 p.m. the previous day
Contatto/Contact: Nationalparkhaus avimundus, +39 0473 730 156, www.nationalpark-stelvio.it, info@avimundus.com

Escursione ornitologica al "Prader Sand" / 13.05.2023

Durante l'escursione ornitologica conoscerete l'affascinante avifauna locale.

Luogo d'incontro/Meeting point: viene comunicato al momento della prenotazione/will be announced at registration
Durata/Duration: tutto il giorno
Iscrizione/Enrolment: entro le ore 17.00 del giorno precedente / until 5 p.m. the previous day
Contatto/Contact: Nationalparkhaus avimundus, +39 0473 730 156, www.nationalpark-stelvio.it, info@avimundus.com

Il gipeto impara a volare / Bearded vulture learns to fly / 17.06, 20.06. und 27.06.2023

Il gipeto si riproduce di nuovo in particolari luoghi del Parco Nazionale dello Stelvio. Durante un'escursione guidata dai Forestali del Parco, sarà possibile osservare i gipeti e scoprire più su questo maestoso rapace, estinto nelle alpi Cent'anni fa.
 The bearded vulture reproduces again in particular places in the Stelvio National Park. During an excursion guided by the Park rangers, it will be possible to observe the bearded vulture and discover more about this majestic bird of prey, extinct in the Alps one hundred years ago.

Luogo d'incontro/Meeting point: ore 14.00, Infopoint Parcheggio Genziana, (Alta Valle, 39020 Martello)
Durata/Duration: 3 ore/hours
Prezzo/Price: Euro 5,00
Iscrizione/Enrolment: entro le ore 17.00 del giorno precedente / until 5 p.m. the previous day
Contatto/Contact: Nationalparkhaus culturamartell, +39 0473 745 027, www.nationalpark-stelvio.it, info@culturamartell.com

La protezione del gregge come adattamento al ritorno dei grandi predatori / Herd protection as an adaptation to the return of large predators 23.07,19.08. und 10.09.2023

Il lupo, la lince e l'orso bruno stanno tornando ai loro habitat originali e fanno di nuovo parte del mondo animale alpino. Per ridurre i pregiudizi e informare gli allevatori, le autorità e le parti interessate, vengono offerte tre escursioni a un progetto di protezione delle mandrie sulla Soy Alm. Saranno presentate le misure preventive per la protezione del bestiame al pascolo, gli adattamenti del pascolo alpino e la gestione della mandria, così come il comportamento corretto negli incontri con i cani da guardia, Wolf, lynx and brown bear are returning to their original habitats and are once again part of the alpine animal world. In order to reduce prejudices and to inform livestock farmers, authorities and interested parties, three excursions are offered to a herd protection project on the Soy Alm. Preventive measures for the protection of grazing livestock, adaptations of alpine pasture and herding management, as well as the correct behaviour in encounters with guard dogs will be presented.

Luogo d'incontro/Meeting point: ore 09.00, Altpfara (uscita dalla strada forestale Soy Alm, tra Höldele e St. Maria in der Schmelz, 39020 Martello) (turn off forest road Soy Alm, between Höldele and St. Maria in der Schmelz, 39020 Martello)
Durata/Duration: 6 ore/hours
Iscrizione/Enrolment: entro le ore 17.00 del giorno precedente / until 5 p.m. the previous day
Contatto/Contact: Nationalparkhaus culturamartell, +39 0473 745 027, www.nationalpark-stelvio.it, info@culturamartell.com

Sulle tracce dei cervi in amore / 26.09,29.09, 01.10. und 03.10.2023

Alla fine di settembre, ormai in autunno, il bramito dei cervi in amore echeggia attraverso le foreste del Parco Nazionale dello Stelvio. Vestiti adatti alle temperature basse, ascolterete questi maschi richiami. Con un po' di fortuna potrete non solo sentire gli animali, ma anche vederli.

Luogo d'incontro/Meeting point: ore 16.00, Parcheggio Alpen Gasthof Zufritt, Lago Gioveretto (Alta Valle, 39020 Martello)
Durata/Duration: fino all'imbrunire
Iscrizione/Enrolment: entro le ore 17.00 del giorno precedente / until 5 p.m. the previous day
Contatto/Contact: Nationalparkhaus culturamartell, +39 0473 745 027, www.nationalpark-stelvio.it, info@culturamartell.com

FUNIVIA UNTERSTELL • NATURNO

Escursioni sul Monte Sole:
paradiso per amanti
della montagna



www.gruener.it



www.unterstell.it

Tel. +39 0473 66 84 18

mehr erleben
naturns
bei Meran

www.naturns.it

APRILE / APRIL**01.04.2023 / Alpenplus Ötzi Trailrun:**

Naturno (39025 Naturno); Associazione turistica Naturno, +39 0473 666 077, www.naturns.it, info@naturns.it;

01.04.-04.06.2023 / Primavera a Merano / Merano Spring:

Merano e dintorni / Meran and Environs (39012 Merano); Azienda di soggiorno di Merano, +39 0473 272 000, www.meran.eu, info@meran.eu;

07.04.2023 / Mercato annuale / year market:

07.00-13.00/7 a.m.-1 p.m.; Via Mercato (39021 Laces);

08.04.2023 / Mercatino pasquale / Easter market:

09.00-17.00/9 a.m.-5 p.m.; Lasa (Via Venosta, 39023 Lasa); www.laas.it; info@laas.it;

09.04.2023 / Concerto pasquale della banda musicale di Silandro / Easter concert of the music band Bürgerkapelle Schlanders:

10.30/10.30 a.m.; Padiglione di musica/Music pavilion (Parco Plawenn, 39028 Silandro); Bürgerkapelle Schlanders, info@bkschlanders.eu;

10.04.2023 / Corse tradizionali die cavalli Haflinger e sfilata / Traditional Haflinger horse races and procession:

Centro città Merano/Meran town center (39012 Merano); Azienda di soggiorno di Merano, +39 0473 272 000, www.meran.eu, info@meran.eu;

13.04.2023 / Inaugurazione tempo degli asparagi a Castelbello-Ciardes:

10.30; Ristorante Kesslwirt (Via Montefontana 4, 39020 Ciardes); Associazione turistica Castelbello-Ciardes, +39 0473 624 193, www.kastellbell-tschars.com, info@kastellbell-tschars.com;

14.04.-31.05.2023 / Tempo degli asparagi Castelbello:

Castelbello-Ciardes (39020 Castelbello-Ciardes); Associazione turistica Castelbello-Ciardes, +39 0473 624 193, www.kastellbell-tschars.com, info@kastellbell-tschars.com;

16.04.2023 / Processione/Procession:

10.00/10 a.m.; Laces-Paese/Laces-Village(39021 Laces); Pfarrei Latsch;

21.04.2023 / Concerto:

20.00/8p.m.; CulturForum (Via Hans Sager, 39021 Laces); Bürgerkapelle Latsch, +39 348 54 66 010, www.bklatsch.com, info@bklatsch.com;

21.04.2023 / Classic Concert-Ludus Quartet:

20.30/8.30 p.m.; Chiesa parrocchiale Parcines (39020 Parcines); Associazione turistica Parcines, +39 0473 967 157, www.partschins.com, info@partschins.com;

23.04.2023 / Primavera a Juval:

Collina Juval (39020 Castelbello-Ciardes); Associazione turistica Castelbello-Ciardes, +39 0473 624 193, www.kastellbell-tschars.com, info@kastellbell-tschars.com;

28.04.-01.05.2023 / Merano Flower Festival:

10.00-19.00/7 p.m.; Merano e dintorni / Meran and Environs (39012 Merano); Azienda di soggiorno di Merano, +39 0473 272 000, www.meran.eu/meranoflowerfestival, info@meran.eu;

29.04.2023 / Mercato annuale a Lasa / year market:

08.00-15.00/8 a.m.-3 p.m.; Via Venosta (39023 Lasa);

30.04.2023-25.06.2023 / Mostra di primavera / Spring exhibition Karl Grasser, Friedrich Gurschler, Martin Rainer:

MAR-SAB 14.00-18.00/DOM 11.00-18.00/TUE-SAT 2 p.m.-6 p.m.;SUN 11 a.m.-6 p.m.; Castello di Castelbello/Castelbello Castle (Via del Castello 1, 39020 Castelbello-Ciardes); Associazione turistica Castelbello-Ciardes, +39 0473 624 193, www.kastellbell-tschars.com, info@kastellbell-tschars.com;

MAGGIO / MAY**01.05.2023 / Festa del 1° maggio / festival of the 1st may:**

10.00-20.00/10 a.m.-8 p.m.; Piazza Lacus/Capital place (39021 Laces); Bildungsausschuss Latsch, hannes.gamper@rolmail.net. In caso di maltempo l'evento si svolgerà nel CulturForum/In bad weather the event will take place in the CulturForum;

01.05.2023 / Concerto del 1° maggio della banda musicale di Castelbello:

Padiglione di musica/Music pavilion Castelbello; (39020 Castelbello-Ciardes); Associazione turistica Castelbello-Ciardes, +39 0473 624 193, www.kastellbell-tschars.com, info@kastellbell-tschars.com;

04.05.-07.05.2023 / Women Trailrunning Camp:

Naturno (39025 Naturno); Associazione turistica Naturno, +39 0473 666 077, www.naturns.it, info@naturns.it;

06.05.2023 / Mercato della Primavera:

08.00-15.00/8 a.m.-3 p.m.; Centro paese Castelbello (39020 Castelbello-Ciardes); Associazione turistica Castelbello-Ciardes, +39 0473 624 193, www.kastellbell-tschars.com, info@kastellbell-tschars.com;

06.05.-07.05.2023 / Half Marathon Merano-Lagundo:

Merano-Lagundo (39012 Merano); Azienda di soggiorno di Merano, +39 0473 272 000, www.marathon-meran.com, info@meran.eu;

13.05.2023 / Concerto primaverile del coro maschile di Silandro:

19.30/7.30 p.m.; Casa culturale K. Schönherr (Via Covelano 27/B, 39028 Silandro); www.mgv-schlanders.it, info@mgv-schlanders.it;

13.05.-14.05.2023 / Mercato della ceramica:

Centro paese Naturno / Naturns town center (39025 Naturno); Associazione turistica Naturno, +39 0473 666 077, www.naturns.it, info@naturns.it;

19.05.2023 / Classic Concert-Evamaría Österreicher & Ramona Zueck:

20.30/8.30 p.m.; Chiesa parrocchiale Parcines (39020 Parcines); Associazione turistica Parcines, +39 0473 967 157, www.partschins.com, info@partschins.com;

20.05.2023 / Concerto Joyful Singers / concert Joyful Singers:

20.00/8 p.m.; CulturForum (39021 Laces); Joyful Singers, gisela.nagl@gmail.com;

21.05.2023 / Processione di Sonta Hons e festa / Procession of Sonta Hons and festival:

processione/Procession 08.15/8.15 a.m. Processione festa/festival 10.00/10 a.m.; Morter, Casa della cultura/Morter, house of culture (39021 Morter); Musikkapelle Goldrain-Morter, info@mkgoldrainmorter.it;

21.05.2023 / Festa della banda musicale di Ciardes :

11.00/11 a.m.; Centro paese Ciardes/Tschars town center (39020 Ciardes), Musikkapelle Tschars, www.musikkapelle-Ciardes.de.vu;

21.05.2023 / Giornata dello Speck:

Centro paese Naturno/Naturns town center (39025 Naturno); Associazione turistica Naturno, +39 0473 666 077, www.naturns.it, info@naturns.it;

27.05.2023 / „Olls hondgmocht“ Il mercato tutto fatt a mano / arts and crafts market:

10.00-18.00/10 a.m.-6 p.m.; „Gaudententrum“ Parcines (Via Gaudenten 7, 39020 Parcines); Associazione turistica Parcines, +39 0473 967 157, www.partschins.com, info@partschins.com;

28.05.2023 / Processione di Urbani / Urbani Procession:

08.00/8 a.m.; Coldrano-Tis (39021 Coldrano); Musikkapelle Goldrain-Morter, info@mkgoldrainmorter.it;



GIUGNO / JUNE**02.06.2023 / Dedicazione del veicolo e servizio religioso / Vehicle dedication & church service:**

10.00/10 a.m.; Campo sportivo/sports ground (39021 Morter); Freiwillige Feuerwehr Morter, ff.morter@lfvzbz.org;

02.06.2023 / Festa „100 anni banda musicale di Corzes“:

17.00/5 p.m.; Casa culturale Corzes (Vecchia Strada 47, 39028 Corzes); www.musikkapelle.kortsch.it, info@musikkapelle-kortsch.it;

02.06.2023 / Venerdì lungo alla cantina Himmelreich-Hof:

18.00-21.00; Cantina Himmelreich-Hof (Vicolo del Convento 15A, 39020 Ciardes); +39 0473 624 417, www.himmelreich.info, info@himmelreich-hof.info;

03.06.2023 / Festa „100 anni banda musicale di Corzes“:

10.00/10 a.m.; GEOS (Via Protzen 3, 39028 Silandro); www.musikkapelle.kortsch.it, info@musikkapelle-kortsch.it;

04.06.2023 / Festa Damml / Damml Festival:

10.00/10 a.m.; Piazza Damml (Via Principale 38, 39028 Silandro); Schützenkompanie Schlanders;

08.+09.06.2023 / La puglia in tavola:

08.30-18.00/8.30 a.m.-6 p.m.; Zona pedonale/pedestrian zone (39028 Silandro);

09.06.2023 / Venerdì lungo alla cantina Himmelreich-Hof:

18.00-21.00; Cantina Himmelreich-Hof (Vicolo del Convento 15A, 39020 Ciardes); +39 0473 624 417, www.himmelreich.info, info@himmelreich-hof.info;

09.06.2023 / "Castle Beats" con Martin Perkmann:

20.30; Residenza Stachlburg (Via Peter-Mitterhofer 2, 39020 Parcines); Associazione turistica di Parcines, +39 0473 967 157, www.partschins.com, info@partschins.com;

09.06.2023 / Asfaltart:

Centro città Merano (39012 Merano), Azienda di soggiorno di Merano, +39 0473 272 000, www.meran.eu, info@meran.eu;

10.06.2023 / Mercato annuale / year marcet:

07.00-13.00/7 a.m.-1 p.m.; Via Mercato (39021 Laces);

11.06.2023 / Fronleichnam Processione / Fronleinam Procession:

10.00/10 a.m.; Laces -Paese/Laces - Village (39021 Laces); Pfarrei Latsch;

11.06.2023 / Malghe di Naturno unplugged:

Malghe al Monte Tramontana (39025 Naturno); Associazione turistica Naturno, +39 0473 666 077, www.naturns.it, info@naturns.it;

14.06.2023 / Concerto serale della banda musicale di Silandro / Evening concert of the music band Schlanders:

20.30/8.30 p.m.; Padiglione di musica/Music pavilion (Parco Plawenn, 39028 Silandro); Ingresso libero/free entry; Associazione turistica Silandro-Lasa, +39 0473 730 155, www.schlanders-laas.it, info@schlanders-laas.it;

16.06.2023 / Processione di santa cuore di Gesu / Procession of Jesus heart:

19.00/7 p.m.; Morter - Paese / Morter - Village (39021 Morter); Pfarrgemeinderat Morter, harald.ploerer@rolmail.net;

16.06.2023 / Venerdì lungo alla cantina Himmelreich-Hof:

18.00-21.00; Cantina Himmelreich-Hof (Vicolo del Convento 15A, 39020 Ciardes); +39 0473 624 417, www.himmelreich.info, info@himmelreich-hof.info;

18.06.2023 / Processione di santa cuore di Gesu / Procession of Jesus heart:

Tarres-Paese/Tarres-Village (39021 Tarres);

18.06.2023 / Concerto di santa cuore di Gesu / Concert of Jesus heart:

20.30/8.30 p.m.; Padiglione di musica/Music pavilion (39021 Laces); Bürgerkapelle Latsch, +39 348 54 66 010, www.bklatsch.com, info@bklatsch.com;

In caso di maltempo l'evento si svolgerà nel CulturForum/In bad weather the event will take place in the CulturForum;

18.06.2023 / Concerto Sacre cuore di Gesù:

20.30/8.30 p.m.; Padiglione di musica/Music pavilion Castelbello (39020 Castelbello); Musikkapelle Castelbello, musikkapelle.kastellbell@konmail.net;

18.06.2023 / Domenica di Santa cuore di Gesu / Sunday of Jesus heart:

In onore del Sacro Cuore di Gesù, domenica appariranno sulle montagne di tutto il Paese diversi simboli cristiani e della patria. / In honor of the Sacred Heart of Jesus, various Christian and homeland symbols will appear on the mountains throughout the country on Sunday;

21.06.2023 / Concerto serale della banda musicale di Lasa / Evening concert of the music band Laas:

20.30/8.30 p.m.; Padiglione di musica/Music pavilion (Parco Plawenn, 39028 Silandro); Ingresso libero/free entry; Associazione turistica Silandro-Lasa, +39 0473 730 155, www.schlanders-laas.it, info@schlanders-laas.it;

22.06.2023 / Concerto serale / Evening concert:

20.30/8.30 p.m.; Padiglione di musica/Music pavilion (39021 Laces); Associazione turistica Laces-Martello, +39 0473 623 109, www.latsch-martell.it, info@latsch.it; In caso di maltempo l'evento non si svolgerà/In bad weather the event don't will take place;

22.06.2023 / Concerto serale / Evening concert:

20.30/8.30 p.m.; Padiglione di musica/Music pavilion (Parco Plawenn, 39028 Silandro); Associazione turistica Silandro-Lasa, +39 0473 730 155, www.schlanders-laas.it, info@schlanders-laas.it;

23.06.2023 / Concerto Classico-Novus Baroque Ensemble:

20.30/8.30 p.m.; Chiesa parrocchiale Parcines (39020 Parcines); Associazione turistica Parcines, +39 0473 967 157, www.partschins.com, info@partschins.com;

23.06.2023 / Venerdì lungo alla cantina Himmelreich-Hof:

18.00-21.00; Cantina Himmelreich-Hof (Vicolo del Convento 15A, 39020 Ciardes); +39 0473 624 417, www.himmelreich.info, info@himmelreich-hof.info;

24.06.2023 / Sagra S. Giovanni / Feast Day S. Johan:

10.00/10 a.m.; Piazza del paese (Via Venosta, 39023 Lasa);

24.06.2023 / Festa / festival:

Campo sportivo/sports ground(39021 Morter); Seniorenvereinigung im Südtiroler Bauernbund, marthastocker90@gmail.com;

24.06.2023 / Party delle fragole / Strawberry Party:

Centro Trattla/Trattla center (39020 Martello); Regionalentwicklungsgenossenschaft 3B Martell, +39 3807486879, www.martell.it, info@rgmartell3b.it;

25.06.2023 / Festa delle fragole / Strawberry festival:

tutto il giorno/the hole day; Centro Trattla/Trattla center (39020 Martello); Regionalentwicklungsgenossenschaft 3B Martell, +39 3807486879, www.martell.it, info@rgmartell3b.it;

28.06.2023 / Concerto serale della banda „Laaser Böhmische“ / Evening concert of the music band „Laaser Böhmische“:

20.30/8.30 p.m.; Padiglione di musica/Music pavilion (Parco Plawenn, 39028 Silandro); Ingresso libero/free entry; Associazione turistica Silandro-Lasa, +39 0473 730 155, www.schlanders-laas.it, info@schlanders-laas.it;

29.06.2023 / Concerto serale / Evening concert:

20.30/8.30 p.m.; Padiglione di musica/Music pavilion (39021 Laces); Associazione turistica Laces-Martello, +39 0473 623 109, www.latsch-martell.it, info@latsch.it; In caso di maltempo l'evento non si svolgerà/In bad weather the event don't will take place;

30.06.2023 / Venerdì lungo alla cantina Himmelreich-Hof:

18.00-21.00; Cantina Himmelreich-Hof (Vicolo del Convento 15A, 39020 Ciardes); +39 0473 624 417, www.himmelreich.info, info@himmelreich-hof.info



LUGLIO / JULY**02.07.2023 / Wine & Taste: Degustazione di vini al Castello di Castelbello:**

10.00-17.00; Castello di Castelbello (Via Castello 1, 39020 Castelbello); Associazione turistica di Castelbello-Ciardes, +39 0473 624 193, www.kastelbell-tschars.com, info@kastelbell-tschars.com;

05.07.2023 / Esibizione serale del gruppo di danza folcloristico "Volkstanzgruppe Silandro" / Evening performance of the group "Volkstanzgruppe Schlanders":

20.30/8.30 p.m.; Padiglione di musica/Music pavilion (Parco Plawenn, 39028 Silandro); Ingresso libero/free entry; Associazione turistica Silandro-Lasa, +39 0473 730 155, www.schlanders-laas.it, info@schlanders-laas.it;

05.07.2023 / Concerto serale con Marie Spaemann & Christian Bakanic:

20.00; Castello di Castelbello (Via Castello 1, 39020 Castelbello-Ciardes); Associazione turistica di Castelbello-Ciardes, +39 0473 624 193, www.kastelbell-tschars.com, info@kastelbell-tschars.com;

07.07.2023 / Venerdì lungo alla cantina Himmelreich-Hof:

18.00-21.00; Cantina Himmelreich-Hof (Vicolo del Convento 15A, 39020 Ciardes); +39 0473 624 417, www.himmelreich.info, info@himmelreich-hof.info;

08.07.2023 / Concerto del gruppo „Swiss Army Brass Band“ /**Concert of the band „Swiss Army Brass Band“:**

20.00/8 p.m.; Casa culturale K. Schönherr (Via Covelano 27/B, 39028 Silandro); Kulturhaus K. Schönherr, +39 0473 737 777, www.kulturhaus.it, kulturhaus@schlanders.it;

09.07.2023 / Festa sulla malga di Laces / Laces alp festival:

11.00/11a.m.; Latscher Alm (39021 Laces); Latscher Alm, +39 340 54 78 949, info@sporthotel-vetzan.com;

12.07.2023 / Notte delle luci:

18.00/6 p.m.; Centro paese Naturno/Naturns town center (39025 Naturno); Associazione turistica Naturno, +39 0473 666 077, www.naturns.it, info@naturns.it;

12.07.2023 / Concerto serale della banda musicale di Silandro /**Evening concert of the music band Schlanders:**

20.30/8.30 p.m.; Padiglione di musica/Music pavilion (Parco Plawenn, 39028 Silandro); Ingresso libero/free entry; Associazione turistica Silandro-Lasa, +39 0473 730 155, www.schlanders-laas.it, info@schlanders-laas.it;

13.07.2023 / Concerto serale / Evening concert:

20.30/8.30 p.m.; Padiglione di musica/Music pavilion (39021 Laces); Associazione turistica Laces-Martello, +39 0473 623 109, www.latsch-martell.it, info@latsch.it; In caso di maltempo l'evento non si svolgerà./In bad weather the event don't will take place;

13.07.2023 / World Music Festival presenta John Butler:

18.00/6 p.m.; Giardini Trauttmansdorff (39012 Merano); Showtime Agency GmbH, +39 0473 270 256, info@showtime-ticket.com;

14.07.2023 / Venerdì lungo alla cantina Himmelreich-Hof:

18.00-21.00; Cantina Himmelreich-Hof (Vicolo del Convento 15A, 39020 Ciardes); +39 0473 624 417, www.himmelreich.info, info@himmelreich-hof.info;

19.07.2023 / Esibizione serale del gruppo di danza „Schuhplattler Prad“ /**Evening performance of the group „Schuhplattler Prad“:**

20.30/8.30 p.m.; Padiglione di musica/Music pavilion (Parco Plawenn, 39028 Silandro); Ingresso libero/free entry; Associazione turistica Silandro-Lasa, +39 0473 730 155, www.schlanders-laas.it, info@schlanders-laas.it;

19.07.2023 / Notte delle luci:

18.00/6 p.m.; Centro paese Naturno/Naturns town center (39025 Naturno); Associazione turistica Naturno, +39 0473 666 077, www.naturns.it, info@naturns.it;

20.07.2023 / Escursione all'alba con una guida alpina alla cima 12 /**Sunrise hike with a mountain guide to the 12 peak:**

05.00/5a.m.; Burgaunerhof (39020 Martello); Euro 5,00; Nationalparkhaus culturamartell, +39 0473 745 027, www.nationalpark-stelvio.it, info@culturamartell.com; Portate con voi una lampada frontale e il pranzo al sacco, oltre a una buona condizione fisica./Bring a headlamp and packed lunch as well as good physical condition.

20.07.2023 / Concerto serale / Evening concert:

20.30/8.30 p.m.; Padiglione di musica/Music pavilion (39021 Laces); Associazione turistica Laces-Martello, +39 0473 623 109, www.latsch-martell.it, info@latsch.it; In caso di maltempo l'evento non si svolgerà./In bad weather the event don't will take place;

21.07.2023 / Internazionale meeting Salto con l'asta / international meeting Pole vault:

20.00/8 p.m.; Piazza della casa culturale K. Schönherr (Via Covelano 27/B, 39028 Silandro); www.stabchosprung.it, info@stabchosprung.it;

21.07.2023 / Venerdì lungo alla cantina Himmelreich-Hof:

18.00-21.00; Cantina Himmelreich-Hof (Vicolo del Convento 15A, 39020 Ciardes); +39 0473 624 417, www.himmelreich.info, info@himmelreich-hof.info;

22.07.2023 / Bevuta mattutina & festa notturna:

dalle ore 10.00; Campo sportivo di Covelano (Via Wackernell, 39028 Covelano) Vespaclub Covelano;

22.07.23.07.2023 / Festa die vigili del fuoco / Festival of the fire brigade:

dalle 18.00 il Sabato, dalle 10.00 la Domenica/from 6 p.m. on Saturday, from 10 a.m. on Sunday; Piazza delle feste/festival place, Via Mercato 48 (39021 Laces); +39 0473 623 079, +39 339 54 81 524, www.ff-latsch.com, info@ff-latsch.com;

22.07-23.07.2023 / Musica e delizie culinarie:

17.00-01.00/5 p.m.-1 a.m.; Centro Paese Parcines (39020 Parcines); Associazione turistica Parcines, +39 0473 967 157, www.partschins.com, info@partschins.com;

25.07.2023 / Serate nel castello di Silandro / Summer evenings in the**Schlandersburg castle:**

20.30/8.30 p.m.; Castello di Silandro/Schlandersburg castle (Via Castello 6, 39028 Silandro); Bibliothek Schlandersburg, +39 0473 737 780, www.schlandersburg.it, bibliothek@schlanders.it

26.07.2023 / Concerto serale della banda musicale di Glorenza /**Evening concert of the music band Glurns:**

20.30/8.30 p.m.; Padiglione di musica/Music pavilion (Parco Plawenn, 39028 Silandro); Ingresso libero/free entry; Associazione turistica Silandro-Lasa, +39 0473 730 155, www.schlanders-laas.it, info@schlanders-laas.it;

26.07.2023 / Notte delle luci:

18.00/6 p.m.; Centro paese Naturno/Naturns town center (39025 Naturno); Associazione turistica Naturno, +39 0473 666 077, www.naturns.it, info@naturns.it;

26.07.2023 / Concerto con l'ensemble „Aminta“:

20.30/8.30 p.m.; Castello di Castelbello/Castelbello Castle (Via del Castello 1, 39020 Castelbello-Ciardes); Associazione turistica Castelbello-Ciardes, +39 0473 624 193, www.kastelbell-tschars.com, info@kastelbell-tschars.com;

27.07.2023 / Concerto serale / Evening concert:

20.30/8.30 p.m.; Padiglione di musica/Music pavilion (39021 Laces); Associazione turistica Laces-Martello, +39 0473 623 109, www.latsch-martell.it, info@latsch.it; In caso di maltempo l'evento non si svolgerà./In bad weather the event don't will take place;

28.07.2023 / Venerdì lungo alla cantina Himmelreich-Hof:

18.00-21.00; Cantina Himmelreich-Hof (Vicolo del Convento 15A, 39020 Ciardes); +39 0473 624 417, www.himmelreich.info, info@himmelreich-hof.info;

28.+29.07.2023 / Festa del paese Silandro / Feast of the town Schlanders:

18.00-01.00 e 10.00-01.00/6 p.m.-1 a.m. + 10 a.m.-1 p.m.; Silandro (Via principale, 39028 Silandro); Ingresso libero/free entry; Schlanders Marketing, +39 0473 737757, www.schlanders.it, marketing@schlanders.it;

29.07.2023 / Festa dei Vigili del Fuoco di Ciardes:

19.00/7 p.m.; Centro paese Ciardes/Tschars town center (39020 Castelbello-Ciardes); Associazione turistica Castelbello-Ciardes, +39 0473 624 193, www.kastelbell-tschars.com, info@kastelbell-tschars.com;

30.07.2023 / Festa dei Vigili del Fuoco di Ciardes:

11.00/11 a.m.; Centro paese Ciardes/Tschars town center (39020 Castelbello-Ciardes); Associazione turistica Castelbello-Ciardes, +39 0473 624 193, www.kastelbell-tschars.com, info@kastelbell-tschars.com;

30.07.2023 / Festa della banda musicale di Tarres/ Festival from the Tarres music group:

10.00/10 a.m.; Casa della cultura Sigmund Angerer/house of culture Sigmund Angerer, Via S. Medardus (39021 Tarres); Musikkapelle Tarres, +39 366 54 80 209, sonja.sachsaler@gmail.com;



AGOSTO / AUGUST**01.08.2023 / Serate nel castello di Silandro / Summer evenings in the****Schlandersburg castle:**

20.30/8.30 p.m.; Castello di Silandro/Schlandersburg castle (Via Castello 6, 39028 Silandro); Bibliothek Schlandersburg, +39 0473 737 780, www.schlandersburg.it, bibliothek@schlanders.it;

02.08.2023 / Beat on the Street:

20.00/8 p.m.; Piazza Burggräfler (39025 Naturno); Associazione turistica Naturno, +39 0473 666 077, www.naturns.it, info@naturns.it;

02.08.2023 / Concerto serale della banda musicale di Silandro /**Evening concert of the music band Schlanders:**

20.30/8.30 p.m.; Padiglione di musica/Music pavilion (Parco Plawenn, 39028 Silandro); Ingresso libero/free entry; Associazione turistica Silandro-Lasa, +39 0473 730 155, www.schlanders-laas.it, info@schlanders-laas.it;

03.08.2023 / Concerto serale / Evening concert:

20.30/8.30 p.m.; Padiglione di musica/Music pavilion (39021 Laces); Associazione turistica Laces-Martello, +39 0473 623 109, www.latsch-martell.it, info@latsch.it; In caso di maltempo l'evento non si svolgerà./In bad weather the event don't will take place;

03.08.2023 / Escursione all'alba con una guida alpina alla cima Lasa /**Sunrise hike with a mountain guide to the Lasa peak:**

04.00/4a.m.; Stallwies (39020 Martello); Euro 5,00; Nationalparkhaus culturamartell, +39 0473 745 027, www.nationalpark-stelvio.it, info@culturamartell.com; Portate con voi una lampada frontale e il pranzo al sacco, oltre a una buona condizione fisica./ Bring a headlamp and packed lunch as well as good physical condition.;

04.08.2023 / Concerto del gruppo Fäaschtbänkler /**Concert from the Fäaschtbänkler group:**

Piazza delle feste/festival place(Via Mercato 48, 39021 Laces); Bürgerkapelle Latsch, +39 348 54 66 010, www.bklatsch.com, info@bklatsch.com; Prevendita dei biglietti/ Advance ticket sales;

04.08.2023 / „Castle beats“ – con LIT:

20.30/8.30 p.m.; Residenza „Stachlburg“ (39020 Parcines); Associazione turistica Parcines, +39 0473 967 157, www.partschins.com, info@partschins.com;

04.08.2023 / Serata shopping a Silandro / Shopping evenings in Silandro:

20.00/8 p.m.; Zona pedonale (39028 Silandro); Tourismusverein Schlanders-Laas, +39 0473 730 155, www.schlanders-laas.it, info@schlanders-laas.it;

04.08.2023 / Venerdì lungo alla cantina Himmelreich-Hof:

18.00-21.00; Cantina Himmelreich-Hof (Vicolo del Convento 15A, 39020 Ciardes); +39 0473 624 417, www.himmelreich.info, info@himmelreich-hof.info;

05.08.2023 / Concerto Musica Viva / Concert Musica Viva:

Casa culturale K. Schönherr (Via Covelano 27/B, 39028 Silandro); +39 0473 737 777, www.kulturhaus.it, kulturhaus@schlanders.it;

05.08.-06.08.2023 / Festa della banda musicale di Laces /**Festival of the Laces music group:**

dalle 18.00 il Sabato, dalle 10.00 la Domenica/from 6 p.m. on Saturday, from 10 a.m. on Sunday; (39021 Laces); Bürgerkapelle Latsch, +39 348 54 66 010, www.bklatsch.com, info@bklatsch.com;

05.+06.08.2023 / „marmo&albicocche“ / Festival „marmor&marillen“:

11.00/11 a.m.; Via Venosta (39023 Lasa); www.laas.it, info@laas.it;

06.08.2023 / Mercato die vini:

11.00/11 a.m.; Centro paese Naturno/Naturns town center (39025 Naturno); Associazione turistica Naturno, +39 0473 666 077, www.naturns.it, info@naturns.it;

08.08.2023 / Serate nel castello di Silandro / Summer evenings in the**Schlandersburg castle:**

20.30/8.30 p.m.; Castello di Silandro/Schlandersburg castle (Via Castello 6, 39028 Silandro); Bibliothek Schlandersburg, +39 0473 737 780, www.schlandersburg.it, bibliothek@schlanders.it;

09.08.2023 / Beat on the Street:

20.00/8 p.m.; Piazza Burggräfler (39025 Naturno); Associazione turistica Naturno, +39 0473 666 077, www.naturns.it, info@naturns.it;

09.08.2023 / Esibizione serale del gruppo di danza „Schuhplattler Prad“ /**Evening performance of the group „Schuhplattler Prad“:**

20.30/8.30 p.m.; Padiglione di musica/Music pavilion (Parco Plawenn, 39028 Silandro); Ingresso libero/free entry; Associazione turistica Silandro-Lasa, +39 0473 730 155, www.schlanders-laas.it, info@schlanders-laas.it;

11.08.2023 / Festa serale / Evening festival:

18.00/6p.m.; Piazza casa della cultura/place house of culture (39021 Morter); Freiwillige Feuerwehr Morter, ff.morter@lfbvz.org;

11.08.2023/Venerdì lungo alla cantina Himmelreich-Hof:

18.00-21.00; Cantina Himmelreich-Hof (Vicolo del Convento 15A, 39020 Ciardes); +39 0473 624 417, www.himmelreich.info, info@himmelreich-hof.info;

11.08.2023 / Serata shopping a Silandro / Shopping evenings in Silandro:

20.00/8 p.m.; Zona pedonale (39028 Silandro); Tourismusverein Schlanders-Laas, +39 0473 730 155, www.schlanders-laas.it, info@schlanders-laas.it;

12.08.2023 / Jason di Sarentino / Jason from the Sarental Valley:

tutto il giorno/the hole day; Latscher Alm (39021 Laces); Latscher Alm, +39 3405478949, www.latscheralm.com, info@latscheralm.com;

12.08.2023/Festa dei Vigili del Fuoco di Castelbello:

Stazione di Castelbello (39020 Castelbello); Associazione turistica Castelbello-Ciardes, +39 0473 624 193, www.kastellbell-tschars.com, info@kastellbell-tschars.com;

13.08.2023 / Santa messa per le famiglie & Festa / Holy mess for family & Festival:

dalle ore 09.30/from 9.30 a.m.; Piazza delle feste Coldrano/Festival place Coldrano (Via Lahn 11, 39021 Coldrano); Musikkapelle Goldrain-Morter, info@mkgoldrainmorter.it;

16.08.2023 / Esibizione serale del gruppo di danza „Volkstanzgruppe Silandro“ /**Evening performance of the group „Volkstanzgruppe Schlanders“:**

20.30/8.30 p.m.; Padiglione di musica/Music pavilion (Parco Plawenn, 39028 Silandro); Ingresso libero/free entry; Associazione turistica Silandro-Lasa, +39 0473 730 155, www.schlanders-laas.it, info@schlanders-laas.it;

16.08.2023 / Beat on the Street:

20.00/8 p.m.; Piazza Burggräfler (39025 Naturno); Associazione turistica Naturno, +39 0473 666 077, www.naturns.it, info@naturns.it;

17.08.2023 / Escursione guidata verso la cima Orecchia di lepre /**Guided tour to the Hasenohr peak:**

06.00/6a.m.; Burgaunerhof (39020 Martello); Euro 5,00; Nationalparkhaus culturamartell, +39 0473 745 027, www.nationalpark-stelvio.it, info@culturamartell.com; Pranzo al sacco e una buona condizione fisica da portare/Bring a Packed lunch and a good physical condition.;

17.08.2023 / Concerto serale / Evening concert:

20.30/8.30 p.m.; Padiglione di musica/Music pavilion (39021 Laces); Associazione turistica Laces-Martello, +39 0473 623 109, www.latsch-martell.it, info@latsch.it; In caso di maltempo l'evento non si svolgerà./In bad weather the event don't will take place;

17.+18.08.2023 / La puglia in tavola:

08.30-18.00/8.30 a.m.-6 p.m.; Zona pedonale/pedestrian zone (39028 Silandro);

18.08.2023 / Serata shopping a Silandro / Shopping evenings in Silandro:

20.00/8 p.m.; Zona pedonale (39028 Silandro); Tourismusverein Schlanders-Laas, +39 0473 730 155, www.schlanders-laas.it, info@schlanders-laas.it;

18.08.2023 / Venerdì lungo alla cantina Himmelreich-Hof:

18.00-21.00; Cantina Himmelreich-Hof (Vicolo del Convento 15A, 39020 Ciardes); +39 0473 624 417, www.himmelreich.info, info@himmelreich-hof.info;

18.08.-20.08.2023 / Giochi Mediavali Alto Adige:

10.00/10 a.m.; Sluderno (39020 Sluderno); Verein Südtiroler Ritterspiele, +39 0473 831 190, www.ritterspiele.it, info@ritterspiele.it;

20.08.2023 / Festa di Jachim / Jachim Festival:

dalle 10.00/from 10 a.m.; Casa della cultura Sigmund Angerer/house of culture Sigmund Angerer, Via S. Medardus (39021 Tarres); FF Tarres, +39 0473 623 136, www.feuerwehr-tarsch.org, info@feuerwehr-tarsch.org;

20.08.2023 / Matinée con "Lignum" Quintett:

10.00; Castello di Castelbello (Via Castello 1, 39020 Castelbello-Ciardes); Associazione turistica di Castelbello-Ciardes, +39 0473 624 193, www.kastellbell-tschars.com, info@kastellbell-tschars.com;



22.08.2023 / Serate nel castello di Silandro / Summer evenings in the Schlandersburg castle:

20.30/8.30 p.m.; Castello di Silandro/Schlandersburg castle (Via Castello 6, 39028 Silandro); Bibliothek Schlandersburg, +39 0473 737 780, www.schlandersburg.it, bibliothek@schlanders.it;

23.08.2023 / Beat on the Street:

20.00/8 p.m.; Piazza Burggräfler (39025 Naturno); Associazione turistica Naturno, +39 0473 666 011, www.naturns.it, info@naturns.it;

23.08.2023 / Concerto serale della banda musicale di Corzes / Evening concert of the music band Kortsch:

20.30/8.30 p.m.; Padiglione di musica/Music pavilion (Parco Plawenn, 39028 Silandro); Ingresso libero/free entry; Associazione turistica Silandro-Lasa, +39 0473 730 155, www.schlanders-laas.it, info@schlanders-laas.it;

24.08.2023 / World Music Festival presenta Herbert Pixner Projekt:

21.00/9 p.m.; Giardini Trauttmansdorff (39012 Merano); Showtime Agency GmbH, +39 0473 270 256, info@showtime-ticket.com;

25.08.-27.08.2023 / Vinschgau Cup:

Venerdì 20.00, Sabato 18.00, Domenica 14.00/18.00/Friday 8 p.m., Saturday 6 p.m., Sunday 2 p.m.+6 p.m.; IceForum, Via Valtneid 1/A (39021 Laces); Associazione turistica Laces-Martello, +39 0473 623 109, www.latsch-martell.it, info@latsch.it;

26.08.2023 / Mercato "Selbergmocht" / marcet „Selbergmocht“:

9.00-16.00/9 a.m. - 4 p.m.; Zona pedonale/padiglione musicale/pedestrian zone; (Via Principale, 39028 Silandro); Ingresso libero/free entry; www.selbergmocht.it;

27.08.2023 / Concerto della banda musical S. Caterina:

11.00/11 a.m.; Piazza paese Ciardes (39020 Castelbello-Ciardes);

30.08.2023 / Beat on the Street:

20.00/8 p.m.; Piazza Burggräfler (39025 Naturno); Associazione turistica Naturno, +39 0473 666 011, www.naturns.it, info@naturns.it;

30.08.2023 / Concerto serale della banda musicale di Lasa /

Evening concert of the music band Laas:

20.30/8.30 p.m.; Padiglione di musica/Music pavilion (Parco Plawenn, 39028 Silandro); Ingresso libero/free entry; Associazione turistica Silandro-Lasa, +39 0473 730 155, www.schlanders-laas.it, info@schlanders-laas.it;

31.08.2023 / Concerto serale / Evening concert:

20.30/8.30 p.m.; Padiglione di musica/Music pavilion (39021 Laces); Associazione turistica Laces-Martello, +39 0473 623 109, www.latsch-martell.it, info@latsch.it; In caso di maltempo l'evento non si svolgerà./In bad weather the event don't will take place;

SETTEMBRE / SEPTEMBER

Anfang September / Ritorno del bestiame dall'alpeggio / Ceremonioal Cattle Drive:

tutto il giorno/the hole day; Centro Trattla/Trattla center (39020 Martello); Associazione turistica Laces-Martello, +39 0473 623 109, www.latsch-martell.it, info@latsch.it;

02.09.2023 / Stelviobike:

Piazza Principale (39026 Prato allo Stelvio); Parco Nazionale dello Stelvio, +39 0473 830 430, www.stelviopark.bz.it, info.bz@stelviopark.it;

06.09.2023 / Concerto serale della banda musicale di Silandro / Evening concert of the music band Schlanders:

20.30/8.30 p.m.; Padiglione di musica/Music pavilion (Parco Plawenn, 39028 Silandro); Ingresso libero/free entry; Associazione turistica Silandro-Lasa, +39 0473 730 155, www.schlanders-laas.it, info@schlanders-laas.it;

07.09.2023 / Concerto serale / Evening concert:

20.30/8.30 p.m.; Padiglione di musica/Music pavilion (39021 Laces); Associazione turistica Laces-Martello, +39 0473 623 109, www.latsch-martell.it, info@latsch.it;

08.09.2023 / Sagra delle rape rosse / Feast day of the Beetroot:

08.30/8.30 a.m.; Cengles (39020 Cengles);

08.09.2023 / Concerto della banda musicale di Castelbello:

Castello di Castelbello/Castelbello Castle (39020 Castelbello-Ciardes); Associazione turistica Castelbello-Ciardes, +39 0473 624 193, www.kastellbell-tschars.com, info@kastellbell-tschars.com;

10.09.2023 / Tradizionale santa messa (lingua tedesca) del SS. Nome di Maria con processione e festa / Traditional celebration Name Maria with procession and festival:

08.00/8 a.m.; Chiesa Parrocchiale Silandro (Via Principale 131, 39028 Silandro); +39 0473 730 155, www.schlanders-laas.it, info@schlanders-laas.it;

Mitte September / Ritorno del bestiame dall'alpeggio / Ceremonioal Cattle Drive:

tutto il giorno/the hole day; Stazione in Valle Seggiovia Malga di Tarres/Valley Station Chair Lift Malga di Tarres, Via Molina di Sopra (39021 Tarres); Associazione turistica Laces-Martello, +39 0473 623 109, www.latsch-martell.it, info@latsch.it;

16.09.2023 / Mercato annuale a Lasa / year marcet:

08.00-15.00/8 a.m. - 3 p.m.; Lasa (Via Venosta, 39023 Lasa);

16.09.2023 / Sautanz:

08.00-20.00 / Speckeggele Silandro (Via Principale, 39028 Silandro) +39 335 53 12 112;

16.09.2023 / Djane Anie:

dalle ore 20.00; Speckeggele Silandro (Via Principale, 39028 Silandro); Ingresso libero;

17.09.2023 / Parcines - la transumanza:

10.00/10 a.m.; Rifugio Nasereit (39020 Parcines); Associazione turistica Parcines, +39 0473 967 157, www.partschins.com, info@partschins.com;

17.09.-29.10.2023 / Mostra Autunnale:

MAR-SAB 14.00-18.00, DOM 11.00-18.00/THU-SAT 2 p.m.-6 p.m., SUN 11 a.m.-6 p.m.; Castello di Castelbello/Castelbello Castle (39020 Castelbello-Ciardes); Associazione turistica Castelbello-Ciardes, +39 0473 624 193, www.kastellbell-tschars.com, info@kastellbell-tschars.com;

24.09.2023 / Anatra di San Michele/ Michaelmas Duck:

tutto il giorno/the hole day; Latscher Alm (39021 Laces); Latscher Alm, +39 3405478949, www.latscheralm.com, info@latscheralm.com;

30.09.2023 / Mercato Micheli / Micheli marcet:

07.00-13.00/7 a.m.-1 p.m.; Centro Trattla/Trattla center (39020 Martello); Comune di Martello;

30.09.2023 / Brassfestival: Salaputia Brass:

20.00/8 p.m.; Kursaal Merano (39012 Merano); Azienda di soggiorno di Merano, +39 0473 272 000, www.brassfestival.net, info@meran.eu;



OTTOBRE / OCTOBER

- 01.10.2023 / Festa del „Törggelen“ nel podere Gaudententurm / „Törggelen“ festiva at the raised hide Gaudententurm:**
11.00/11 a.m.; „Gaudententurm“ Parcines (39020 Parcines); Associazione turistica Parcines, +39 0473 967 157, www.partschins.com, info@partschins.com;
- 01.10.-12.11.2023 / Tempo del Törggelen a Castebello-Ciardes:**
Castebello-Ciardes (39020 Castebello-Ciardes); Associazione turistica Castebello-Ciardes, +39 0473 642 193, www.kastellbell-tschars.com, info@kastellbell-tschars.com;
- 02.10.2023 / Mercato annuale / year marcet:**
07.00-13.00/7 a.m.-1 p.m.; Via Mercato (39021 Laces);
- 06.10.2023 / Classic Concert-Augustinervocalkreis aus Erfurt:**
20.30/8.30 p.m.; Chiesa parrocchiale Parcines (39020 Parcines); Associazione turistica Parcines, +39 0473 967 157, www.kastellbell-tschars.com, info@kastellbell-tschars.com;
- 07.10.2023 / Brassfestival: Black Dyke Band:**
20.00/8 p.m.; Kursaal Merano (39012 Merano); Azienda di soggiorno di Merano, +39 0473 272 000, www.brassfestival.net, info@merano.eu;
- 08.10.2023 / Festa della castagna:**
Centro paese Naturno/Naturns town center (39025 Naturno); Associazione turistica Naturno, +39 0473 666 077, www.naturns.it, info@naturns.it;
- 14.10.2023 / Giornata del romanico:**
Castello di Castebello/Castebello Castle (39020 Castebello-Ciardes); Associazione turistica Castebello-Ciardes, +39 0473 624 193, www.kastellbell-tschars.com, info@kastellbell-tschars.com;
- 14.10.2023 / Brassfestival: Bassgeneration:**
20.00/8 p.m.; Kursaal Merano (39012 Merano); Azienda di soggiorno di Merano, +39 0473 272 000, www.brassfestival.net;
- 14.10.-15.10.2023 / Festa della uva:**
Centro città Merano/Merano town center (39012 Merano); Azienda di soggiorno di Merano, +39 0473 272 000, www.merano.eu, info@merano.eu;
- 14.10.-18.11.2023 / Vino & Gourmet-Delizioso autunno:**
Centro paese Naturno/Naturns town center (39025 Naturno); Associazione turistica Naturno, +39 0473 666 077, www.naturns.it, info@naturns.it;
- 21.10.2023 / Festa del Törggelen:**
18.00/6 p.m.; Colsano (39020 Castebello-Ciardes); Associazione turistica Castebello-Ciardes, +39 0473 624 193, www.kastellbell-tschars.com, info@kastellbell-tschars.com;
- 22.10.2023 / Festa del Törggelen:**
11.00/11 a.m.; Colsano (39020 Castebello-Ciardes); Associazione turistica Castebello-Ciardes, +39 0473 624 193, www.kastellbell-tschars.com, info@kastellbell-tschars.com;
- 24.10.2023 / Mercato annuale a Lasa / year marcet:**
08.00-15.00/8 a.m. - 3 p.m.; Lasa (Via Venosta, 39023 Lasa);

NOVEMBRE / NOVEMBER

- 03.11.-07.11.2023 / Merano Winefestival:**
Kurhaus e Passeggiata (39012 Merano); Azienda di soggiorno di Merano, +39 0473 272 000, www.merano.eu, info@merano.eu;
- 04.11.2023 / Mercato annuale / year marcet:**
07.00-13.00/7 a.m.-1 p.m.; Via Mercato (39021 Laces);
- 05.11.2023 / Servizio funebre eroico S. Maria / Commemoration of heroes S. Maria:**
10.00/10 a.m.; Santa Maria in Colle/s. Maria church, Alta Valle 1 (39020 Martello); Musikkapelle Goldrain-Morter, +39 333 12 03 656, info@mkgoldrainmorter.it;
- 25.11.-06.01.2024 / Mercatini di Natale Merano:**
Merano (39012 Merano); Azienda di soggiorno di Merano, +39 0473 272 000, www.merano.eu, info@merano.eu;
- 26.11.2023 / Mercato d'avvento a Parcines / Christmas market at Parcines:**
10.00-18.00/6 p.m.; Centro Paese Parcines (39020 Parcines); Associazione turistica Parcines, +39 0473 967 157, www.partschins.com, info@partschins.com;
- 26.11.2023 / Santa messa di Cäcilia / Holy mess of Cäcilia:**
08.30 Morter, 10.00 Latsch/8.30 a.m. Morter; Chiesa parrocchiale/Capital church (39021 Morter, Laces); Musikkapelle Goldrain-Morter, info@mkgoldrainmorter.it;

DICEMBRE / DECEMBER

- 03.12.2023 / Concerto d'avvento:**
17.00/5 p.m.; Chiesa parrocchiale Maragno (39020 Castebello-Ciardes);
- 04.12.2022 / Sfilata die Krampus:**
18.00/6 p.m.; Centro paese Castebello (39020 Castebello-Ciardes); Pfoffagonder Tuifl, +39 331 94 26 684, www.pfoffagondertuifl.it, info@pfoffagondertuifl.it;
- 05.12.2023 / Sfilata di San Nicolò / San Nicholas Parade:**
17.00/5 p.m.; Silandro (Via Principale, 39028 Silandro); www.nks-krampus.com, nikolaus.schlanders@gmail.com;
- 05.12.2023 / Sfilata di San Nicolò / San Nicholas Parade:**
18.00/6 p.m.; Lasa (Via Venosta, 39023 Lasa); loosrtuifl@gmail.com;
- 05.12.2023 / Sfilata di San Nicolò con Tuifl / Procession of San Nicolò with Tuifl:**
17.00-18.30/5 p.m.-6.30 p.m.; Laces (39021 Laces); Latscher Tuifl EO, +39 347 57 31 726, www.latschertuifl.com, info@latschertuifl.com;
- 05.12.2023 / Sfilata die Krampus:**
18.00/6 p.m.; Centro paese Ciardes / Tschars town center (39020 Castebello-Ciardes); Bauernjugend Tschars;
- 16.12.2023 / Concerto d'avvento della banda musicale di Corzes e del coro maschile di Silandro / advent concert:**
18.00/6 p.m.; Chiesa Parrocchiale Corzes (Vecchia Strada, 39028 Corzes); www.musikkapelle.kortsch.it, info@musikkapelle-kortsch.it;
- 16.+17.12.2023 / Mercatino di natale / Christmas marcet:**
10.00-18.00/10 a.m.-6 p.m.; Zona pedonale/pedestrian zone (Via Principale, 39028 Silandro); +39 0473 730 155, www.schlanders-laas.it, info@schlanders-laas.it;
- 21.12.2023 / „herawärts“ mercatino d'avvento e di luce / light&advent marcet:**
16.00-22.00/4 p.m.-10 p.m.; Piazza del paese (Via Venosta, 39023 Lasa); www.laas.it, info@laas.it;
- 24.12.2023 / Auguri di Natale musicali / musical christmas greetings:**
vari indesiamenti nell area vacanza/different places in the holiday area;
- 26.12.2023 / Concerto con Symphonic Winds & Jakob Spahn:**
20.00/8 p.m.; Kursaal Merano (39012 Merano); Azienda di soggiorno di Merano, +39 0473 272 000, www.merano.eu, info@merano.eu;
- 29.12 - 30.12.2023 / Saluti per il nuovo anno delle bande musicale / Wishes for the new year from the music groups:**
tutto il giorno/the hole day; vari indesiamenti nell area vacanza/different places in the holiday area;
- 31.12.2023 / San Silvestro a Merano:**
Centro città Merano/Merano town center (39012 Merano); Azienda di soggiorno di Merano, +39 0473 272 000, www.merano.eu, info@merano.eu;





Escursioni e passeggiate nella Bassa Val Venosta

Hiking in the Lower Venosta Valley

Situato all'ingresso della valle di alta montagna di Martello, tra le creste del Monte Sole e quelle del Monte Tramontana, ai piedi del Parco Nazionale dello Stelvio e del Parco Naturale Gruppo di Tessa, si estende uno dei percorsi più vari di tutta l'area alpina. L'area vacanza Silandro-Lasa, Laces-Val Martello and Castebello-Ciardes seducono grazie al loro paesaggio variegato. Troverete sentieri per tutti i gusti: da scoprire con la famiglia e i cosiddetti Waalwege (i sentieri delle rogge), che non presentano nessuna salita particolare, gli istruttivi percorsi tematici e le escursioni, i tour guidati e le passeggiate alle malghe, nonché le escursioni in montagna e i tour per arrampicata in alta montagna fino a circa 4000 m sul livello del mare.

At the entrance to the Val Martello, between the ridges of the Monte Sole mountain and those of the Monte Tramontana mountain just below the Stelvio National Park and the Texel Mountain Nature Reserve, lies one of the most diverse network of paths to be found anywhere in the Alps. Thanks to the highly varied topography, the tourist area of Silandro-Lasa, Laces-Val Martello and Castebello-Ciardes is a big draw for visitors. There are trails to suit everyone: undemanding itineraries for the family to explore including the so-called 'Waalwege' – the irrigation channel trails; educational themed walks and excursions, guided tours and walks up to the mountain shelters. There are also mountain hikes and climbing trips into the high mountains at heights of up to around 4,000 m.

10 REGOLE PER LA SICUREZZA IN MONTAGNA

1. **Pianificate la vostra gita a tavolino:** informazioni su lunghezza e difficoltà sono indispensabili per la programmazione di qualsiasi escursione in montagna. Prima di partire, informate qualcuno sulla vostra meta.
2. **Informatevi bene sulle previsioni del tempo:** consultate il bollettino meteo e osservate attentamente qualsiasi cambiamento del tempo. In più, i gestori dei rifugi riescono a fornire informazioni dettagliate sulla situazione meteo locale.
3. **Valutate oggettivamente la vostra forma fisica** e scegliete un'escursione adeguata. Partita di primo mattino e calcolate un margine di tempo sufficiente, in modo da rientrare prima dell'imbrunire.
4. **Scegliete una velocità di marcia moderata e regolare.** Prevedete parecchie pause, specialmente quando fate escursioni con bambini.
5. **Bevete abbondantemente!** Le bevande più adatte sono acqua, tè o succhi naturali. Si consiglia di **mangiare prodotti ricchi** di carboidrati e proteine, come p.es. pane integrale, frutta secca, noci ecc.
6. **Scegliete l'attrezzatura adeguata** specialmente per quanto riguarda le calzature, che devono consentire un passo fermo e proteggere le articolazioni.
7. Optate per un **abbigliamento leggero e funzionale**, ma non dimenticate mai di mettere nello zaino dei capi che riparano dal freddo e dalla pioggia. Anche un piccolo **kit di pronto soccorso** non dovrebbe mai mancare.
8. **Abbiate riguardo dei più deboli del vostro gruppo.** Informate altri escursionisti circa eventuali pericoli e, se del caso, prestate il primo soccorso.
9. **Abbiate la natura:** evitate rumori, non abbandonate rifiuti e proteggete la vegetazione. Rispettate le specie protette.
10. **Seguete sempre i sentieri indicati.** Consultate la vostra cartina con regolarità e, in caso di dubbio, tronate indietro in tempo.

© Copyright: Provincia Autonoma di Bolzano – Alto Adige

10 TIPS FOR SAFE HIKING AND MOUNTAINEERING

1. **Plan your hiking trips carefully:** information about the length and level of difficulty are essential for a safe mountain experience. Tell your friends or family, host or lodge keeper of your destination.
2. Check the **local weather forecast** before any trip, and keep an eye on its development throughout. Lodge keepers will also provide further useful information on the local and immediate weather situation.
3. Assess your **physical condition** objectively and choose an appropriate trip. Set off early in the morning and include enough spare time to make sure you are back before darkness falls.
4. **Choose a moderate, regular pace.** Include plenty of breaks, especially if you are hiking with children.
5. **Stay hydrated!** The most suitable drinks are water, tea or natural juices. **Nutritional foods** such as dried fruits, nuts, whole-grain bread etc. are ideal for taking with you.
6. Make sure you have the **right equipment**, especially boots: the right hiking boots will provide support and protect your joints.
7. **Choose light, breathable clothing** and take the appropriate spares with you. Do not forget to carry cold and wet weather clothing in your backpack. Always take a **first-aid kit** with you.
8. **Make allowances for any less robust members of your group.** Instruct others of any possible dangers, and give first aid when required.
9. **Treat nature with respect:** avoid making loud noises, take all rubbish with you, and look after the vegetation. Remember that many species of plants and flowers are protected.
10. **Always follow the signposts and stay on the marked routes and walks.** Consult your map periodically, and turn back in plenty of time if ever in doubt.

© Copyright: Provincia Autonoma di Bolzano – Alto Adige



NAVETTA / SHUTTLES**FLEISCHMANN RAIMUND**

Indirizzo/Address: Via Schanzen 45, 39021 Coldrano fleischmann.reisen@virgilio.it
 Contatto/Contact: +39 0473 742 537,
 +39 335 60 72 482

FREERIDE VINSCHGAU

Indirizzo/Address: Via Maso 71, 39021 Laces www.freeride-vinschgau.com
 Contatto/Contact: +39 348 04 27 229 info@freeride-vinschgau.com

MARTELLTAL REISEN

Indirizzo/Address: Transacqua 165, 39020 Martello www.martelltal-reisen.com
 Contatto/Contact: +39 0473 744 544, info@martelltal-reisen.com
 +39 335 28 17 42

MOBIL CAR

Indirizzo/Address: Via Stazione 1, 39028 Silandro www.mobil-car.com
 Contatto/Contact: +39 338 50 75 462 info@mobil-car.com

NATURNO SHUTTLE - HELMUTH PIRCHER

Indirizzo/Address: Via August Kleeberg 16, 39025 Naturno www.naturns-shuttle.com
 Contatto/Contact: +39 348 49 84 756 pircher@naturns-shuttle.com

NATURNO SHUTTLE - JÜRGEN HOLZER

Indirizzo/Address: Via Industriale 37, 39025 Naturno www.naturns-shuttle.com
 Contatto/Contact: +39 338 37 66 104 holzer@naturns-shuttle.com

NATURNO SHUTTLE - WALTER PLATZGUMMER

Indirizzo/Address: Monte Tramontana, 39025 Naturno www.naturns-shuttle.com
 Contatto/Contact: +39 335 65 23 230 platzgummer@naturns-shuttle.com

STECHER GERD

Indirizzo/Address: Monte Silandro 37, 39028 Silandro www.bike-suedtirol.it
 Contatto/Contact: +39 331 10 80 005 bikesuedtirol@gmail.com

VINSCHGAU SHUTTLE

Indirizzo/Address: Montefranco 15, 39020 Castelbello www.vinschgau-shuttle.it
 Contatto/Contact: +39 335 68 28 514 info@vinschgau-shuttle.it

GUIDE ESCURSIONISTICHE / HIKING GUIDES**ANDREAS WALDER – BERGLOUTER**

Località/Village: 39021 Morter www.berglouter.com
 Contatto/Contact: +39 339 77 00 830 info@berglouter.com

EMIL MITTERER

Località/Village: 39021 Laces
 Contatto/Contact: +39 335 65 22 328

ERICH DANIEL

Località/Village: 39028 Silandro-Lasa
 Contatto/Contact: +39 0473 730 450

ERICH STRICKER

Località/Village: 39020 Martello forra@rolmail.net
 Contatto/Contact: +39 333 65 94 466

ERICH UNTERTHURNER

Località/Village: 39020 Parcines unterthurnerich@gmail.com
 Contatto/Contact: +39 348 89 35 229

FLORIAN GORFER

Località/Village: 39020 Tarres
 Contatto/Contact: +39 335 67 85 007

FLORIAN PERKMANN

Località/Village: 39020 Martello
 Contatto/Contact: +39 333 57 08 111

GEORG MASCHLER

Località/Village: 39028 Silandro www.bergerlebnisse.com
 Contatto/Contact: +39 380 42 06 729 info@bergerlebnisse.com

GIANNI BODINI

Località/Village: 39028 Silandro
 Contatto/Contact: +39 0473 621 251

KARIN MEISTER

Località/Village: 39025 Naturno karin.gutgsell@gmail.com
 Contatto/Contact: +39 339 78 90 079

LUDWIG GORFER

Località/Village: 39025 Tablá ludwig@gorfer.bz
 Contatto/Contact: +39 335 58 53 007 www.gorfer.bz

MARKUS GLUDERER

Località/Village: 39021 Coldrano info@obstgarten.it
 Contatto/Contact: +39 348 93 86 024 www.obstgarten.it



MICHAEL TSCHÖLL

Località/Village: 39015 San Leonardo i. P.
 Contatto/Contact: +39 348 99 81 597

michael@bergfuehrer.passeier.com
 www.bergfuehrer-passeier.com

OSKAR IELLICI

Località/Village: 39028 Silandro
 Contatto/Contact: +39 335 591 88 15

ossi.nlf@gmail.com

PATRICK KUPPELWIESER

Località/Village: 39025 Naturno
 Contatto/Contact: +39 340 98 39 213

www.rene-alpin.it/trekking
 patrick.kuppelwieser@gmail.com

REINHOLD WIDMANN

Località/Village: 39028 Silandro
 Contatto/Contact: +39 333 495 34 99

widmann.reinold@romail.com

RENE KUPPELWIESER

Località/Village: 39026 Prato allo Stelvio
 Contatto/Contact: +39 334 76 96 923

www.rene-alpin.it
 info@rene-alpin.it

RUOLF ALBER

Località/Village: 39020 Ciardes
 Contatto/Contact: +39 340 76 83 468

rudolf.alber@gmx.net

SIEGFRIED TAPPEINER

Località/Village: Silandro-Lasa
 Contatto/Contact: +39 339 61 57 651

siegfried.tappeiner@web.de

SIMONE GÖTSCH

Località/Village: 39028 Silandro
 Contatto/Contact: +39 349 551 15 31

simonegoetsch@hotmail.com

WALTER VERDROSS

Località/Village: Silandro-Lasa
 Contatto/Contact: +39 340 29 37 244

verdross.walter@gmail.com

SISTEMA DI SEGNALETICA / SIGNACE SYSTEM

IMPIANTI DI RISALITA LACES

MOUNTAIN RAILWAYS LACES

Escursioni, gite in
mountain bike e rilassarsi

Hiking, biking &
enjoying

SEGGIOVIA / CABLEWAY
MALGA DI TARRES

1.940m

FUNIVIA / CHAIR LIFT
SAN MARTINO

1.740m

**BUS &
BIKESHUTTLE**
DAILY

Laces Train Station >
Cableway Malga di Tarres

GIORNALIERO

Laces Stazione >
Seggiovia
Malga di Tarres



Latsch - Martelltal

Vinschgau - Val Venosta



www.bergbahnen-latsch.com



SUGGERIMENTI PER L'ESCURSIONI / HIKING TOURS

ESCURSIONE DELLE TRE MALGHE AL MONTE TRAMONTANA
THREE-MOUNTAIN HUT HIKE AT MONTE TRAMONTANA

Durata/Hiking time: 04:00 h
 Distanza/Length: 9,5 km
 Dislivello salita/Diff. in altitude ascent ↑: 650 m
 Dislivello discesa/Diff. in altitude descent ↓: 650 m

Panorama/Landscape: 
 Difficoltà/Difficulty: 
 Numero del sentiero/Number of route:
 4- 18A - 18 - sentiero delle malghe - 9A
 Variante: 7 - 18 - 18A - sentiero delle malghe-7

L'escursione delle 3 malghe alla Malga di Marzon, Malga Zirmtal e Malga di Montefontana/Malga Alt al Monte Tramontana di Castelbello rappresenta un'esperienza veramente speciale. I punti di partenza di quest'escursione delle malghe sono i parcheggi "Schartegg" a Montefontana vicino Ciardes e „vecchia segheria“ a Montefranco vicino Castelbello. Dal parcheggio „Schartegg“ sul sentiero n. 4 e poi sul sentiero n. 18A fino alla Malga di Montefontana/Malga Alt. Continuate sullo stesso sentiero fino alla Malga Zirmtal con i Laghi Zirmtal. Scendete sul sentiero n. 18 in direzione „Schweinstall“ fino alla Malga di Marzon. Ritornate al punto di partenza sul "sentiero delle malghe" n. 9A fino alla Malga Tomberg/Alt Alm. Variante: Dal parcheggio „vecchia segheria“ sulla strada forestale n.7 fino alla Malga di Marzon. Continuate sul "sentiero delle malghe" 18A alla Malga Tomberger/Alt Alm. Ritornate alla Malga di Marzon sul "sentiero delle malghe" e poi al punto di partenza, il parcheggio „vecchia segheria“, sulla strada forestale n. 7.

The three-mountain hut hike to Malga di Marzon, Malga Zirmtal and Malga di Montefontana/Malga Alt at Castelbello's Monte Tramontana is a very special mountain hut experience. You can start this mountain hut hike at the "Schartegg" parking in Montefontana near Ciardes or at the "old sawmill" parking in Montefranco near Castelbello. If you start at the "Schartegg" parking, follow path no. 4 and then path no. 18A to Malga di Montefontana/Malga Alt. Continue on the same path until Malga Zirmtal with the Zirmtal lakes. Descend on path no. 18 towards "Schweinstall" until Malga di Marzon. Return to your starting point on the "mountain hut path" and on path no. 9A to the Malga Tomberg/Alt Alm. Variant: If you start at the "old sawmill" parking, follow the large forest road no. 7 until Malga di Marzon. Continue on path no. 18 to Malga Zirmtal and on path no. 18A to Malga Tomberger/Alt Alm. Return to Malga di Marzon on the "mountain hut path" and take the forest road no. 7 back to your starting point at the "old sawmill" parking.

SENTIERO DELLA FARMACIA / PHARMACY TRAIL

Durata/Hiking time: 01:00 h
 Distanza/Length: 3 km
 Dislivello salita/Diff. in altitude ascent ↑: 132 m
 Dislivello discesa/Diff. in altitude descent ↓: 132 m

Panorama/Landscape: 
 Difficoltà/Difficulty: 
 Numero del sentiero/Number of route:
 20

Dal campo sportivo sulla strada statale a Lasa, il sentiero n. 20 porta al "Loretz Boden", dove inizia il Sentiero della farmacia. Verso ovest attraverso i pendii di Lasa "Lasaer Leiten" lungo il sentiero in parte stretto fino a beveritori di bestiame sotto le roture di onice. Il Monte Sole è a bassa precipitazione e secco, così affascinante è la varietà di erbe medicinali, come ad esempio rosa canina, ginepro, olivello spinoso, achillea, timo. Le panchine invitano a godersi il panorama.

From the sports field on the state road in Lasa, the path no. 20 leads to the "Loretz Boden", where the Pharmacy trail starts. Westward through the "Lasaer Leiten" along the partly narrow path to the cattle drinkers under the onyx breaks. The Monte Sole mountain is low in precipitation and dry, so fascinating is the variety of medicinal herbs, such as rosehip, juniper, sea buckthorn, yarrow, thyme. Benches invite to enjoy the panorama.

SULLA CIMA ZERMINIGER / TO THE ZERMINIGER SUMMIT

Durata/Hiking time: 07:00 h
 Distanza/Length: 15 km
 Dislivello salita/Diff. in altitude ascent ↑: 1728 m
 Dislivello discesa/Diff. in altitude descent ↓: 1728 m

Panorama/Landscape: 
 Difficoltà/Difficulty: 
 Numero del sentiero/Number of route:
 7

Da Vezzano salite in macchina in direzione Silandroberg fino all'ultimo tornante prima del maso Tappein. Continuate a piedi sul sentiero che vi porta per boschi e pascoli fino alla Malga Tappein (non gestita) e al punt panoramico Schönputz. Ora il sentiero in costante salita diventa più stretto e roccioso fino a giungere alla vetta della cima Zerminiger, con un panorama pittoresco. Ritornate sullo stesso sentiero.

Take the car and go from Vetzan towards Silandroberg until the last turn before the Tappein farm. Continue on foot on the patz across woods and meadows until the Tappeiner Alm (not managed) and the Schönputz viewpoint. Now the path up to the peak Zerminiger becomes narrower and rockier, with a picturesque panorama. Return on the same path.

IL SENTIERO GOLA PLIMA / PLIMA GORGE

Durata/Hiking time: 02:00 h
 Distanza/Length: 6 km
 Dislivello salita/Diff. in altitude ascent ↑: 330 m
 Dislivello discesa/Diff. in altitude descent ↓: 330 m

Panorama/Landscape: 
 Difficoltà/Difficulty: 
 Numero del sentiero/Number of route:
 12 - 37 - 12 - 37 - 40 - 103 - 151 - 37

Su incarico dell'associazione turistica Laces-Val Martello e del comune di Martello sono state realizzate quattro nuove scene della gola per presentare la gola con tutte le sue bellezze. Grazie alle quattro costruzioni imponenti in acciaio corten integrate nella natura ora gli escursionisti hanno la possibilità di vivere la gola da vicino. Spruzzi d'acqua inclusi! Grazie a interventi relativamente piccoli le quattro costruzioni – cazuola, falce panoramica, pulpito panoramico e ponte sospeso – permettono ai visitatori incontri particolari e sempre diversi con la gola. Il punto di partenza e di arrivo è il parcheggio alla fine della valle, da qui si va al primo punto di vista, la "cazuola" permette ai visitatori di scendere su gradini sicuri per vivere da vicino lo scroscio dell'acqua, gli spruzzi d'acqua nonché i fianchi delle rocce levigate. Il secondo punto di vista, la "falce panoramica", offre una vista panoramica aperta sulle cime di fronte, sul rifugio Nino Corsi, in direzione Hotel Paradiso e in direzione d'uscita di valle. I visitatori del "pulpito panoramico" possono salire i gradini della costruzione d'acciaio che portano dalla vegetazione al di là del bordo. La vista verticale della gola suggerisce una sensazione di assenza di gravità. Il quarto edificio alla fine, il ponte sospeso permette di attraversare la gola tra le due sponde. Il ponte è concepito in modo che sia accessibile tutto l'anno. Questo fornisce un collegamento diretto al Rifugio Nino Corsi, sempre avanti fino alla diga, la "costruzione", e fuori della valle fino ad arrivare al parcheggio.

Four new gorge scenes with four imposing constructions of corten steel integrated with nature were realized on behalf of the Laces-Val Martello Tourist Association and the municipality of Martello to present hikers this gorge with all its beauties. Hikers thus have the possibility to experience the gorge at close quarters for the first time. Spray inclusive! Thanks to comparatively small interventions the four constructions – trowel, panoramic crescent, observation pulpit and suspension bridge – give the visitors the possibility to have different special encounters with the gorge. The starting and finishing point is at the parking area at the end of the valley, from here you go to the first vantage point, the "trowel", visitors can climb down safe steps and experience the thunder of the water, the spray as well as the sides of finely polished rock faces from the edge of the trowel. The second vantage point, the "panoramic crescent", offers an open panoramic view of the opposite mountain peaks, Rifugio Nino Corsi, towards Hotel Paradiso and out of the valley. The steps of the "observation pulpit" take the visitor from the vegetation up beyond the edge. The vertical view into the gorge conveys a sense of weightlessness. The fourth building at the end, the suspension bridge enables you to cross the gorge at a dizzy height between the two banks. The bridge is designed in a way that it can be principally used all around the year. This is a direct connection to the "Rifugio Nino Corsi/Zufallhütte", to the dam, the "Bau", now on the left side of the canyon until you come back to the parking lot.

"FEUERSTEIG" SILANDRO

Durata/Hiking time: 01:30 h
 Distanza/Length: 4,7 km
 Dislivello salita/Diff. in altitude ascent ↑: 140 m
 Dislivello discesa/Diff. in altitude descent ↓: 140 m

Panorama/Landscape: 
 Difficoltà/Difficulty: 
 Numero del sentiero/Number of route:
 13

Questa escursione da Silandro fino ai pendii di Vezzano (Vetzaner Leiten) parte dalla zona sportiva. Da qui si raggiunge il piccolo paesino di Vezzano, avendo sempre davanti agli occhi la valle con i frutteti e il magnifico panorama del Parco Nazionale dello Stelvio. Il ritorno sullo stesso sentiero o sul sentiero n. 12. Variante: da Vezzano giù in direzione pista ciclabile e attraverso i frutteti a Silandro.

The hiking trail from Silandro to the Vezzano "Vetzaner Leiten" trail starts from the sports ground. From here you reach the small village of Vezzano, with a magnificent panorama of the valley with the fruit garden and of the Stelvio National Park mountains. The same way or way no. 12 back. Variant: from Vezzano down the cycle route and through the orchards to Silandro.



PERCORSO CIRCOLARE MALGA DI TARRES/CIRCULAR PATH MALGA DI TARRES

Durata/Hiking time: 03:00 h
Distanza/Length: 9 km
Dislivello salita/Diff. in altitude ascent ↑: 620 m
Dislivello discesa/Diff. in altitude descent ↓: 627 m

Panorama/Landscape: 
Difficoltà/Difficulty: 

Meravigliosa escursione per famiglie al Monte Tramontana di Laces. Dopo la corsa in seggiovia potete scoprire il percorso circolare Malga di Tarres ideale per famiglie con prati, boschi, alberi rustici e personaggi mitici.

Il percorso circolare Malga di Tarres è percorribile in tre varianti diverse. Dal punto di partenza alla stazione a monte della seggiovia la variante A (variante facile) conduce attraverso il bosco e su passerelle di legno fino a sopra la Malga di Tarres dove potete godere di una vista stupenda sulla valle sull'altalena di Hollywood.

Dallo stesso punto di partenza la variante B porta per il bosco fino a un piccolo alveo idilliaco. Si cammina nel bel mezzo di un ambiente quasi incontaminato come se si fosse nel regno fatato. Da lì si segue le indicazioni scendendo per i ripidi pascoli in direzione Malga di Tarres.

Anche la variante C, la più esigente, parte dallo stesso punto di partenza. Dopo l'alveo si sale il cosiddetto "Zirmruan". Siamo già sopra la linea degli alberi e i giganti di pietra circostanti ci mostrano quanto siamo piccoli. Arrivati al punto più alto, si apre una vista impagabile sull'area vacanze e sulla Val Venosta. Si scende attraverso il bosco per ritornare al punto di partenza con possibilità di ristoro con specialità tipiche.

Exciting family hike at Laces' Monte Tramontana. After the chairlift ride you can discover the Malga di Tarres family circular route characterized by meadows, forests, rustic trees and mystic mythical characters.



You can choose from three different variants to discover the Malga di Tarres circular route. Variant A (easy) starts at the mountain station of the chairlift and leads through the forest and over wooden footbridges until above the Malga di Tarres mountain hut where you can sit on a Hollywood swing and enjoy the view of the valley.

Variant B starts at the same starting point and takes you through the forest to a small idyllic riverbed. It's as if you walked through a fairyland in an almost untouched environment. From there follow the signs across steep meadows towards Malga di Tarres.

Variant C is the most demanding one and always starts at the same starting point. After the riverbed you climb the so-called "Zirmruan". You are already above the timberline and the surrounding stone giants show you how small you are. Once at the top, you have an invaluable view of the holiday area and of Val Venosta. A path through a mystical forest takes you down to the starting point with refreshment places with typical specialties.

SENTIERO DEL MARMO DI COVELANO / COVELANO MARBLE WAY

Durata/Hiking time: 04:00 h
Distanza/Length: 6,5 km
Dislivello salita/Diff. in altitude ascent ↑: 640 m



Panorama/Landscape: 
Difficoltà/Difficulty: 
Numero del sentiero/Number of route: 2B - 3

Da Covelano in macchina insù per la strada del Monte Tramontana fino all'osteria "Haslhof", da lì, a piedi, lungo il sentiero n. 2, dove il Covelano sentiero del marmo inizia. Il Sentiero del marmo di Covelano porta dalla carboneria "Kohlplätze" fino alla cava di marmo di Covelano, detta "Mitterwandbruch" (non è possibile visitare la cava per motivi di sicurezza). Variante per il lago di Covelano: Attraversando massi e rocce il sentiero conduce al Lago di Covelano in posizione idilliaca. Ritornate sullo stesso sentiero, dalla cava di marmo di Covelano ci vuole un passo sicuro (alcuni tratti con catena di sicurezza). Tempo aggiuntivo ca. 3 ore

Starting Point: Haslhof tavern on Monte Tramontana Mountain in Silandro Route: From Covelano to the Haslhof tavern on Monte Tramontana Mountain, via trail No. 2 to the Kohlplätze field, at the start of the Marble Trail. The Covelano Marble Trail leads from "Kohlplätze" to the Covelano marble quarry, known as "Mitterwandbruch". Although the cave itself is out of bounds for security reasons. Variant to the lake Covelano: Continue on the path through boulders and rocks to the idyllically situated Lake Göflan. Return on the same path. Surefootedness required from the Göflan marble quarry (some parts are secured with a rope). Extra walking time: ca. 3 hours

GRANDE GIRO „VISTA SULLE DOLOMITI“ / BIG TOUR TO “DOLOMITES VIEW”

Durata/Hiking time: 02:00 h
Distanza/Length: 6,2 km
Dislivello salita/Diff. in altitude ascent ↑: 313 m
Dislivello discesa/Diff. in altitude descent ↓: 313 m

Panorama/Landscape: 
Difficoltà/Difficulty: 
Numero del sentiero/Number of route: 2 - 1A - 1 - 1B - 6

Questa fantastica escursione con vista stupenda e partenza dalla stazione a monte a San Martino in Monte vi porta in direzione est sull'Alta Via Val Venosta. La prima parte è su strada asfaltata, poi continuate su una larga strada forestale. Lasciatevi ispirare dalla varietà di fiori, farfelle ed uccelli. Al posto di ristoro Platztair salite sul sentiero che conduce al punto panoramico „vista sulle Dolomiti“. Dopo una breve salita ripida continuate sul sentiero comodo fino al punto panoramico dove rimarrete stupiti dalla bellissima vista. The big tour to "Dolomites view" is a fantastic alpine tour with splendid views. This tour starts at the mountain station and takes you eastwards on the Val Venosta high mountain trail. You first hike on an asphalt road and later continue on a broad forest road. Be inspired by the many different flowers, butterflies and birds on the way to the "Dolomites view" viewpoint. Go until the Platztair snack bar where you have to take the path up the mountain to the "Dolomites view". After a short steep ascent you continue on a pleasant path to reach "Dolomites view" and you will be overwhelmed by the view.

ESCURSIONE CIRCOLARE LAGHI DEL COVOLO / "COVOLO LAKES CIRCULAR HIKE"

Durata/Hiking time: 05:30 h
Distanza/Length: 14,5 km
Dislivello salita/Diff. in altitude ascent ↑: 970 m
Dislivello discesa/Diff. in altitude descent ↓: 970 m



Panorama/Landscape: 
Difficoltà/Difficulty: 
Numero del sentiero/Number of route: 3 - 9 - 9A - 7

Dal parcheggio "vecchia segheria" salite sul sentiero n. 3 fino alla Malga di Lacinigo. Continuate fino al limite del bosco appena sotto la cresta dove si trova il segnavia "Zu den Kofelraster Seen" (Ai Laghi del Covoletto). Proseguite il sentiero fino alla cresta e prendete il sentiero leggermente in discesa che porta ai due laghi. Per la discesa prendete il sentiero n. 9 che devia al segnavia già menzionato. Seguitelo fino al bivio con il sentiero n. 9A che porta alla Malga di Marzon. Ritornate al parcheggio "vecchia segheria" sulla strada forestale n. 7.

Start at the "old sawmill" parking and take path no. 3 upwards to Malga di Lacinigo. Continue until the timberline until shortly below the ridge where you see a signpost ("Zu den Kofelraster Seen" - to the Covoletto lakes). Follow the path until the crest and descend to the two lakes. For the descent take path no. 9 that starts at the already mentioned signpost. Follow this path until the junction with no. 9A that takes you to Malga di Marzon. Return to your starting point at the "old sawmill" parking on the forest road no. 7.

AL LAGO DI CORZES / TO THE LAKE CORZES

Durata/Hiking time: 07:00 h
Distanza/Length: 19 km
Dislivello salita/Diff. in altitude ascent ↑: 1305 m
Dislivello discesa/Diff. in altitude descent ↓: 1305 m



Panorama/Landscape: 
Difficoltà/Difficulty: 
Numero del sentiero/Number of route: 4A - 4 - 4B - 10 - 4

Da Corzes salite la strada del Monte Sole in macchina fino al tornante "Platzohl". Continuate a piedi sul sentiero della Val di Silandro parzialmente ripido lungo il rio di Silandro fino al laghetto. Ora il sentiero diventa meno ripido. Passate la Malga di Silandro e continuate in direzione testata della valle. Seguite la segnalazione "Corceser See". Sopra il Lago di Corzes ci sono ancora altri laghi di montagna: i Laghi della Fame e il Laghetto Nero. Per la discesa prendete il sentiero per la Malga di Corzes e proseguite sul sentiero della Val di Silandro fino al punto di partenza. Variante: Partenza dell'escursione dal sentiero della roggia Neuwaal (necessario passo sicuro).

Take the car and go from Corzes to the "Platzohl" turn by following the Monte Sole mountain road. Take the partially steep Silandro Valley path along the stream until the pond where the path becomes less steep. Pass by the Silandroer Alm Alpine Pasture and continue towards the head of the valley. Follow the "Corceser See" signposting. There are other mountain lakes above Lake Corzes as well: the so-called hunger lakes and the black lake. For the descent pass by the Corceser Alm Alpine Pasture and continue on the Silandro Valley path until your starting point. Variant: you can also start this hike at the Neuwaal irrigation channel path (requires mountaineering experience).



SENTIERO DEL MARMO DI LASA / LASA MARBLE WAY

Durata/Hiking time: 01:30 h
 Distanza/Length: 4 km
 Dislivello salita/Diff. in altitude ascent ↑: 650 m
 Panorama/Landscape: 
 Difficoltà/Difficulty: 
 Numero del sentiero/Number of route: 14 - 5A

Il Sentiero a serpentina della funicolare inclinata porta alla stazione a valle di questa, alla chiesetta S. Martino, allo scambio e fino alla stazione a monte al Bremsberg. Cartelli spiegano la storia di questa funicolare storica. Per il rientro si segue il Sentiero della Val di Lasa. Chi lo desidera può invece abbinare anche la visita della "Gurgl", una suggestiva gola naturale con cascata in bassa Val di Lasa (sentiero n. 12); si tratta di un percorso abbastanza esposto che richiede quindi assoluta assenza vertigini.

The winding Lasa Marble Trail starts at the station in the valley and takes you from the little church of S. Martino up to the station at Bremsberg. The story of this historic sloping cable railway is described on the signposts. The hike can be done as a circular route, in combination with a visit to the "Gurgl" gorge in the lower Lasaer Tal valley (path no. 12). This section of the hike is not recommended for those uncomfortable with heights. All others can go along the trail through the Lasaer Tal valley.


MALGA DI LACINIGO E MALGA DI MONTEFRANCO AL MONTE TRAMONTANA / MALGA DI LACINIGO AND MALGA DI MONTEFRANCO AT MONTE TRAMONTANA

Durata/Hiking time: 03:00 h
 Distanza/Length: 8 km
 Dislivello salita/Diff. in altitude ascent ↑: 450 m
 Dislivello discesa/Diff. in altitude descent ↓: 450 m
 Panorama/Landscape: 
 Difficoltà/Difficulty: 
 Numero del sentiero/Number of route: 3A - 3 - 7

Da Castelbello andate in macchina a Lacinigo, Montefranco e fino al parcheggio "vecchia segheria", il punto di partenza dell'escursione. Seguite il sentiero n. 3A fino alla Malga di Montefranco che raggiungerete dopo 30 minuti. Continuate sul "sentiero delle malghe" fino alla capanna del cacciatore. Tenetevi sulla destra e seguite il sentiero fino alla Malga di Lacinigo in bellissima posizione. Ritornate sullo stesso sentiero fino a poco prima della capanna del cacciatore. Poi prendete il "sentiero delle malghe" fino alla Malga di Marzon e la strada forestale n. 7 per ritornare al punto di partenza, il parcheggio "vecchia segheria".

Take the car and go from Castelbello to Lacinigo and Montefranco until you reach the "old sawmill" parking. Follow path no. 3A to Malga di Montefranco that you will reach after some 30 minutes. Continue on the "mountain hut path" until the hunters' hut. Keep right and continue until you reach the beautifully situated Malga di Lacinigo. Take the same path back until shortly before the hunters' hut and follow the "mountain hut path" until Malga di Marzon. Return to your starting point at the "old sawmill" parking on the forest road no. 7.

MONTE SOLE DELLA VAL MARTELLO / MARTELLO'S SUN MOUNTAIN

Durata/Hiking time: 06:45 h
 Distanza/Length: 16,4 km
 Dislivello salita/Diff. in altitude ascent ↑: 1372 m
 Dislivello discesa/Diff. in altitude descent ↓: 1372 m
 Panorama/Landscape: 
 Difficoltà/Difficulty: 
 Numero del sentiero/Number of route: 36 - 1 - 19 - 1 - 23 - 3 - 31 - 1 - 36

Quest'escursione parte dal centro visite culturamartell. Prendete il sentiero n. 36 che vi porta in centro e percorrete il sentiero n. 19 fino al maso Steinwandhof. Continuate in breve salita fino alla strada forestale passando una calcara fatiscante. Seguite la strada forestale in lieve salita per un rado bosco di larici fino al sentiero n. 1. Passando vecchi larici questo sentiero più ripido vi porta al Giogo Kreuzjöchl (2053 m). Continuate lungo la cresta in direzione Forcella di Covelano (sentiero n. 23). Il bosco si dirada per finalmente aprire la vista sulla Val Venosta. Poco prima della Forcella di Covelano (2396 m) il sentiero diventa leggermente esposto. Poi continuate sul sentiero n. 3 attraverso i pascoli del Monte Sole della Val Martello e il bosco fino a „Saugwies“ (1835 m). Prendete il sentiero n. 3 per il paesaggio culturale caratterizzato dai masi di montagna fino al paese di Martello e ritornate al punto di partenza.

Start at the culturamartell visitor center. Follow path no. 36 to the village center and continue on path no. 19 to Steinwandhof. After a short ascent you reach a forest road passing by a dilapidated limekiln. Take the slightly ascending forest road through the sparse larch forest until path no. 1. Follow this steeper path to Kreuzjöchl (2053 m) passing by old larches. Continue along the crest towards Forcella di Covelano (path no. 23). The forest thins out and finally opens the rewarding view of Val Venosta. The path becomes slightly exposed just before Forcella di Covelano (2396 m). Continue on path no. 3 across the alpine pastures of Martello's Sun Mountain and through the forest to „Saugwies“ (1835 m). Follow path no. 3 through the cultural landscape characterized by mountain farms to return to the village of Martello and your starting point.

SENTIERO DEI MITI DELLA NATURA / NATURE'S MYTHS PATH

Durata/Hiking time: 03:00 h
 Distanza/Length: 7 km
 Dislivello salita/Diff. in altitude ascent ↑: 400 m
 Dislivello discesa/Diff. in altitude descent ↓: 400 m
 Panorama/Landscape: 
 Difficoltà/Difficulty: 
 Numero del sentiero/Number of route: 3 - 8

Partendo dalla piazza del paese di Castelbello andate in direzione Castello di Castelbello fino al sentiero della roggia Lacesander. Seguitelo fino al bivio per Laces dove inizia il sentiero dei miti della natura. La prima parte conduce lungo il sentiero n. 8 in direzione Montetrumes. Attraversando un bosco di abeti di Douglas, pini austriaci e robinie dopo ca. 30 minuti arrivate al laghetto "Luamer Tschött" e alla coppella. Poco dopo il sentiero volta a destra. All'inizio è pianeggiante, poi bisogna scendere alla strada per Montetrumes. Seguite la strada per circa 300 m in direzione Castelbello. Al segnavia (sentiero n. 8) girate a destra e continuate fino alla lastra „Klumper“ e poi fino al sentiero della roggia sopra Castelbello per ritornare alla piazza del paese di Castelbello.

Start at the village square in Castelbello, pass by Castelbello Castle, go to the Lacesander irrigation channel path and follow it until the junction for Laces. There is the access to the nature's myths path. The first section of the myths path takes you on path no. 8 towards Montetrumes. The path leads through Douglas firs, Austrian pines and locust trees before you reach the so-called "Luamer Tschött" pond and the cupstone after some 30 minutes. Soon afterwards, the path branches off to the right. It is first even before you descend to reach the Via Montetrumes street that you follow for about 300 m towards Castelbello. Turn right at the sign (path no. 8) and continue to the "Klumper" slab and the irrigation channel path above Castelbello from where you can return to Castelbello's village square.

ESCURSIONE CIRCOLARE LAGHI PLOMBODEN / PLOMBODEN LAKES CIRCULAR HIKE

Durata/Hiking time: 06:00 h
 Distanza/Length: 13,5 km
 Dislivello salita/Diff. in altitude ascent ↑: 1076 m
 Dislivello discesa/Diff. in altitude descent ↓: 1076 m
 Panorama/Landscape: 
 Difficoltà/Difficulty: 
 Numero del sentiero/Number of route: 4 - 5 - 18A - 18

Dal parcheggio "Schartegg" percorrete il sentiero n. 4 su una strada forestale moderatamente ripida fino alla Malga di Tablà. Salite sul sentiero n. 5 in direzione sud-est fino alla biforcazione. Svolgate a destra e prendete il sentiero n. 18A in direzione sud-ovest fino alla forcella e ai Laghi Plomboden. Discesa: Dal lago più alto seguite il sentiero n. 18 in direzione ovest per pochi minuti fino a un'altra forcella. Dall'altra parte continuate su pendii sassosi e pascoli (sentiero n. 18A) fino ai Laghi Zirmtal. Salite per circa 20 minuti in direzione nord-ovest sul sentiero n. 18 fino alla cresta boscosa e dall'altra parte scendete a zigzag fino alla Malga di Montefontana/Malga Alt. Ritornate al parcheggio "Schartegg" sulla strada d'accesso a curve per il bosco.

Start at the "Schartegg" parking and follow the moderately ascending forest road no. 4 until Malga di Tablà. Continue upwards on path no. 5 southeastwards until the fork. Turn right and follow path no. 18A southwestwards to a saddle and to the Plomboden lakes. Descent: From the upper lake follow path no. 18A westwards until another saddle for a few minutes. Cross it and continue on stony slopes and alpine pastures (path no. 18A) down to the Zirmtal lakes. Continue northeastwards on path no. 18 that takes you up to a forested crest for some 20 minutes. Cross it and descend to Malga di Monte Fontana/Malga Alt in a zigzag course. Return to your starting point at the "Schartegg" parking on the forest road with bends through the forest.



GIRO DIE CAVALIERI / KNIGHT ROUND

Durata/Hiking time: 03:30 h

Distanza/Length: 15 km

Dislivello salita/Diff. in altitude ascent ↑: 500 m

Dislivello discesa/Diff. in altitude descent ↓: 470 m

Panorama/Landscape:

Difficoltà/Difficulty:

Numero del sentiero/Number of route:

4 - 5 - 5A - 5 - 6B - 5 - 7

La piccola escursione impegnativa lungo i castelli e le rovine di Laces, Morter e Coldrano. Vieni alle rovine del castello Montani di sopra che è stato costruito nel 1228 da Albert II. del Tirolo come fortezza contro i vescovi di Coira. Oggi il castello è proprietà privata e quindi non accessibile. Sullo stesso sentiero per raggiungere le rovine di Montani di sotto, il sito del manoscritto originale del "Nibelungenlied", oggi il manoscritto è nel archivio del stato a Berlino. Ricominciare l'escursione in stringhe e vai al IceForum in cantina e poi seguire la strada sopra dei castelli allora il sentiero n. 5A castelli e rovine dopo arrivate a Morter e Coldrano e ci segue il percorso n. 7 indietro a Laces.

The little demanding walk along the castles and ruins of Laces, Morter e Coldrano. You past come at the castle Obermontani which one was set up of Albert II. of Tyrol as a "Trutzburg" against the Churer bishops. The castle in into private property and therefore not accessible today. On the same path one reaches the ruins of the castle Unter-montani, the location where the original handwriting of the Nibelung song was found. Today the handwriting is in the Federal Archives of Berlin. You start the walk at Laces and go up to the IceForum and then to the beer cellar. You arrive at the way number 5A which you follow. Past on the castles and ruins you come to Morter and Coldrano, from there you take the way number 7 and go back to Laces.

INTORNO ALLA CIMA ZWÖLFERKREUZ / AROUND THE ZWÖLFERKREUZ PEAK

Durata/Hiking time: 07:15 h

Distanza/Length: 18,2 km

Dislivello salita/Diff. in altitude ascent ↑: 1278 m

Dislivello discesa/Diff. in altitude descent ↓: 1278 m

Panorama/Landscape:

Difficoltà/Difficulty:

Numero del sentiero/Number of route:

9 - 4 - 10 - 12 - 14 - 14A - 10 - 10B - 4 - 9

Partite dalla Malga di Tarres e andate alla Malga di Laces. I boschi e sentieri sotto la cima Zwölferkreuz offrono una vista da non perdere. Dopo aver attraversato il limite del bosco, continuate in salita e potete già vedere la cima. Dopo ca. 2-3 ore prendete il sentiero lungo la cresta fino alla croce di vetta. Per la discesa scegliete il pendio sud fino alla rustica Malga di Morter. Continuate fino a Töbrunn da dove potete raggiungere il punto di partenza in un'oretta.

Start your hike at Malga di Tarres and follow the path to Malga di Laces. The forests and paths below the Zwölferkreuz peak offer a worthwhile view. Having crossed the alpine tree line you continue upwards and can already see the peak. After app. 2-3 hours you go along the crest to reach the summit cross. For the descent choose the southern slope and follow the path to the rustic Malga di Morter. Then continue across alpine meadows to Töbrunn from where you can reach the starting point in an hour.

PRUGNO DI PROCO / SAURÜSSL PEAK

Durata/Hiking time: 04:20 h

Distanza/Length: 7,1 km

Dislivello salita/Diff. in altitude ascent ↑: 1376 m

Dislivello discesa/Diff. in altitude descent ↓: 1376 m

Panorama/Landscape:

Difficoltà/Difficulty:

Numero del sentiero/Number of route:

14

Dal "Bremsberg" sopra di Lasa sul sentiero n. 14 fino alla malga "Obere Lasaer Alm", dietro la malga sempre sul sentiero n. 14 avanti insù. L'escursione al Prugno di Porco comincia sopra Lasa. Il sentiero attraversa i prati e porta al limitare del bosco; da qui un'erta salita conduce in vetta, dove è situata un'originale croce in marmo. La vera attrazione è però il panorama: la vista spazia su tutta la Alta Val Venosta, il Monte Sole, la Croda Jenne, la Punta di Lasa, la Punta di Sluderno, la Punta Livi, il ghiacciaio di Lasa fino alla Cima Tedesca. L'escursione richiede buona resistenza e passo sicuro. Il ritorno si sviluppa sullo stesso percorso.

From the "Bremsberg" above Lasa on path no. 14 to the alpine pasture "Obere Lasaer Alm". Head over Alpine pastures to the forest edge and over rugged terrain to the peak with the original marble cross. The real charm of the peak is the panorama. The view extends across the Upper Vinschgau valley including the following mountains and peaks: the Vinschger Sonnenberg, the Jennwand, the Lasaer Spitze, the Schluderspitze, the Lyfispitze, the Lasaer Ferner and the Taitschroi in the distance. The tour requires stamina and sure-footedness.

CASCATA DI SILANDRO / WATERFALL OF SILANDRO

Durata/Hiking time: 00:30 h

Distanza/Length: 1,6 km

Dislivello salita/Diff. in altitude ascent ↑: 130 m

Dislivello discesa/Diff. in altitude descent ↓: 130 m

Panorama/Landscape:

Difficoltà/Difficulty:

Numero del sentiero/Number of route: 3

Partite dalla piazza centrale nella zona pedonale di Silandro e andate in direzione est passando la Chiesa di Santo Spirito all'Ospedale e il centro sportivo. Arrivati al parco con l'impianto Kneipp salite sul sentiero lugo il rio di Silandro con vista sulla cosiddetta collina per il lancio di dischi ardenti. Continuate sul sentiero n. 3 fino alla cascata, una piccola oasi idilliaca all'arido Monte Sole venostano.

Start at the main square in Silandro pedestrian area and go eastwards passing by the Church of the Sacred Spirit and the sports center. At the park with Kneipp basin, follow the path along the Schlandraun river with view of the so-called disk-flinging hill. Path no. 3 takes you to the waterfall, a small idyllic oasis at Venosta Valley's dry Monte Sole mountain.

GIRO DEL LAGO IN ALTA VAL MARTELLO / LAKE TOUR IN ALTA VAL MARTELLO

Durata/Hiking time: 02:30 h

Distanza/Length: 7 km

Dislivello salita/Diff. in altitude ascent ↑: 432 m

Dislivello discesa/Diff. in altitude descent ↓: 432 m

Panorama/Landscape:

Difficoltà/Difficulty:

Numero del sentiero/Number of route:

17 - 36 - 17A - 17


Questo percorso di 7 km parte dietro l'albergo Gasthaus zum See dove prendete la strada forestale lungo il Lago di Gioveretto. L'escursione facile e breve lungo il lago artificiale invita a sognare e a intrattenersi. Lo splendido panorama della Val Martello rappresenta un must durante una vacanza in Val Venosta. Percorrete questa strada lungo la sponda del lago fino alla diga. Ritornate sulla stessa strada o prendete il sentiero n. 17 che parte dalla diga per godere una breve escursione circolare per il bosco.

This 7km-long tour starts behind Gasthaus zum See where you take the easy forest road along Lake Gioveretto. This pleasant easy hike along the artificial lake invites you to dream and stop. Val Martello's splendid panorama is a must if you spend your holiday in Val Venosta. Start at the lakeshore and go until the dam wall. You can return on the same way or choose path no. 17 at the dam wall to enjoy a small circular hike through the forest.



GIRO LAGO DI TARRES / LAKE TARRES TOUR

Durata/Hiking time: 04:15 h
 Distanza/Length: 9,5 km
 Dislivello salita/Diff. in altitude ascent ↑: 866 m
 Dislivello discesa/Diff. in altitude descent ↓: 866 m



Panorama/Landscape: 
 Difficoltà/Difficulty: 
 Numero del sentiero/Number of route: 9 - 9A - 1

Alla stazione a valle della seggiovia, seguire il sentiero n. 9 attraverso il bosco. Il percorso corre lungo un sentiero stretto con una pendenza costante. Il percorso impegnativo vi porta all'idilliaco lago di Tarres, un luogo per sognare e rilassarsi. La vista sul lago fa dimenticare lo sforzo della salita. Il lago di Tarres è circondato dalla foresta. Quindi passeggiate in montagna su un sentiero stretto verso la malga di Tarres, la Almounge di prelibatezza tipica o il può essere raggiunto in una mezz'ora la malga di Laces per l'aria buona di montagna.

At the valley station of the chairlift, follow trail no. 9 through the forest. The trail runs along a narrow path with a constant incline. The challenging trail leads you to the idyllic Tarres Lake, a place to dream and relax. The view over the lake makes you forget the effort of the ascent. Continue on the narrow path no. 9 to Malga di Tarres, Malga di Tarres guesthouse or to Malga di Laces, reachable in half an hour, to indulge in a typical speciality in the good mountain air. You can then return to the valley station on foot by taking the broad forest road or by chairlift.

PUNTA DI TRUMES (GAMSECK) / PUNTA DI TRUMES (GAMSECK)

Durata/Hiking time: 06:00 h
 Distanza/Length: 9,3 km
 Dislivello salita/Diff. in altitude ascent ↑: 1510 m
 Dislivello discesa/Diff. in altitude descent ↓: 1510 m



Panorama/Landscape: 
 Difficoltà/Difficulty: 
 Numero del sentiero/Number of route: 8 - 8B

Il punto di partenza è il parcheggio a Montetrumes su un'altitudine di ca 1.400 m sopra il maso Niedermoarhof. Prendete i sentieri n. 8 e 8B, passate per la Malga di Trumes di Sopra e la capanna del pastore e senza particolari difficoltà arriverete alla Punta di Trumes dopo circa 4 ore. Per la discesa prendete lo stesso sentiero.

Start at the parking in Montetrumes at an altitude of about 1,400 m above the Niedermoarhof farm. Take paths no. 8 and 8B and pass by Malga di Trumes di Sopra and the shepherd's hut to reach the Punta di Trumes peak without any particular difficulties after some 4 hours. Descend on the same path.

CROCE METEOROLOGICA DI CIARDES – LAGO DI SASSALBO / CIARDES WEATHER CROSS – SASSALBO LAKE



Durata/Hiking time: 07:00 h
 Distanza/Length: 13,5 km
 Dislivello salita/Diff. in altitude ascent ↑: 680 m
 Dislivello discesa/Diff. in altitude descent ↓: 1150 m

Panorama/Landscape: 
 Difficoltà/Difficulty: 
 Numero del sentiero/Number of route: 4 - 1 - 29 - 23

Da Montetrumes a Certosa in Val Senales. Prendete il servizio navetta fino al maso Pardatsch al Montetrumes. Salite sul sentiero n. 4 fino alla Malga Stierberg e poi fino alla vetta, la croce meteorologica di Ciardes. Continuate sul sentiero n. 1 in direzione Val Senales fino al Lago di Sassalbo. Prendete il sentiero n. 23 dal Lago di Sassalbo alla Malga del Convento e poi a Certosa. Ritornate a Castelbello-Ciardes in autobus e treno. "From Montetrumes to Certosa in Val Senales. Take a shuttle bus to the Pardatschhof farm at Montetrumes. Follow path no. 4 upwards to Malga Stierberg and then to the peak, the Ciardes weather cross. Continue on path no. 1 towards Val Senales to the Sassalbo lake. Follow path no. 23 from the Sassalbo lake to Malga del Convento and to Certosa. Return to Castelbello-Ciardes by bus and train."

DA S. MARTINO A SILANDRO / FROM ST. MARTIN TO SILANDRO

Durata/Hiking time: 04:00 h
 Distanza/Length: 11 km
 Dislivello salita/Diff. in altitude ascent ↑: 182 m
 Dislivello discesa/Diff. in altitude descent ↓: 1222 m



Panorama/Landscape: 
 Difficoltà/Difficulty: 
 Numero del sentiero/Number of route: 14

Dalla stazione a monte si procede verso ovest lungo la strada die masi fino al sentiero n° 14 in direzione di Silandro. Passando attraverso le rovine die masi Laggar e Zuckbühel si procede sulla strada die masi di Tappein. Seguendo la strada in discesa si imbuca il sentiero n° 14 che porta alla zona sportiva di Silandro. Alternativa: Sulla strada dei masi di Tappein seguendo il sentiero n° 7 si arriva al Castel Silandroberg (proprietà privata, non visitabile) e lungo la roggia Ilswaal si arriva fino a Corzes, con un'oltriere ora e mezza di cammino.

From Laces via the cable car to S. Martino in Monte. From the mountain cable car Station westwards, along the farm road to trail No. 14 towards Silandro. Passing the ruins of the Laggar and Zuckbühel farms, it leads down the Tappein farm road and on to trail No. 14 to the Silandro Sport and recreational area. Alternative route: From the Tappein farm road, hikers can take trail No. 7 to Silandroberg Castle and take the Ilswaal Irrigation channel path leading downhill to Corzes. This alternative route lengthens the hike by an 1 hour 30 min.

CIMA VERMOI

Durata/Hiking time: 06:00 h
 Distanza/Length: 8,9 km
 Dislivello salita/Diff. in altitude ascent ↑: 1189 m
 Dislivello discesa/Diff. in altitude descent ↓: 1189 m

Panorama/Landscape: 
 Difficoltà/Difficulty: 
 Numero del sentiero/Number of route: 6 - 9 - 6

Con la funivia di San Martino, guidiamo fino arrivati in ariose altezze presso la stazione a monte, la iniziamo la nostra escursione fino alla cima Vermoi. La strada forestale si raggiunge attraverso prati e boschi verso la malga san Martino (la non c'è nessuno ristorante). Stiamo andando a continuare i pendii moderatamente ripido bosco fino abbiamo modo segnato da raggiungere lo svincolo numero 9. Ora seguiamo le indicazioni per Vermoi su di esso va fino alla linea di albero sul sentiero attraverso la foresta, abbiamo un'escursione fino alla vetta croce su 2.929 metri.

Take the San Martino in Monte cable car to reach lofty heights. This excursion to Cima Vermoi starts at the mountain station. Follow the broad forest road through meadows and forest until you reach the so-called St. Martiner Alpl (no possibilities to stop for a refreshment). Continue through moderately steep forested slopes until you get to the junction where path no. 9 is marked. Follow the "Vermoi" signposting. Continue on the medium-steep path through the forest until the timberline. Finally, you cross stony, rocky slopes to reach the summit cross at 2.929m. Go to same route back to the starting point.

VIA VINUM VENOSTIS

Durata/Hiking time: 02:30 h
 Distanza/Length: 8,5 km
 Dislivello salita/Diff. in altitude ascent ↑: 300 m
 Dislivello discesa/Diff. in altitude descent ↓: 300 m

Panorama/Landscape: 
 Difficoltà/Difficulty: 
 Numero del sentiero/Number of route: 3










Il paese di Castelbello è considerato il "paese dei buongustai" tra i comuni venostani. La viticoltura caratterizza la Bassa Val Venosta e la zona intorno a Castelbello-Ciardes. Il nuovo sentiero tematico fornisce un quadro generale della cultura e storia enologiche e tende un arco tra agricoltura e gastronomia. Diversi pannelli informativi descrivono vitigni locali, il paesaggio e le specialità culinarie. Il sentiero enologico della Val Venosta è perfettamente percorribile da Pasqua a novembre. Numerosi tratti del sentiero enologico seguono gli antichi canali di irrigazione (sentiero della roggia Lacesander e sentiero della roggia di Senales). Quest'escursione di circa 2,5 ore è percorribile in entrambe le direzioni e anche a tratti.

Castelbello is considered the "village of connoisseurs" among Val Venosta's municipalities. Wine-growing characterizes Lower Val Venosta and the area in and around Castelbello-Ciardes. The new theme path provides an insight into viticulture and wine history and spans an arc between agriculture and gastronomy. Different information panels describe local grape varieties, landscape and culinary specialties. The Val Venosta wine path is perfectly walkable from Easter to November and takes you along the irrigation channel paths (Lacesander irrigation channel path and Senales irrigation channel path) over long distances. This hike of about 2.5 hours can be made in both directions and it is also possible to choose specific sections only.



CIMA ROSSA DI MARTELLO






Durata/Hiking time: 06:00 h
 Distanza/Length: 12,9 km
 Dislivello salita/Diff. in altitude ascent ↑: 1139 m
 Dislivello discesa/Diff. in altitude descent ↓: 1139 m

Panorama/Landscape:     
 Difficoltà/Difficulty:    
 Numero del sentiero/Number of route: 37 - 37A - 37 - 103 - 151

Partite dal parcheggio Alta Val Martello e prendete il sentiero n. 37 in direzione Cima Rossa di Martello. Il sentiero vi porta per un rado bosco di larici fino ad un altipiano. Continuate a sinistra su sentieri di pietra e detrito piuttosto ripidi. Andate fino al bivio al di sotto della cima e salite attraversando ghiaioni ripidi. Gli ultimi 100 metri di altitudine sono piuttosto ripidi, ma sarete ricompensati con una stupenda vista panoramica. Start at the Alta Val Martello parking and take path no. 37 towards Cima Rossa di Martello. The path takes you through a sparse larch forest and up to a plateau. Turn left to continue on relatively steep stone and debris paths. Go until the junction below the peak and climb the mountain across scree. The last 100 meters of difference in altitude are quite steep but the peak rewards you with a fantastic view.

SENTIERO DEL CONTADINO DI MONTAGNA / MOUNTAIN FARMER TRAIL





Durata/Hiking time: 03:00 h
 Distanza/Length: 8 km
 Dislivello salita/Diff. in altitude ascent ↑: 430 m
 Dislivello discesa/Diff. in altitude descent ↓: 430 m

Panorama/Landscape:    
 Difficoltà/Difficulty:   
 Numero del sentiero/Number of route: 8 - 26 - 8 - 15A - 15 - 24A - 26

La passeggiata per le famiglie attraverso le frazioni Waldberg in Val Martello è un'escursione istruttiva. Questa passeggiata inizia presso il Niederhof nella Val Martello e corre lungo il "Kaandlwool", che è un sentiero tradizionale, che è usato oggi per l'irrigazione dei campi. I circa 7 km itinerario circolare lungo piste tramite private atterrare e sono quindi uno spaccato di vita e modo di lavorare degli agricoltori. Si vede anche pannelli informativi e creature del bosco di legno sulla strada. Come si va su questa escursione attraverso terreni privati, accettati le proprietà e le usanze del proprietario. This family-friendly hike through Martello's district of Selva is an informative theme hike. It starts at the Niederhof farm in Val Martello and takes you along the "Kaandlwool", a traditional wooden irrigation channel which is still used for irrigating the fields. The 7-km long circular hike leads you private property and thus offers insights into the farmers' life and work. Furthermore, there are many information boards and wooden forest animals along the way. This trail is well suited for a snowshoe hike in winter as well. As you cross private property during this hike, we kindly ask you to accept the owners' property and customs.

ALLA SORGENTE SULFUREA / TO THE SULPHUR SPRING

Durata/Hiking time: 01:00 h
 Distanza/Length: 4 km
 Dislivello salita/Diff. in altitude ascent ↑: 60 m
 Dislivello discesa/Diff. in altitude descent ↓: 60 m

Panorama/Landscape:   
 Difficoltà/Difficulty: 
 Numero del sentiero/Number of route: 14 - 3

Quest'escursione parte dal piazzale bagni a Lasa vicino ai binari della ferrovia marmifera. Prendete il sentiero n. 14 attraverso il Parco Nazionale dello Stelvio che conduce in direzione ovest a un posto di griglia con fontana. Seguite la pista per slitte "Gafair" in discesa fino alla sorgente sulfurea "Stinkabrunn". Ritornate per la strada di campagna che vi porta per diversi frutteti e orti.

Start in Lasa Badplatz, near the track of the marble railway line. Take path no. 14 westwards through the Stelvio National Park to get to a grill area with fountain. Follow the "Gafair" toboggan run downhill to the "Stinkabrunn" sulphur spring. Return to Lasa on the country road through orchards and vegetable gardens.

MALGA SOY

Durata/Hiking time: 03:00 h
 Distanza/Length: 6,3 km
 Dislivello salita/Diff. in altitude ascent ↑: 574 m
 Dislivello discesa/Diff. in altitude descent ↓: 574 m

Panorama/Landscape:   
 Difficoltà/Difficulty:   
 Numero del sentiero/Number of route: 4B - 4 - 4B

Dal parcheggio Hölderle in Val Martello prendete il sentiero attraverso il bosco e dopo il sentiero n. 4 per continuare su una larga strada forestale. Poi percorrete un tratto molto ripido di poche tornanti. Dopo questa parte ripida arrivate a un ponte e subito dopo segue un'altra breve salita. Prima di poter saltare sui pascoli freschi e verdi, bisogna superare un'altra salita. La rustica Malga Soy si trova alla fine del pascolo nel bel mezzo del verde.

Start at the Hölderle parking in Val Martello and take the path through the forest and then path no. 4 to continue on a large forest road. You then reach a very steep part with few bends. Afterwards, you get to a bridge and then there is another short ascent. Before jumping on the fresh, green meadows you have to climb the last slightly steep ascent. The rustic Malga Soy is immersed in the green at the end of the meadow.





I sentieri delle rogge

The Irrigation Channel Paths


I sentieri delle rogge sono un'attrazione tipica della Val Venosta e Merano. Il loro percorso si snoda lungo gli stretti canali d'acqua utilizzati secoli fa dai contadini per irrigare i campi. A causa del suo clima secco e delle scarse precipitazioni, la Val Venosta soffre di periodi di siccità; per tale motivo furono scavati questi canali d'irrigazione. I "Waalwege", così chiamati in tedesco, si estendono su entrambi i versanti della valle, sul Monte Sole e sul Monte Tramontana, e furono realizzati per consentire ai guardiani delle rogge di controllare il regolare scorrere delle acque. In tutta la Val Venosta si conta circa una ventina di questi sentieri delle rogge. Essi sono percorribili in tutti i periodi dell'anno e offrono splendide vedute panoramiche sulle imponenti catene montuose e sulla valle. I sentieri delle rogge in Alto Adige sono i percorsi preferiti dalle famiglie, da chi cerca escursioni non troppo impegnative e da tutti coloro che vogliono godersi la straordinaria flora e fauna della Val Venosta in completo relax.

The idyllic hiking paths along the ancient irrigation channel paths are a popular attraction of the Venosta Valley and Merano. Their route runs along narrow water canals used centuries ago by farmers to irrigate their fields. The Venosta Valley has a dry climate and low rainfall. In the past, irrigation canals known as "Waal" conducted the water from the glaciers to the valley. The current irrigation channel paths were originally made to enable the guardians of the canals to control the regular flow of water. Throughout Venosta Valley there are about twenty of these popular hiking paths. They extend on both sides of the valley, on Monte Sole and Tramontana mountain, and are passable year-round and offer stunning panoramic views of the majestic mountains and the valley. The paths of the canals in South Tyrol are the preferred routes for families, those looking for excursions which are not too demanding, and all who want to enjoy the amazing vegetation and wildlife of the Venosta Valley in complete relaxation.

SENTIERI DELLE ROGGE / IRRIGATION CHANNEL PATHS

SENTIERO DELLA ROGGIA MONTANO DI AGUMES / IRRIGATION CHANNEL PATH "AGUMSER BERKWAAL"

Regione/Region: Prato allo Stelvio
 Durata/Hiking time: 02:00 h
 Distanza/Length: 5,6 km
 Dislivello salita/Diff. in altitude ascent ↑: 400 m
 Dislivello discesa/Diff. in altitude descent ↓: 100 m

Panorama/Landscape: 
 Difficoltà/Difficulty: 
 Numero del sentiero/Number of route: 11 - 33

"L'escursione attraverso la roggia di montagna di Agumes fino Ponte Stelvio è un itinerario semplice e esposto al sole lungo la montagna di Agumes. Partendo da Prato, si continua in direzione di Agumes fino il ponte superiore del Rio Solda, dove si trova l'inizio del sentiero numero 11. Questo va attraverso il borgo "Gargitz" fino il maso "Patzleidhof". Dal "Patzleidhof", il sentiero numero 33 prosegue lungo il canale d'irrigazione (roggia) dismesso fino il borgo di Ponte Stelvio. Si raccomanda di continuare l'escursione verso il sentiero numero 34 fino il villaggio di montagna di Stelvio." The walk via the irrigation channel path of Agumes to Ponte Stelvio is an easy, sunny route along the Agumes mountain. The way begins at Prato. Starting from Prato and walking towards Agumes until the upper bridge of the Solda River, the entrance of trail number 11 can be found. Passing the hamlet „Gargitz“, the path leads to the „Patzleidhof“ farm. There, trail number 33 runs along the irrigation channel (no water flow) to the hamlet Ponte Stelvio. It is recommended to continue the hike to the mountain village of Stelvio via trail number 34.

SENTIERO DELLA ROGGIA DI LAGUNDO / IRRIGATION CHANNEL PATH LAGUNDO

Regione/Region: Lagundo
 Durata/Hiking time: 01:30 h
 Distanza/Length: 4,5 km
 Dislivello salita/Diff. in altitude ascent ↑: 55 m
 Dislivello discesa/Diff. in altitude descent ↓: 96 m

Panorama/Landscape: 
 Difficoltà/Difficulty: 

Il "Waalweg di Lagundo" è un sentiero che si snoda lungo la roggia, cioè l'antico canale di irrigazione; diviso in due parti e lungo circa sei chilometri, è praticamente pianeggiante e quindi perfetto anche per persone anziane e famiglie con bambini e offre un'impagabile vista su Lagundo e sulla zona di Merano e dintorni. Percorso: La parte occidentale del sentiero comincia dal parcheggio nei pressi del ponte Töllgraben, facilmente raggiungibile in auto o con l'autobus Lagundo-Parcines e porta attraverso le frazioni Plars di Sopra e Plars di Mezzo fino a Lagundo paese. Da lì, attraverso colline coperte di vigneti, si arriva fino alla frazione di Quarazze e alla chiesetta di Santa Maddalena. Si può quindi scegliere e proseguire lungo la Passeggiata Tappeiner per il centro di Merano, o se ritornare ad

Waalwege are paths along the ancient irrigation channels. The Lagundoer Waalweg Trail is a two-part, 5 to 6 km long hike, which leads along a historical irrigation canal. The canal trail is almost flat. It is therefore ideal for older people or families with children. Hikers, young or old, will be rewarded with fantastic views of the Lagundo/Lagundo as well as the entirety of Merano/Merano and Environs. Route: the western part begins at the car park in front of the Töllgraben bridge. The starting point can be reached by public bus Lagundo-Parcines/Parcines or by private car. The canal trail leads via the two districts of Lagundo, Plars di Sopra/Oberplars and Plars di Mezzo/Mitterplars, to the scenically located Lagundo village. From here continue through beautiful vineyards to the Merano district of Quarazze/Gratsch and the small St Magdalena Church. Depending on how much you want to hike, you can continue on the Tappeinerweg trail into the centre of Merano or back to



ROGGE "BERKWAAL" E "LEITENWAAL" / BERK- AND LEITENWAAL IRRIGATION CHANNEL PATH

Regione/Region: Alta Val Venosta
Durata/Hiking time: 03:00 h
Distanza/Length: 6,5 km
Dislivello salita/Diff. in altitude ascent ↑: 300 m
Dislivello discesa/Diff. in altitude descent ↓: 300 m

Panorama/Landscape: 
Difficoltà/Difficulty: 
Numero del sentiero/Number of route:
18 - 17 - 20

"Escursione storica lungo la roggia al museo all'aperto Ganglegg passando per Castel Coira e il Museo Venosta che meritano di essere visitati. Guida al corso d'acqua: aprile - ottobre. Dal ufficio informazioni di Sluderno - sentiero n. 18 sul Monte Calvario per il sito archeologico Ganglegg - a monte del "museo all'aperto" accesso alla roggia Leitenwaal n. 17 - in direzione del rio Saldura - roggia Berkwaal n. 17 - si torna lungo sentiero n. 20 in direzione di Castel Coira e del Museo Venosta".

"Historical hiking along the irrigation channel path to the outside museum Ganglegg and passing the Coira Castle and the Vintschger Museum, which is inviting you to visit it. The hiking tour along the Leiten- and Berkwaal trail starts in Sluderno/Sluderno and goes up to Leitenwaal, leading through the ravine of Saldur lake up to Berkwaal. From here, the trail leads to Vernalhof farm and goes past the renowned Churburg castle. The Renaissance Castle displays a huge armoury collection and precious murals."

SENTIERO DELLA ROGGIA "FRAUWAAL" / IRRIGATION CHANNEL PATH "FRAUWAAL"

Regione/Region: Prato allo Stelvio
Durata/Hiking time: 02:00 h
Distanza/Length: 5,5 km
Dislivello salita/Diff. in altitude ascent ↑: 398 m
Dislivello discesa/Diff. in altitude descent ↓: 320 m

Panorama/Landscape: 
Difficoltà/Difficulty: 
Numero del sentiero/Number of route:
9 - 1

Questa escursione porta, un pó al di sopra del fondovalle, da Prato fino al paese idillico di Montechiaro. Lungo il bordo destra del rio Solda si va fino allo fine sud del paese Prato. Dopo una salita breve, l'escursione continua relativamente pianeggiante sul sentiero n° 9 fino sopra la chiesa San Giorgio di Agumes. Di là il sentiero continua leggermente ascensionale fino i masi di "Pinet". Dopo una piccola discesa si raggiunge il paese Montechiaro o, con una piccola deviazione, la rovina del Castel Montechiaro. Per il ritorno si raccomanda il sentiero numero 1 che percorre pianeggiante.

This hike starts at Prato and continues slightly above the wide valley floor, to the idyllically situated village of Montechiaro. The walk runs along the right shore of the River Solda until the southern end of the village of Prato is reached. After a short ascent, the trail continues relatively flat until above the church of Saint George. There, the walking route continues, slightly ascending, to the farms of „Pinet“. After a short downhill walk, the village of Montechiaro is reached, or, via a short detour, the ruins of the castle of Montechiaro. For the return journey, path number 1 is recommended, which is even throughout.

FISCHERWAAL

Regione/Region: Cengles
Durata/Hiking time: 00:30 h
Distanza/Length: 0,8 km
Dislivello salita/Diff. in altitude ascent ↑: 114 m
Dislivello discesa/Diff. in altitude descent ↓: 27 m

Panorama/Landscape: 
Difficoltà/Difficulty: 
Numero del sentiero/Number of route:
6

Il sentiero lungo la roggia è ombreggiato nel mezzo del Parco Nazionale dello Stelvio. La "Waauschelle", che è fissata a un larice sopra il canale di irrigazione, può essere ascoltata da lontano.

The irrigation channel is shady in the middle of the Stelvio National Park. The "Waauschelle", which is fixed to a larch above the irrigation channel, can be heard from afar.

ILSWAAL

Regione/Region: Silandro
Durata/Hiking time: 02:15 h
Distanza/Length: 5,4 km
Dislivello salita/Diff. in altitude ascent ↑: 356 m
Dislivello discesa/Diff. in altitude descent ↓: 257 m

Panorama/Landscape: 
Difficoltà/Difficulty: 
Numero del sentiero/Number of route:
3 - 5

Dalla zona sportiva di Silandro si imbecca il sentiero n. 3 e si procede fino a incontrare l'Ilswaal. A questo punto è possibile muoversi in direzione est fino a raggiungere il punto di inizio del canale alla selvaggia gola del rio di Silandro, e proseguire poi in ripida salita fino a Castel Silandroberg (proprietà privata), con un panorama spettacolare. Oppure si segue la roggia in direzione ovest attraverso castagneti e frutteti fino ad arrivare sotto la chiesetta di S. Egidio.

From the sports zone in Silandro, follow hiking trail no. 3 uphill to the Ilswaal channel trail. Here it is possible to hike east to the wild ravine of Schlandraun river where the irrigation channel has its source. Head uphill along switchbacks to Silandroberg castle (in private ownership), with a spectacular view. To the west, follow the irrigation channel through chestnut groves and orchards to below St. Egidio church.

GIRO JOCHWAAL DI TARRES / JOCHWAAL DI TARRES TOUR

Regione/Region: Laces
Durata/Hiking time: 04:30 h
Distanza/Length: 9,5 km
Dislivello salita/Diff. in altitude ascent ↑: 850 m
Dislivello discesa/Diff. in altitude descent ↓: 850 m

Panorama/Landscape: 
Difficoltà/Difficulty: 
Numero del sentiero/Number of route:
1 - 2A - 2 - 9

Dalla malga di Tarres salite sulla strada forestale in direzione sud fino alla baita Zirmruanhütte (chiusa). Poco prima della baita girate a destra e percorrete bellissimi sentieri alpini in direzione passo di Tarres fino alla croce meteorologica. Continuate sul sentiero n. 2A, noto soprattutto come sentiero Hochwaal, un sentiero relativamente piano lungo il canale d'irrigazione di una volta di cui sono rimasti solo i resti. Fu costruito nel Settecento per portare l'acqua della Val d'Ultimo in Val Venosta. Poco prima del Passo di Laces (punto 2500 m) scendete su un sentiero piuttosto ripido a nord fino al punto di partenza. Attrazioni: resti Jochwaal, meraviglia di fiori in primavera ed estate.

Start at Malga di Tarres and take the forest road southwards to the Zirmruan hut (closed). Turn right just before the hut and follow beautiful alpine paths towards Passo di Tarres and to the weather cross. Continue on path no. 2A, which is more famous as the Hochwaal path. It's a relatively flat path along an irrigation channel from the past whose remains can be seen again and again. The irrigation channel was built in the 18th century to take the water from Val d'Ultimo to Val Venosta. Just before Passo di Laces (2500 m) take the relatively steep path northwards to descend to your starting point. Highlights: remains of the Jochwaal irrigation channel, floral splendor in spring and summer.

GIRO KAANDLWAAL / KAANDLWAAL TOUR

Regione/Region: Martello
Durata/Hiking time: 01:00 h
Distanza/Length: 3,6 km
Dislivello salita/Diff. in altitude ascent ↑: 239 m
Dislivello discesa/Diff. in altitude descent ↓: 239 m

Panorama/Landscape: 
Difficoltà/Difficulty: 
Numero del sentiero/Number of route:
5 - 15A - 23 - 5

Il bellissimo canale d'irrigazione di legno nella località di Selva in Val Martello è un punto d'attrazione per grandi e piccoli. L'acqua scorre per i Kaandln (tronchi di legno scavati) attraverso il bosco. Suggerimento: Il canale d'irrigazione è situato lungo il sentiero del contadino di montagna, un sentiero tematico molto interessante. Ancora oggi il canale d'irrigazione di legno chiamato Kaandlwool adempie alla sua funzione importante. Viene alimentato da due sorgenti che nascono nel cosiddetto bosco Sebel. Il canale d'irrigazione porta acqua tutto l'anno. Ogni anno il 24 giugno, la festa di San Giovanni Battista, la sorgente ha la maggiore portata d'acqua che dura fino all'inverno. Il canale d'irrigazione è lungo circa 2 km e consiste quasi esclusivamente di tronchi di legno scavati.

The wonderful wooden irrigation channel set in Val Martello's Selva is an attraction for young and old. The water wonderfully flows along the so-called Kaandln (excavated wooden trunks) through the forest. Suggestion: This irrigation channel is situated along the very interesting "Mountain Farmer Trail" theme path. The wooden irrigation channel called Kaandlwool still fulfil its important function. It is fed by two sources rising in the so-called Sebelwald. The irrigation channel carries water all around the year. Every year on 24 June, feast day of St. John the Baptist, the source has its highest flow rate that lasts until the winter months. The irrigation channel is about 2 km long and mainly consists of excavated wooden trunks.



PASSEGGIATA AL SOLE / SUN PROMENADE

Regione/Region: Silandro
 Durata/Hiking time: 00:45 h
 Distanza/Length: 2 km
 Dislivello salita/Diff. in altitude ascent ↑: 70 m
 Dislivello discesa/Diff. in altitude descent ↓: 70 m

Panorama/Landscape: 
 Difficoltà/Difficulty: 

Dal centro di Silandro verso il bordo nord-ovest del paese. Lungo l'ampio e pianeggiante sentiero attraverso castagneti fino al centro sportivo e tempo libero. Dal sentiero si gode di una bella vista sul centro storico di Silandro e sui meleti circostanti fino a Covelano e al Parco Nazionale dello Stelvio.

From the town center in Silandro to the northwest edge of the village. Along the wide and flat promenade through chestnut groves down to the sport and leisure zone. You can enjoy a magnificent view of the town old center of Silandro as well as of the apple orchards up to Covelano and the Stelvio National Park from the trail.

SENTIERO DELLA ROGGIA LACESANDERWAAL / LACESANDER IRRIGATION CHANNEL

Regione/Region: Laces
 Durata/Hiking time: 01:45 h
 Distanza/Length: 6,4 km
 Dislivello salita/Diff. in altitude ascent ↑: 141 m
 Dislivello discesa/Diff. in altitude descent ↓: 158 m

Panorama/Landscape: 
 Difficoltà/Difficulty: 
 Numero del sentiero/Number of route: 3

Ci sono due possibilità di accesso: da Via Tiss (a ovest di Laces) o dalla rotonda a est di Laces. La prima parte in direzione Castelbello è posta in mezzo a un paesaggio che sembra un po' selvatico e sovrasta la strada statale, il corso del fiume Adige e i binari della ferrovia. Poi la valle si apre. Il canale d'irrigazione è fiancheggiato da frutteti e terrazze con viti sopra il Castello di Castelbello. La portata d'acqua dipende solamente dall'agricoltura e dalle condizioni atmosferiche!

The zigzag shaped Lacesander irrigation channel path in between Laces and Castelbello was created in 1872/1873 and provides an ideal walk for the whole family. Those who wish to stroll along the entire irrigation channel trail should allow approximately 1.5 hours to do so.

SENTIERO DELLA ROGGIA DI MARLENGO / IRRIGATION CHANNEL PATH MARLENGO

Regione/Region: Marlenigo
 Durata/Hiking time: 03:15 h
 Distanza/Length: 10,8 km
 Dislivello discesa/Diff. in altitude descent ↓: 417 m

Panorama/Landscape: 
 Difficoltà/Difficulty: 

Con i suoi 12 km di lunghezza, il Marlinger Waalweg, il sentiero della roggia di Marlenigo, è il più lungo dell'Alto Adige. Creato ben 250 anni fa, il sentiero parte dal ponte di Tel e dopo una breve salita prosegue su terreno stabile e pianeggiante, circondato da meleti e boschi ombreggianti. Dopo aver ammirato l'imponente Castel Leobenberg di epoca medievale, si costeggia il monte di Marlenigo in leggera discesa fino al paese di Lana. Lungo l'intero sentiero della roggia di Marlenigo si gode di una vista spettacolare sulle cime circostanti. Non lascia certamente indifferenti il meraviglioso paesaggio naturale e antropico in cui prati e boschi si alternano a vigneti e frutteti. Spettacolare la vista sulla conca di Merano, la Val Passiria e l'imponente Gruppo di Tessa. Ottimo l'allacciamento del sentiero della roggia di Marlenigo alla rete di trasporto pubblico per lasciare l'auto in garage e muoversi con i mezzi in tutta libertà.

Twelve kilometers long, the Marlinger Waalweg trail is a popular hiking trail which runs along the former irrigation channels, the longest of its kind in South Tyrol. Starting at the Töllbrücke bridge, the 250 year-old path gently ascends through apple orchards and woods to firmer and more level ground. After pausing to admire the medieval Leobenberg Castle, hikers continue slightly downhill along the slope of Marling mountain to the village of Lana. Spectacular views of the surrounding mountains can be seen along the entire length of the Marlinger Waalweg trail. The agricultural landscape lining the irrigation channels is also impressive, with meadows and forests alternating with vineyards and orchards. Along the Marlinger Waalweg trail there are also impressive views of the Merano basin, the Val Passiria/Passeier Valley, and the imposing Texelgruppe mountain range. The Marlinger Waalweg trail is well-connected to the public transport network, allowing visitors to move around without need for a car.

LUNGO I VECCHI CANALI D'IRRIGAZIONE / ALONG OLD IRRIGATION CHANNEL PATHS

Regione/Region: Laces
 Durata/Hiking time: 02:45 h
 Distanza/Length: 10,4 km
 Dislivello salita/Diff. in altitude ascent ↑: 294 m
 Dislivello discesa/Diff. in altitude descent ↓: 294 m


Panorama/Landscape: 
 Difficoltà/Difficulty: 
 Numero del sentiero/Number of route: 5 - 12 - 6 - 23

Questa rilassante escursione per famiglie lungo i canali d'irrigazione parte da Morter. Prendete il sentiero n. 5 lungo il sentiero della roggia Mareinwaal fino all'IceForum. Continuate sul sentiero della roggia Neuwaal (senza acqua) e poi sul sentiero della roggia Rautwaal per ritornare a Morter. Durante questo percorso circolare passate diverse iscrizioni rupestri dei Waaler, i sorveglianti dei canali d'irrigazione.

This relaxing family hike along irrigation channel paths starts in Morter where you take path no. 5 along the Mareinwaal irrigation channel until the IceForum. Then continue along the Neuwaal (no water) and Rautwaal irrigation channel paths to return to Morter. During this irrigation channel hike you pass by different rock paintings by the so-called Waaler, the guards of the irrigation channels.

NEUWAAL

Regione/Region: Silandro
 Durata/Hiking time: 01:00 h
 Distanza/Length: 2,7 km
 Dislivello salita/Diff. in altitude ascent ↑: 124 m
 Dislivello discesa/Diff. in altitude descent ↓: 42 m

Panorama/Landscape: 
 Difficoltà/Difficulty: 
 Numero del sentiero/Number of route: 15 - 4

Molto in alto sui pendii del Monte Sole di Silandro, presso il maso Aufserreggen, ha inizio il sentiero della roggia Neuwaal. È una delle rogge più alte della Val Venosta. Il sentiero porta, in parte lungo strettoie e ponticelli di legno, attraverso prati e boschi di larici nella tranquilla valle Silandro. Il percorso richiede una certa esperienza di montagna.

This trail starts much further up, on the Ausseregggen farm along the slopes of the Monte Sole at Silandro/Silandro and is one highest irrigation canal trails in the entire Venosta Valley. The trail passes through narrow walkways and wooden bridges through fields and larch forests in the peaceful Schlandrauntal Valley. This walk requires considerable mountaineering experience.

SENTIERO DELLA ROGGIA LACESANDERWAAL / LACESANDER IRRIGATION CHANNEL

Regione/Region: Laces
 Durata/Hiking time: 01:45 h
 Distanza/Length: 6,4 km
 Dislivello salita/Diff. in altitude ascent ↑: 141 m
 Dislivello discesa/Diff. in altitude descent ↓: 158 m

Panorama/Landscape: 
 Difficoltà/Difficulty: 
 Numero del sentiero/Number of route: 3

Ci sono due possibilità di accesso: da Via Tiss (a ovest di Laces) o dalla rotonda a est di Laces. La prima parte in direzione Castelbello è posta in mezzo a un paesaggio che sembra un po' selvatico e sovrasta la strada statale, il corso del fiume Adige e i binari della ferrovia. Poi la valle si apre. Il canale d'irrigazione è fiancheggiato da frutteti e terrazze con viti sopra il Castello di Castelbello. La portata d'acqua dipende solamente dall'agricoltura e dalle condizioni atmosferiche!

The zigzag shaped Lacesander irrigation channel path in between Laces and Castelbello was created in 1872/1873 and provides an ideal walk for the whole family. Those who wish to stroll along the entire irrigation channel trail should allow approximately 1.5 hours to do so.



SENTIERO DELLA ROGGIA DI MARLENGO / IRRIGATION CHANNEL PATH MARLENGO

Regione/Region: Marlenigo
Durata/Hiking time: 03:15 h
Distanza/Length: 10,8 km
Dislivello discesa/Diff. in altitude descent ↓: 417 m

Panorama/Landscape:
Difficoltà/Difficulty:

Con i suoi 12 km di lunghezza, il Marlinger Waalweg, il sentiero della roggia di Marlenigo, è il più lungo dell'Alto Adige. Creato ben 250 anni fa, il sentiero parte dal ponte di Tel e dopo una breve salita prosegue su terreno stabile e pianeggiante, circondato da meleti e boschi ombreggianti. Dopo aver ammirato l'imponente Castel Lebenberg di epoca medievale, si costeggia il monte di Marlenigo in leggera discesa fino al paese di Lana. Lungo l'intero sentiero della roggia di Marlenigo si gode di una vista spettacolare sulle cime circostanti. Non lascia certamente indifferenti il meraviglioso paesaggio naturale e antropico in cui prati e boschi si alternano a vigneti e frutteti. Spettacolare la vista sulla conca di Merano, la Val Passiria e l'imponente Gruppo di Tessa. Ottimo allacciamento del sentiero della roggia di Marlenigo alla rete di trasporto pubblico per lasciare l'auto in garage e muoversi con i mezzi in tutta libertà.

Twelve kilometers long, the Marlinger Waalweg trail is a popular hiking trail which runs along the former irrigation channels, the longest of its kind in South Tyrol. Starting at the Töllbrücke bridge, the 250 year-old path gently ascends through apple orchards and woods to firmer and more level ground. After pausing to admire the medieval Lebenberg Castle, hikers continue slightly downhill along the slope of Marling mountain to the village of Lana. Spectacular views of the surrounding mountains can be seen along the entire length of the Marlinger Waalweg trail. The agricultural landscape lining the irrigation channels is also impressive, with meadows and forests alternating with vineyards and orchards. Along the Marlinger Waalweg trail there are also impressive views of the Merano basin, the Val Passiria/Passeier Valley, and the imposing Texelgruppe mountain range. The Marlinger Waalweg trail is well-connected to the public transport network, allowing visitors to move around without need for a car.

LUNGO I VECCHI CANALI D'IRRIGAZIONE / ALONG OLD IRRIGATION CHANNEL PATHS

Regione/Region: Laces
Durata/Hiking time: 02:45 h
Distanza/Length: 10,4 km
Dislivello salita/Diff. in altitude ascent ↑: 294 m
Dislivello discesa/Diff. in altitude descent ↓: 294 m

Panorama/Landscape:
Difficoltà/Difficulty:
Numero del sentiero/Number of route: 5 - 12 - 6 - 23

Questa rilassante escursione per famiglie lungo i canali d'irrigazione parte da Morter. Prendete il sentiero n. 5 lungo il sentiero della roggia Mareinwaal fino all'IceForum. Continuate sul sentiero della roggia Neuwaal (senza acqua) e poi sul sentiero della roggia Rautwaal per ritornare a Morter. Durante questo percorso circolare passate diverse iscrizioni rupestri dei Waaler, i sorveglianti dei canali d'irrigazione.

This relaxing family hike along irrigation channel paths starts in Morter where you take path no. 5 along the Mareinwaal irrigation channel until the IceForum. Then continue along the Neuwaal (no water) and Rautwaal irrigation channel paths to return to Morter. During this irrigation channel hike you pass by different rock paintings by the so-called Waaler, the guards of the irrigation channels.

ROGGIA "OBERWAAL" / OBERWAAL IRRIGATION CHANNEL PATH

Regione/Region: Alta Val Venosta
Durata/Hiking time: 02:00 h
Distanza/Length: 6 km
Dislivello salita/Diff. in altitude ascent ↑: 130 m
Dislivello discesa/Diff. in altitude descent ↓: 130 m

Panorama/Landscape:
Difficoltà/Difficulty:
Numero del sentiero/Number of route: 12 - 17 - 14

Menzionata ufficialmente per la prima volta nel 1346, la roggia Oberwaal di Malles si dipana tra ambienti rocciosi e boschi misti regalando una vista meravigliosa su Malles e il gruppo dell'Ortles. Dalla chiesa Quattrodici Santi nella periferia di Malles - forestale n. 12 - roggia Oberwaal n. 17 - giardino - si torna lungo la roggia Mitterwaal n. 14.

The Oberwaal in Malles/Mals was mentioned at the first time in 1346. You will have a beautiful view to Malles and the Ortles Mountain Group. From the church on the northern end of Malles walk along the forestal street nr. 12. Follow the irrigation channel path nr. 17 and after the garden you turn right and go back to the start (footpath nr. 14)

GIRO RAMINI-MONTANI / TOUR RAMINI-MONTANI

Regione/Region: Laces
Durata/Hiking time: 03:30 h
Distanza/Length: 12,2 km
Dislivello salita/Diff. in altitude ascent ↑: 456 m
Dislivello discesa/Diff. in altitude descent ↓: 456 m

Panorama/Landscape:
Difficoltà/Difficulty:
Numero del sentiero/Number of route: 18 - 18A - 5 - 4 - 18

Il percorso inizia a Tarres. Prendete il sentiero della roggia Raminivaal con figure e campanelli e continuate sul sentiero Jägersteig con viste panoramiche in direzione ovest. Attraversate i boschi al sud di Laces fino alle Rovine di Castel Montani di Sopra e di Sotto presso Morter (attenzione: mountainbiker). Queste rovine pittoresche all'entrata della Val Martello rappresentano la svolta del percorso. Dal Castel Montani di Sotto il percorso prosegue principalmente al margine del bosco fino al sentiero della roggia Raminivaal.

The hugely varied and diverse Ramini-Montani tour from Tarres to Morter takes hikers across the Raminivaal irrigation channel path and up the Jägersteig past the Montani castle ruins and then back again. The route can be shortened or extended depending on how you feel.

ESCURSIONE AL SENTIERO DELLA ROGGIA DI SENALES SENALES IRRIGATION CHANNEL PATH TO JUVAL CASTLE

Regione/Region: Castelbello
Durata/Hiking time: 02:30 h
Distanza/Length: 11 km
Dislivello salita/Diff. in altitude ascent ↑: 343 m
Dislivello discesa/Diff. in altitude descent ↓: 343 m

Panorama/Landscape:
Difficoltà/Difficulty:

Il sentiero della roggia, sentiero no. 3, inizia sopra l'azienda agricola Köfelgut e si snoda attraverso castagneti e boschi misti lungo i pendii soleggiati della Bassa Val Venosta fino al Castello di Juval.

It starts with path no. 3 above the Köfelgut wine-growing estate and takes you through chestnut groves and mixed forest along the sunny slopes of Lower Val Venosta to the Juval Castle.

ZAALWAAL

Regione/Region: Silandro
Durata/Hiking time: 01:00 h
Distanza/Length: 3,2 km
Dislivello salita/Diff. in altitude ascent ↑: 150 m
Dislivello discesa/Diff. in altitude descent ↓: 150 m

Panorama/Landscape:
Difficoltà/Difficulty:
Numero del sentiero/Number of route: 6A - 8 - 15A

Dal centro del paesino di Corzes si segue la strada in direzione della chiesetta di S. Egidio fino alla deviazione, a sinistra, del sentiero n. 6A. L'erta salita attraverso i vigneti conduce al sentiero della roggia Zaalwaal. Si prosegue in direzione ovest attraverso i pendii di Corzes "Corceser Leiten" fino a due antichi mulini. L'escursione termina presso il campo sportivo sopra Corzes, dove la roggia sfocia in canali sotterranei.

From the center of Corzes, the tour leads upwards to the small church of S. Egidio until path no. 6A detours to the left. A steep route leads through the vineyards up to Zaalwaal. From here, it leads westwards to the "Corceser Leiten" meadows past two former mills. The sports ground above Corzes is the Zaalwaal trail destination. There the ancient irrigation channel follows the underground tube systems.





Mountain bike e ciclismo

Mountainbiking and Cycling

Un'escursione in mountain bike nell'area vacanze Silando-Lasa, Laces-Val Martello e Castebello-Ciardes è un vero godimento sia per principianti che per ciclisti MTB e ciclisti da corsa appassionati. I quasi 170 chilometri di trail intorno a Laces e alla Val Martello sono perfettamente segnalati e promettono divertimento per tutti. I flow trail secchi al Monte Sole sono conosciuti ben oltre i confini e sono unici grazie ad escursioni variegate nel bel mezzo di una vegetazione steppica: il semplice Monte di S. Anna-Easy-Trail per principianti, il flow trail Tschilli o Fontana e il classico tour di San Martino in Monte. Un modo facile e veloce per arrivare in alta quota è la funivia San Martino in Monte prima di godere puro divertimento trail al Monte Sole di Laces. L'ombreggiato Monte Tramontana affascina per i suoi boschi e prati ed offre condizioni ideali per escursioni in mountain bike anche in piena estate. La seggiovia Malga di Tarres vi porta su un'altitudine di più di 1700 metri sul livello del mare dove potete godere specialità tipiche dell'Alto Adige nelle malghe prima di ritornare in valle su un uno dei numerosi trail. I cicloturisti invece possono trovare bellissime piste ciclabili nel fondovalle come per esempio la Via Claudia Augusta. Un noleggio biciclette perfettamente attrezzato, bike hotel professionali nonché scuole bike e bike shuttle garantiscono un servizio a 360 gradi.

Mountain biking in the Silandro-Lasa, Laces-Val Martello and Castebello-Ciardes holiday Regione/Region is a real pleasure for both beginners and passionate mountain bikers and racing cyclists. The almost 170 km of MTB trails around Laces and Val Martello are perfectly signposted and promise plenty of trail fun for everybody. The dry, flowy trails at the Sun Mountain are known far beyond the borders. These varied tours immersed in steppe-like vegetation speak for themselves: the easy Annenberg trail for beginners, the flowing Tschilli Trail or Fontana Trail and the classic San Martino in Monte tour. Take the San Martino in Monte cable car to reach lofty heights easily and quickly before enjoying pure trail pleasure at the Sun Mountain of Laces. Shady Monte Tramontana impresses with forests and pastures offer ideal conditions for biking in midsummer as well. The Malga di Tarres chair lift takes you to more than 1,700 meters above sea level where you can enjoy typical South Tyrolean specialties in the mountain huts before returning to the valley on one of the many trails. Leisurely bikers can find beautiful bicycle paths in the valley such as the Via Claudia Augusta cycling trail. A perfectly equipped bike rental, professional bike hotels as well as bike schools and bike shuttle services guarantee a 360-degree service.

REGOLE FONDAMENTALI MTB DIVERTIAMOCI INSIEME RISPETTANDO GLI ALTRI

1. Pensa agli altri quando incontri e superi degli escursionisti.

Gli itinerari per mountain bike dell'Alto Adige si sviluppano in prevalenza su percorsi in salita e sono segnati come sentieri escursionistici. Gli escursionisti hanno di norma la precedenza. Adegua la tua velocità a seconda delle singole situazioni – ricordati che in alcuni passaggi che offrono scarsa visibilità potresti trovarti di fronte all'improvviso pedoni, altri ciclisti oppure qualche ostacolo. Devi sempre essere in grado di fermarti appena avvisti qualsiasi tipo di pericolo, per la tua e l'altrui sicurezza!

2. Chiudi cancelli e steccati che delimitano i pascoli dopo essere passato.

Se le mucche scappano prima dell'arrivo del contadino, la prossima volta sarai costretto/a ad alzare la tua bicicletta oltre lo steccato.

3. Abbi cura di tutto ciò che tu stesso apprezzi: natura intatta, animali, piante e la tua buona immagine. Percorri unicamente le vie e i sentieri segnati. Attraversare boschi e campi danneggia animali e piante e nuoce all'immagine dei biker. Il modo in cui ti comporti mentre sei sulla bicicletta determina l'agire delle autorità e delle amministrazioni competenti. Ricordati che sui terreni privati spesso sei soltanto tollerato! Rispetta e non attraversare zone di tranquillità per la fauna!

4. Non frenare a ruote bloccate. Questo atteggiamento danneggia le salite e i percorsi nonché il tuo materiale.

5. Non lasciare dietro di te rifiuti e tracce. In ogni paese hai la possibilità di smaltire in modo corretto i tuoi rifiuti e quindi di proteggere l'ambiente.

6. Fai attenzione ad essere equipaggiato in modo corretto.

Oltre a caschetto, guanti e campanello anche un abbigliamento protettivo contro la pioggia e il freddo fanno parte dell'equipaggiamento base da portare con sé poiché nel mondo alpino non sono mai da escludere repentini cambi atmosferici.

7. Sia responsabile! Informati delle previsioni del tempo e delle difficoltà collegate al percorso che hai scelto in modo da evitare rischi di sovraccarico o da abbassamento eccessivo delle temperature. I diversi itinerari si percorrono di norma sotto la propria responsabilità.

8. Ricordati il numero di emergenza 112.

BASIC RULES FOR MOUNTAIN BIKING / FUN WITH TOLERANCE

1. Be considerate when crossing paths or overtaking hikers.

To a certain extent, South Tyrolean mountain bike routes run along paths that are signposted as hiking trails. Hikers always have the right of way. Adapt your speed to the situation. Pedestrians, obstacles or other cyclists can unexpectedly show up in blind passages. You must always be able to stop within your line of sight! Please observe for your own safety and the safety of others.

2. Close all gates and pasture fences after passage. If cows escape from a farm, you will have to lift your bike over a fence the next time.

3. Protect what you yourself enjoy: nature, animals, plants and your own good image. Please only use the signposted trails and paths. Forbidden cross-country biking through off-limits woods and meadows harms animals, plants and the image of other cyclists. The manner in which you ride your bike determines the actions of the authorities and administrators. You are often only tolerated on what is private property! Please respect off-limits areas and skirt around non-access wildlife areas!

4. Do not brake with wheels locked. This can cause damage to the paths and trails as well as to your bike.

5. Do not leave behind waste or tracks. In every village, you have the opportunity to properly dispose of your waste and thus protect the mountains.

6. Ensure you are equipped properly. In addition to helmet, gloves and bell, your basic equipment should include protection from rain and heat because you always have to be prepared for sudden changes in weather in the Alpine world.

7. Be responsible. Inform yourself about the weather and the requirements of the selected route in order to avoid the risk of hypothermia and exhaustion. Biking along all routes and trails is always at your own risk.

8. Write down the emergency First Aid number 112.



BIKESHUTTLES**FREERIDE VINSCHGAU**

Indirizzo/Address: Via Maso 71, 39021 Laces
 Contatto/Contact: +39 348 04 27 229
www.freeride-vinschgau.com
info@freeride-vinschgau.com

MARTELTAL REISEN

Indirizzo/Address: Transacqua 165, 39020 Martello
 Contatto/Contact: +39 0473 744 544,
 +39 335 28 17 42
www.martelltal-reisen.com
info@martelltal-reisen.com

MICHI'S BIKESHUTTLE

Indirizzo/Address: Via Stazione 1, 39028 Silandro
 Contatto/Contact: +39 338 50 75 462
www.mobil-car.com
info@mobil-car.com

NATURNO SHUTTLE - HELMUTH PIRCHER

Indirizzo/Address: Via August Kleeberg 16, 39025 Naturno
 Contatto/Contact: +39 348 49 84 756
www.naturns-shuttle.com
pircher@naturns-shuttle.com

NATURNO SHUTTLE - JÜRGEN HOLZER

Indirizzo/Address: Via Industriale 37, 39025 Naturno
 Contatto/Contact: +39 338 37 66 104
www.naturns-shuttle.com
holzer@naturns-shuttle.com

NATRUNS SHUTTLE - WALTER PLATZGUMMER

Indirizzo/Address: Monte Tramontana, 39025 Naturno
 Contatto/Contact: +39 335 65 23 230
www.naturns-shuttle.com
platzgummer@naturns-shuttle.com

STECHE GERD - BIKE SÜDTIROL

Indirizzo/Address: Monte Silandro 37, 39028 Silandro
 Contatto/Contact: +39 331 10 80 005
www.bike-suedtirol.it
bikesuedtirol@gmail.com

VINSCHGAU SHUTTLE

Indirizzo/Address: Montefranco 15, 39020 Castelbello
 Contatto/Contact: +39 335 68 28 514
www.vinschgau-shuttle.it
info@vinschgau-shuttle.it

NOLEGGIO - NEGOZI - SCUOLA / RENTAL - SHOPS - SCHOOLS**BIKEMAN**

Indirizzo/Address: Via Stachlburg 18, 39208 Silandro
 Contatto/Contact: +39 0473 732 387,
www.bikeman.it, shop@bikeman.it



Orari d'apertura/Opening times:
 LUN-VEN 09.00-12.00 + 15.00-19.00
 SAB 09.00-12.00 + 15.00-18.00 /
 MON-FRI 9 a.m.-12 a.m. + 3 p.m.-7 p.m.
 SAT 9 a.m.-12 a.m. + 3 p.m.-6 p.m.

FREERIDE VINSCHGAU

Indirizzo/Address: Via Val Venosta, 39021 Coldrano
 Contatto/Contact: +39 348 74 86 879,
www.freeride-vinschgau.com,
info@freeride-vinschgau.com



Orari d'apertura/Opening times:
 aprile-ottobre (à richiesta) / April-October (a request)

MARTELL E-BIKE

Indirizzo/Address: Trattla 246, 39020 Martello
 Contatto/Contact: +39 380 74 86 879,
www.martell.it, info@rgmartell3b.it



Orari d'apertura/Opening times:
 metà maggio - metà ottobre (a richiesta) / middle May - middle October (on request)

MAXX BIKE ELDORADO

Indirizzo/Address: Via Principale 65/A, 39021 Laces
 Contatto/Contact: +39 0473 720 077,
www.maxx-bike-eldorado.com,
info@maxx-bike-eldorado.com



Orari d'apertura/Opening times:
 LUN-VEN 08.30-19.00
 SAB 08.30-12.00 / MON-FRI 8.30a.m.
 - 7p.m., SAT 8.30 a.m.-12 a.m.

ÖTZI BIKE ACADEMY

Indirizzo/Address: Via Principale 25, 39025 Naturno
 Contatto/Contact: +39 347 13 00 926,
www.oetzi-bike-academy.com,
info@oetzi-bike-academy.com



Orari d'apertura/Opening times:
 LUN-VEN 08.30-12.00 + 14.00-18.30,
 SAB 09.00-12.00 + 15.00-18.00, DOM
 09.00-12.00+15.00-18.00/ MON-FRI
 8.30 a.m.-12 a.m. + 2 p.m.-6.30 p.m.,
 SAT 9 a.m.-12 a.m. + 3 p.m.-6 p.m.,
 SUN 9 a.m.-12 a.m. + 3 p.m.-6 p.m.

PAPIN SPORT

Indirizzo/Address: Via Stazione 15, 30021 Laces
 Contatto/Contact: +39 0474 913 450,
info@papinsport.com,
www.papinsport.com



Orari d'apertura/Opening times:
 LUN-DOM 09.00-12.00 + 14.00-18.00
 MON-SUN 9a.m.-12a.m. + 2p.m.-6p.m.

SÜDTIROL RAD - RENTAL NATURNO

Indirizzo/Address: Via Stazione, 39025 Naturno
 Contatto/Contact: +39 0473 201 500,
www.suedtirol-rad.com,
info@suedtirol-rad.com



Orari d'apertura/Opening times:
 LUN-DOM 09.00-12.00 + 13.00-18.00
 (fine aprile-inizio novembre)
 MON-SUN 9 a.m.-12 a.m. + 1 p.m.-6 p.m. (end April-early November)



PAPIN SPORT

Indirizzo/Address: Via Stazione 1, 39208 Silandro
 Contatto/Contact: +39 0473 913 450,
 www.papinsport.com, info@papinsport.com



Orari d'apertura/Opening times:
 LUN-DOM 09.00-13.30 +
 14.30-17.00 (aprile-inizio novem-
 bre)/MON-SUN 9 am-1.30 p.m. +
 2.30 p.m.-5 p.m. (April-early
 November)

VENT BIKE & MOTO

Indirizzo/Address: Via Principale 48, 39021 Laces
 Contatto/Contact: +39 0473 623 148



Orari d'apertura/Opening times:
 LUN-VEN 14.00-18.00 / MON-FRI 2
 p.m.-6 p.m.

VINSCHGAU BIKE SCHOOL

Indirizzo/Address: Via Val Venosta 3, 39021 Coldrano
 Contatto/Contact: +39 333 23 54 986,
 www.vinschgaubike.com, info@vinschgaubike.com

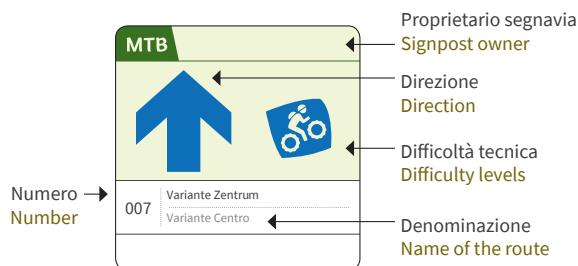
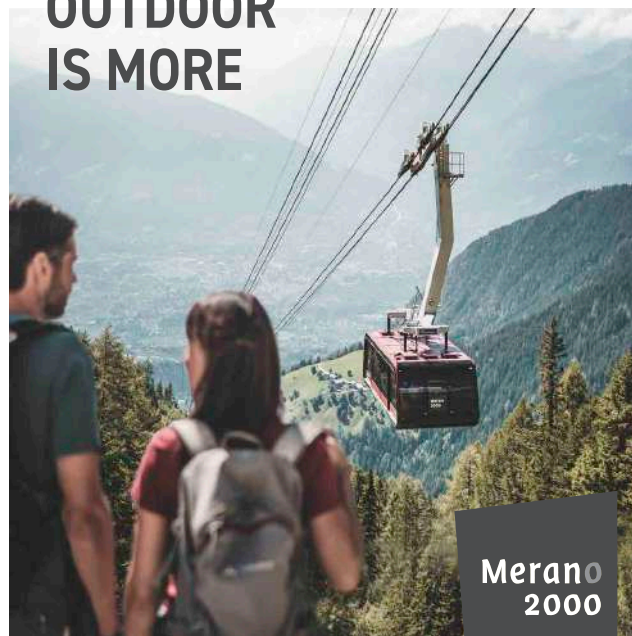


Negozio / Shop Riparazione e assistenza tecnica /
 Repair and service Noleggio / Rental Scuole di MTB /
 MTB School

IL SISTEMA DI SEGNALETICA MTB / GUIDANCE SYSTEM

Il sistema di segnaletica MTB della Val Venosta è il primo sistema uniforme concepito per le esigenze di ciclisti in tutta l'Italia. La classificazione avviene secondo l'impegno fisico (soprattutto per uphill ed escursioni lunghe su sentieri e strade) e secondo l'impegno tecnico (soprattutto per single trail, ma anche piccole cupole).

The Val Venosta guidance system is Italy's first system designed specifically to meet the needs of bikers. All of the routes are categorized according to the required fitness level (especially for uphill and tour routes on paths and paved roads) and the required level of technical skill (especially for single trails, but also for very uneven terrain).

**OUTDOOR
IS MORE**

merano2000.com

**Merano
2000**

Entusiasmanti escursioni a piedi o con la mountain bike, l'avvincente via ferrata, grande divertimento per i bambini nell'Outdoor Kids Camp o relax sulle terrazze dei rifugi.

Hiking trails and mountain bike routes surrounded by a breathtaking panorama. Fun for the little mountain explorers in the Outdoor Kids Camp and relax on the sunny terraces of the huts.

NEW - NAIFJOCH VISTA

Lo spettacolare punto panoramico sul tetto della nuova cabinovia Naifjoch. Merita di essere visto!

The spectacular view point on the roof of the new Cableway Naifjoch.

**WORTH
A LOOK**

PERCORSI E TOUR IN MOUNTAIN BIKE NELLA BASSA VAL VENOSTA / MOUNTAIN BIKE TRAILS AND TOURS IN LOWER VENOSTA VALLEY

AIGEN-TRAIL

Numero/Number: 128
Durata/Hiking time: 00:20 h
Distanza/Length: 0,65 km
Dislivello salita/Diff. in altitude ascent ↑: 30 m
Dislivello discesa/Diff. in altitude descent ↓: 100 m


Panorama/Landscape: 
Difficoltà tecnica/Difficulty level: S2
Type: Singletrail medio/medium
Impegno fisico/Required fitness level: 

Scorrevole Trail tra Silandro e Morter. Questo percorso è una buona connessione MTB tra Covelano (presso Silandro) e Morter (presso Laces), gira intorno il maso Aigen ed è estremamente scorrevole. L'Aigen Trail conduce dal Monte Tramontana di Silandro verso est al sentiero escursionistico n. 4 fino alla croce di vetta di Morter.

Flowy trail between Silandro and Morter. This trail is a good MTB connection between Covelano (near Silandro) and Morter (near Laces), runs around the Aigen farm, and offers pure flow. The Aigen trail leads from the Monte Tramontana mountain of Silandro eastwards into the hiking way no. 4 to the weather cross of Morter.

4 VINCE 13 / 4 GEWINNT 13 (4 WINS 13)

Numero/Number: 137
Durata/Hiking time: 00:45 h
Distanza/Length: 6,7 km
Dislivello discesa/Diff. in altitude descent ↓: 1052 m

Panorama/Landscape: 
Difficoltà tecnica/Difficulty level: S2
Type: Singletrail medio/medium
Impegno fisico/Required fitness level: 

Il famoso sentiero 4 in combinazione con il 13, più panoramico e a tratto esposto, ne esce veramente arricchito. Dopo la salita alla Malga di Laces il trail si snoda nel panorama verde dei boschi finché all'edicola votiva non giriamo a destra sul sentiero 4 e procediamo serpeggiando su trail con fondo di prato e boschivo, in parte scorrevoli in parti più grezzi attraverso il bosco fino a Plumargun ed entriamo nello spirito del trail. Non seguiamo il ripido sentiero 4, fortemente eroso e ormai lontano dall'idea del trail, bensì la strada forestale finché non giriamo a destra sul sentiero 13 sotto l'albero che si distingue dagli altri. Tanti punti leggermente esposti su uno stretto e scorrevole trail S1, verso la fine diventa un passaggio S2 con qualche radice e un po' di sassi. La vista giù a valle offre un panorama meraviglioso soprattutto al tramonto. Avvertenza: Share The Trail sui sentieri escursionistici! La parte inferiore del sentiero 4 dalla strada forestale all'altezza di Partschogg, il 4a e b restano riservati agli escursionisti!

The famous trail no. 4 in combination with the panoramic and partially exposed trail no. 13 is a true enrichment. Start at the Malga di Laces mountain hut and go through the green forest landscape until the wayside cross where you turn right into trail no. 4. Continue on sometimes flowing and sometimes rough meadow and forest floor trails that wind through the forest until Plumargun and get you into the right trail mood. Don't follow the steep and heavily washed out trail no. 4, which has been removed from the trail concept, but take the forest road and turn right into trail no. 13 below the distinctive tree. The slightly exposed flowing and narrow S1 trail turns into a S2 passage with some roots and debris towards the end. The view of the valley offers a wonderful panorama at sunset. Please note: "Share the Trail" sections on the hiking paths! The lower part of trail no. 4 from the forest road at Partschogg onwards as well as paths 4a and 4b are for hikers only!

BARBAROSSA TRAIL

Numero/Number: 148
Durata/Hiking time: 00:30 h
Distanza/Length: 4,5 km
Dislivello salita/Diff. in altitude ascent ↑: 23 m
Dislivello discesa/Diff. in altitude descent ↓: 639 m

Panorama/Landscape: 
Difficoltà tecnica/Difficulty level: S1/S2
Type: Singletrail medio/medium
Impegno fisico/Required fitness level: 

Viste stupende, discesa flow, malghe e ristorante montano – un trail semplicemente geniale. Il nuovo e straordinario Barbarossa trail al Monte Tramontana di Laces garantisce puro divertimento trail per tutti (S1-S2). L'uphill parte da Laces e richiede una buona condizione grazie all'ascesa impegnativa fino alla Malga di Tarres con un dislivello di 1300m. Alternativamente avete la possibilità di prendere la seggiovia per raggiungere comodamente la malga (dislivello Laces-stazione a valle seggiovia: 600m). Arrivati alla Malga di Tarres potete godere di una vista mozzafiato. Poi segue la discesa flow sul nuovo Barbarossa trail che ha il suo nome dal "costruttore e dottore di trail" Gabriel Tappeiner. Con una lunghezza di 4,5 km e un dislivello di 600m il Barbarossa trail si snoda per il bosco fitto e fa battere forte il cuore dei ciclisti grazie a bei passaggi di attraversamento e curve diversificate.

Wonderful views, a flowing descent, alpine pasture huts and a mountain restaurant – simply fantastic. The new Barbarossa trail at Laces' Monte Tramontana guarantees pure trail fun for everyone (S1-S2). The uphill starts in Laces and requires good physical condition due to challenging climbs and a difference in altitude of 1300m. Alternatively, you can take the chairlift to comfortably reach Malga di Tarres (Laces – valley station of the chair lift: difference in altitude of 600m). Having arrived at Malga di Tarres, you can enjoy a wonderful view and look forward to the flowing descent on the new Barbarossa Trail that owes its name to "trail builder and doctor" Gabriel Tappeiner. This trail with a length of 4.5 km and a difference in altitude of 600 m winds through the dense forest lets cyclists' hearts beat faster thanks to beautiful cross passages and different curves.

PISTA CICLABILE LUNGO L'ADIGE / ADIGE CYCLE ROUTE

Numero/Number: 1
Distanza/Length: 89 km
Dislivello salita/Diff. in altitude ascent ↑: 476 m
Dislivello discesa/Diff. in altitude descent ↓: 1612 m

Panorama/Landscape: 
Impegno fisico/Required fitness level: 

La pista ciclabile della Valle dell'Adige si snoda per 80 km lungo l'antica strada romana Via Claudia Augusta. L'itinerario è quasi esclusivamente pianeggiante o in discesa e, come tutta la rete ciclabile in Val Venosta, è perfettamente tenuto e garantisce un ottimo fondo sia su asfalto che su terra battuta. La pista ciclabile della Valle dell'Adige è quindi perfetta per praticare ciclo-turismo. Le biciclette possono anche essere noleggiate presso numerose stazioni o nei centri specializzati e la ferrovia della Val Venosta è un ottimo mezzo per accorciare il tragitto o ritornare al punto di partenza. La ciclabile parte dal Passo di Resia, passa davanti al campanile sommerso, continua lungo la sponda del lago di San Valentino alla Muta, passa per Burgusio, da dove si gode la vista su Malles con le sue sette chiese romaniche, e attraversa la cittadina medievale di Glorenza. Il percorso procede poi pianeggiante in direzione di Prato allo Stelvio, alle porte del Parco Nazionale dello Stelvio, attraversa Lasa, il paese del marmo, discende a Covelano e arriva, passando tra i frutteti, a Laces. Da Laces l'itinerario continua passando per il castello di Castelbello e la chiesa di San Procolo a Naturno, una delle più antiche dell'Alto Adige, per poi terminare a Merano.

The route runs for the most part on flat terrain or gently downhill. The Venosta Valley's outstanding cycling route network allows for a relaxing ride on ideal surfaces, i.e. either paved or rolled gravel. The Adige Cycle Route is especially popular with leisure cyclists. One can rent bicycles at a number of local train stations and return them at others, so that bringing a bicycle along on holiday is not necessary, and tours can be shortened or simplified at any time using the Venosta Valley Railway. The bike path starts at Resia Lake, passing the church tower in the lake, continues along the shores of the Malga S. Valentino Lake, over Burgusio/Burgeis with a view of Malles/Mals with its seven Romanesque churches, and through the medieval town of Glorenza/Glurns. From there it's a flat ride to Prad, the gateway to Stelvio National Park, through the marble village of Lasa/Lasa, then downhill to Covelano/Göflan and through apple orchards to Laces/Laces. From Laces the route runs by Castelbello Castle and the early Christian St. Prokulus Church in Naturno/Naturno, and ends in Merano/Merano.

FONTANA TRAIL

Numero/Number: 155
Durata/Hiking time: 00:30 h
Distanza/Length: 4 km
Dislivello salita/Diff. in altitude ascent ↑: 89 m
Dislivello discesa/Diff. in altitude descent ↓: 932 m

Panorama/Landscape: 
Difficoltà tecnica/Difficulty level: S3
Type: Singletrail medio/medium
Impegno fisico/Required fitness level: 

Al parcheggio Schartegg gli esperti in percorsi tecnici non stanno più nella pelle per il trail Fontana. Nella prima parte si percorre un trail boscoso (S1) molto bello e semplice, che procede analogamente al trail Lupo. Al bivio tra i trail Fontana e Lupo la situazione diventa interessante per i "tecnici", e in alcuni punti il trail diventa da difficile a impegnativo (S2 - S3) con passaggi bloccati da radici e rocce, tornanti e tratti molto ripidi. Alcuni passaggi sono molto grezzi, ma la maggior parte del trail Fontana, lasciato allo stato naturale, è bello e scorrevole da percorrere. Giunti a fondovalle si attraversano le piantagioni di mele ritornando verso l'Adige. Ci sono diverse possibilità di immergersi sul trail. Una sosta meritata e mani che si stringono all'Hotel Kesslwirt. Attenzione: il sentiero attraversa la strada forestale in più punti.

The Fontana Trail starts just below the Schartegg parking lot. The first section is a wooded trail and isn't technically demanding (S1), following the same route as the Wolf Trail. However, as from the Wolf Trail/Fontana Trail intersection the path becomes more challenging (S2). Closer to the valley the trail gradually increases in difficulty (S3). The trail has various points of access.



MALGA DI MONTEFRANCO-TOUR / MALGA DI MONTEFRANCO TOUR

Numero/Number: 79
 Durata/Hiking time: 02:30 h
 Distanza/Length: 11 km
 Dislivello salita/Diff. in altitude ascent ↑: 1100 m



Panorama/Landscape: 
 Type: Uphill difficile/difficult
 Impegno fisico/Required fitness level: 

Da Tarres si sale brevemente e con parti belle toste sulla strada asfaltata e il sentiero forestale fino alla Malga Montefranco. Questo tour sale fino a 1674 m prevalentemente all'ombra, con alcuni tratti più ripidi, e una volta in cima offre begli scorci in direzione Naturno e Merano. Alla malga ci lasciamo accudire e rifocillare prima della discesa lungo l'uphill o sui trail sotto di noi. Suggerimento: Da sotto la Malga Marzon partono i trail Lupo e Fontana. Attraverso la Bike Highline Merano(o) si arriva ad altri trail.

Start in Tarres and first take the partially demanding asphalt road for a little while and then go along the forest road to Malga di Montefranco. This mostly shady tour with some steeper passages takes you up to 1,674m and offers wonderful views of Naturno and Merano and Environs. Refresh yourself at the mountain hut before you continue uphill or take one of the downhill trails. Tips: The Lupo and Fontana trails start just below Malga di Marzon. You can reach further trails via Bike Highline Merano(o).

HASL-WIEBEN-TOUR CON HOLY HANSEN TRAIL / HASL-WIEBEN-TOUR WITH HOLY HANSEN TRAIL

Numero/Number: 125
 Durata/Hiking time: 01:45 h
 Distanza/Length: 16,5 km
 Dislivello salita/Diff. in altitude ascent ↑: 850 m
 Dislivello discesa/Diff. in altitude descent ↓: 850 m

Panorama/Landscape: 
 Difficoltà tecnica/Difficulty level: S2
 Type: Uphill medio/medium/
 Singletrail medio/medium
 Impegno fisico/Required fitness level: 

La salita al Mountainbike Trail, trail costruito nel 2015 dai ciclisti per i ciclisti, avviene sulle varianti un po' più facili da percorrere della strada asfaltata o forestale di Covelano (ca. 8 km e 800 metri di dislivello) o sulla ripida variante del sentiero forestale Morter - Morter Leger (8,5 km e 985 metri di dislivello, poi forestale o collegamento 7 per il ristoro Haslhof, tanto bosco). Al punto di ristoro Haslhof, dopo tante curve per soddisfare la fame di trail, ci attende la meritata sosta con vista meravigliosa. Dal Haslhof in direzione ovest superiamo due recinzioni di pascoli e ci immettiamo poi subito nello scorrevole tratto S1 del trail nei settori 1 e 2. Nel settore 3 e 4 ci aspetta qualche punto S2 e qualche S3 più difficile, per tornare poi al più facile elemento del divertimento per tutti. Dal Wiebenhof scendiamo due curve su asfalto per poi girare a destra sul tratto di trail costruito nel 2014. Questo tratto di trail è estremamente scorrevole, reso più "appetitoso" da paraboliche, piccoli kicker e passaggi più rapidi fino all'incrocio con la strada asfaltata. Prendere la strada in salita per un brevissimo tratto e poi svoltare a sinistra per continuare a divertirsi con il resto del trail fino a Covelano.

The Holy Hansen trail was created in 2015 by bikers for bikers. You can reach it either by taking the easier Covelano/Göflan variant on asphalt road or forest road (app. 8 km and 800 meters in altitude) or the steeper forest road variant Morter - Morter Leger (8.5 km and 985 meters in altitude, then forest road or connection no. 7 to Haslhof, much forest). The Haslhof snack bar awaits you for a refreshment after the ascent and a wonderful view. Go westwards passing two pasture fences and then start the flowing S1 trail section in sectors 1 and 2. Sectors 3 and 4 await you with some S2 and more demanding S3 passages before you can again enjoy easy trail fun. At Wiebenhof, go down the asphalt road for two turns and then turn right into the trail section that was newly built in 2014. This trail section until the junction with the asphalt road offers pure trail fun sprinkled with berms, small kickers and faster passages. Briefly continue on the road upwards and then turn left to continue on the trail to Covelano.

Regolazione tempo per shuttle al Holy Hansen Trail:


- Lunedì, Mercoledì e Venerdì dalle ore 13
- Martedì e Giovedì tutto il giorno
- Sabato fino alle ore 12
- Domenica nessun servizio navetta
- Dopo tanta pioggia: 1 giorno senza servizio navetta per consentire l'asciugatura della terra

Time regulation for shuttle service at the Holy Hansen trail:

- Monday, Wednesday and Friday from 1 p.m.
- Tuesday and Thursday all day
- Saturday until 12 a.m.
- Sunday no shuttle service
- After a lot of rain: 1 day no shuttle service to allow the ground to dry

MALGA DI LACES-TOUR / LACES ALP TOUR

Numero/Number: 78
 Durata/Hiking time: 02:30 h
 Distanza/Length: 14,1 km
 Dislivello salita/Diff. in altitude ascent ↑: 1112 m



Panorama/Landscape: 
 Type: Uphill difficile/difficult
 Impegno fisico/Required fitness level: 

Nei caldi giorni d'estate questa bella ma lunga salita all'ombra dei boschi del Monte Tramontana è sempre un piacere, con i suoi panorami fantastici sulle Alpi Venoste e la Val Venosta. Dal parcheggio dello stadio di Laces partiamo in direzione sud fino al parco acquatico AquaForum, da lì a destra per lo Stadio del ghiaccio (IceForum) e al Laceserhof sempre dritto per il sentiero forestale in direzione Magrinböden. Il sentiero forestale ora sale molto rapidamente ma uniformemente in direzione Töbrunn. Da lì si prosegue con facilità su e giù sul tratto finale fino alla sosta alla Malga di Laces. Prodotti della malga e ottimi canederli insieme a bibite elettrolitiche rallegrano i nostri cuori di ciclisti. Per tornare a valle si va sullo stesso sentiero forestale, sul sentiero della Malga di Tarres oppure sui trail Roatbrunn (S2) o 4-vince-13 (S2).

On warm summer days in the shady wood on the "Nördersberg" with terrific view of the Ötztaler alps and the Vinschgau valley. Slouch along of the parking lot of the sports stadium. We start from the AquaForum, there on the right just over in a southerly direction up to the experience bath to the ice stadium and at the Laceserhof to the forest way direction. The forest way runs moderately steeply but constantly in the direction of the Töbrunn now. We wind the end piece up and down until the stop at the Laces alp pasture easily from there. Either it goes in the valley.

TRAIL PANORAMICO DI LACES / LACES PANORAMIC TRAIL

Numero/Number: 140
 Durata/Hiking time: 02:00 h
 Distanza/Length: 14,1 km
 Dislivello discesa/Diff. in altitude descent ↓: 1149m

Panorama/Landscape: 
 Difficoltà tecnica/Difficulty level: S3/S4
 Type: Singletrail difficile/difficult
 Impegno fisico/Required fitness level: 



Il nome del Trail panoramico di Laces è tutto un programma. Ma non è solo il panorama a essere indescrivibile, anche il trail è un'esperienza fenomenale per i ciclisti esperti. Su questo trail c'è praticamente tutto, dai passaggi tecnici ed esposti con tornanti a scorrevoli tratti boschivi fino a tratti a gradini. Dopo la partenza presso la stazione a monte di San Martino (1740 m) il trail scorre prima su asfalto poi su sterrato lungo il sentiero escursionistico 14. Dopo ca. 2,5 km, inizia il vero e proprio trail. Attenzione, orari regolamentati: dalle 10:00 alle 14:00 solo escursionisti! Con parti abbastanza esposte e alcuni passaggi tecnici il sentiero corre lungo il pendio, oltre le rovine di Laggar e Zuckbichl. Lungo tutto il percorso il panorama meraviglioso è emozionante. Dopo qualche tratto flow, alcuni tornanti ripidi nella gola del Rio di Valle (Fallerbach) e alcuni passaggi "bici in spalla" (S3-S4) si incontra la strada forestale, per immergersi sul Propain Trail poco dopo Patsch. Qui la strada è più scorrevole, ma comunque sempre con curve strette sul bel fondo del trail Monte Sole in Val Venosta. Il versante del Monte Sole digrada ripido vicino al trail e le radure lasciano vedere i frutteti di mele e i fantastici monti circostanti. Il tratto di trail costruito, 550 metri di discesa, presenta sempre una larghezza di 80 cm offrendo così sicurezza ai principianti e spazio per velocità e salti ai più esperti. Buona tecnica sulle curve e "nose press" per le curve strette per tutti quelli che non vogliono scendere dalla sella. Sosta con vista al Fisolgut vicino al castello di Silandro con qualche metro in più. Avvertenza: Attenzione alla segnaletica per i numerosi passaggi Share the trail! Il resto del trail 14 e il trail 7 sono riservati agli escursionisti!

The name of the Laces panoramic trail says it: the panorama is amazing. But this trail is also simply marvelous as it includes everything from technical and exposed passages with hairpins to flowing forest trails and stepped passages. Start at the mountain station of San Martino in Monte (1740 m). First take the asphalt road and then the gravel hiking path no. 14. The actual trail starts after some 2.5 km after Eggghof. Please note: There is a time regulation from 10am to 2pm for hikers only! The partially rather exposed path with some technical passages takes you along the slope passing by the Laggar and Zuckbichl ruins. You will be overwhelmed by the wonderful panorama again and again. After a few flow sections, steep hairpins and a short stretch where bikes have to be carried (S3-S4) you get to a forest road and can start the Propain trail shortly after Patsch. The trail becomes more flowing but with many narrow turns on the beautiful trail floor of Val Venosta's Sun Mountain. The sunny slope declines sharply near the trail and clearings offer views of the apple orchards and the fantastic mountain world. This trail section of 550 depth meters was built with a width of 80 cm and thus offers security to beginners and leaves space for speed and airtime to experts. If you don't want to get off the bike, a good turn technique and back wheel lifting are required in narrow turns. You can stop for a refreshment with view at Fisolgut near Castel Silandroberg with a few extra meters. Please note: Several "Share the Trail" sections are marked. The rest of trail no. 14 as well as trail no. 7 are for hikers only!



PERCORSO MAGICO LACES / MAGIC TRAIL OF LACES

Numero/Number: 138
 Durata/Hiking time: 02:00 h
 Distanza/Length: 10,8 km
 Dislivello salita/Diff. in altitude ascent ↑: 315 m
 Dislivello discesa/Diff. in altitude descent ↓: 315 m



Panorama/Landscape: 
 Difficoltà tecnica/Difficulty level: S1
 Type: Singletrail facile/easy
 Impegno fisico/Required fitness level: 

Partendo dall'AquaForum il sentiero di ghiaia sale lungo la Rehpromenade e il percorso vita con pochi metri di dislivello fino al bacino di raccolta acque dei sistemi di irrigazione. Girando a destra prima del ponte il trail, dal terreno accidentato, serpeggia nel fresco bosco passando oltre lo Jägersteig e la roggia Neuwaal fino alle rovine del castello di Montani di Sopra. Lungo il percorso i continui cambi tra passaggi in cui di pedala e tratti scorrevoli in discesa richiedono capacità tecniche. Presso le rovine del castello di Montani di Sopra ci aspettano una vista meravigliosa e la famosa cappella di Santo Stefano con i suoi affreschi. Da qui per la discesa gli amanti della tecnica saranno affascinati dal bel trail a tornanti fino al punto in cui ridiventa un sentiero relativamente pianeggiante e alla roggia Mareinwaal. Una birra fresca e del buon cibo lungo la strada li si trova alla Bierkeller, alla pizzeria dell'AquaForum o a Laces. Avvertenza: Numerosi passaggi Share the trail! Varianti di partenza o collegamento: poco dopo la pista ciclabile sotto Montani di Sopra a sinistra per Morter e lungo il Morterer Leger-Tour fino all'imbocco dei trail 2/3 oppure in alto al Holy Hansen Trail.

Start at AquaForum and take the gravel path upwards (slight difference in altitude) on the so-called Rehpromenade and the fitness trail until you get to the irrigation system's reservoir pond. Turn right before the bridge and follow the hilly trail through the cool forest winding along Hunter's path and Neuwaal irrigation channel path until the Montani di Sopra castle ruin. The alternation between pedaling sections and slight downhill flow requires technical skills. The Montani di Sopra castle ruin awaits you with a wonderful view and the famous St. Stephen's chapel with its frescoes. Technique fans will be enchanted by the fine hairpin trail before you return on relatively flat paths and along the Mareinwaal irrigation channel path. You can then enjoy a cool beer and a good dish along your way at Bierkeller, the pizzeria at AquaForum or in the village of Laces. Please note: Many "Share the Trail" sections! Descent and connection variants: Turn left towards Morter just after the cycle path below Montani di Sopra and then on the Morterer Leger route until the access to trails no. 2/3 or up to the Holy Hansen trail.

LUPU TRAIL



Numero/Number: 156
 Durata/Hiking time: 00:30 h
 Distanza/Length: 4,5 km
 Dislivello salita/Diff. in altitude ascent ↑: 40 m
 Dislivello discesa/Diff. in altitude descent ↓: 773 m

Panorama/Landscape: 
 Difficoltà tecnica/Difficulty level: S1
 Type: Singletrail facile/easy
 Impegno fisico/Required fitness level: 

Il Lupo Trail parte subito sotto il parcheggio Schartegg. Il trail boscoso (S1), facile a livello tecnico, va dal Monte Tramontana di Ciardes a Tablà con oltre 700 metri di dislivello, snodandosi per le più nel bosco. Come per il trail Fontana ci sono diverse possibilità di immissione. Attenzione: il sentiero attraversa la strada forestale in più punti. The starting-point for the Wolf Trail is just below the Schartegg parking lot. The wooded trail isn't technically demanding (S1) and it leads from the Nörderberg mountain to Tabland, with various possible entry points.

MERANO-O BIKE HIGHLINE / MARZON-VIGILJOCH

Numero/Number: 153
 Durata/Hiking time: 02:00 h
 Distanza/Length: 18 km
 Dislivello salita/Diff. in altitude ascent ↑: 1307 m
 Dislivello discesa/Diff. in altitude descent ↓: 1171 m

Panorama/Landscape: 
 Difficoltà tecnica/Difficulty level: S0/S1/S2
 Type: Uphill difficile/difficult
 Impegno fisico/Required fitness level: 

L'offerta delle malghe tra Monte San Vigilio e la malga Marzon è ricca. Sui 18,7 km dell'alto collegamento della Bike-Highline Merano(o), realizzato nel 2014 a un'altitudine compresa tra i 1450 e i 1900 m s.l.m., il ciclista trova panorami da sogno sul circostante mondo alpino. Lungo l'alta via delle malghe ci sono circa 700 m di dislivello su percorsi in ghiaia e prato, con brevi parti di trail e partenza presso la malga Marzoner Alm (1600 m). Alle malghe Naturnoer Alm, Zetn Alm, Mausloch Alm e Marzoner Alm il ciclista, che già è entusiasta per le opzioni di scelta tra i trail, trova le giuste possibilità di ristoro. Le prime tre malghe si trovano inoltre su strade forestali raggiungibili passando sopra l'alta via. Oltre alle numerose opzioni di uphill la Bike-Highline Merano(o) può essere raggiunta con la funivia Rioglagundo o i servizi shuttle da Naturno. Dalla Highline quattro trail segnalati si snodano a valle per ricompensare gli amanti dei trail. Chi invece non ama troppo i trail può godersi una bella discesa a valle sulla strada forestale. Suggerimento: La vista da Monte San Vigilio è magnifica.

The Bike Highline Merano/o links up with the pastures on the Nörderberg mountain, permitting cyclists to cross it at an altitude of 1,450–1,900 m, from the west to the east and vice versa. One reaches the Bike Highline Merano/o through various Uphills, or by utilizing either the Aschbach cableway or the shuttle service. From the Bike Highline Merano/o there are various single and also forest trails returning back down into the valley. The stretch between the Tablander Alm and Mauslochalm mountain pastures is technically challenging. All other routes are generally accessible & do not present complications.

MONTESOLE-TRAIL

Numero/Number: 77
 Durata/Hiking time: 00:45 h
 Distanza/Length: 7,2 km
 Dislivello discesa/Diff. in altitude descent ↓: 1237 m

Panorama/Landscape: 
 Difficoltà tecnica/Difficulty level: S2
 Type: Singletrail medio/medium
 Impegno fisico/Required fitness level: 

Il trail, percorribile quasi tutto l'anno, conduce attraverso l'aspro panorama delle coltivazioni sul Monte Sole della Val Venosta. Non solo i passaggi flow, ma anche il panorama da sogno sul Monte Tramontana, le vette e i ghiacciai costanti portano un sorriso quasi inconsapevole sulle nostre labbra. Dalla stazione a monte di San Martino seguiamo la strada asfaltata in salita per prendere poi dopo 1,2 km il sentiero escursionistico n. 9 a destra per iniziare i primi passaggi di riscaldamento sul largo trail. Dopo un breve tratto su asfalto inizia la parte principale del percorso, presso i piani Birchaböden, su fondo boschivo scorrevole e difficili passaggi sassosi (a tratti S2). Poi passando dopo una breve diagonale per il sentiero Ratschillweg, è divertimento puro sulla nuova tratta del trail con fantastiche curve paraboliche. Il tratto Share the trail, scorrevole e più pianeggiante, che segue ai piani di Sant'Anna dopo un paio di centinaio di metri di dislivello è una vera gioia, e dal ponte sospeso passa davanti alle "Stoanmandln" per scendere a Tiss sul sentiero 5, con parti ripide. Variante: oppure poco prima del ponte sospeso sul 5A per Tiss. Ritorno su asfalto in direzione Laces o Coldrano. Avvertenza: Share the Trail in alcuni punti, soprattutto sentieri n. 5 e 7. Fare attenzione agli escursionisti: hanno la precedenza!

This trail is passable nearly all year round and takes you through the austere cultural landscape of Val Venosta's Sun Mountain. You will not only enjoy the flowing passages, but also the fantastic panoramic views of Monte Tramontana and of the surrounding mountain peaks and glaciers. Start at the mountain station in San Martino in Monte and follow the asphalt road downhill. Turn right after 1.2 km and take hiking path no. 9 for the first broader warm-up trail passage. The main part of the trail with flowing forest floors and more difficult stone passages (partially S2) starts after a short asphalt road crossing at Birchaböden. Look forward to pure trail fun after a short crosswise drive on the Ratschillweg road to the newly built trail section with fantastic steep turns. The successive flatter, flowing "Share the Trail" section starts after a few meters in altitude and takes you along Piani di Annener. Continue until the suspension bridge, pass by the cairns and take the partially steep path no. 5 to Tiss. Variant: You can also take path no. 5A to Tiss just before the suspension bridge. Return on the asphalt road towards Laces or Coldrano. Please note: "Share the Trail" sections for some parts, especially on paths no. 5 and 7. Please show consideration for hikers as they have right of way!



MALGA DI MORTER-TOUR / TOUR TO THE MALGA DI MORTER MOUNTAIN HUT

Numero/Number: 85
 Durata/Hiking time: 02:00 h
 Distanza/Length: 7,8 km
 Dislivello salita/Diff. in altitude ascent ↑: 1170 m

Panorama/Landscape: 🏔️ 🌲 🏠
 Type: E-BIKE medio/medium
 Impegno fisico/Required fitness level: 🏃 🏃 🏃

Con la nostra performance alla Malga di Morter ci guadagniamo veramente una buona merenda tirolese. L'impegnativa ascesa prima su asfalto e poi sul ripido sentiero in ghiaia (a tratti sfusa) esige molto dai ciclisti. Qui un e-mountainbiker allenato ha la vita più facile, e dal centro per il tempo libero di Trattla si avvicina alla fantastica posizione della Malga di Morter (1900 m) girando a destra poco prima dell'albergo Burgaunerhof (1100 m). Dalla fine della strada asfaltata l'irruento gorgoglio del rio Blanda ci accompagna nella salita attraverso la stretta valle incisa sotto l'Orecchia della lepre (3257 m) e la Cima Dodici (2512 m). Arrivati in cima si potrebbe restare un po' sorpresi: non ci si sarebbe aspettati qui il piccolo e pacifico altopiano verde, con la malga troneggiante in cima a una collina e le sue delizie autoprodotte. Ci godiamo la merenda tirolese e schiacciamo un pinsolino nell'erba verde per essere preparati, con tutta la necessaria concentrazione, all'impegnativa discesa con tratti su ghiaia sfusa. Arrivati a fondovalle allestano le delizie della valle delle fragole: torta di fragole, marmellata di fragole e un buon caffè. Che bontà! Suggerimento: Chi ha ancora energia per un'escursione a piedi può affrontare la Cima Dodici dal sentiero 14.

After this exhausting tour to the Malga di Morter mountain hut you really deserve a good hearty snack. The demanding gradient on asphalt road and then on a partially loose, steeper gravel path demands quite a bit from bikers. If you are an experienced e-mountain biker, you will do easier. Start at the Trattla sports and leisure center and turn right just before Burgaunerhof (1100 m) towards the beautifully set Malga di Morter mountain hut (1900 m). From the end of the asphalt road, you always go uphill along the rushing Brandnerbach stream through the narrow, incised valley below Orecchia di Lepre (3257 m) and Cima Zwölfkerkreuz (2512 m). You will be surprised at your arrival: You wouldn't have expected this small, green and peaceful high plateau with the mountain hut situated on the hill and its many homemade specialties. Enjoy a hearty snack and have a nap in the lush grass to prepare yourself for the demanding descent on partially loose gravel that requires concentration. Having arrived at the valley floor, you can look forward to the delicacies of the strawberry valley such as strawberry cake, strawberry jam and a good coffee. Tip: If you still have enough energy for a hike, you can climb up on path no. 14 to Cima Zwölfkerkreuz.

PATSCHERTOUR CON PROPAIN TRAIL / PATSCHERTOUR WITH PROPAIN TRAIL

Numero/Number: 126
 Durata/Hiking time: 01:45 h
 Distanza/Length: 18 km
 Dislivello salita/Diff. in altitude ascent ↑: 920 m
 Dislivello discesa/Diff. in altitude descent ↓: 920 m

Panorama/Landscape: 🏔️ 🌲 🏠
 Difficoltà tecnica/Difficulty level: S2
 Type: Uphill medio/medium /
 Singletrail medio/medium
 Impegno fisico/Required fitness level: 🏃 🏃 🏃

Si parte a Vezzano, dove il sole illumina la vita, con una breve salita ripida lungo i frutteti di mele e le vigne. Poi la salita, che copre ben 800 metri di dislivello, si spiana sull'arido Monte Sole, qui attraversato solo nell'ultima parte dai sistemi di irrigazione, fino al vecchio maso Patsch (non gestita). L'inizio del trail è condiviso con gli escursionisti. Poi il trail, famoso per la sua aridità e il suo fondo di terra e forestale, si snoda verso valle attraverso terreni in parte ripidi con curve diversificate, di cui alcune più strette, e bei passaggi di attraversamento tra i radi boschi di conifere. Dopo un breve tratto "Share the Trail" il percorso è di nuovo tutto per i ciclisti fino all'immissione nel trail 13 per Silandro. Su questo tratto è nuovamente necessaria tolleranza, perché qui camminano anche gli escursionisti. Il versante del Monte Sole digrada ripido vicino al trail e le radure lasciano vedere i frutteti di mele e i fantastici monti circostanti. Il tratto di trail costruito, 550 metri di discesa, presenta sempre una larghezza di 80 cm offrendo così sicurezza ai principianti e spazio per velocità e salti ai più esperti. Buona tecnica sulle curve e "nose press" per le curve strette per tutti quelli che non vogliono scendere dalla sella. Suggerimento: Il trail Propain, così chiamato in onore dell'azienda ciclistica di Ravensburg, può essere raggiunto anche lungo l'impegnativo Panorama-Trail di Laces (S3, punti interrotti, regolamentazione degli orari!)

Start in sunny Vezzano/Vetzan with a short steep ascent through apple orchards and vineyards. Then the ascent of more than 800 meters in altitude at the dry Monte Sole mountain, which is only irrigated in the lower part, gets less steep until you reach Patsch (not managed). The first part of the trail has to be shared with hikers. Then the trail, which is known for its aridity and its earth and forest floor underground, winds through partially steep terrain with wide and tight turns and beautiful straight passages through the open pines forest down to the valley. After a short "Share the Trail" section the trail belongs to the bikers until the junction with trail no. 13 to Silandro. This part again requires trail tolerance as it is also used by hikers.

The sunny slope declines sharply near the trail and clearings offer views of the apple orchards and the fantastic mountain world. This trail section of 550 depth meters was built with a width of 80 cm and thus offers security to beginners and leaves space for speed and airtime to experts. If you don't want to get off the bike, a good turn technique and back wheel lifting are required in narrow turns. Tip: This trail named after Ravensburg's Propain bike company can also be reached on the demanding Laces/Laces panoramic trail (S3, exposed passages, time regulation!).

PREMSTL-STALLWIES-TOUR

Numero/Number: 88
 Durata/Hiking time: 01:20 h
 Distanza/Length: 11,3 km
 Dislivello salita/Diff. in altitude ascent ↑: 894 m
 Dislivello discesa/Diff. in altitude descent ↓: 108 m

Panorama/Landscape: 🏔️ 🌲 🏠
 Type: E-BIKE medio/medium
 Impegno fisico/Required fitness level: 🏃 🏃 🏃

Il punto di partenza è il centro visite culturamartell a Trattla. Si prosegue lungo il sentiero della Val Martello fino a Ganda e poi in direzione Stallwies. Sopra l'Albergo Premstl girate a destra e seguite la strada in direzione Radund. Prendete la strada forestale in direzione "Platzer Mahd". Continuate sulla strada forestale e godete la natura passando imponenti larici e prati lussureggianti. Vi consigliamo caldamente di fermarvi alla Trattoria Stallwies con piatti eccellenti della cucina altoatesina. Prendete lo stesso percorso per ritornare al punto di partenza e non dimenticate di fare un salto al punto panoramico "Suachbichl".

Start at the culturamartell visitor center in Trattla and take the Val Martello path until Ganda and then towards Stallwies. Turn right above the Premstl inn and follow the road towards Radund. Take the forest road towards "Platzer Mahd". Continue on the forest road and enjoy the nature passing by mighty larches and lush mountain meadows. We warmly recommend you to stop at the Stallwies mountain inn that awaits you with excellent South Tyrolean cuisine. Return on the same route and don't forget to make a detour to the "Suachbichl" viewpoint.

ROATBRUNN-TRAIL

Numero/Number: 135
 Durata/Hiking time: 00:45 h
 Distanza/Length: 9 km
 Dislivello discesa/Diff. in altitude descent ↓: 1052 m

Panorama/Landscape: 🏔️ 🌲 🏠
 Difficoltà tecnica/Difficulty level: S2
 Type: Singletrail medio/medium
 Impegno fisico/Required fitness level: 🏃 🏃 🏃

Partendo dalla Malga di Laces si inizia sul sentiero forestale in direzione Töbrunn. In prossimità dell'edicola votiva dopo ca. 1 km si va sul sentiero 4. A un breve passaggio ripido fa seguito un bel trail scorrevole con fondo forestale fino alla strada forestale. Dopo l'attraversamento si prosegue sempre scorrevolmente superando la Roatbrunn (fonte rossa) che dà il nome al trail. Dopo un breve pezzo sulla strada forestale per la Malga di Tarres inizia il tratto successivo, che dopo circa 800 m incontra il trail Malga di Tarres. Attraverso il bosco verde di muschio si va su passaggi in parte un po' erosi, gradini facili da superare e trail a fondo boschivo di prima classe. Verso la fine il trail diventa nuovamente più impegnativo fino ad arrivare sul sentiero della roggia Ramini. Difficoltà tecnica: S0 - S2. Brevi tratti occasionali S3 nell'ultima parte prima della roggia Ramini.

Start at the Malga di Laces mountain hut and take the forest road towards Töbrunn. Take trail no. 4 at the wayside cross after app. 1km. There is a short, steep passage before you follow the beautiful, flowing forest floor trail until the forest road. Cross it and continue on the flowing trail passing by the eponymous Roatbrunn (red fountain). After a short stretch on the Malga di Tarres forest road you get to the next section which meets the Malga di Tarres trail after some 800m. Cross the moss-green forest on slightly washed out passages, easy steps and super forest floor trails. Towards the end the trail becomes more demanding until you get to the Ramini irrigation channel path. Technical difficulty: S0 - S2. Partially short S3 passages in the last part before the Ramini irrigation channel path.



SAN MARTINO IN MONTE-TOUR / TOUR SAN MARTINO IN MONTE

Durata/Hiking time: 02:30 h

Distanza/Length: 15,4 km

Dislivello salita/Diff. in altitude ascent ↑: 1200 m

Dislivello discesa/Diff. in altitude descent ↓: 100 m

Panorama/Landscape:

Type: Uphill difficile/difficult

Impegno fisico/Required fitness level:

Dalla stazione a valle della funivia San Martino in Monte a Laces seguite la segnaletica MTB [St. Martin im Kofel-Tour] sulla pista ciclabile della Val Venosta in direzione Castelbello. A Castelbello attraversate la strada statale dopo l'ufficio di informazioni e la piazza e mantenete la destra per raggiungere la strada asfaltata che porta a San Martino in Monte. Attenzione: strada poco ombreggiata! Dopo ca. 12,5 km potete concedervi una meritata pausa alla stazione a monte con vista mozzafiato sulla Val Martello – la valle delle fragole, sul massiccio dell'Ortles e sul famoso Monte Cevedale (3.769 m). Beginning with the valley station San Martino in the Kofel in pasting and after the MTB sign-posting "St.Martin in the Kofel tour" in the Vinschgau cycle track direction Castelbello. In the info office traverse the high street and in the village square on the right hold to reach directly the street of San Martino. After approx. 12,5km of well-earned break on the top terminal with breathtaking panorama in the direction of Marteller strawberry valley; Ortler and the famous mount Cevedale. Departure or connection variations: Asphalt road San Martino, Annenberg Easy-Trail, Tschilli Trail, Montesole-Trail, Panorama-Trail.

STEINWANDHOF TOUR

Numero/Number: 83

Durata/Hiking time: 00:45 h

Distanza/Length: 6,5 km

Dislivello salita/Diff. in altitude ascent ↑: 480 m

Panorama/Landscape:

Type: E-BIKE facile/easy

Impegno fisico/Required fitness level:

Con l'e-bike, ma anche con la bici normale, la strada a uno dei migliori Kaiserschmarren della Val Martello non è lontana dal punto focale della Val Martello (Valle delle fragole). Dal centro per lo sport, il tempo libero e il Parco Nazionale di Tratta iniziamo a inoltrarci nella valle per un breve tratto sulla strada e poi a destra sul sentiero n. 7 e poi sul 36 (Marteller Talweg/Sentiero delle fragole) fino al ponte, di seguito in direzione del paese di Martello. Da qui si sale prima su asfalto e poi lungo il pendio soleggiato in direzione nord, con un po' di salite e discese. Oltrepassando prati irrigati già molto ripidi e case costruite acrobaticamente sul crinale, la strada diventa più stretta e il terreno intorno a noi digrada sempre più fortemente. Passiamo oltre una chiesetta, entriamo ancora brevemente nel bosco e raggiungiamo la nostra meta: il maso Steinwandhof, che domina sulla Val Martello con il suo meraviglioso panorama di monti e valle.

The way to Val Martello's best Kaiserschmarren (sugared pancake with raisins) is not far from Val Martello's pivot if you go by e-bike or by bike. Start at the Tratta sports and leisure center and take the road into the valley. Turn right and continue on path no. 7 to reach Martello's valley path (South Tyrol Strawberry Trail, no. 36). Go until the bridge and continue towards the village of Martello. First go up the asphalt road before you continue up and down along the sunny slope northwards. Passing by rather steep, irrigated meadows and houses that are acrobatically built into the slopes the road gets narrower and you are surrounded by sloping terrain. Pass by a little church and quickly cross the forest before you arrive at your destination: the Steinwandhof farm situated high above Val Martello with its wonderful view of both the mountains and the valley.



TSCHILLI-TRAIL

Numero/Number: 139

Durata/Hiking time: 00:45 h

Distanza/Length: 7,8 km

Dislivello discesa/Diff. in altitude descent ↓: 1045 m

Panorama/Landscape:

Difficoltà tecnica/Difficulty level: S2

Type: Singletrail medio/medium

Impegno fisico/Required fitness level:

Quest'altra leggenda dei trail sul ripido e arido Monte Sole di Laces scorre per i primi 2,8 km come il suo famoso fratello: il trail Montesole, detto anche Sunny Benny. Inizia con 1,2 km di strada asfaltata fino al tratto sterrato di trail S1 un po' più largo. Poi si parte, attraversando la St. Martiner Straße con un bel trail S1-S2 su fondo boschivo e passaggi su massi. In prossimità della strada sterrata siamo proprio esausti e vogliamo girare a destra per il Ratschillhof per goderci, dopo ca. 500 m, una merenda come si deve. E in più: Il trail ha il suo nome dal maso Ratschill. La seconda parte del percorso offre un po' di passaggi con radici su punti S1 accidentati per tutti gli appassionati di trail. Il seguente tratto Share the Trail, più pianeggiante e scorrevole lungo i piani di Sant'Anna, ci strappa un grido di esultanza, e dopo il ponte sospeso si passa oltre lo Stoanmandln per scendere sul sentiero 5, con parti ripide, verso Tiss. Variante: oppure poco prima del ponte sospeso sul 5A per Tiss. Ritorno su asfalto in direzione Laces o Coldrano. Avvertenza: Share the Trail in alcuni punti soprattutto sentieri n. 5 e 7. Fare attenzione agli escursionisti: hanno la precedenza! C'è ancora bisogno di dirlo che i trail sul Monte Sole sono percorribili già a inizio marzo.

Gravel trail section. Cross the San Martino road to a beautiful S1-S2 trail characterized by forest floor and stone passages. Turn right towards Ratschillhof at the gravel road and refresh yourself after some 500m. By the way: This trail owes its name to this farm and not to its spicy characteristics! The second part of the trail ranges from root passages to hilly S1 sections and thus offers something for all trail enthusiasts. Look forward to the subsequent flatter flowing "Share the Trail" passage along Piani di Annenberg. Continue until the suspension bridge, pass by the cairns and take the partially steep path no. 5 to Tiss. Variant: You can also take path no. 5A to Tiss just before the suspension bridge. Return on the asphalt road towards Laces or Coldrano. Please note: "Share the Trail" sections for some parts, especially on paths no. 5 and 7. Please show consideration for hikers as they have right of way! It is well-known that the trails at the Sun Mountain are rideable from the beginning of March.

UPHILL MARZONER ALM 1

Numero/Number: 151

Durata/Hiking time: 02:30 h

Distanza/Length: 11 km

Dislivello salita/Diff. in altitude ascent ↑: 1260 m

Dislivello discesa/Diff. in altitude descent ↓: 250 m

Panorama/Landscape:

Type: Uphill difficile/difficult

Impegno fisico/Required fitness level:

Si parte quasi all'ombra dell'imponente Castello di Castelbello di, dove dal ponte sull'Adige una strada asfaltata piuttosto ripida porta prima attraverso i fuvetti di mele e poi nei boschi del Monte Tramontana fino a Borgo Montefranco a 1200 m. Sopra Montefranco, presso il maso Pramanthof (km 6,6), il manto stradale passa dall'asfalto alla ghiaia e la pendenza diventa più clemente. Ora la strada forestale si inoltra serpeggiando attraverso un bel bosco fino al parcheggio della vecchia segheria (1480 m) e infine alla malga Marzoner Alm, situata in mezzo a un prato ai bordi del bosco. Nell'ambiente tipico della malga ci godiamo il panorama e una bibita rinfrescante prima di salire lungo una delle due varianti di percorso: il trail Fontana o quello Lupo.

Starting from the Etschbrücke bridge in Castelbello, the uphill trail to Marzoner Alm mountain pasture leads first along a very steep, paved mountain road to the hamlet of Freiberg (1,200m). Above Freiberg, at the Pramanthof farm (6.6 km), the surface changes to a gravel road and the slope becomes less steep. The forest path winds its way to the Freiberg Säge parking lot (1.480 m) and then to the Marzoner Alm mountain pasture.



UPHILL MARZONER ALM 2

Numero/Number: 152
 Durata/Hiking time: 02:30 h
 Distanza/Length: 11,9 km
 Dislivello salita/Diff. in altitude ascent ↑: 1070 m
 Dislivello discesa/Diff. in altitude descent ↓: 1070 m

Panorama/Landscape: 
 Difficoltà tecnica/Difficulty level: S1
 Type: Uphill facile/easy
 Impegno fisico/Required fitness level: 

Dal ponte sull'Adige a Ciardes (Hotel Kesslwirt) l'Uphill Malga Marzoner Alm 2 sale leggermente, passando per diversi masi, fino a Monte Fontana e da lì fino al bivio Zirmtal. A questo bivio si volta a destra e attraverso un'altra salita si raggiunge Malga Marzoner Alm. I primi 3,8 km sono asfaltati e il resto del percorso si svolge su una strada sterrata. Lungo l'Uphill per Malga Marzoner Alm 2 si presentano diverse possibilità per immergersi nei rail Lupo o Fontana.

From the Etschbrücke bridge in Ciardes (at the Kesslwirt inn) the uphill trail no. 2 to the Marzoner Alm mountain pasture leads with a slight incline past various farms up to Tomberg, and continues on to the Zirmtal intersection. There the trail turns right in order to reach, by means of another climb, the Marzoner Alm mountain pasture. The first 8.3 km are paved and the rest of the route is along a gravel path. Upon arrival at the Uphill Marzoner Alm 2, there are two different ways to join either the Lupo Trail or the Fontana Trail.

**UN PIACEVOLE GIRO ALLA MALGA "MARZONER ALM" /
BIKE EXCURSION AT THE "MARZONER ALM" PASTURE**

Numero/Number: 107
 Durata/Hiking time: 03:30 h
 Distanza/Length: 25,6 km
 Dislivello salita/Diff. in altitude ascent ↑: 1070 m
 Dislivello discesa/Diff. in altitude descent ↓: 1070 m

Panorama/Landscape: 
 Type: E-BIKE difficile/difficult
 Impegno fisico/Required fitness level: 

Questo trail di 25,6 chilometri attraversa meleti, boschi e campi, collega Ciardes alla malga Marzoner e ritorna al punto di partenza, passando sotto le rocce su cui svetta il Castello di Castelbello. Si parte dall'Hotel Kesslwirt a Ciardes e ci si dirige verso sud, oltrepassando il ponte sull'Adige. Nel primo tratto pedaliamo in piano attraverso i meleti e poi procediamo in salita fino all'abitato di Montefontana. Alla biforcazione della valle di Zirm svoltiamo in direzione di malga Marzoner, dove ci attendono le acque rinfrescanti della fontana di legno e l'ospitalità dei gestori, Gudrun e Sepp. La vista mozzafiato sulla Val Venosta e sull'imboccatura della Val Senales è uno spettacolo che rimane impresso nella memoria. Scendendo verso Castelbello si deve fare attenzione alle automobili che salgono. A parte questo, il percorso di rientro scorre piacevole con magnifici panorami sul paesaggio circostante. Arrivati a fondovalle, a Castelbello sono tanti i locali che invitano a una sosta rinfrescante.

This 25.6 kilometre-long trail leads from Ciardes/Ciardes across apple orchards, woods, and meadows to the Marzoner Alm alpine hut, and, passing underneath the castle rock of Castelbello Castle, back to where we start. From the Kesslwirt hotel in Ciardes we start southwards taking the bridge across the Adige river. First we cycle on flat land past apple orchards, then uphill to the hamlet of Tomberg. At a crossroads, we take a turn towards the Marzoner Alm alpine hut. A well-deserved refreshment from the wooden well and the hospitality of the innkeepers, Gudrun and Sepp, await us. The impressive view of Venosta Valley and the entrance to the Senalestal Valley is a sight to remember. When returning downhill to Castelbello/Castelbello, we must be alert to oncoming traffic. But apart from that, the return leg of the tour is an enjoyable ride with a stunning view of the surrounding landscape. Once we are safely back in Castelbello, there are a number of opportunities to stop for another round of refreshments.

**Raiffeisen**

Meine Bank

La mia banca

**I bancomat Raiffeisen ...
 sempre vicini!
 Raiffeisen ATMs...
 always nearby!**

**SCAN ME**

Cassa Raiffeisen Bassa Venosta
 Cassa Raiffeisen Laces
 Cassa Raiffeisen Silandro

+39 0473 671 671
 +39 0473 769 050
 +39 0473 730 214



Sport e tempo libero

Sport and Leisure Time Activities

La zona intorno a Silandro-Lasa, Laces-Val Martello and Castebello-Ciardes offre inoltre diverse opportunità per attività sportive. Turisti e amanti dello sport possono trovare proposte per escursioni, per giri in bicicletta, per la pesca o il nuoto e anche le famiglie si possono sentire a proprio agio. Inoltre, ci sono le migliori condizioni per svolgere arrampicate, parapendio e rafting. Le ripide pareti invitano i climber a sfidare la verticalità mentre gli appassionati del tiro con l'arco trovano impianti outdoor.

The Silandro-Lasa, Laces-Val Martello and Castebello-Ciardes holiday areas are the perfect locations for anglers and also serves as a centre for fishermen and fishing enthusiasts, with trout and carp basking in the idyllic waters of Coldranoer See lake or Trattla in Martello Valley. Beneath the highest Alpine peaks, there are challenging itineraries awaiting mountain climbers and rock scramblers in the Ortler Regione/Region. The Aquaterra Rafting Club organizes descents on inflatable rafts at Castebello for families with children, upriver on the Adige. Guests can choose to splash about in the combined indoor adventure open-air swimming pools in the surroundings or relax in the sauna and bathing area of the AquaForum in Laces.

A

Alpin Bob / Bobsledding summer

A Merano 2000 si slitta anche in estate! L'Alpin Bob con una lunghezza di 1,1 km è l'attrazione per grandi e piccini con divertimento assicurato. La partenza si trova alla stazione a monte della Funivia e della Cabinovia Falzeben.

Bobsledding in summer? For sure, because in Merano 2000 offers year-round sledding fun! The 1.1 kilometer-long Alpin Bob is THE attraction in the recreational area above Merano. The sweeping track starts at the mountain station of the Ropeway and the Gondola Falzeben.

Indirizzo/Address: Via Valzeben (Funivia Falzeben), 39010 Falzeben (Avelengo)
Orari d'apertura/Opening times: Maggio+Giugno 10.00-16.30/May+June 10 a.m.-4.30 p.m./fine giugno-fine settembre 10.00-17.15/end June-end September 10 a.m.-5.15 p.m./fine settembre-metà novembre 10.00-16.30/end September-mid November 10 a.m.-4.30 p.m.

Ingresso/Entrance fee: 1 corsa/ride Euro 6,00, 5 corse/rides Euro 27,00, 10 corse/rides Euro 51,00

Contatto/Contact: +39 0473 234 821, www.meran2000.com, info@meran2000.com
Distanza/Distance: 48 km

Archerytag

Archerytag è come Paintball solo che uno invece di una palla, cerca di sconfiggere l'altra squadra con arco e freccia, assicurati con frecce di sicurezza e una maschera protettiva. Adatto a gruppi di 6-10 persone dai 13 anni in su.

Archerytag is a mixture of gotcha (paintball) and dodgeball. Instead of a ball, try to defeat the other team with a bow and arrow secure yourself with safety arrows and a protective mask. Suitable for groups of 6-10 people aged 13 and over

Indirizzo/Address: Monte S. Katerina 54,39020 Monte S. Katerina (Val Senales)

Orari d'apertura/Opening times: Marzo-Ottobre LUN-SAB 09.00-17.00 prenotazione necessaria/March-October MON-SAT 9 a.m.-5 p.m. registration required

Contatto/Contact: +39 0473 679 221, +39 333 49 59 213, www.moarhof-schnals.com
info@moar-hof.info

ARRAMPICARE / CLIMBING

Arrampicata sulla diga / Climbing on the wall

Dall'estate del 2015 la diga di Martello può essere osservata e vissuta da un punto di vista del tutto nuovo. È stata creata la prima parete d'arrampicata su diga in Alto Adige e allo stesso tempo la più alta parete d'arrampicata artificiale di tutta la provincia. La parete d'arrampicata vi aspetta con 35 percorsi di difficoltà da 4a a 7c per un'esperienza elettrizzante sia per adulti ed esperti che per bambini e principianti. La palestra di roccia Alperia è quindi una meta ideale per un'escursione in famiglia. Particolarità: 2 percorsi alti 80 m (4 tiri).

Martello's dam wall has been available to be visited from an entirely new perspective since summer 2015. It became South Tyrol's first climbing wall at a dam wall and at the same time the highest artificial climbing wall of our province. The high walls promising a special climbing experience await you with 35 routes ranging from difficulty levels 4a to 7c that are suitable for advanced climbers and adults but also for children and beginners. This makes the Alperia climbing garden an ideal destination for a family outing. Please note: 2 climbing routes have a length of 80 m equaling 4 pitches, which make it so special.

Indirizzo/Address: Diga Zufritt, Alta Valle, 39020 Martello

Orari d'apertura/Opening times: giugno-settembre giornaliero 09.00-21.30 MER-VEN 09.00-23.00/June-September daily 9 a.m.-9.30 p.m. WED+FRI 9a.m.-11p.m.

Contatto/Contact: +39 335 70 24 655, www.klettern-martell.com, martell@kletterhalle.it
Distanza/Distance: 20 km



Via Ferrata Ziel

La via ferrata Ziel che sale fino al Ginglegg, uno sperone roccioso alle spalle del rifugio Nasereit, si sviluppa lungo un itinerario di 500 m con una difficoltà massima di grado C. Dalla stazione a monte della funivia Texel si percorre il comodo sentiero che porta al rifugio Nasereit, si attraversa il ponte e si segue la segnaletica. La prima parte del percorso, che presenta due tratti esposti è adatta anche a famiglie con bambini con esperienza in fatto di arrampicata. La teleferica è l'ideale per le famiglie, mentre il ponte tibetano è perfetto al ritorno. La discesa dal prato è segnalata mediante bolli rossi. La seconda parte della ferrata è più difficile.

The new Ziel Via Ferrata route up to the Ginglegg, a rocky promontory behind the Nasereit refuge hut, offers difficulty of up to a maximum of level C over a distance of 500 m. From the Texelbahn mountain station, follow the pleasant path up to the Nasereit Hut, then cross over the bridge and follow the signposts. Red marker points and cairns show the entrance to the via ferrata route. The first part of the climb, which features two exposed sections with spectacular views down to the Zielbach stream, is also suitable for families with children with experience of climbing. The zip line is great for families, who can then cross back again via the rope bridge. In order to reach the second, more difficult section of the via ferrata route.

Indirizzo/Address: Via Zielstraße 11, 39020 Parcines

Contatto/Contact: Seilbahn Texelbahn, +39 0473 968 295 www.texelbahn.com, info@texelbahn.com

Nota/Note: Difficoltà B e C, sono necessarie una buona tecnica di arrampicata e forza nella braccia, lunghezza della ferrata 500 m. Tempo di percorrenza 2-2 1/2 ore. Difficoltà B and C, Via ferrata length 500 m, time required 2-2 1/2 hours, good climbin technique and arm strength require, parking at the Texelbahn cableway valley station

La panoramica palestra di roccia "Huafwond" Panorama climbing area

Una splendida palestra di roccia sul Monte Sole di Parcines, oltre 100 mq di terrazze panoramiche dotate di grill, tavoli e panche. Più di 30 vie diverse d'arrampicata, tra il II e IX grado di difficoltà, con tiri di corda, in alcuni casi, di oltre 30 metri.

An absolute Highlight for experienced climbers with more than 100 sq. mt. of panorama terraces, grill facilities, benches and tables. More than 30 climbing routes, from grade II to IX in difficulty, and a number of ropeways-some over 30 mt. long.

Indirizzo/Address: 39020 Parcines

Contatto/Contact: Associazione turistica Parcines, +39 0473 967 157, huafwond.jimdo.free.com, info@partschins.com

Nota/Note: Periodo consigliato aprile-novembre. Come raggiungere: Con la funivia Texel di Parcines, fino alla stazione a monte e da lì in 7 minuti a piedi fino ai piedi della parete, lungo il sentiero "Dursterhof"; dopo 5 minuti di cammino si raggiunge un bivio o con la macchina al maso "Dursterhof" da qui 30 minuti a piedi fino ai piedi della parete. Recommended period: April-November. How to get to the climbing area: Take the Texelbahn cable car in Parcines up to the mountain station then walk 7 min along the "Dursterhof" path to the rock-face turning off after a 5 min. walk to the right in a westerly direction. By car to the "Dursterhof" farm, then a 30 min. walk to the rock face, following the Giggelberg path

Palestra di roccia Burgstallknott

Una palestra di roccia piccola ma ben attrezzata. È adatta per principianti, esperti e "arrampicatori solitari". La parete è accessibile dall'alto e pertanto sussiste la possibilità di arrampicarsi assicurandosi da solo. Da non perdere la splendida vista che si gode dalla parete su Parcines, sui dintorni di Merano e sulle montagne altoatesine. Esposizione: sud; Periodo migliore: tutto l'anno; Da evitare le giornate troppo calde estive, perché la roccia si riscalda molto; Roccia: roccia primitiva – la maggior parte delle vie sono ripide all'inizio, poi verticali; Altezza parete: 15 – 20 metri; Difficoltà: 3a – 7a+; Lunghezza: 1 tiro; Particolarità: possibilità di assicurarsi da soli; Accesso: Parcines – direzione Vertigen – al bivio Fasserkreuz girare a sinistra seguendo la segnaletica.

A very nice, smaller climbing area. Suitable for beginners, more expert climbers and those who like to climb alone! Climbers can reach the rock face from above and can start climbing on their own in complete safety. Just take a look at the fantastic views all around you! You can see as far as Parcines, the Meranoer Land area and the peaks of the South Tyrol Dolomites, too. Direction: facing south; Best Season: any time of the year but better to avoid really warm summer days when the rocks get too hot to handle; Rocks: rough-faced stone – most routes start steeply upwards to continue in a vertical direction; Height of wall: 15 – 20 mt.; Grade of difficulty: 3a – 7a+; Roped lengths: 1 roped length; Of special note: Climbers can rope themselves to the face and there are abseiling possibilities; How to reach the area: Parcines – towards Vertigen – turn left at the Fasserkreuz and follow the sign posts;

Indirizzo/Address: Stazione in Valle Funivia Maso Greiterhof/Valley station cable car Greiterhof, 39020 Parcines

Orari d'apertura/Opening times: aprile-novembre/April-November

Contatto/Contact: +39 0473 967 157, www.partschins.com, info@partschins.com

Distanza/Distance: 21 km

Palestra di roccia Juval / Climbing Garden Juval

Allineamento: sud-ovest; Periodo: primavera fino autunno (sui percorsi 1 - 8 tutto l'anno); Tipo di roccia: granito; Altezza massima: 80 metri / la maggior parte dai 20 ai 30 metri; Difficoltà: da 3c a 8a; Corde (lunghezza): 3; Boulder: 6 itinerari; Numero di tours: 70

Direction: south-west; Best period: from spring to autumn, routes 1-8 open all year round; Rock: granite; Height: max 80 meters (the most 20-30m); Difficulty: 3c – 8a; Cord-lengths: 3; Boulder: 6 routes; No. of tours: 70

Indirizzo/Address: Bivio Val Senales; At the entry of Senales Valley, 39020 Juval

Orari d'apertura/Opening times: marzo-ottobre/March-October

Contatto/Contact: +39 0473 679 148, www.schnalstal.com, info@schnalstal.it

Distanza/Distance: 10 km

Palestra di roccia Marchegg / Climbing Garten Marchegg

Nei pressi del Maso Marchegg in zona Maso Corto, ca. 2 km dalla stazione a valle delle funivie ghiacciai e dal Lago di Vernago, si trova la nuova palestra di roccia Marchegg.

Indirizzo/Address: 39020 Senales

Orari d'apertura /Opening times: maggio-novembre/May-November

Contatto/Contact: +39 0473 679 148, www.schnalstal.it, info@schnalstal.it

Distanza/Distance: 33 km

Nota/Note: 1 km dopo albergo Gerstgras e circa 2 km prima di Maso Corto girare a destra al Maso Marchegg, dove si trova un parcheggio / 1 km after the hotel Gerstgras e approx. 2 km before your arrived at Maso Corto turn right.

Palestra di roccia Mastaun/Climbing Garden Mastaun

La Falesia di Mastaun si trova nell'omonima valle, la quale è una laterale della Val Senales con inizio a Madonna di Senales. La falesia offre itinerari di media difficoltà. L'arrampicata è spesso su tacche e tecnica.

The climbing garden Mastaun is located in the high valley of the same name near Madonna di Senales in Senalestal Valley. The approx. 70 metre high rock face offers technically challenging routes over several pitches in the middle of an untouched natural landscape.

Indirizzo/Address: Madonna di Senales, 39020 Senales

Orari d'apertura /Opening times: giugno-settembre/Jun-September

Contatto/Contact: +39 0473 679 148, www.schnalstal.it, info@schnalstal.it

Distanza/Distance: 25 km

Nota/Note: Poco adatto alle famiglie. Non adatto a principianti e alla pioggia. / The climbing garden is suitable for experienced climbers.

Parco avventura di Naturno

I bambini possono sperimentare in modo giocoso valori fondamentali come correttezza, pazienza, perseveranza e tolleranza alla frustrazione. Il parco avventura di Naturno offre una vasta scelta di giochi e divertimenti per bambini e giovani, così che anche i genitori possano trovare un po' di tempo per rilassarsi. Il nostro chiosco offre caffè, gelati, popcorn, bevande varie e piccoli spuntini!

Indirizzo/Address: Via Stazione 69 / 39025 Naturno

Orari d'apertura/Opening times: marzo-novembre/march-november / lu-do 10.30-19.00 / mon-sun 10.30a.m.-7p.m.

Contatto/Contact: +39 335 5918085, www.erlebnispark.it, info@erlebnispark.it



Sala d'arrampicata / Hall climbing Martello

Arrampicata in palestra: La nuova sfida nella torre con un'altezza di circa 16 metri, due sistemi autobloccanti e oltre 100 rotte in totale, vi invitiamo tutto l'anno a dimostrare le vostre capacità. Offriamo attraverso la nostra grande facciata in vetro l'arrampicata alla luce del sole. Bouldering: Anche gli amici di bouldering saranno soddisfatti dei nostri vari percorsi con tutti i livelli di difficoltà.

Hall climbing: Our new climbing tower with a height of about 16 meters, two self-belaying systems and more than 100 routes invites you to prove your skills all year round. The large glass façade enables climbing in daylight in the whole climbing area.

Bouldering: Bouldering enthusiasts will enjoy our varied routes in all difficulty levels.

Indirizzo/Address: Trattla, 39020 Martello

Orari d'apertura/Opening times: LUN 18.00-23.00, MER 19.00-23.00, SAB 14.00-19.00 / MON 6.p.m.-11p.m., WED 7p.m.-11p.m., SAT 2p.m.-7p.m.

Ingresso/Entrance fee: adulti da/adults from Euro 10,00, bambini da/children from Euro 5,00

Contatto/Contact: +39 335 70 24 655, www.klettern-martell.com, martell@kletterhalle.it

Nota/Note: Prenotazione necessaria / reservation necessary

Distanza/Distance: 10 km

Ferrata / Climbing garden "Hoachwool"

All'imbocco della Val Senales e di fronte a Castel Juval di Reinhold Messner, si trova una delle più affascinanti vie ferrate dell'Alto Adige. Con una lunghezza di corda di 1400 m e un dislivello di 630 metri, un ponte tibetano posto a 32 metri di altezza sul rio Senales, la via ferrata "Hoachwool" è impegnativa ma accessibile a tutti. 200 anni fa il beneficiario di Parcines raccomandava il "sentiero proibito", che rappresenta una parte della nuova via ferrata, soltanto a coloro che "avevano i piedi ben saldi, i cui occhi non soffrivano di vertigini e le cui ginocchia non tremavano." Oggi la via ferrata si snoda lungo l'antica canalizzazione d'acqua della Val Senales/Naturno, una roggia lunga 10 km chiamata in passato dagli abitanti di Naturno anche "Hoachwool". Oltrepassando le imponenti rocce, godendo di panorami mozzafiato, strutture di gran risalto, come l'Elferplatt (una roccia come meridiana) e la "Stegerfrau", rendono la via ferrata "Hoachwool" unica e speciale. Il Monte Sole con il "Hoachwool" è sempre stato un luogo fiabesco. E risulterà magico anche per tutti coloro che lo vivranno come via ferrata.

The "KNOTT" via ferrata is a practicing rock and thus ideal for families. It is at the rock with the viewing platform from where you can enjoy a fantastic view of the single routes and the climbers. The "KNOTT" via ferrata consists of four routes: one short connecting route, a 20 m long rope bridge and two steep ladders. It offers easy routes, difficult passages, exposed tracks and technical sections and is ideal at any time of the day thanks to the short ascent and descent.

Indirizzo/Address: 39025 Naturno

Contatto/Contact: +39 0473 666 077, www.naturno.it, info@naturno.it

Distanza/Distance: 10 km

Note: In estate fa molto caldo a causa della forte luce solare. È quindi fondamentale iniziare la ferrata molto presto. Solo chi fa almeno 5 pull-up dovrebbe affrontare il "Hoachwool" è il consiglio degli soccorritori alpini. È consigliato una buona attrezzatura e molto da bere.

In summer it is very hot due to the strong sunlight. It is therefore important to start the via ferrata very early. The "Hoachwool" should only be tackled by those who, according to the alpine rescuers, can do at least 5 pull-ups with little effort. Be well prepared and drink plenty of water.

Laces Vegas

Nella palestra di roccia di Laces i principianti ci provano nel settore più semplice "Alpingschichte", mentre coloro che sono già a un livello avanzato tentano il "Laces Vegas". 78 percorsi differenti, listelli, fori, piastre: tutto in gneis compatto. Nel settore "Alpingschichte" i nomi dei percorsi hanno un significato ben preciso. I diversi percorsi devono rispecchiare, in piccolo, le caratteristiche dei grandi percorsi alpini.

At the Laces rock-climbing crag practice wall beginners can try their hand at the easiest climb, the 'Alpingschichte', while the more advanced would prefer the 'Laces Vegas' course. In total, there are 78 different climbs with strips, holes and plates, all positioned on the compact gneiss.

On the "Alpingschichte" course, the names have a specific meaning. The various practice climbs are intended to represent some of the great Alpine mountain climbing courses.

Indirizzo/Address: Monte Sole (mappa / map D2), 39021 Laces

Orari d'apertura/Opening times: marzo-ottobre/March-October

Contatto/Contact: www.latsch-martell.it, info@latsch.it

Ferrata / Climbing ferrata Murmele

La Via Ferrata Marmotta è un punto ideale per allenarsi. La Via Ferrata è stata costruita nel rispetto delle più rigorose norme di sicurezza ed è ideale per principianti. Nelle vicinanze del rifugio Nino Corsi si scala lungo pareti di roccia da terrazza a terrazza in tre sezioni. Difficoltà: Percorso sportivo con difficoltà non troppo difficile per tutta la famiglia. Adatto anche per bambini (da 10 anni in su) con esperienza e con un'apposita sicurezza; Sezione: Sezione I - A/C, Sezione II - B/C, Sezione III - B/C+; Parete: 70 metri di dislivello altitudine; Lunghezza da scalare: 130 m; Percorrenza camminata: dal parcheggio Alta Valle (2076 m) fino all'ingresso della ferrata: ca. 40 minuti, 200 dislivello altim. (2220 m). Uscita dalla ferrata (2290 m), da qui porta un moderato sentiero in ca. 10 minuti al rifugio Nino Corsi (seguire le segnaletiche in pietra);

The "Murmele" via ferrata in Val Martello is a welcome change and ideal for both experts and newcomers. It was built according to the latest directives and findings and is also ideal for newcomers. Situated in the immediate surroundings of Rifugio Nino Corsi, you can climb along the rocks from terrace to terrace in three different sections. Classification: sporty, not too difficult routes for the whole family. Suitable for children with climbing experience from approx. 10 years with additional belaying. Sections: section I - A/C, section II - B/C, section III - B/C+. Climbing wall: 70 meters in altitude. Climbing length: 130 m. Hiking time from the Alta Val Martello parking (2076 m) to the access: approx. 40 minutes, 200 meters in altitude (2220 m). At the exit of the via ferrata (2290 m), you can take a path that comfortably takes you to Rifugio Nino Corsi in approx. 10 minutes with cairns pointing the way.

Indirizzo/Address: Alta Valle/High Valley, Rifugio Nino Corsi (mappa/map J9), 39020 Martello

Contatto/Contact: +39 0473 623 109, www.latsch-martell.it, info@latsch.it

Distanza/Distance: 25 km

Via ferrata Poppele-Knott

La via ferrata Poppele-Knott è una breve via ferrata dove le distanze di sicurezza sono in parte distanti. All'inizio della salita, la salita diventa più difficile con l'aumentare dell'altezza. Alla fine si raggiunge una parete liscia con piccoli gradini. L'ingresso alla via ferrata Poppele-Knott si trova sulla roggia Lacesander accanto all'omonimo "Poppele-Knott", una grande pietra a sinistra, da dove inizia il sentiero della roggia sulla destra. Seguite questo, poi girate un po' più ripidamente a sinistra - e il divertimento dell'arrampicata può cominciare. La via ferrata è possibile anche per bambini di età superiore a 1,20m - ma sempre accompagnando da un adulto.

Easy via ferrata on the Sonnenberg in Laces. The Poppele-Knott via ferrata is a short via ferrata where the safety distances are partly far apart. At the beginning of the climb, the climb becomes more difficult with increasing height. At the end you reach a smooth wall with small steps. You find the entrance to the Poppele-Knott via ferrata at the irrigation channel path Lacesander next to the eponym "Poppele Knott" a big stone to your left where the irrigation channel path begins on the right. Follow this, then turn left a little steeply - and the climbing fun can begin. The via ferrata is also possible for children over 1.20m - but always accompanied by an adult.

Indirizzo/Address: Monte Sole (mappa/map D2), 39021 Laces

Via ferrata d'allenamento e per famiglie "KNOTT" / Climbing garden "Knott"

La ferrata da allenamento e per famiglie "KNOTT" (rupe) si trova sulla roccia su cui è ancorata una piattaforma panoramica. Dalla stessa si può godere di una grandiosa vista in profondità sulle singole vie e sugli scalatori che le percorrono. In totale sulla "KNOTT" si sviluppano quattro vie ferrate, una corta via di collegamento, un ponte sospeso lungo 20 m e due ripide scalette metalliche. Qui ci si può arrampicare e allenarsi a piacere. Semplici percorsi, passaggi difficili, tratti esposti e tecnici. Ad ogni ora del giorno, dato che i tratti di accesso e di discesa sono brevi. La ferrata da allenamento e per famiglie "KNOTT" (rupe) si trova sulla roccia su cui è ancorata una piattaforma panoramica. Dalla stessa si può godere di una grandiosa vista in profondità sulle singole vie e sugli scalatori che le percorrono. In totale sulla "KNOTT" si sviluppano quattro vie ferrate, una corta via di collegamento, un ponte sospeso lungo 20 m e due ripide scalette metalliche. Qui ci si può arrampicare e allenarsi a piacere. Semplici percorsi, passaggi difficili, tratti esposti e tecnici. Ad ogni ora del giorno, dato che i tratti di accesso e di discesa sono brevi.

Indirizzo/Address: Stazione in Monte Funiava Unterstell, Monte Sole/Top station Cable

Car Unterstell, Monte Sole, 39025 Naturno

Orari d'apertura/Opening times: tutto l'anno/all year round

Contatto/Contact: +39 0473 66 84 18, www.unterstell.it, info@unterstell.it

Distanza/Distance: 11,5 km



Klettergarten "Priel" / Ferrata / Climbing ferrata "Priel"

La falesia di Priel non è realizzata su un unico blocco di roccia, ma divisa su variate piccole pareti. La prima parte si trova lungo la valle che dalla zona sportiva si dilunga verso nord. Mentre il settore "Talele" si trova in un'altra piccola valle leggermente nascosta, ad ovest e leggermente più in alto rispetto agli altri settori. Percorrenza camminata fino all'ingresso della ferrata: ca. 10 min., per la ferrata "Talele" ca. 40 min. proseguendo il sentiero n. 14. Grado di difficoltà: 5a-8a

Accesso: Zona sportiva Silandro

La strada entrando nella valle, su una strada forestale e a qualche centinaio di metri dopo il laghetto a sinistra verso la centrale elettrica - o sopra la zona sportiva il sentiero n. 14. La falesia arrampicata viene mantenuto dall'AVS Silandro.

The Priel climbing garden is not a single rock bar, but consists of several smaller walls. The first part with two sectors stretches along the valley, from the sports zone towards the north. The "Talele" sector is a little to the west above the other sectors. Walking time to the entrance: to the first part approx. 10 minutes, to the "Talele" via hiking trail no. 14 approx. 40 minutes. Difficulty level: 5a-8a

Access: Sportzone Silandro

Follow the road in the valley, turn left on a forest road and a few hundred meters after the fishpond turn left to the electricity plant - or follow the hiking trail 14 above the sports zone. The climbing "Priel" is maintained by AVS Silandro.

Indirizzo/Address: Via Lido, 39028 Silandro

Klettergarten "Nesselwand" / Ferrata / Climbing ferrata "Nesselwand"

Questa falesia, unica nel suo genere, offre un'arrampicata sul famoso marmo di Lasa. La falesia attira una moltitudine di arrampicatori per le sue vie di resistenza e tecnica, su placche con tacche e prese svase, ed affascina soprattutto per il suo ambiente alpino. La roccia è ancora leggermente friabile in qualche punto (attenzione alla caduta sassi per chi assicura). Percorrenza camminata fino all'ingresso della ferrata: ca. 1 ora, grado di difficoltà: 4-8a
contatto: Lasa@alpenverein.it, www.Lasa.alpenverein.it

Accesso: Valle di Lasa

Dal paese prendendo il sentiero n. 5, oppure in macchina insù fino al „Bremberg“ e da lì un pò in giù il sentiero n. 5A - n. 5 per la Valle di Lasa, avanti su una strada forestale fino ad un tornante verso destra. Presso un cavo d'acciaio, che attraversa il fiume, bisognerà cercare in su un passaggio per attraversare il fiume. Alla destra del cavo d'acciaio seguire un sentiero fino ad un corridoio nel bosco.

This unique area offers climbing on the famous Lasa marble. The wall attracts with a variety of very beautiful routes that offer technically demanding endurance and slab climbing on ledges and hangers. The rock is somewhat brittle in places (beware of falling rocks when belaying). Best time to climb: from May to September, walking time to the entrance approx. 1 hour, difficulty level: 4 - 8a.
Contact: www.Lasa.alpenverein.it, Lasa@alpenverein.it

Access: Lasa Valley

From the village, take the trail no. 5, or take the car up to the Bremberg and from here just below the trail no. 5A - no. 5 into the Lasa valley, continue on a forest road to a right turn. By a wire rope, which leads over the brook, one can look for a place to cross the brook. To the right, follow a path leading up to a forest slab from the wire rope.

Indirizzo/Address: Parnetz, 39023 Lasa

Ferrata / Climbing ferrata "Allitz"

La piccola ma bella falesia di Alliz si trova un po' nascosta nel bosco ed è ideale per i principianti e le famiglie. Le vie, non molto lunghe e chiodate molto bene, si prestano perfettamente a chi volesse scalare i suoi primi tiri da primo di cordata. Inoltre ci sono anche vie un pò più dure. Miglior tempo di arrampicata: marzo-giugno e settembre-novembre. Percorrenza camminata fino all'ingresso della ferrata ca. 4 min. Grado di difficoltà: 5a-8a
contatto: Lasa@alpenverein.it, www.Lasa.alpenverein.it

accesso: Dal parcheggio seguire la forestale per alcuni minuti. Poi imboccare un sentiero sulla destra che porta alla falesia.

The small, but lovingly furnished climbing garden in Allitz is somewhat hidden in a forest and is especially recommended for beginners and families. Here you will find numerous opportunities for your first attempts at lead climbing. There are also some more difficult routes. Best climbing time: March to June and September to November, walking time to the entrance approx. 4 minutes, difficulty level: 4 - 6c+.
Contact: Lasa.alpenverein.it, Lasa@alpenverein.it

Access: A forest road starts from the car park, which you follow for a few minutes on foot. Then turn right onto a path that leads to the climbing garden.

Indirizzo/Address: Alliz, 39023 Alliz (Lasa)

Parete boulder / boulder wall

Gli appassionati di boulder troveranno una parete attrezzata anche all'aperto nella piscina di Silandro. Grande 150 m2 e alta 4,5 metri.
Bouldering fans will enjoy the boulder wall in the Silandro outdoor pool area. Here climbers will find an outdoor bouldering wall with a beachy feeling. The wall is 150 m2 and is 4.5 meters high.

Indirizzo/Address: Via Lido, 39028 Silandro

Orari d'apertura/Opening times: giugno-agosto 10.00-20.00 / june-august 10 a.m.-8 p.m.

Nota/Note: La parete boulder si trova nella piscina all'aperto di Silandro / The bouldering wall is located in the open air swimming pool Silandro

B

BOWLING

Trattla

Indirizzo/Address: Area Ricreativa Trattla/Leisure facility Trattla, 39020 Martello

Orari d'apertura/Opening times: MAR-DOM 09.30-24.00/TUE-SUN 9.30 a.m.-12 p.m.

Contatto/Contact: +39 334 30 22 002, bar.trattla@gmail.com

Distanza/Distance: 10km

Nota/Note: prenotazione obbligatorio/reservation required

Hotel Vermoi

Indirizzo/Address: Via Nazionale 4, 39021 Laces

Contatto/Contact: +39 0473 62 32 17, info@hotelvermoi.com

Nota/Note: prenotazione obbligatorio/reservation required

Kegelbahn Naturno

Indirizzo/Address: Via Municipio 1, 39025 Naturno

Contatto/Contact: +39 0473 67 13 11

Distanza/Distance: 12 km

Kegelbar Silandro

Indirizzo/Address: Via Andreas Hofer 11, 39028 Silandro

Orari d'apertura/Opening times: LUN-SAB 17.00-01.00/MON-SAT 5 p.m.-1 a.m.

Contatto/Contact: +39 347 23 47 396

Nota/Note: prenotazione obbligatorio/reservation required



C

CAVALCARE / HORSE RIDING

Innerkoflhof

Indirizzo/Address: Maso Corto, 39020 Senales
 Orari d'apertura/Opening times: Giugno-Ottobre 14.00-17.00/June-October 2 p.m. - 5 p.m.
 Contatto/Contact: +39 340 85 27 476
 Distanza/Distance: 33 km

Rona Ranch Martello

Indirizzo/Address: Ganda 39, 39020 Martello
 Contatto/Contact: +39 0473 744 528, www.martellerhof.com, info@martellerhof.com

Siglgut Tarres

Indirizzo/Address: Brunnenweg 20, 39021 Tarres
 Contatto/Contact: +39 347 60 82 777, www.siglgut.it, info@siglgut.it

M

MINIGOLF

Area Ricreativa Trattla / Leisure facility Trattla

Indirizzo/Address: Trattla, 39020 Martello
 Orari d'apertura/Opening times: MAR-DOM 09.30-18.00/TUE-SUN 9.30 a.m.-6 p.m.
 Contatto/Contact: +39 334 30 22 002, bar.trattla@gmail.com
 Distanza/Distance: 10 km

Freizeitbar Silandro

Indirizzo/Address: Via Lido 12, 39028 Silandro
 Orari d'apertura/Opening times: LUN 13.00-01.00, MAR-DOM 09.00-01.00/MON 13 p.m.-1 a.m., TUE-SUN 9 a.m.-1 a.m.
 Contatto/Contact: +39 0473 621 322, www.freizeitbar.com
 Distanza/Distance: 7 km

Zona Sportiva Naturno / Sport area Naturno

Indirizzo/Address: Via Stazione 67, 39025 Naturno
 Orari d'apertura/Opening times: aprile+ottobre 10.00-18.00,maggio,giugno,settembre 10.00-20.00, luglio+agosto 10.00-22.00/ April + October 10 a.m.-6 p.m, May,June,September 10 a.m.-8 p.m., July+August 10 a.m.-10 p.m.
 Contatto/Contact: +39 340 15 91 553, www.ssvnaturno.it/minigolf, zischg.josef@bahngolf.it
 Distanza/Distance: 13 km
 Nota/Note: Da metà giugno all'inizio settembre non c'è giorno di riposo/From mid June to September no day off

Montagna d'avventura Watles / The adventure mountain Watles

"Nelle immediate vicinanze della stazione a monte della seggiovia si trova un parco giochi particolarmente amato dai bambini, un nuovo lago dei giochi li aspetta con innumerevoli attrazioni e nel vicino impianto di tiro con l'arco 3D gli appassionati di questo sport possono dare dimostrazione delle proprie capacità in un grande percorso. I rifugi e le malghe del Watles, vero paradiso per escursionisti, costellano una fitta rete di sentieri e le loro ampie terrazze soleggiate sono l'ideale per gli escursionisti più stanchi, che qui possono farsi coccolare dal sole. Next to the chairlift mountain station is a large playground for children, with the new Spielesee adventure lake awaiting them with countless other attractions, such as the 3D archery facility for bow and arrow enthusiasts. The shelters and huts in the true hikers' paradise of Watles are not only part of a dense network of paths, they also offer the opportunity to rest at one of many sunny terraces, ideal spots for tired hikers."
 Indirizzo/Address: Watles (stazione in valle seggiovia/valley station chair lift), 39024 Pramajur
 Orari d'apertura/Opening times: seggiovia: giugno-fine ottobre 08.30-12.30 + 13.15-16.30 (luglio+settembre orario continuato dalle 08.30-17.00)Chair lift: June-October 8.30 a.m.-12.30 a.m. + 1.15 p.m.-4.30 p.m. (July + September uninterrupted opening hours 8.30 a.m.-5 p.m.)
 Ingresso/Entrance fee: vedi/see homepage
 Contatto/Contact: +39 345 76 70 255, www.watles.net, info@watles.net
 Distanza/Distance: 40 km

P

PARAPENDIO / PARAGLIDING

Tandemclub Ifinger

Provate la sensazione unica di planare con il parapendio sopra il bellissimo paesaggio della Val Passiria e godetevi l'eccezionale vista della natura dall'alto. Experience the age-old dream of mankind, the dream of flying in its simplest ways. Sliding along the blue sky is a marvelous experience.
 Indirizzo/Address: Via Passiria 2 (Stazione in Valle Finivia/valley station Cable Car Hirzer), 39010 Saltusio
 Ingresso/Entrance fee: vedi/see homepage
 Contatto/Contact: +39 339 76 31 715, www.tandemclub.it, info@tandemclub.it
 Distanza/Distance: 37 km



PARCO ALTA FUNE / HIGH ROPE GARDEN**Ötzi Rope-Park**

Sfida e divertimento per tutte le età vi aspettano al parco avventura in Val Senales. Immerso in uno splendido ambiente naturale il parco avventura è adatto a tutta la famiglia. Challenge and fun for both young and old is promised by the high rope garden - Ötzi Rope Park at Lake Vernago/Vernagt. Situated in a beautiful natural landscape and above an imposing gorge was built a high rope course with several show jumping courses, a giant swing and a flying fox. The little ones can make their first experiences in infants obstacle course (2 years).

Indirizzo/Address: Vernago al Lago, 39020 Senales

Orari d'apertura/Opening times: maggio-ottobre 10.00-17.00/May-October 10 a.m.-5 p.m.

Ingresso/Entrance fee: vedi/see homepage

Contatto/Contact: +39 391 77 21 479, www.hochseilgarten.bz, info@hochseilgarten.bz

Distanza/Distance: 30 km

Parco alta fune / High Ropes Cours Alliz

Una vera avventura per grandi e piccini è il Parco alta fune Lasa, nel cuore del bosco di larici "Litzer Waldele". La struttura si divide in 10 percorsi con 100 piattaforme a diverse altezze e gradi di difficoltà. Nuova attrazione: Parcour da vista con 16 piattaforme.

A real natural experience for young and old is the High Ropes Course Lasa in the Litzer Waldele forest. The complex has 10 courses with 100 platforms at different heights and skill levels. New attraction: Vista parcour with 16 platforms

Indirizzo/Address: Via Alliz, 39023 Allitz (Lasa)

Orari d'apertura/Opening times: vedi/see homepage

Ingresso/Entrance fee: vedi/see homepage

Contatto/Contact: +39 380 42 06 729, www.hochseilgarten-laas.it, info@bergerlebnisse.com

Distanza/Distance: 15 km

PESCARRE / FISHING**Laghetto di pesca / Fishing pond Coldrano**

Indirizzo/Address: Via Weiher 6, 39021 Coldrano

Contatto/Contact: +39 327 84 10 950, koppmannmeinrad@yahoo.de

Distanza/Distance: 3 km

Laghetto di pesca / Fishing pond Corzes-Covelano

Indirizzo/Address: Via Brugg 10, 39028 Covelano (Silandro)

Orari d'apertura/Opening times: aprile-ottobre giornaliero 09.00-19.00/April-October daily 9 a.m.-7 p.m.

Contatto/Contact: +39 340 7015294, martin.schatzer1984@gmail.com

Distanza/Distance: 14 km

Area Ricreativa Trattla / Leisure facility Trattla

Indirizzo/Address: Trattla, 39020 Martello

Orari d'apertura/Opening times: MAR-DOM 09.30-18.00/TUE-SUN 9.30 a.m.-6 p.m.

Contatto/Contact: +39 334 30 22 002, bar.trattla@gmail.com

Distanza/Distance: 10 km

Laghetto di pesca / Fishing pond Morter

Indirizzo/Address: Via Plima (Mappa/Map B5), 39021 Morter

Distanza/Distance: 6 km

Laghetto di pesca / Fishing pond Stava

Indirizzo/Address: 39025 Stava (Naturno)

Orari d'apertura/Opening times: SAB+DOM 08.00-20.00/SAT-SUN 8 a.m.-8 p.m.

Contatto/Contact: +39 339 56 10 024

Distanza/Distance: 10 km

PISCINA E SAUNA / SWIMMING POOL AND SAUNA**AquaForum Laces**

Da un lato divertimento per tutta la famiglia in un bagno vario e adatto alle famiglie, ma anche il ristabilimento e il riposo in una sauna esclusiva d'altra partediventa realtà nell'AquaForum a Laces. La piscina olimpionica di 25 metri ha un sacco di spazio per nuotare indisturbati, sia per i principianti e nuotatori esperti. Inoltre, nella zona dei bambini le attrazioni d'acqua sono in centro, mentre i bambini più grandi possono divertirsi sui 50 m scivolo a tubo con effetti di luce. Ma non è tutto: i cercatori di relax trovano la piscina salina (piscina con acqua salata) con massaggio subacqueo e bolle d'aria all'aperto, mentre altri possono riposare comodamente nella grande vasca idromassaggio e sulle lettini con vista panoramica. Nei giorni caldi del grande prato all'aperto inviterà a prendere il sole e a nuotare. Per la preparazione e la doratura in primavera e in autunno ci sono al riparo dal vento un sacco di sedie e lettini.

The 25-metre athletic pool in the AquaForum offers plenty of room for undisturbed swimming and play for beginners and experienced swimmers alike. The nearby children's pool area focuses on water and water attractions, while somewhat larger swimmers can have fun on the 50m tube slide with light effects. And if that's not enough, those seeking relaxation will find it in the saline pools with underwater massages or on the hydromassage bench under the open sky, while others can pleasantly unwind in the spacious whirlpool or on the many relaxing lounges with panorama views.

Indirizzo/Address: Via Mercato 48, 39021 Laces

Orari d'apertura/Opening times: vedi/see homepage

Ferie/Holidays: 05.06-16.06.2023

Ingresso/Entrance fee: siehe Homepage

Contatto/Contact: +39 0473 623 560, www.aquaforum.it, info@aquaforum.it

TIPOLOGIA DI TARIFFE / TARIFF	TARIFFA / TARIFF	BAMBINI / CHILDREN	ADULTI / ADULTS
giornaliero piscina / day ticket swimming pool	A B	Euro 5,70 Euro 6,40	Euro 11,30 Euro 12,80
giornaliero sauna / day ticket sauna	A B	Euro 9,50 Euro 10,30	Euro 19,00 Euro 20,50
giornaliero sauna e piscina / day ticket swimming pool and sauna	A B	Euro 11,40 Euro 12,10	Euro 22,70 Euro 24,20

Soggetto a modifiche senza preavviso / Subject to change without notice

A = Prezzi giorni feriali / prices weekdays; B = Prezzi sabato, domenica e festivi / prices Saturday, Sunday and public holidays;

Piscina aperta Schlums

Da giugno a inizio settembre la zona sportiva Schlums di Castelbello/Ciardes offre puro divertimento estivo e sportivo per tutti con una piscina riscaldata, uno scivolo di 80 metri con piscina per bambini, un campo di beach-volley, un campo da tennis e uno skatepark. Lo skatepark, il campo di beach-volley e il campetto di calcio diventano il regno dei giovani campioni sportivi. Questa piscina per famiglie è raggiungibile anche con i mezzi pubblici, autobus e ferrovia della Val Venosta

Indirizzo/Address: Via Lint, 39020 Castelbello

Orari d'apertura/Opening times: Giugno-Settembre 10.00-19.00/June-September 10 a.m.-7 p.m.

Contatto/Contact: +39 0473 523 670, +39 339 52 43 942

Distanza/Distance: 6 km

Acquavventura di Naturno / Naturno's swimming pool complex

Voglia di avventura, divertimento e relax? Una visita al parco acquatico di Naturno, in Alto Adige, è come vivere una vacanza di sole, spiaggia e molto altro:

- immersioni nell'acqua rigenerante della piscina all'aperto,
 - divertimento assicurato, nella piscina coperta, con le sue diverse attrazioni,
 - perfetta forma fisica dopo una visita all'ampio reparto sauna
- Outdoor pool, indoor pool, sauna and restaurant, all of this awaits visitors in Naturno's swimming pool complex:

- Immerse yourself in the refreshing water of the outdoor swimming pool

- have lots of fun in the indoor pool with its many attractions

- feel really healthy after a visit to the spacious sauna area.

Indirizzo/Address: Via dei Campi 5, 39025 Naturno

Orari d'apertura/Opening times: vedi/see homepage

Ingresso/Entrance fee: vedi/see homepage

Contatto/Contact: +39 0473 668 036, www.erlebnisbad.it, info@erlebnisbad.it

Distanza/Distance: 13 km



SportForum Laces

Il fiore all'occhiello dello SportForum Laces è la pista di tarta lunga 400 metri. Atleti di atletica leggera trovano condizioni di allenamento ideali per tutte le discipline, ma anche i calciatori possono allenarsi tutto l'aul campo in erba sintetica a sul campo in erba naturale nello stadio. Inoltre vi aspetta una palestra ben attrezzata per l'allenamento cin i pesi. The centerpiece of the SportForum in Laces is its 400-metre running track. Here, track and field athletes will find ideal training conditions for all disciplines, but footballers too will enjoy making use of the artificial turf pitch, open year round, as well as the natural grass pitch in the stadium. The fitness room is well equipped for targeted weight training. The canopied stands hold seating for 500; the standing room area across the pitch holds an additional 400 spectators.

Indirizzo/Address: Via Mercato 48, 39021 Laces

Orari d'apertura/Opening times: giornaliero 07.30-22.30/daily 7.30 a.m.-22.30 p.m.

Ingresso/Entrance fee: prezzo giornaliero/day price Euro 2,50

Contatto/Contact: +39 0473 623 560, www.vivalatsch.it, info@sportforum.it

Piscina aperta Silandro / open air swimming pool Silandro

Gli amanti del sole e dell' acqua possono rallegrarsi. Ogni giorno dalle ore 10:00 fino alle ore 20:00 è garantito il divertimento in acqua. La piscina grande sportiva, la piscina dei bambini, lo scivolo, il trampolino, il campo da beach volley e la parete per arrampicarsi, tutto questo sarà a vostra disposizione. Per pranzo il nostro bar offrirà anche quest' anno ogni giorno piccole delizie e snack.

Outdoor Pool Silandro/Silandro On hot summer days, a dip in the cool water is an absolute must! Bouldering fans will enjoy the boulder wall in the Silandro outdoor pool area. Here climbers will find an outdoor bouldering wall with a beachy feeling. The wall is 150 m2 and is 4.5 meters high.

Indirizzo/Address: Via Lido, 39028 Silandro

Orari d'apertura/Opening times: giugno-agosto 10.00-20.00 / June-August 10 a.m.-8 p.m.

Contatto/Contact: www.schlanders.it

Piscina aperta Lasa / open air swimming pool Lasa

Nella Piscina a Lasa avrete la possibilità di piacevoli nuotate, di prendere il sole nell'ampio giardino e rilassarvi con una bibita fresca al bar.

The outdoor swimming pool in Lasa offers families plenty of room to romp and swim, the spacious lawns invite you to relax, and the pool bar provides guests with refreshing beverages.

Indirizzo/Address: Zona sportiva, 39023 Lasa

Orari d'apertura/Opening times: giugno-agosto 10.00-19.00 / June-August 10 a.m.-7 p.m.

Contatto/Contact: +39 340 80 26 058

PISTE DA CORSA / RUNNING TRACKS

CORSA PANORAMICA COLDRANO / COLDRANO PANORAMA RUN

Start: Poppele-Knott
(Via Tiss, 39021 Coldrano)
Durata/Hiking time: 01:00 h
Distanza/Length: 6,7 km

Panorama/Landscape: 
Difficoltà/Difficulty: 

Una bellezza paesaggistica tra i percorsi di corsa lungo il sentiero panoramico di Coldrano. Dopo aver superato la prima salita impegnativa da Tiss ai Piani di Annenberg, il sentiero serpeggia lungo il pendio soleggiato fino a Coldrano, offrendo viste stupende sempre nuove sulla valle e sui dintorni. Tratto facile per ritornare al punto di partenza al „Poppele Knott“. A scenic highlight among the running tracks along the Coldrano Panorama Tour. After the first demanding ascent from Tiss to Piani di Annenberg the path winds its way along the sunny slope until Coldrano in many curves that again and again offer fantastic views of the valley and the surroundings. From Coldrano, a leisurely run takes you back to your starting point at the so-called „Poppele Knott“. Underground: gravel, asphalt, forest soil.

SENTIERO DEL CACCIATORE / HUNTER'S PATH TURN

Start: SportForum Laces
(Via Mercato 48, 39021 Laces)
Durata/Hiking time: 01:00 h
Distanza/Length: 7,7 km

Panorama/Landscape: 
Difficoltà/Difficulty: 

Percorso impegnativo e piuttosto lungo di quasi 8 km per i boschi al sud di Laces. Salite interessanti, ma difficili e discese su terreno parzialmente instabile richiedono molto impegno, una buona condizione, tecnica e capacità di coordinazione. La „ricompensa“ è un fantastico trail piano lungo il sentiero della roggia Raminivaal con figure artistiche. Terreno: Ghiaia, terreno a bosco, asfalto.

Demanding and rather long tour of almost 8km through in the south of Laces. Delightful, even though difficult ascents and descents with partially unsteady underground challenge every runner and require stamina, technique and coordination skills. The "reward" is a flat, marvelous and artistically designed path along the Raminivaal irrigation channel. Underground: gravel, forest soil, asphalt.

SENTIERO DELLA ROGGIA LACESANDER / LACESANDER IRRIGATION CHANNEL PATH

Start: Sentiero della roggia Lacesander
Distanza/Length: 6,1 km

Panorama/Landscape: 
Difficoltà/Difficulty: 

Percorso spettacolare e variegato lungo il sentiero della roggia Lacesander, prevalentemente all'ombra degli alberi. Puro divertimento corsa da Laces a Castelbello. A volte un po' stretto. In caso di molti escursionisti vi consigliamo di scegliere la variante sull'altro lato dell'Adige per ritornare a Laces (variante Maregno). Terreno: ghiaia, terreno a bosco, ponti di legno.

Spectacular and varied track along the Lacesander irrigation channel, mostly in the shade of trees. Pure running pleasure from Laces to Castelbello. The path is a bit narrow sometimes. If there are many walkers and hikers, we thus recommend you to take the proposed variant on the other side of the Adige river to return to Laces (Maregno variant). Underground: gravel, forest soil, wooden bridges.

SENTIERO DELLA ROGGIA MORTER / MORTER IRRIGATION CHANNEL PATH TOUR

Start: Bierkeller Laces
(Via Valtneid 2, 39021 Laces)
Durata/Hiking time: 01:30 h
Distanza/Length: 7,1 km

Panorama/Landscape: 
Difficoltà/Difficulty: 

Bellissimo percorso al sud di Morter che non lascia a desiderare. Tratti piani si alternano con salite moderate e sono completati da fantastici sentieri lungo i sentieri della roggia Neuwaal e Rautwaal. Chi invece desidera allungare questo percorso di 7km, può scegliere la variante variegata di 12 km che passa per le Rovine di Castel Montani di Sopra e di Sotto. Terreno: Ghiaia, terreno a bosco, asfalto.

Beautifully scenic running track in the south of Morter that leaves nothing to be desired. Flat passages alternate with moderate ascents and fantastic paths along the Neuwaal and Rautwaal irrigation channels. And if you think that this 7-km long tour is too short for you, you can take the variant passing by the Montani castle ruins to extend it to a varied, almost 12-km long run. Underground: gravel, forest soil, asphalt.



R

RAFTING & CANYONING

Acquaterra Outdoor Activities

Negli ultimi anni il rafting, canyoning, hydrospeed, kajak e canoa sono diventate discipline molto popolari. Se il superamento di un torrente di montagna fino a pochi anni era riservato solo a persone spericolate in cerca di emozioni forti, oggi giorno, grazie allo straordinario sviluppo tecnico dell'equipaggiamento, questa disciplina può essere praticata anche da gente "comune".

Rafting, canyoning, hydro-speed, as well as kajaking and canoeing have turned into popular sports for both the young and old. Until a few years ago, white-water rafting was still something for adventure freaks; however, in the meantime, things have developed and almost everyone can take a plunge with a qualified guide.

Indirizzo/Address: Via della Rena 2, 39020 Ciardes

Orari d'apertura/Opening times: Aprile-Ottobre LUN-DOM 09.00-19.30/April-October 9 a.m.-7.30 p.m.

Ingresso/Entrance fee: vedi/see homepage

Contatto/Contact: +39 336 61 13 36, www.acquaterra.it, info@acquaterra.it

Distanza/Distance: 5 km

Rafting Adventure Alto Adige

Indirizzo/Address: Via Saring 31, 39020 Rablà

Orari d'apertura/Opening times: aprile-ottobre MAR-DOM 10.00-17.00/April-October TUE-SUN 10 a.m.-5 p.m.

Ingresso/Entrance fee: vedi/see homepage

Contatto/Contact: +39 346 60 70 641, www.adventure-suedtirol.com,

info@adventure-suedtirol.com

Distanza/Distance: 19 km

RUNNING E ALLENAMENTI / RUNNING AND TRAINING

Laces offre numerose possibilità per dedicarsi alla corsa e all'allenamento ed è molto frequentata sia dai residenti che dagli atleti internazionali. Con lo SportForum, l'IceForum e l'AquaForum oltre a numerosi itinerari per training all'aperto, Laces e Martello sono la destinazione ideale per chi pratica la corsa e sono divenuti una delle regioni per il running più apprezzate. Da inizio marzo a fine novembre questa regione offre innumerevoli possibilità per l'allenamento outdoor. Il campo da corsa e quello in erba artificiale dello SportForum sono accessibili tutto l'anno mentre l'IceForum è aperto anche in estate in caso di maltempo. Laces propone anche numerosi itinerari di running: accanto ai percorsi lunghi e pianeggianti si trovano anche tracciati più ripidi. Anche per l'allenamento in quota Laces offre quanto di meglio. E dopo una giornata di attività outdoor ci si rilassa nell'AquaForum facendo il pieno di energia.

The sport village of Laces/Laces is a popular destination for running and training, appreciated by locals as well as international athletes. With the SportForum, the IceForum and the AquaForum, as well as the numerous outdoor training routes, Laces and Val Martello offer ideal conditions for running and thus has developed to the top running region. From the beginning of March to the end of November, diverse outdoor training opportunities present themselves, the running track and artificial lawn area of the SportForum can be used all year round and the Ice Forum can also be used in the summer when the weather is bad. Laces is also popular for its varied running routes: Long, flat running routes as well as paths in more steep terrain can be found here. The village also offers ideal conditions for the high altitude training. After an active day on the running trail, the AquaForum offers an ideal balance to relax and regenerate after the training.

T

TENNIS

Area Ricreativa Trattla / Leisure facility Trattla

Indirizzo/Address: Trattla, 39020 Martello

Orari d'apertura/Opening times: aprile-ottobre MAR-DOM 09.30-18.00/April-October TUE-SUN 9.30 a.m.-6 p.m.

Contatto/Contact: +39 334 30 22 002, bar.trattla@gmail.com

Distanza/Distance: 10 km

Nota/Note: prenotazione del campo obbligatorio/reservation playing field required

Tennis Castelbello

Indirizzo/Address: Via Lint 1, 39020 Castelbello

Orari d'apertura/Opening times: Giugno-Settembre/ June-September

Contatto/Contact: +39 0473 52 36 70, +39 339 52 43 942

Distanza/Distance: 6 km

Tenniscamp Naturno

Indirizzo/Address: Via Gustav-Flora 29, 39025 Naturno

Orari d'apertura/Opening times: LUN-SAB 08.00-00.30, Domenica giorno di riposo/ MON-SAT 8 a.m.-12 p.m., Sunday day off

Contatto/Contact: +39 0473 66 80 94, www.tenniscamp-naturns.com, info@tenniscamp-naturns.com

Distanza/Distance: 23 km

Nota/Note: prenotazione del campo obbligatorio/reservation playing field required

Tennis Laces

Indirizzo/Address: Via Mercato 48, SportForum, 39021 Laces

Orari d'apertura/Opening times: giornaliero/daily

Contatto/Contact: +39 0473 623 109, www.latsch-martell.it, info@latsch.it

Nota/Note: prenotazione del campo obbligatorio/reservation playing field required

Tennis Silandro

Indirizzo/Address: Via Piscina 12, 39028 Silandro

Orari d'apertura/Opening times: marzo-novembre LUN 13.00-01.00, MAR-DOM 09.00-01.00/march-november, MON 13 p.m.-1 a.m., TUE-SUN 9 a.m.-1 a.m.

Contatto/Contact: +39 0473 621 322, www.freizeitbar.com

Distanza/Distance: 7 km

Nota/Note: prenotazione del campo obbligatorio/reservation playing field required



TIRO CON L'ARCO / ARCHERY**Schlegl & Almrausch - L'impianto di tiro con l'arco / Archery course**

Situato a 1.000 m nel cuore della soleggiata Val Venosta, l'impianto di tiro con l'arco Schlegl è facilmente raggiungibile dal paese di Laces. Si segue la strada che sale a Tarres e si prosegue fino alla stazione dell'impianto di risalita. La struttura con le sue 28 postazioni secondo gli standard IFAA si trova subito dietro il centro di tiro con l'arco ed è adatta a tutti i livelli. L'impianto in quota Almrausch con le sue 28 postazioni secondo gli standard IFAA è facilmente raggiungibile dal centro di tiro con l'arco con la seggiovia. Situato a 2.000 m di altitudine, questo impianto aperto da metà maggio a fine ottobre. 200 m sopra la struttura si trova il ristorante in monte e la malga di Tarres dove ci si può concedere una pausa e mangiare qualcosa. L'impianto è disposto in semicerchio nel bosco fino alla malga di Tarres. Le postazioni di tiro si trovano in aree aperte mentre i bersagli sono circondati dal bosco.

The Schlegl archery course is situated at 1,000 m in the heart of the very sunny Venosta Valley and can easily be reached from the village of Laces/Laces. You follow the mountain road over Tarres/Tarres up to the cable car station. Immediately behind the Archery Center is the entry to the Schlegl course with 28 shooting positions set in accordance with IFAA. There are options for each level. The high-alpine Almrausch course with 28 aims set in accordance with the IFAA can be reached easily from the Archery Center by chair lift. It is situated at 2,000 meters and offers the archer a breathtaking view of the valleys and mountains of the Venosta Valley.

We named our course Almrausch, as the Tarreser Alm Alpine pasture is located 200 meters above the alpine pasture lounge which, as rest station, also invites to stay for a while. The course stretches out through the forest up to the Tarreser Alm Alpine pasture on a semi-circle. The shooting positions are on open terrain and the aims are in the woods.

Indirizzo/Address: Via Molino di Sopra 40 (Stazione in Valle Seggiovia / Valley station chair lift malga di Tarres), 39021 Tarres

Orari d'apertura/Opening times: 01.04.-31.05. MER-DOM 10.00-18.00/WED-SUN 10 a.m.-6 p.m./01.06.-31.10. MAR-DOM 10.00-18.00/TUE-SUN 10 a.m.-6 p.m.

Ingresso/Entrance fee: adulti da/Adults from Euro 12,00, bambini da/Children from Euro 8,00, famiglia da/Family from Euro 30,00

Contatto/Contact: +39 335 73 61 041, www.bogensport-suedtirol.com, info.bogensportalpen@gmail.com

Distanza/Distance: 6 km

Nota/Note: Orari d'apertura del impianto Almrausch dipende del tempo. / Opening hours from the Almrausch course weather dependet.

3D Arco parcours Val Senales

3D Arco parcours Moarhof a Monte Monte Santa Caterina/Val Senales. Sentite lo spirito dei nostri antenati, con archi e frecce! Presso il Moarhof a Monte Santa Caterina in Val Senales ci si può cimentare nel percorso di caccia con 20 sagometri dimensionali. Tutti i bersagli (che riproducono animali veri) sono disposti nel bosco, e quindi in situazioni di caccia, dove giovani ed anziani possono seguire il loro "istinto di caccia".

Indirizzo/Address: Monte Santa Caterina 54, 39020 Monte Santa Caterina (Val Senales)

Orari d'apertura/Opening times: LUN-SAB 09.00-17.00 Prenotazione necessaria, domenica chiuso / MON-SAT 9 a.m.-5 p.m., reservation necessary, closed on Sunday

Ingresso/Entrance fee: Carta famiglia Euro 25,00 (2 adulti + max. 4 bambini) Adulti Euro 10,00, bambini fino 14 anni Euro 6,00, attrezzatura noleggio Euro 5,00/Family Ticket Euro 25,00 (2 adults + max. 4 children) adults Euro 10,00, children until 14 years Euro 6,00, rental equipment

Contatto/Contact: +39 0473 679 221, +39 333 49 59 213, www.moarhof-schnalstal.com, info@moar-hof.info

Distanza/Distance: 20 km



HOCHSEILGARTEN SCHNALS ÖTZI ROPE-PARK

Spaß und Abenteuer für Groß und Klein.

ZIPLINEPARCOURS

1100 m Gesamtlänge

RIESENSCHAUKEL

40 m Durchmesser

13 KLETTERPARCOURS

in verschiedenen Schwierigkeiten



geöffnet vom 1. Mai bis 5. November

+39 391 77 21 479

info@hochseilgarten.bz – www.hochseilgarten.bz

Find us on





Impianti di risalita

Mountain railways

I moderni e confortevoli impianti di risalita vi permettono di raggiungere in pochi minuti l'alta montagna, godendo di una vista senza eguali e potendo ampliare le possibilità delle vostre escursioni a piedi oppure con mountain bike.

The comfortable, modern cable cars and lifts take passengers to the mountaintops in just a few short minutes. Take advantage of the easy ascent and enjoy the unrivalled beauty of the views. At the top, Alpine farms and mountain huts serve local specialities to delight your other senses too.

FUNIVIE / CABLE CARS

ASCHBACH

Indirizzo/Address: Via Saring 36, 39020 Rablà
Contatto/Contact: +39 0473 967 198, www.aschbach.it, seilbahn.aschbach@gmail.com
Salita/Ascent ↑: Euro 9,00
Discesa/Descent ↓: Euro 9,00
Andata e ritorno/Round trip ↑ ↓: Euro 12,50
Trasporto/Transport MTB: Euro 5,00

Orari d'apertura/Opening times:
 aperta tutto l'anno / all year round
 08.00-12.00 + 13.00-19.00
 8a.m.-12a.m. + 1p.m.-7p.m.

FALZEBEN

Indirizzo/Address: Via Falzeben, 39010 Avelengo
Contatto/Contact: +39 0473 234 821, www.meran2000.com, info@meran2000.com
Salita/Ascent ↑: Euro 12,50
Discesa/Descent ↓: Euro 12,50
Andata e ritorno/Round trip ↑ ↓: Euro 17,50
Trasporto/Transport MTB: Euro 4,00

Orari d'apertura/Opening times:
 Aprile-novembre/april-november
 29.04-23.06.2023 09.00-17.00/
 9a.m., -5p.m. 24.06-24.09.2023
 08.30-17.30/8.30a.m.-5.30p.m.
 25.09-12.11.2023 09.00-17.00/
 9a.m.-5p.m.

HIRZER

Indirizzo/Address: Via Passiria 2, 39010 Salsusio
Contatto/Contact: +39 0473 645 498, www.hirzer.info, seilbahn.hirzer@rolmail.net
Salita/Ascent ↑: Euro 13,00
Discesa/Descent ↓: Euro 13,00
Andata e ritorno/Round trip ↑ ↓: Euro 19,00

Orari d'apertura/Opening times:
 01.04-05.11.2023
 08.30-17.30 / 8.30a.m.-5.30p.m.
 15.06-15.10.2023
 08.30-18.30/8.30a.m.-6.30p.m.

HOCHMUTH

Indirizzo/Address: Via Aslago 64, 39019 Tirolo
Contatto/Contact: +39 0473 923 480, +39 335 61 60 260, www.seilbahn-hochmut.it, info@seilbahn-hochmut.it
Salita/Ascent ↑: Euro 8,00
Discesa/Descent ↓: Euro 8,00
Andata e ritorno/Round trip ↑ ↓: Euro 12,50

Orari d'apertura/Opening times:
 marzo-novembre / March-November
 marzo-giugno / March-June
 07.30-18.00 / 7.30 a.m. - 6 p.m.
 giugno-settembre / June-September
 07.30-19.00 / 7.30 a.m.-7 p.m.
 ottobre-novembre / October-November
 07.30-18.00 / 7.30 a.m.-6 p.m.

LAZAUN

Indirizzo/Address: Maso Corto 111, 39020 Senales
Contatto/Contact: +39 0473 662 171, www.schnalstal.com, info@schnalstal.com
Salita/Ascent ↑: Euro 8,00
Discesa/Descent ↓: Euro 8,00
Andata e ritorno/Round trip ↑ ↓: Euro 12,00

Orari d'apertura/Opening times:
 luglio-settembre/July-September
 10.00-16.30 / 10 a.m.-4.30 p.m.

MERANO 2000

Indirizzo/Address: Via Val di Nova 39, 39012 Merano
Contatto/Contact: +39 0473 234 821, www.meran2000.com, info@meran2000.com
Salita/Ascent ↑: Euro 15,50
Discesa/Descent ↓: Euro 15,50
Andata e ritorno/Round trip ↑ ↓: Euro 22,00
Trasporto/Transport MTB: Euro 4,00

Orari d'apertura/Opening times:
 Aprile-novembre/april-november
 29.04-23.06.2023 09.00-17.00/
 9a.m., -5p.m.
 24.06-24.09.2023 08.30-17.30/
 8.30a.m.-5.30p.m.
 25.09-12.11.2023 09.00-17.00/
 9a.m.-5p.m.



ROSIM

Indirizzo/Address: Solda 129, 39029 Solda
 Contatto/Contact: +39 0473 613 047, www.seilbahnsulden.it,
 info@seilbahnsulden.it
 Salita/Ascent ↑: Euro 12,50
 Discesa/Descent ↓: Euro 12,00
 Andata e ritorno/Round trip ↑ ↓: Euro 16,50

Orari d'apertura/Opening times:
 giugno-ottobre / June-October
 08.30-12.20 + 13.30-17.00
 8.30 a.m.-12.20 a.m. + 1.30 p.m.-5 p.m.

FUNIVIE GHIACCIAI VAL SENALES

Indirizzo/Address: Maso Corto 111, 39020 Senales
 Contatto/Contact: +39 0473 662 171, www.schnalstal.com, info@schnalstal.com

Orari d'apertura/Opening times:
 chiuso dal / closed from
 17.04-06.12.2023

BELPIANO & MALGA SAN VALENTINO

Via Paese Vecchio 39:
 Via Paese Vecchio 39, 39027 Curon
 Malga San Valentino:
 Via Chiesa 28, 39027 San Valentino
 Contatto/Contact: +39 0473 633 333, www.schoeneben.it, info@schoeneben.it
 Salita/Ascent ↑: Euro 16,00
 Discesa/Descent ↓: Euro 16,00
 Andata e ritorno/Round trip ↑ ↓: Euro 18,00
 Trasporto/Transport MTB: Euro 3,50

Orari d'apertura/Opening times:
 maggio-ottobre / May-October
 09.00-16.30 / 9 a.m.-4.30 p.m.

SAN MARTINO IN MONTE

Indirizzo/Address: Via Funivia 47, 39021 Laces
 Contatto/Contact: +39 0473 622 212, www.bergbahnen-latsch.com,
 info@bergbahnen-latsch.com
 Salita/Ascent ↑: Euro 11,50
 Discesa/Descent ↓: Euro 11,50
 Andata e ritorno/Round trip ↑ ↓: Euro 15,00
 Trasporto/Transport MTB: Euro 7,00

Orari d'apertura/Opening times:
 aperta tutto l'anno / all year round
 07.00-12.30 + 14.00-18.30
 7 a.m.-12.30 p.m. + 2 p.m.-6 p.m.
 (01.06.-31.10 bis 18.30/until 6.30 p.m.)

SOLDA

Indirizzo/Address: Via Rosim 39, 39029 Solda
 Contatto/Contact: +39 0473 613 047, www.seilbahnsulden.it,
 info@seilbahnsulden.it
 Salita/Ascent ↑: Euro 16,50
 Discesa/Descent ↓: Euro 16,50
 Andata e ritorno/Round trip ↑ ↓: Euro 22,00

Orari d'apertura/Opening times:
 luglio-ottobre / July-October
 08.30-12.45 + 14.00-17.00
 8.30 a.m.-12.45 a.m. + 2 p.m.-5 p.m.

TEXELBAHN

Indirizzo/Address: Via Ziel 11, 39020 Parcines
 Contatto/Contact: +39 0473 968 295, www.texelbahn.com, info@texelbahn.com
 Salita/Ascent ↑: Euro 11,00
 Discesa/Descent ↓: Euro 11,00
 Andata e ritorno/Round trip ↑ ↓: Euro 15,50

Orari d'apertura/Opening times:
 aperta tutto l'anno / all year round
 marzo-maggio / March-May 08.00-18.00 / 8 a.m.-6 p.m.
 giugno-settembre / June-September 07.00-19.00 / 7 a.m.-7 p.m.
 ottobre-novembre / October-November 08.00-18.00 / 8 a.m.-6 p.m.

UNTERSTELL

Indirizzo/Address: Monte Sole 46, 39025 Naturno
 Contatto/Contact: +39 0473 668 418, +39 348 31 24 891, www.unterstell.it,
 info@unterstell.it
 Salita/Ascent ↑: Euro 11,00
 Discesa/Descent ↓: Euro 11,00
 Andata e ritorno/Round trip ↑ ↓: Euro 15,50

Orari d'apertura/Opening times:
 aperta tutto l'anno / all year round
 aprile-ottobre / April-October 08.00-19.00 / 8 a.m.-7 p.m.
 novembre-marzo / November-March 08.00-17.00 / 8 a.m.-5 p.m.

MONTE SAN VIGILIO

Indirizzo/Address: Via Villen, 39011 Lana
 Contatto/Contact: +39 0473 561 333, www.vigiljoch.com, info@vigiljoch.com

Orari d'apertura/Opening times:
 aperta tutto l'anno / all year round
 maggio+ottobre / May+October 08.30-13.00 + 14.00-18.00 / 8.30 a.m.-1 p.m. + 2 p.m.-6 p.m.
 giugno-settembre / June-September 08.00-19.00 / 8 a.m.-7 p.m.
 novembre-aprile / November-April 09.00-12.30 + 13.30-17.00 / 9 a.m.-12.30 a.m. + 1.30 p.m.-5 p.m.

SEGGIOVIE / CHAIR LIFTS**PULPITO**

Indirizzo/Address: Solda 66, 39029 Solda
 Contatto/Contact: +39 0473 613 047, www.seilbahnsulden.it,
 info@seilbahnsulden.it
 Salita/Ascent ↑: Euro 12,50
 Discesa/Descent ↓: Euro 12,00
 Andata e ritorno/Round trip ↑ ↓: Euro 16,50

Orari d'apertura/Opening times:
 luglio-settembre/July-September
 08.30-12.20 + 13.30-17.00
 8.30 a.m.-12.20 a.m. + 1.30 p.m.-5 p.m.

ORSO

Indirizzo/Address: 39029 Solda
 Contatto/Contact: +39 0473 613 047, www.seilbahnsulden.it,
 info@seilbahnsulden.it
 Salita/Ascent ↑: Euro 12,50
 Discesa/Descent ↓: Euro 12,00
 Andata e ritorno/Round trip ↑ ↓: Euro 16,50

Orari d'apertura/Opening times:
 giugno-ottobre / June-October
 08.30-12.20 + 13.30-17.00
 8.30 a.m.-12.20 a.m. + 1.30 p.m.-5 p.m.



MALGA DI TARRES

Indirizzo/Address: Via Molino di Sopra 79,
39021 Tarres
Contatto/Contact: +39 0473 623 109,
www.berbahnen-latsch.com,
info@bergbahnen-latsch.com
Salita/Ascent ↑: Euro 10,00
Discesa/Descent ↓: Euro 10,50
Andata e ritorno/Round trip ↑ ↓: Euro 14,00
Trasporto/Transport MTB: Euro 6,00

Orari d'apertura/Opening times:
maggio-meta giugno + ottobre
LUN-VEN 09.00-12.30 + 14.00-17.00 (ultima corsa
16.45) SAB+DOM 09.00-17.00 (ultima corsa 16.45)
Meta giugno -settembre
LUN-VEN 09.00-12.30 + 14.00-18.00 (ultima corsa
17.45) SAB+DOM 09.00-18.00 (ultima corsa 17.45)
may-mid jund + october
MON-FRI 9.00a.m.-12.30a.m. + 2p.m.-5p.m. (last ride
4.45 p.m.) SAT+SUN 9a.m.-5p.m. (last ride 4.45p.m.)
mid june - september
MON-FRI 9.00a.m.-12.30a.m. + 2p.m.-6p.m.
(last ride 5.45 p.m.) SAT+SUN 9a.m.-6p.m.
(last ride 5.45p.m.)

TRAFOI

Indirizzo/Address: Trafoi, 39029 Trafoi
Contatto/Contact: +39 0473 611 577,
info@seilbahnsulden.it
Salita/Ascent ↑: Euro 12,50
Discesa/Descent ↓: Euro 12,00
Andata e ritorno/Round trip ↑ ↓: Euro 16,50

Orari d'apertura/Opening times:
luglio-settembre/July-September
08.30-12.30 + 13.30-17.00 / 8.30 a.m.-12.30
a.m. + 1.30 p.m.-5 p.m.

VELLOI SEGGIOVIA

Indirizzo/Address: Velloi 33, 39022 Lagundo
Contatto/Contact: +39 0473 448 532,
www.gasteiger.it, info@gasteiger.it
Salita/Ascent ↑: Euro 8,00
Discesa/Descent ↓: Euro 8,00
Andata e ritorno/Round trip ↑ ↓: Euro 11,00

Orari d'apertura/Opening times: marzo-novembre /
March-November marzo-giugno / March-June 08.30-
12.00 + 13.00-17.00 / 8.30 a.m.-12 a.m. + 1 p.m.-5 p.m.
giugno-luglio / June-July 08.30-12.00 + 13.00-17.30
/ 8.30 a.m.-12 a.m. + 1 p.m.-5.30 p.m. luglio-ottobre
/ July-October 08.00-12.00 + 13.00-18.00 / 8.00 a.m.-
12.00 a.m. + 1 p.m.-6 p.m.
Oktober-November 08.00-12.00 + 13.00-17.00 / 8
a.m.-12 a.m. + 1 p.m.-5 p.m.

MONTE SAN VIGILIO

Indirizzo/Address: Monte San Vigilio,
39011 Lana
Contatto/Contact: +39 0473 561 333,
www.vigiljoch.com, info@vigiljoch.com

Orari d'apertura/Opening times:
maggio+ottobre / May+October 09.00-13.15
+ 14.15-17.00 / 9 a.m.-1.15 p.m. + 2.15 p.m.-5
p.m. giugno-settembre / June-September
09.00-17.00 / 9 a.m.-5 p.m. novembre-aprile
/ November-April 09.30-12.45 + 13.45-16.30 /
9.30 a.m.-12.45 a.m. + 1.45 p.m.-4.30 p.m.

SEGGIOVIA MERANO-TIROLO

Indirizzo/Address: Via Galileo-Galilei 42,
39012 Merano
Contatto/Contact: +39 0473 925 463,
www.panoramalift.it, info@panoramalift.it
Salita/Ascent ↑: Euro 6,00
Discesa/Descent ↓: Euro 6,00
Andata e ritorno/Round trip ↑ ↓: Euro 7,50

Orari d'apertura/Opening times:
aprile-ottobre / April-October
aprile-giugno 09.00-18.00 / April-June 9
a.m.-7 p.m.
luglio-meta settembre 09.00-19.00 / July-
middle September 9 a.m.-7 p.m.
meta settembre-ottobre 09.00-18.00 / middle
September-October 9 a.m.-6 p.m.

WATLES

Indirizzo/Address: 39024 Pramajur
Contatto/Contact: +39 0473 831 190,
www.watles.net, info@watles.net
Salita/Ascent ↑: Euro 12,00
Discesa/Descent ↓: Euro 6,00
Andata e ritorno/Round trip ↑ ↓: Euro 15,00

Orari d'apertura/Opening times:
giugno-ottobre / June-October
08.30-12.30 + 13.30-17.00 (luglio-agosto
continuamente)
8.30 a.m.-12.30 a.m. + 1.30 a.m.-5 p.m. (July-
August open continuously)

texelbahn**Funivia
panoramica**

... accesso diretto all'Alta Via di Merano

**Panoramic
Cable Car**

... directly to the hiking trail "Alta Via di Merano"

La Via Ferrata Ziel é raggiungibile
tramite la funivia Texel.The Ziel rock gym may be reached
using the Texelbahn Cable Car.

Ad oltre 1.500 m di
quota nel cuore del parco
naturale Gruppo di Tessa

- ▶ discesa a valle passando per
la cascata di Parcines
- ▶ escursioni nella Val di Tel
alla "Ziel-alm" ed al Rifugio
Cima Fiammante

At more than 1.500 m asl
(above sea level) in the
heart of the Nature Park
"Gruppo di Tessa"

- ▶ descent to the Valley via
the Parcines waterfall
- ▶ hikes through the Ziel
Valley, in the heart of the
Texel Group Nature Park

FuniCard
Merano e dintorni

TEXELBAHN

Via Ziel 11
I-39020 Parcines
tel. +39 0473 968295
info@texelbahn.com
www.texelbahn.com



Malghe e Rifugi

Mountain huts and refuges

Il panorama alpino della Val Venosta in Alto Adige presenta un clima piuttosto secco e mostra numerosi prati e malghe. In Val Venosta sono ben più di 80 le malghe in attività, situate ad oltre 2.000 metri d'altitudine, esse dominano su prati che coprono una superficie di circa 37.000 ettari. In questo scenario idilliaco, le malghe e i rifugi venostani offrono l'atmosfera ideale per godersi il riposo estivo in un paesaggio alpino da cartolina. Un tempo, il fondovalle paludoso rendeva il passaggio assai complicato. Pastori e viaggiatori si trovano per questo a transitare lungo i crinali delle montagne, anche a grande altitudine. Ad offrire riparo per la notte e dalle intemperie provvedevano i rifugi, strutture di grande importanza. Ancora oggi sono numerose le baite dell'Alto Adige aperte al pubblico, esse offrono agli escursionisti possibilità di ristoro e accoglienti e soleggiate terrazze. La cucina Regione/Regionale dell'Alto Adige è stata nel tempo resa più leggera, le antiche ricette della cucina originale della Val Venosta sono state riscoperte e arricchiscono oggi i menù. Molte malghe sono anche caseifici con prodotti eccellenti, come il Formaggio di Malga della Val Venosta, premiato a livello internazionale.

The southern Alpine landscape of the Venosta Valley in South Tyrol has a rather dry climate, but also many meadows and pastures at a high altitude. There are over 80 mountain huts offering dairy products, service and food throughout the meadows of the Venosta Valley, many located at over 2,000 meters a.s.l., covering a total area of about 37,000 hectares. In this idyllic setting, the mountain huts in Venosta Valley offer an ideal atmosphere in which to enjoy a summer vacation in a postcard-like mountain landscape. At one time, the marshy valley floor made for a difficult passage. Shepherds, travelers and pilgrims preferred to stick to the paths on the mountains, even at high altitudes. To provide shelter for the night and against inclement weather, huts were provided, important structures at the time. Even today there are many lodges in South Tyrol open to the public, offering hikers a place to stop for refreshments and warm and sunny terraces. Many old recipes of the traditional Regione/Regional cuisine have been revisited and help to enrich the menus today. Many of the huts also offer dairy products, such as fresh milk, yogurt and cheese. The dairy cheese from Venosta Valley has been awarded with prizes in numerous international contexts.

MALGHE / ALPINE FARMS

MALGA BERGL (2214 M)

Indirizzo/Address: Madonna di Senales 126,
39020 Senales
Contatto/Contact: +39 339 38 16 482
www.bergl-alm.com, info@bergl-alm.com

Orari d'apertura/Opening times:
giugno-ottobre & dicembre-aprile/
June-October & December-April

MALGA BRUGGER (1941 M)

Indirizzo/Address: Valle Zerzer, 39024 Burgusio
Contatto/Contact: +39 340 06 65 305

Orari d'apertura/Opening times:
giugno-ottobre/June-October

MALGA FREIBERG-MONTEFRANCO (1674 M)

Indirizzo/Address: Montefranco, 39020 Castelbello
Contatto/Contact: +39 338 21 06 899

Orari d'apertura/Opening times:
giugno-ottobre/June-October

MALGA DI COVELANO (1826 M)

Indirizzo/Address: Monte Tramontana, 39028 Covelano
Contatto/Contact: +39 335 76 69 967
goeflaner.alm@gmail.com

Orari d'apertura/Opening times:
metà maggio-metà ottobre
mid May-mid June

MALGA HÖFER (2010 M)

Indirizzo/Address: Watles, 39024 Prämajur
Contatto/Contact: +39 0473 831 199,
+39 349 40 40 752
www.watles.net

Orari d'apertura/Opening times:
giugno-settembre & dicembre-marzo/
June-September & December-March

MALGA DEI VITELLI (2248 M)

Indirizzo/Address: 39029 Solda
Contatto/Contact: +39 340 09 40 594

Orari d'apertura/Opening times:
giugno-settembre/June-September

MALGA DEL CONVENTO (2154 M)

Indirizzo/Address: Certosa, 39020 Senales
Contatto/Contact: +39 338 10 28 699
www.klosteralm.com, info@klosteralm.com

Orari d'apertura/Opening times:
giugno-settembre/June-September

MALGA DI CORZES (1987 M)

Indirizzo/Address: Valle di Silandro,
39028 Silandro
Contatto/Contact: +39 320 57 11 682

Orari d'apertura/Opening times:
metà giugno-inizio ottobre
mid June-early October



MALGA LAFETZ (2015 M)

Indirizzo/Address: Madonna di Senales, 39020 Senales
 Contatto/Contact: +39 366 46 80 895

Orari d'apertura/Opening times:
 giugno-ottobre/June-October

MALGA DI LACES (1715 M)

Indirizzo/Address: Monte Tramontana, 39021 Laces
 Contatto/Contact: +39 0473 742 525
 +39 340 54 78 949
 info@sportotel-vetzan.com

Orari d'apertura/Opening times:
 maggio-ognissanti/
 may-all saints day

MALGA LACINIGO (1936 M)

Indirizzo/Address: Montefranco, 39020 Castebello
 Contatto/Contact: +39 333 90 13 729

Orari d'apertura/Opening times:
 giugno-settembre/June-September

MALGA LYFI (2165 M)

Indirizzo/Address: Alta Valle 204, 39020 Martello
 Contatto/Contact: +39 333 27 70 100
 www.lyfialm.it, info@lyfialm.it

Orari d'apertura/Opening times:
 28 maggio-ottobre /
 28th may-october

RIFUGIO MADRICCIO (2820 M)

Indirizzo/Address: 39029 Solda
 Contatto/Contact: +39 0473 613 047
 www.seilbahnsulden.it
 info@seilbahnsulden.it

Orari d'apertura/Opening times:
 maggio-ottobre/May-October

MALGA MARZONER (1600 M)

Indirizzo/Address: Montefranco, 39020 Castebello
 Contatto/Contact: +39 335 56 05 862
 www.marzoneralm.it, info@marzoneralm.it

Orari d'apertura/Opening times:
 maggio-novembre/May-November

MASTAUNALM (1810 M)

Indirizzo/Address: Madonna di Senales 124, 39020 Senales
 Contatto/Contact: +39 339 71 80 319
 santergisela@gmail.com

Orari d'apertura/Opening times:
 maggio-ottobre & dicembre-marzo/
 May-October & December-March

MALGA MAZIA (2045 M)

Indirizzo/Address: Val di Mazia, 39024 Mazia
 Contatto/Contact: +39 339 78 59 263

Orari d'apertura/Opening times:
 maggio-ottobre/May-October

MALGA FRANTSCH/MAUSLOCH (1835 M)

Indirizzo/Address: Monte, 39025 Naturno
 Contatto/Contact: +39 335 58 87 004

Orari d'apertura/Opening times:
 maggio-ottobre/May-October

MALGA DI MELAGO (1970 M)

Indirizzo/Address: Vallelunga, 39027 Vallelunga
 Contatto/Contact: +39 328 53 83 209
 aufderklammalexander@gmail.com

Orari d'apertura/Opening times:
 meta giugno-settembre/
 mid june-september

MALGA DI MORTER (1910 M)

Indirizzo/Address: 39021 Morter
 Contatto/Contact: +39 0473 742 585

Orari d'apertura/Opening times:
 giugno-settembre/June-September

MALGA DI NATURNO (1900 M)

Indirizzo/Address: Rio di Lagundo, 39020 Rablà
 Contatto/Contact: +39 328 43 46 659

Orari d'apertura/Opening times:
 maggio-settembre/May-September

MALGA LASA DI SOPRA (2047 M)

Indirizzo/Address: Valle di Lasa, 39023 Lasa
 Contatto/Contact: www.laas.alpenverein.it,
 laas@alpenverein.it

Orari d'apertura/Opening times:
 giugno + settembre aperto solo il
 weekend, luglio + agosto aperto gior-
 naliero/june+september open only on
 weekend, july + august daily open

MALGA STELVIO DI SOPRA (2077 M)

Indirizzo/Address: 39029 Stelvio
 Contatto/Contact: +39 0473 421 575
 fliri.hermann@hotmail.com

Orari d'apertura/Opening times:
 giugno-ottobre/June-October

MALGA PENAUD (2323 M)

Indirizzo/Address: Certosa, 39020 Senales
 Contatto/Contact: +39 334 16 54 560
 +39 329 14 10 567
 t.felix@gmail.com

Orari d'apertura/Opening times:
 Giugno-Ottobre / June-October

PLANEILERALM (2203 M)

Indirizzo/Address: 39024 Planeil
 Contatto/Contact: +39 349 33 93 399
 planeileralm@gmail.com

Orari d'apertura/Opening times:
 giugno-ottobre/June-October

MALGA RABLEID (2004 M)

Indirizzo/Address: Val di Fosse, 39020 Senales
 Contatto/Contact: +39 0473 667 229
 +39 335 36 67 66
 www.rableid.info, info@rableidalm.com

Orari d'apertura/Opening times:
 maggio-ottobre/may-october

MALGA DI SILANDRO (1891 M)

Indirizzo/Address: Valle di Silandro,
 39028 Silandro
 Contatto/Contact: +39 0473 730 799

Orari d'apertura/Opening times:
 metà giugno-inizio ottobre
 mid June-early October

MALGA SLINGIA (1868 M)

Indirizzo/Address: 39024 Slingia
 Contatto/Contact: +39 347 97 70 667
 andrea.ladurner@hotmail.com

Orari d'apertura/Opening times:
 giugno-ottobre/June-October

MALGA SOY (2073 M)

Indirizzo/Address: Alta Valle, 39020 Martello
 Contatto/Contact: +39 333 74 85 605
 juliagriabler@gmail.com

Orari d'apertura/Opening times:
 giugno-ottobre/June-October

MALGA STIERBERG (2106 M)

Indirizzo/Address: Montetrumes, 39020 Castebello
 Contatto/Contact: +39 340 71 93 398

Orari d'apertura/Opening times:
 giugno-settembre/June-September



MALGA DI TARRES (1940 M)

Indirizzo/Address: Monte Tramontana, 39021 Tarres
 Contatto/Contact: +39 339 8828103
 tarscheralmhuette@gmail.com

Orari d'apertura/Opening times:
 maggio-ottobre/May-October

MALGA DI TRUMES (1952 M)

Indirizzo/Address: Montetrumes,
 39020 Castebello
 Contatto/Contact: +39 335 60 48 766

Orari d'apertura/Opening times:
 maggio-novembre/
 May-November
 Giorno di riposo/Day off:
 LUN-MER/MON-WED

TOMBERGER / ALT ALM (1841 M)

Indirizzo/Address: Monte Fontana,
 39020 Castebello
 Contatto/Contact: +39 0473 624 193

Orari d'apertura/Opening times:
 giugno-settembre/June-September

MALGA ZETN (1747 M)

Indirizzo/Address: Monte Tramontana, 39025 Naturno
 Contatto/Contact: +39 335 69 18 648

Orari d'apertura/Opening times:
 maggio-ottobre/May-October

ZIRMTAL ALM (2114 M)

Indirizzo/Address: Montefontana, 39020 Castebello
 Contatto/Contact: +39 0473 42 61 05

Orari d'apertura/Opening times:
 maggio-ottobre/May-October

RISTORANTE IN MONTE E ALBERGO / MOUNTAIN RESTAURANT AND HOTEL**ALBERGO GIGGELBERG (1565 M)**

Indirizzo/Address: Via Monte Sole 61, 39020 Parcines
 Contatto/Contact: +39 0473 967 566
 +39 338 59 98 953
 www.giggelberg.com, info@giggelberg.com

Orari d'apertura/Opening times:
 marzo-novembre/March-November

RISTORANTE IN MONTE MALGA DI TARRES (1949 M)

Indirizzo/Address: Malga di Tarres, 39021 Tarres
 Contatto/Contact: +39 0473 932 225
 www.berggasthof-tarscherral.com
 info@berggasthof-tarscherral.com

Orari d'apertura/Opening times:
 maggio-ottobre/May-October

ALBERGO UNTERSTELL HOF (1300 M)

Indirizzo/Address: Monte Sole 46, 39025 Naturno
 Contatto/Contact: +39 0473 667 747
 www.unterstellhof.com, info@unterstellhof.com

Orari d'apertura/Opening times:
 marzo-gennaio/March-June
 Giorno di riposo/Day off: venerdì/Friday

STAZIONE IN MONTE SAN MARTINO (1700 M)

Indirizzo/Address: San Martino 27, 39021 San
 Martino
 Contatto/Contact: +39 334 75 87 779
 a.holzknicht@akfree.it

Orari d'apertura/Opening times:
 tutto l'anno/Open all year round
 Giorno di riposo/Day off: martedì/Tuesday

MASO GELATO (2070 M)

Indirizzo/Address: Val di Fosse, 39020 Senales
 Contatto/Contact: +39 0473 420 524
 +39 346 73 23 773
 www.eishof.com, info@eishof.it

Orari d'apertura/Opening times:
 maggio-ottobre/May-October

ALBERGO MALGA DI SAN VALENTINO (2150 M)

Indirizzo/Address: Malga San Valentino,
 39027 San Valentino
 Contatto/Contact: +39 0473 634 071
 info@schoenenben.it

Orari d'apertura/Opening times:
 maggio-ottobre & dicembre-marzo/
 May-October & December-March

STALLWIES (1953 M)

Indirizzo/Address: Monte Selva 1, 39020 Martello
 Contatto/Contact: +39 0473 744 552
 www.stallwies.com, info@stallwies.com

Orari d'apertura/Opening times:
 maggio-ottobre & dicembre-marzo/
 May-October & December-March
 Giorno di riposo/Day off: giovedì/Thursday

RIFUGI / MOUNTAIN REFUGES**BERGHÜTTE MASEBEN (2267 M)**

Indirizzo/Address: Rifugio Maseben, 39027 Vallelunga
 Contatto/Contact: +39 0473 633 106
 www.maseben.it, info@maseben.it

Orari d'apertura/Opening times:
 giugno-meta ottobre/
 June-mid October

RIFUGIO BORLETTI (2188 M)

Indirizzo/Address: 39029 Solda
 Contatto/Contact: +39 338 38 77 344
 www.berglhuette.it, info@berglhuette.it

Orari d'apertura/Opening times:
 marzo-maggio & giugno-settembre/
 March-May & June-September

RIFUGIO SERRISTORI (2721 M)

Indirizzo/Address: 39029 Solda
 Contatto/Contact: +39 333 28 59 740
 www.duesseldorferhuette.com
 info@duesseldorferhuette.com

Orari d'apertura/Opening times:
 Marzo+aprile / Giugno-Ottobre
 March+April / June-October

RIFUGIO FORCOLA (2153 M)

Indirizzo/Address: 39020 Trafoi
 Contatto/Contact: +39 0473 611 577
 +39 335 68 30 144
 www.seilbahnsulden.it
 info@seilbahnsulden.it

Orari d'apertura/Opening times:
 giugno-ottobre & dicembre-marzo/
 June-October & December-March



RIFUGIO DEL COSTON (2661 M)

Indirizzo/Address: Solda 122, 39029 Solda
 Contatto/Contact: +39 0473 613 188
 www.hintergrathuette.com
 info@hintergrathuette.com

Orari d'apertura/Opening times:
 giugno-ottobre/June-October

RIFUGIO JULIUS PAYER (3029 M)

Indirizzo/Address: 39029 Solda
 Contatto/Contact: +39 0473 613 010
 www.payerhuette.com, info@payerhuette.com

Orari d'apertura/Opening times:
 meta giugno-fine settembre /
 midjune-end of september

BAITA LAZAUN (2427 M)

Indirizzo/Address: Maso Corto 12, 39020 Senales
 Contatto/Contact: +39 333 28 85 544
 +39 338 45 11 887

Orari d'apertura/Opening times:
 giugno-ottobre & dicembre-aprile/
 June-October & December-April

RIFUGIO CIMA FIAMMANTE (2259 M)

Indirizzo/Address: Via Sagbauer 25, 39020 Parcines
 Contatto/Contact: +39 0473 967 367
 (Sommer) +39 0473 968 206 (Winter)
 www.lodnerhuette.com
 info@lodnerhuette.com

Orari d'apertura/Opening times:
 giugno-settembre/June-September

RIFUGIO MARTELLO (2610 M)

Indirizzo/Address: Alta Valle 200, 39020 Martello
 Contatto/Contact: +39 0473 623 109
 www.martellerhuette.com
 info@martellerhuette.com

Orari d'apertura/Opening times:
 giugno-ottobre/june-october

RIFUGIO NASEREIT (1523 M)

Indirizzo/Address: Valle Zieltal 5, 39020 Parcines
 Contatto/Contact: +39 0473 968 222
 +39 340 49 41 347
 www.nasereit.com, info@nasereit.com

Orari d'apertura/Opening times:
 aprile-ottobre/April-October

RIFUGIO OBERETTES (2670 M)

Indirizzo/Address: 39024 Mazia
 Contatto/Contact: +39 0473 830 280
 +39 340 61 19 441
 www.oberettes.it, info@oberettes.it

Orari d'apertura/Opening times:
 meta giugno-inizio ottobre/
 mid june-beginning october

RIFUGIO PLANTAPATSCH (2150 M)

Indirizzo/Address: Watles, 39024 Prämajur
 Contatto/Contact: +39 338 39 71 543
 www.watles.net, info@watles.net

Orari d'apertura/Opening times:
 maggio-ottobre & dicembre-marzo/
 May-October & December-March

RIFUGIO CITTÀ DI MILANO (2581 M)

Indirizzo/Address: Solda 61, 39029 Solda
 Contatto/Contact: +39 0473 613 024
 www.hotelpost.it, hotelpost@dnet.it

Orari d'apertura/Opening times:
 giugno-settembre + natale-aprile/
 june-september + christmas-april

HOHGANG-CASA DEL VALICO (1839 M)

Indirizzo/Address: 39020 Parcines
 Contatto/Contact: +39 0473 443 310
 +39 333 72 89 152
 www.hochganghaus.it
 erlacher@hochganghaus.it

Orari d'apertura/Opening times:
 giugno-settembre/June-September

RIFUGIO BELLA VISTA (2845 M)

Indirizzo/Address: Maso Corto 62, 39020 Senales
 Contatto/Contact: +39 0473 662 140
 www.schoeneaussicht.it
 info@schoeneaussicht.it

Orari d'apertura/Opening times:
 24.06-02.10.2022

RIFUGIO SESVENNA (2256 M)

Indirizzo/Address: 39024 Slingia
 Contatto/Contact: +39 0473 830 234
 +39 379 13 42 237
 www.sesvenna.com, info@sesvenna.com

Orari d'apertura/Opening times:
 meta giugno-meta ottobre/
 mid june-mid october

RIFUGIO SIMILAUN (3019 M)

Indirizzo/Address: Vernago, 39020 Senales
 Contatto/Contact: +39 0473 669 711
 +43 676 50 74 502
 www.similaunhuette.com
 info@similaunhuette.com

Orari d'apertura/Opening times:
 giugno-settembre & marzo+aprile/
 June-September & march+april

RIFUGIO TABARETTA (2556 M)

Indirizzo/Address: Via Forestale 68, 39029 Solda
 Contatto/Contact: +39 0473 613 187
 www.tabaretta.com, info@tabaretta.com

Orari d'apertura/Opening times:
 meta giugno-ottobre/
 mid june-october

RIFUGIO PIO XI (2557 M)

Indirizzo/Address: Vallelunga, 39027 Vallelunga
 Contatto/Contact: +39 0473 633 191
 +43 664 53 38 923
 www.weisskugel.it
 weisskugelhuette@gmail.com

Orari d'apertura/Opening times:
 giugno-ottobre/June-October

RIFUGIO NINO CORSI (2265 M)

Indirizzo/Address: Alta Valle 197, 39020 Martello
 Contatto/Contact: +39 0473 744 785
 +39 335 63 06 603
 www.zufallhuette.com, info@zufallhuette.com

Orari d'apertura/Opening times:
 inizio giugno-meta ottobre/
 beginning june-mid october



Gl'i orari d'apertura delle malghe e dei rifugi dipendono dalle condizioni meteorologiche.
 The opening and closing times of the mountain huts and refuges strongly depend on the weather.





Cultura & attrazioni turistiche

Culture and places of interest

Già abitato nell'antichità da celti, romani e venostani retici, il paesaggio culturale della zona che si affaccia sull'Adige mostra ancora le tracce lasciate dal passare dei secoli. La Val Venosta, in Alto Adige, oltre che una piazza commerciale ed un'importante area di collegamento attraverso le Alpi, è stata anche una tranquilla valle contadina. In questo scenario, sono numerosi i monumenti architettonici conservatisi fino ad oggi. In Val Venosta, in Alto Adige, si trovano attrazioni turistiche, castelli e chiese con affreschi e opere artistiche che risalgono ad oltre 10 secoli fa. Le chiese pre-romaniche situate lungo l'antica strada commerciale Via Claudia Augusta sorgono in un paesaggio culturale unico, ai piedi delle alte cime.

Inhabited already in ancient times by Celts, Romans and Rhaetian Venostes, the centuries have left their historical traces in the cultural landscape on the Adige river. Here in the Venosta Valley you will find tourist attractions, castles and churches with frescoes and artworks from more than 10 centuries of history. Early Romanesque churches along the old trade route Via Claudia Augusta link together at the foot of the high alpine scenery to form a unique cultural landscape. The Alpine Road of Romanesque Art project follows a path leading past Romanesque art, churches, monuments and frescoes, through South Tyrol and the neighboring Grisons Regione/Region in Switzerland.

CASTELLI E ROCHE / CASTLES & FORTRESSES

CASTELLO COLDRANO / CASTLE COLDRANO

Il Castello di Coldrano, un tempo sede principale dei Conti Hendl, è oggi un centro di formazione. Le origini del castello non sono facilmente ricostruibili, ma probabilmente è stato costruito a partire dal 1323. La parte più antica però risale probabilmente al XII secolo. Coldrano Castle was once the ancestral seat home of Earl Hendl and now serves as a center of learning. The architectural history of the castle is unable to trace a precise date of its inauguration; however, it is assumed that the palace was built after 1323. Coldrano Castle is a three-wing building with an inner courtyard, which is surrounded by an almost rectangular shaped wall and by rounded corner towers.

Indirizzo/Address: Via Castelli 33, 39021 Coldrano

Visita/Visit: ogni Giovedì (a richiesta) / every Thursday (on request)

Contatto/Contact: +39 0473 742 433, www.schloss-goldrain.com, info@schloss-goldrain.com

CHIESE E TENUTE / CHURCHES AND OLD MANORS

CAPPELLA DI SANTO STEFANO / CASTLE CHAPEL "SANKT STEPHAN"

La cappella di S. Stefano a Morter, considerata la Cappella Sistina della Val Venosta, risale all'anno 1487 ed è sicuramente una delle chiese più belle dell'Alto Adige. Anche se da fuori la chiesa appare semplice e modesta, gli splendidi affreschi all'interno affascinano chiunque è interessato all'arte o alla cultura.

The castle chapel of St. Stephen in Morter, or the Sistine Chapel of the Venosta Valley as it is also known, dates back to 1487, and certainly does rank among one of the most remarkable churches in the Southern Tyrol. Although the tiny church appears simple and unassuming from the outside, the magnificent frescoes in the interior are an absolute must for those who are interested in art and culture.

Indirizzo/Address: Via Montani di Sopra, 39021 Morter

Orari d'apertura/Opening times: VEN-SAB 14.30-17.30 pasqua-fine ottobre/FRI-SAT 2.30 p.m.-5.30 p.m. easter-end october

Visita/Visit: VEN-SAB 14.30-17.30 pasqua-fine ottobre/FRI-SAT 2.30 p.m.-5.30 p.m. easter-end october

Ingresso/Entrance fee: Euro 3,00

Contatto/Contact: +39 0473 623 109, www.latsch-martell.it, info@latsch.it

CAPPELLA DI MARIA ADDOLORATA AL PONTE / CHAPEL "DI MARIA ADDOLORATA AL PONTE"

Cappella barocca situata nella parte orientale del paese. Costruzione con cupola e lanterna risale al 1713. La cappella dedicata a Maria Addolorata, situata al margine orientale del paese, è una costruzione barocca. La cappella con cupola e lanterna è stata costruita nel 1713. Nei mesi estivi è aperta al pubblico.

Baroque chapel at the east entrance road to the town. The simple building with dome and lantern was built in 1713. The chapel of Our Lady of Sorrows by the eastern entrance to Laces/Laces is a baroque construction. The chapel, which includes a dome and a lantern, was built in 1713 and can be visited during the summer months.

Indirizzo/Address: Via Principale (accanto alla stazione in valle della funivia San Martino / next to valley station cable car San Martino), 39021 Laces

Orari d'apertura/Opening times: giornaliero / daily



CHIESA SAN MARTINO IN MONTE / CHURCH "ZUM HL. MARTIN"

Il Santuario San Martino è stato probabilmente costruito su una grotta santuario pagano-romano risalente al 16° secolo. La statua di San Martino si trova ancora in una grotta naturale; quindi l'unico nome vero San Martino in Monte. Da San Martino in Monte abbiamo una vista veramente particolare e bella sulla valle e sui monti dell'Ortler.

The Sanctuary of the holy S. Martino was probably built over a pagan sanctuary cave and dates from the 16th century. The S. Martino statue still stands in a natural cave to day; hence the only proper name of S. Martino in Monte. From S. Martino you enjoy a particularly and beautiful view of the valley and in the Ortler Mountains.

Località/Village: 39021 San Martino in Monte
Orari d'apertura/Opening times: giornaliero / daily

CHIESA SAN MEDARDO / CHURCH "ST. MEDARDUS"

La chiesa di San Medardo, che i locali chiamano "Sommadoron", fu costruita sopra una fonte sacra di origine preistorica. Originariamente la fonte passava sotto terra dall'altare lungo tutta la navata, successivamente, durante la costruzione della diga del lago di Goveretto in Val Martello, venne danneggiata e fu chiusa. Notevole è l'abside coperta di lastre di pietra, il campanile romanico con ornamenti ad arco e la finestra ad arco a tutto sesto. Sopra il portale laterale si notano resti romanici della crocefissione del XIII secolo. The church of St. Medardus, also called "Sommadoron" by the natives, was built over a prehistoric holy spring. This spring, which originally flowed underground from the altar through the nave, was damaged by tunnel work for the "Zufritt" reservoir in Martellat, and in consequence the spring dried up. The apse covered with flagstones is remarkable, as are the Romanesque tower with rounded arch frieze and rounded arch window. Over the side portal are remains of a Romanesque crucifixion group from the 13th century.

Indirizzo/Address: Via Medardus, 39021 Tarres

Visita/Visit: a richiesta / on request

Contatto/Contact: +39 339 605 4660 oppure/or +39 342 877 8380

CHIESA DI SANTA MARIA IN COLLE / CHURCH "SANTA MARIA IN COLLE"

Nel 1992 nella chiesa di "Santa Maria in Colle" durante alcuni interventi di restauro della Sovrintendenza dei beni culturali è stato ritrovato il Menhir di Laces (3.300-2.200 a.C.). Lo stelo di pregiatissimo marmo venostano costituiva la superficie d'appoggio della mensa dell'altare. Di questo blocco marmoreo alto 107 cm, largo 77 cm e dello spessore di 12 cm mancano la parte superiore e quella inferiore come pure alcune parti della spalla sinistra. Originariamente era probabilmente collocato sul colle, nell'area in cui oggi sorge la Chiesa e quindi visibile da lontano. Oltre ai tratti iconografici comuni a tutte le steli del gruppo della Val d'Adige come cinturoncini a festoni, asce, pugnali, clave, archi, diversi elementi di decoro e mantello frangiato, troviamo anche caratteristiche che appartengono al gruppo lombardo della Val Camonica e della Valtellina come il sole, cervi e una figura maschile stilizzata. Il Menhir di Laces è dunque la prova dell'esistenza di un collegamento plurimillenario della Val Venosta e della Val d'Adige con le Valli della Lombardia nordorientale. I Menhir figurativi riproducono un mondo ideologico-religioso al cui centro si trovano antenati mitizzati ed eroi. Vi ritroviamo anche l'inizio di una differenziazione sociale secondo posizione e ruolo provocato dalla nascente ricchezza collegata alla produzione del rame.

In 1992 in the church "Unsere liebe Frau auf dem Bichl" the in Laces standing stone (3.300-2.200 B.C.) was found during restoration work by the State Monument Authorities. The stela, which is made from the finest Vinschgau marble, formed the supporting surface of the altar table. The top and bottom parts as well parts of the left upper side of the 107 cm high, 77 cm wide and 12 cm thick stone are missing. It was probably originally located around where the current church stands on the hill and would thus have been visible from afar. As well as the iconic features common to all the male engraved stones from the Etsch valley group, such as scalloped belts, axes, daggers, clubs, bows, various decorative elements and fringed capes, elements are present that belong to the Lombardy group from Val Camonica and Valtellina, such as suns, deer and stylised male figure. Thus the in Laces standing stone is great proof of the ancient connection of the Vinschgau and the Etsch valley and the valleys of north-eastern Lombardy.

Indirizzo/Address: Via Büchel 1/A, 39021 Laces

Visita/Visit: Mercoledì 10.00 (Luogo d'incontro ufficio turistico di Laces) /Wednesday at 10 a.m. (meeting point tourist office Laces)

Ingresso/Entrance fee: Euro 0,00 / Euro 5,00 (con guida / with guidance)

Visita/Visit: solo visitabile dal esterno / can only be visited from the outside

Contatto/Contact: +39 0473 623 109, www.latsch-martell.it, info@latsch.it

CHIESA DI S. NICOLÒ / ST. NICHOLAS'S CHURCH

La chiesa di S. Nicolò a Laces è una chiesa romanica del XIV secolo. Un tempo fa proprietà del convento di Laces e oggi del Comune. Da segnalare i frammenti d'affreschi sulla facciata meridionale della chiesa che rappresentano la crocifissione dei santi Nicolò e Cristoforo. Da 2017 è luogo d'esposizione del menhir che era trovato nella chiesa santa Maria in colle: lo stelo di pregiatissimo marmo venostano costituiva la superficie d'appoggio della mensa dell'altare. Di questo blocco marmoreo alto 107 cm, largo 77 cm e dello spessore di 12 cm mancano la parte superiore e quella inferiore come pure alcune parti della spalla sinistra. Originariamente era probabilmente collocato sul colle, nell'area in cui oggi sorge la Chiesa e quindi visibile da lontano. Oltre ai tratti iconografici comuni a tutte le steli del gruppo della Val d'Adige come cinturoncini a festoni, asce, pugnali, clave, archi, diversi elementi di decoro e mantello frangiato, troviamo anche caratteristiche che appartengono al gruppo lombardo della Val Camonica e della Valtellina come il sole, cervi e una figura maschile stilizzata. Il Menhir di Laces è dunque la prova dell'esistenza di un collegamento plurimillenario della Val Venosta e della Val d'Adige con le Valli della Lombardia nordorientale. I Menhir figurativi riproducono un mondo ideologico-religioso al cui centro si trovano antenati mitizzati ed eroi.

St. Nicholas's Church in Laces is a Romanesque church from the 14th century. Formerly it belonged to the monastery of Laces, now it belongs to the municipality of Laces. The remains of the frescoes by the southern front of the church, which portray the crucifixion of St. Nicholas and St. Christopher, are well worth a look. Since 2017 it is exhibition place of the menhir: the top and bottom parts as well parts of the left upper side of the 107 cm high, 77 cm wide and 12 cm thick stone are missing. It was probably originally located around where the current church stands on the hill and would thus have been visible from afar. As well as the iconic features common to all the male engraved stones from the Etsch valley group, such as scalloped belts, axes, daggers, clubs, bows, various decorative elements and fringed capes, elements are present that belong to the Lombardy group from Val Camonica and Valtellina, such as suns, deer and stylised male figure. Thus the Laces standing stone is great proof of the ancient connection of the Vinschgau and the Etsch valley and the valleys of north-eastern Lombardy.

Indirizzo/Address: Via Maso, 39021 Laces

Orari d'apertura/Opening times: LUN-DOM 10.00-18.00 / MON-SUN 10 a.m.-6 p.m.

Visita/Visit: Mercoledì 10.00 (Luogo d'incontro ufficio turistico di Laces) /Wednesday at 10 a.m. (meeting point tourist office Laces)

Ingresso/Entrance fee: Euro 0,00 / Euro 5,00 (con guida / with guidance)

Contatto/Contact: +39 0473 623 109, www.menhir-latsch.it, info@latsch.it

CHIESA PARROCCHIALE DEI SANTI PIETRO E PAOLO / PARISH CHURCH DEI SANTI PIETRO E PAOLO

Risale al XII secolo e presenta elementi stilistici a partire dal periodo romanico sino al periodo neo gotico. Il portale principale in marmo bianco risale al 1524 e fu creato da Oswald Furter. Nella navata laterale a nord si trova una lapide di roccia arenaria rossa del 1350. La lapide di marmo bianco sono opere di Gregor Schwenzenzangst di Laces. Le grandi pietà dell'altare (XVIII secolo) sono opere di Simon Ybertrachter di Naturno. Dates from the 12th century and contains stylistic elements from Romanesque up to Neo-Gothic. The main portal in white marble was created by Oswald Furter in 1524. In the north aisle is a gravestone in red sandstone from the year 1350. The white marble gravestone, the small wooden altar and the statues of St. Anna and St. Joseph are works of the master sculptor Gregor Schwenzenzangst from Laces. The large pictures in the altar room (18th Century) are works by Simon Ybertrachter from Naturno.

Indirizzo/Address: Via Principale, 39021 Laces

Orari d'apertura/Opening times: giornaliero / daily

CHIESA PARROCCHIALE DI S. LUZIO / PARISH CHURCH S. LUZIO

Alla parrocchiale di S. Lucio a Coldrano nell'anno 1491 è stato conferito il suo aspetto gotico odierno. Da segnalare sono gli affreschi gotici sulla parete meridionale della chiesa e la tomba di marmo del capitano del Tirolo Franz Hendl.

The parish church of St. Lucius in Tis in Coldrano/Coldrano was given its uniform gothic design back in 1491. Its gothic mural painting on the southern side of the church is worth a look, as is the marble gravestone laid by Governor Franz Hendl.

Indirizzo/Address: Via Tis, 39021 Coldrano

Orari d'apertura/Opening times: giornaliero / daily



CHIESA PARROCCHIALE DI SAN DIONISIO / PARISH CHURCH "ZUM HL. DIONIS"

La chiesa parrocchiale di S. Dionisio a Morter, costruita in stile gotico, è stata consacrata nel 1479. Da segnalare gli affreschi seicenteschi di Adrian Mair, pittore di Laces. The parish church of St. Dionys in Morter was constructed in a gothic style, and was consecrated in 1479. The frescoes of painter Adrian Mair, which date back to the 17th century, are of particular interest, given that he hails from Laces/Laces himself.

Indirizzo/Address: Via Nibelunghi, 39021 Morter
Orari d'apertura/Opening times: giornaliero / daily

CHIESA PARROCCHIALE DI SAN MICHELE / PARISH CHURCH "ZUM HL. MICHAEL"

La parrocchiale di S. Michele a Tarres è documentata per la prima volta nel 1214. Da segnalare soprattutto gli affreschi romanici e gli sfarzosi ornamenti dell'altare, risalenti a diverse epoche. The parish church of St. Michael in Tarres was first mentioned back in 1214. The Roman frescoes are especially worth a look, as are the sumptuous altar decorations, which date back to different periods.

Indirizzo/Address: Via San Giovanni, 39021 Tarres
Orari d'apertura/Opening times: giornaliero / daily

CHIESA DELL'OSPEDALE / HOSPITAL CHURCH

La chiesa è una donazione di Heinrich von Annenberg. La costruzione gotica è stata unificata tra gli anni 1470-1520. Di particolare pregio il politico (1524) dell'artista svevo Jörg Lederer. Una donazione di Enrico di Monte Sant'Anna. Dal 1470 al 1520 la chiesa e l'ospedale furono incorporati in un complesso unitario gotico. Il trittico del maestro svevo Jörg Lederer (1524), uno dei gioielli d'arte dell'Alto Adige; sul retro raffigura pitture di Hans-Leonhard Schäuffelin. Il portale in marmo bianco è un'opera del maestro Oswald Furter; i cicli di affreschi (il giudizio universale, opere di carità, il miracolo di pentecoste, la moltiplicazione dei pani ecc.) risalgono alla prima decade del XVII secolo. Gli altari barocchi laterali e l'organo risalgono al 1741.

The hospital church was donated by Heinrich von Annenberg. The original gothic construction's consolidation into one building dates back to 1470-1520. The church jewel is the winged altarpiece (1524), a precious work by Swabian master Jörg Lederer. A Heinrich von Annenberg foundation, amalgamated into a unified Gothic building (1470-1520). The winged altarpiece by the Swabian master Jörg Lederer (1524) bears masterly paintings on the reverse, presumably by Hans-Leonhard Schäuffelin. The white marble Gothic portal is a work by Oswald Furter; the fresco cycles (Judgement Day, Works of Charity, The Whitsun Miracles, The Multiplication of Loaves etc.) from the 1st decade of the 17th century are by Adrian Mair, who was also born in Laces. Baroque side altars and organ dating back to 1741.

Indirizzo/Address: Via Principale, 39021 Laces
Orari d'apertura/Opening times: LUN-SAB 10.00-18.00 / MON-SAT 10 a.m.-6 p.m.
Visita/Visit: Mercoledì 10.00 (Luogo d'incontro ufficio turistico di Laces) /Wednesday at 10 a.m. (meeting point tourist office Laces)
Ingresso/Entrance fee: Euro 1,00 / Euro 5,00 (con guida / with guidance)

CHIESA DI SAN CARPOFORO / CHURCH "ST. KARPOPHORUS"

La chiesa di San Carpofofo a Tarres fu donata negli anni 1212/1214 dall'imperatore Federico I. all'ordine teutonico. Il campanile della chiesa, risparmiato dai diversi restauri succedutisi, è una delle più belle torri romaniche di tutta la Val Venosta.

St. Karpophorus Church in Tarces/Tarres was taken over between 1212-1214 as a gift from Emperor Friedrich who was in possession of the German Order of Knights. The church tower, which was spared from being converted at a later stage, is probably the most beautiful of all of the structured Roman towers in the Vinschgau Regione/Region.

Indirizzo/Address: Via Molino di Sopra 42, 39021 Tarres
Visita/Visit: Giovedì 13.30-14.30 / Thursday 1.30 p.m.-2.30 p.m.

CHIESETTA DEI SANTI VIGILIO E BIAGIO / CHURCH OF SAN VIGILIO AND BIAGIO

La chiesa dei Santi Vigilio e Biagio a Morter è di origini preromaniche ed è parte degli edifici sacrali più antichi e più importanti della Val Venosta. Particolarmente sorprendente è la sua architettura orientaleggiante. In un'incisione di consacrazione si legge l'anno 1080. The Vigilius/Blasiuskirche church in Morter is of pre-Roman origin and it ranks among the oldest and most important religious buildings in the Vinschgau Regione/Region. Its "oriental" appearing architecture is particularly striking, while the consecration inscription reveals year 1080.

Indirizzo/Address: Via Hofer, 39021 Morter
Orari d'apertura/Opening times: Ritirare le chiavi al Hotel Bei Martin's (Via Hofer 14) / Key at Hotel Bei Martin's (Via Hofer 14)
Contatto/Contact: +39 0473 742 049

MUSEI E ALTRO / MUSEUMS & OTHERS

MONUMENTO HANS DER SAGER / MONUMENT HANS DER SAGER

"Hans der Sager" è l'unico menestrello conosciuto della Val Venosta, autore sia della musica che dei testi da lui rappresentati. Si intratteneva spesso alla corte dei Conti di Monte Sant'Anna, ritenuti i suoi mecenati. Secondo documenti storici, tra il 1326 e 1338 "Hans der Sager" viene menzionato per sei volte. In un documento egli viene menzionato come testimone di un contratto di compravendita nel Castello di Laces. In questa occasione "Hans der Sager" si dichiara apertamente cittadino di Laces. Egli aveva anche un figlio conosciuto come Ulrich von Hagenach. "Hans der Sager" is probably the only documented minnesinger of Venosta Valley or troubador, who thought up the words and also the tunes for most of the songs he performed himself (sagen=to say, singen=to sing, Sänger=Singer). He resided many times at the court of the Counts of Annenberg, who appear to have been his promoters and patrons. Hans der Sager was mentioned in documents six times between 1326 and 1338. In castle Laces (Laetsch) he once acted as witness to a purchase of a "farmstead with garden". On this occasion Hans der Sager expressly described himself as a resident of Laces. Hans der Sager also had a son known by the name of Ulrich von Hagenach.

Indirizzo/Address: Via Stazione (accanto della Cassa Raiffeisen), 39021 Laces

MONUMENTO ALL'IMPERATORE FRANCESCO GIUSEPPE / MONUMENT OF KAISER (EMPEROR) FRANZ JOSEF

Nel 1994 la sezione di Laces dei simpatizzanti dell'Imperatore Austro-Ungarico Francesco Giuseppe sostituì il vecchio busto con il busto di bronzo proveniente da Praga. Il monumento di marmo bianco di Lasa venne eretto nel 1908 e nel 1919 scomparve misteriosamente. Nel 1994 la sezione di Laces dei simpatizzanti dell'Impero Austro-Ungarico lo sostituì con un busto di bronzo proveniente da Praga. Il monumento ricorda il sessantesimo anno di regno del penultimo Imperatore dell'Impero Austro-Ungarico, Francesco Giuseppe I di Asburgo-Lorena.

The Monument of Kaiser (Emperor) Franz Josef was erected 1994. At the instigation of the Laces branch of the Association of the Imperial and Royal Austro-Hungarian Monarchy, the memorial of Lasa marble erected in 1908, which disappeared under mysterious circumstances in 1919, was replaced by a valuable bronze bust from Prague in 1994. The monument commemorates the Diamond Jubilee of the reign of the penultimate Austro-Hungarian Emperor, Francesco Giuseppe I von Habsburg-Lothringen.

Indirizzo/Address: Via Principale, 39021 Laces

IL MENHIR DI LACES / THE LACES MENHIR

Nel 1992, nella chiesa di "Nostra Signora Al Colle", durante i lavori di ristrutturazione ad opera dell'ente territoriale per la tutela dei monumenti, fu rinvenuto il Menhir di Laces (3.300-2.200 a.C.). Il menhir figurativo di Laces è realizzato in puro marmo e, oltre alle caratteristiche iconografiche del Gruppo dell'Adige, presenta anche simboli del gruppo lombardo della Valcamonica.

During the renovations in 1992 at the Church of "Our Lady Al Colle", carried out by the Regione/Regional authority for the protection of monuments, the Laces Menhir (dating between 3300-2200 BC) was discovered. The Laces Menhir is made from pure marble and, apart from symbolizing the Adige Mountain Group; it is also linked to the Lombard Valcamonica Mountain Group. This artefact attests to the cultural links that have been interconnected in this mountain Regione/Region for thousands of years in what is today the Stelvio National Park.

Indirizzo/Address: Chiesa di S. Nicolò / St. Nicholas's Church, Via Maso, 39021 Laces
Orari d'apertura/Opening times: LUN-DOM 10.00-18.00 / MON-SUN 10 a.m.-6 p.m.
Visita/Visit: Mercoledì 10.00 (Luogo d'incontro ufficio turistico di Laces) /Wednesday at 10 a.m. (meeting point tourist office Laces)

Contatto/Contact: +39 0473 623 109, www.menhir-latsch.it, info@latsch.it

COPELLE / CUPULE ROCKS

Nell'area compresa fra Coldrano e Castelbello sul Monte Sole e la Val Martello, sono state rinvenute numerose coppelle risalenti a epoche che vanno dal neolitico fino all'età del bronzo. Il significato delle coppelle preistoriche non può essere determinato con esattezza. Oggi ci sono varie interpretazioni per questi monumenti preistorici, che sono considerati finalizzati al culto religioso o a scopi più pragmatici.

In the area between Coldrano and Castelbello on the Monte Sole and Val Martello, numerous cupules have been found dating from the neolithic to the bronze age. The significance of the prehistoric cup-marks cannot be determined exactly. Today, there are various interpretations for these prehistoric monuments, which are considered to be for religious worship or for more pragmatic purposes.

CHIESE E TENUTE / CHURCHES AND OLD MANORS

CAPPELLA SANTA MARIA IN SCHMELZ / CHAPLE SANTA MARIA IN DER SCHMELZ

Questa piccola cappella in Val Martello è stata costruita nel 1711 dal conte Hendl per i suoi minatori. Nell'anno di carestia 1816 si dovette vendere la cappella. Oggi, ogni prima domenica in luglio viene festeggiato il patrocinio di S. Maria in Schmelz con una messa solenne. Located in the Val Martello, this small chapel was originally built in 1711 by Count Hendl for his miners. However, he was forced to sell it during the famine in 1816. Nowadays, the patronage of St. Mary in Schmelz is celebrated with a holy mass on the first Sunday in July.

Indirizzo/Address: Santa Maria alla Fonderia, 39020 Martello

Orari d'apertura/Opening times: giornaliero / every day

CAPPELLA DI RADUND / CHAPEL OF RADUND

La cappella di Radund in Val Martello è stata costruita nel 1709 da Eustach Waldner. Dopo un incidente promise la costruzione di una cappella se fosse riuscito a tornare a casa vivo. La cappella è dedicata ai quattordici santi ausiliatori, fautori del suo salvataggio.

In 1709, Eustach Waldner built the Radund Chapel in the Martello Valley. Following a serious mountain accident, he promised to build a chapel if his life would be spared. The chapel is dedicated to the Fourteen Holy Helpers, who were instrumental in his rescue.

Indirizzo/Address: Valdene 139, 39020 Martello

Orari d'apertura/Opening times: solo a richiesta, la chiave si trova presso la famiglia Walder Alois

Contatto/Contact: +39 0473 744 675

CHIESA PARROCCHIALE SANTA WALBURGA / PARISH CHURCH SANTA WALBURGA

L'antica chiesa parrocchiale di S. Walburga sembra sia documentata già nel 1203 nelle vicinanze del primo insediamento permanente in Val Martello. Originariamente la chiesa era romanica con campanile e abside tonda. La chiesa è stata consacrata nel 1440, ampliata nel 1650 e nel 1759 nuovamente ingrandita. L'altare neoromanico risale all'anno 1887.

The original parish church of St. Walburga is thought to have already been in existence around 1203, and is located close to the permanent settlements by the stone river surfaces in Val Martello. The church was consecrated in 1440, it was extended in 1650, and an upper section was added in 1759. The neo-Romanesque altar was completed in 1887.

Indirizzo/Address: Meiern 94, 39020 Martello

Orari d'apertura/Opening times: giornaliero / every day



MUSEI E ALTRO / MUSEUMS & OTHERS

VECCHIA DIGA / OLD DAM WALL

La vecchia diga in Val Martello è un luogo di potere molto speciale, le tante persone che hanno costruito questa diga centinaia di anni fa con le loro mani e gli strumenti più semplici rispecchiano il potere della natura nel mezzo di un paesaggio naturale incontaminato. The old dam wall in Val Martello is a very special place of power, the many people who have built this wall hundreds of years ago with their hands and the simplest tools reflect the power of the nature in the middle of the untouched natural landscape.

Indirizzo/Address: Alta Valle (vicino / near Rifugio Nino Corsi), 39020 Martello

PUNTO DI VISTA / VIEWING PLATFORM

Godetevi la piattaforma panoramica sopra il meraviglioso lago artificiale di Gioveretto nella Val Martello. Da lì si può godere della vista su tutta la valle, di fronte al possente ghiacciaio del Cevedale.

Enjoy the viewing platform above the wonderful Zufritt reservoir in the Val Martello. From there you can enjoy the view over the whole valley, in front of you the mighty Cevedale Glacier.

Indirizzo/Address: Alta Valle 209 (Albergo Zufritt), 39020 Martello

IL SENTIERO GOLA PLIMA / PLIMA GORGE

Su incarico della comune di Martello sono state realizzate quattro nuove scene della gola per presentare la gola con tutte le sue bellezze. Grazie alle quattro costruzioni imponenti in acciaio corten integrate nella natura ora gli escursionisti hanno la possibilità di vivere la gola da vicino. Spruzzi d'acqua inclusi! Grazie a interventi relativamente piccoli le quattro costruzioni – cazzuola, falce panoramica, pulpito panoramico e ponte sospeso – permettono ai visitatori incontri particolari e sempre diversi con la gola.

Four new gorge scenes with four imposing constructions of corten steel integrated with nature were realized on behalf of the Laces-Val Martello Tourist Association and the municipality of Martello to present hikers this gorge with all its beauties. Hikers thus have the possibility to experience the gorge at close quarters for the first time. Spray inclusive! Thanks to comparatively small interventions the four constructions – trowel, panoramic crescent, observation pulpit and suspension bridge – give the visitors the possibility to have different special encounters with the gorge.

Indirizzo/Address: Alta Valle, 39020 Martello

ROVINA DEL ALBERGO PARADISO / HOTEL OF PARADISO RUIN

A 2.160m sul livello di mare, al centro del parco nazionale dello Stelvio, dietro il lago Gioveretto alla fine della bellissima Val Martello, si trova l'affascinante rovina rossa dell'ex lussuoso hotel Paradiso. L'ex hotel di lusso Paradiso ha vissuto solo un breve periodo di prosperità tra la sua realizzazione nel 1936 e lo scoppio della guerra nel 1940, che ha concluso l'attività alberghiera civile. Dopo lo scoppio della seconda guerra mondiale, l'attività degli ospiti si è completamente arrestata. Costruito nel 1933-1935 dal famoso architetto italiano Gio Ponti. Occupato temporaneamente dai nazisti come loro hotel per le vacanze è fallita nel 1946 ed è stata abbandonata nel 1955. Da allora, le rovine dell'hotel hanno avuto un'attrazione mistica. Al centro del parco nazionale l'edificio rosso abbandonato sfida e offre un affascinante contrasto con il bellissimo paesaggio naturale, le one della montagna e la gola di Plima.

At 2,160m above sea level, in the middle of the national park, behind the reservoir at the end of the beautiful Val Martello lies the fascinating red ruin of the former luxury hotel Paradiso. The former luxury hotel Paradiso experienced only a short period of prosperity between its realization in 1936 and the outbreak of war in 1940, which ended the civilian hotel business. After the outbreak of the second World War the guest business came to a complete standstill. Built 1933-1935 by the Italian star architect Gio Ponti. Temporarily occupied by the Nazis as their own holiday hotel went bankrupt in 1946 and has been abandoned since 1955. Since then, the hotel ruins have had a mystical attraction. In the middle of the national park the abandoned red building defies and offers a fascinating contrast to the beautiful natural landscape, the mountain waves and the Plima gorge.

Indirizzo/Address: Alta Valle (vicino al parcheggio Alta Valle/near parking lot valley head), 39020 Martello

Visita/Visit: solo visitabile dal esterno/can only be visited from the outside



MOLINO MASO STALLWIES / STALLWIES MILL

Allo maso Stallwies, uno dei masi più alti dell'Alto Adige, si trova un vecchio mulino non lontano dal maso. Il maso, sul quale ancora oggi viene coltivata la segale, ha lavorato il grano nel mulino stesso, visitando il vecchio mulino e scoprendo le antiche tradizioni. At the Stallwies farm, one of the highest farms in South Tyrol, there is an old mill not far from the farm. The Kornhof on which rye is still grown today has processed the grain in the mill itself, visit the old mill and gain an insight into ancient traditions.

Indirizzo/Address: Selva 1 (vicino / near Alberg Stallwies), 39020 Martello

Visita/Visit: a richiesta / on request

Contatto/Contact: +39 0473 744 552, www.stallwies.com, info@stallwies.com

CENTRO VISITE CULTURAMARTELL / VISITOR CENTRE CULTURAMARTELL

Nel centro visitatori culturamartell in Val Martello tutto ruota attorno al paesaggio culturale montano del Parco Nazionale dello Stelvio e dunque anche alla vita dei contadini di montagna nel corso dei secoli. L'esposizione permanente del centro visitatori culturamartell, che possiamo definire una sorta di moderno museo di storia locale, mostra la fattoria di montagna come un modello di autosufficienza, racconta della vita dei suoi abitanti, del loro duro lavoro, delle molte difficoltà e dell'emigrazione; ma anche dei momenti felici vissuti in questa originale valle alpina, che oggi ospita molti visitatori e affronta il futuro.

Over the centuries, most human activity in the Stelvio National Park has revolved around mountain farming and the hard life of the mountain farmers. This is reflected at the culturamartell Visitor Centre in the Martelltal/Val Martello Valley, with its contemporary museum of local history. The permanent exhibition portrays the mountain farm as a self-sustaining family enterprise, recounting the life of its inhabitants, their constant hardships and forced emigration through the ages. But there are also tales of joy, including the more recent success story of how this traditional mountain valley, a magnet for visitors, is readying itself for the future.

Indirizzo/Address: Trattla 246, 39020 Martello

Orari d'apertura/Opening times: MAR-SAB 09.30-12.30 + 14.30 - 18.00 (da metà aprile a fine ottobre) TUE-SAT 09.30 a.m. - 12.30 a.m. + 2.30 p.m. - 6.00 p.m. (from mid-April to October)

Ingresso/Entrance fee: Euro 3,00

Contatto/Contact: +39 0473 745 027, www.nationalpark-stelvio.it, info@culturamartell.com

LAGO GIOVERETTO / LAKE GIOVERETTO / ZUFRIIT

Il Lago Gioveretto è un lago artificiale nelle Alpi dell'Ortles in Alto Adige. Il serbatoio ha una superficie di 70 ettari, situato ad una altitudine di 1.850 metri, in Val Martello ed è attraversato dal fiume Plima. La capacità del lago artificiale è di 19,6 milioni di metri cubi. La centrale idroelettrica che appartiene al Lago Gioveretto si trova a Lasa.

The Lago Gioveretto is an artificial lake in the Ortler Alps in South Tyrol. The reservoir has an area of 70ha, situated at an altitude of 1850m in Val Martello and is crossed by the river Plima. The storage capacity is 19.6million cubic meters. The reservoir is situated in the Stelvio National Park and is used for generation of energy. The associated hydroelectric power station is located in Lasa.

Indirizzo/Address: Alta Valle, 39020 Martello

Visita/Visit: solo visitabile dal esterno / can only be visited from the outside

Varietà, passione, piacere.

Variety, Passion, Pleasure.



Bibenda 5 Grappoli
Doctor Wine 96/100

Vinibuoni d'Italia Corona
Vitae 4 Stelle

www.kellereibozen.com/wineawards



... dal cuore dell' Alto Adige.
I vini di Bolzano.

... from the heart of Alto Adige.
The wines of Bolzano.

Wineshop Vinarius

Bolzano-Gries, Via San Maurizio 36
shop.kellereibozen.com/it

www.kellereibozen.com

KELLEREI
BOZEN

CANTINA · WINERY

CASTELLI E ROCCE / CASTLES & FORTRESSES

CASTEL JUVAL / JUVAL CASTLE MESSNER MOUNTAIN

Castel Juval è la residenza estiva della famiglia Messner ed è visitabile in primavera e autunno. Il museo custodisce diverse collezioni d'arte: una raccolta di cimeli tibetani, una galleria di quadri di montagne ed una collezione di maschere provenienti dai 5 continenti.

Juval Castle is the summer residence from Reinhold Messner. The collections here focus on the "Myth of the Mountain", a unique collection of Tibetan, masks and artefacts from five continents bear witness to the religious aspect of the mountains.

Indirizzo/Address: Juval, 39020 Castelbello

Orari d'apertura/Opening times: Dalla quarta domenica in marzo fino la prima domenica in novembre/from the 4th Sunday on March to the first Sunday on November
Visita/Visit: LUN-DOM ore 10.00-17.00, mercoledì giorno di riposo/MON-SUN 10 a.m.-5 p.m., closed on Wednesday

Ingresso/Entrance fee: Euro 14,00 adulti/adults, Euro 6,00 (bambini 6-18 anni/children 6-18 years)

Contatto/Contact: +39 0471 631 264, +39 348 44 33 871, www.messner-mountain-museum.it, juval@messner-mountain-museum.it

ROVINE HOCHGALSAUN / RUINS HOCHGALSAUN

Le rovine di Hochgalsau si trovano in una vertiginosa altezza su uno sperone roccioso in forte pendenza sopra la frazione Colsano, località Castelbello-Ciardes. Si fu costruita nel corso del XIII secolo dall'importante famiglia nobile tirolese Montalban.

Dal castello, sono rimasti solo pochi resti delle mura conservate, fornendo informazioni difficilmente vincolanti sul loro aspetto originario.

The castle ruins Hochgalsau lies in a dizzying height on a steeply sloping rocky spur over the fraction Colsano the place Castelbello-Ciardes. It was built in the course of the 13th century by the Tyrolean noble family Montalban. From the castle, only a few remains of the walls have been preserved, giving hardly binding information about their original appearance.

Località/Village: 39020 Colsano

CASTELLO DI CASTELBELLO / CASTELBELLO CASTLE

Il pittoresco Castello di Castelbello, sorge su un imponente sperone di roccia sulla sponda sinistra dell'Adige. Nel castello, meravigliosamente restaurato, si offrono visite guidate e diversi eventi culturali.

The picturesque Castelbello Castle, first mentioned in 1238, was built by the Lords of Montalban. Majestically, it is situated on a cliff on the left bank of the Adige River.

Indirizzo/Address: Via Castello 1, 39020 Castelbello

Mostra primavera/art exhibition: 30.04.-25.06.2023

MAR-SAB 14.00-18.00/TUE-SAT 2 p.m.-6 p.m. DOM e giorni festivi 11.00-18.00/ SUN and holiday 11 a.m.-6 p.m.

Visite guidate estate/Guides tours summer: 04.07.-10.09.2023

MAR-DOM 10.00+11.00+14.00+15.00/TUE-SUN 10 a.m.+11 a.m.+2 p.m.+3 p.m.

Mostra autunnale/art exhibition: 17.09.-29.10.2023

MAR-SAB 14.00-18.00/TUE-SUN 2 p.m.-6 p.m. DOM e giorni festivi 11.00-18.00/ SUN and holidays: 11 a.m.-6 p.m.

Ingresso/Entrance fee: Euro 6,00

Visita/Visit: solo con guida/only guided tours

Contatto/Contact: +39 0473 624 193, www.schloss-kastelbell.com, info@kastelbell-tschars.com

CHIESE E TENUTE / CHURCHES AND OLD MANORS

CHIESA PARROCCHIALE VECCHIA DI MARAGNO / OLD PARISH CHURCH OF MARAGNO

La parrocchiale vecchia a Maragno fu eretta, per quanto riguarda il nucleo, attorno al 1400. A questo tempo risalgono almeno la volta stellare del vano dell'altare cos` come la finestra a rameggi sul relativo lato sud. Campanile e navata furono invece condotti all'ora attuale solo nel XVII secolo. Accanto ad un altare barocco del XN` VIII secolo nella chiesa si trova anche un altare più antico del secolo XVII. All'arredo appartengono ancora, fra l'altro, due notevoli dipinti ad olio: la Madonna col Bambino e S.Giovanni fanciullo, venerati dai santi Francesco, chiara e Caterina, e un secondo dipinto ad olio di grande formato con S. Odilia, che era nata cieca e solo col battesimo ebbe la luce degli occhi.

The core of the old parish church in Marein was presumably built around 1400. At least the stellar vault of the choir and the tracery windows on its southern side are from this period. By contrast the tower and nave were not given their present form until the 17th cent. In addition to a Baroque altar from the 18th cent. In addition to a Baroque altar from the 18th cent. the church also contains an older altar from the 17 cent. Among other things, its other furnishings include two remarkable oil painting: a Madonna and Child with St. John the Baptist as a boy, venerated by St. Francis, St. Clare and St. Catherine, as well as a second large-format oil painting, which features St Odile, who was born blind and gained the ability to see only through her baptism.

Indirizzo/Address: Strada di Maragno, 39020 Castelbello

Orari d'apertura/Opening times: tutto l'anno/all year round

CAPPELLA "ST. JOSEF" MONTETRUMES / CHAPEL " ST. JOSEF" MONTETRUMES

Le neogotica cappella fu fondata nel 1924 da Andreas Kuppelwieser per il fatto che lui e i suoi fratelli erano sopravvissuti la prima guerra mondiale. Le sue iniziali si possono vedere alla base delle bancarelle.

The neo-Gothic chapel was founded in 1924 by Andreas Kuppelwieser in gratitude for the fact that he and his brothers had survived the First World War unscathed. His initials are immortalized at the base of the carved stall.

Indirizzo/Address: Montetrumes, 39020 Castelbello

Orari d'apertura/Opening times: tutto l'anno/all year round

PARROCCHIALE NUOVA DI MARAGNO / THE NEW PARISH CHURCH OF MARAGNO

Il moderno edificio della parrocchiale nuova di Maragno fu progettato nel 1973 dalla società Abram & Schnabl di Bolzano come "casa tra le case". Il campanile venne solo nel 1982. La concezione dell'ambiente sacro si basa su una croce di S. Andrea che realizzata con travi d'acciaio abbraccia la pianta quadrata della chiesa posta in angolo. Le numerose aperture nelle pareti sono destinate a rendere percepibile all'interno il panorama del Sonnenberg, che si dispiega davanti alla chiesa.

The modern sacral architecture of the new parish church of Marein was designed in 1973 by the Bolzano architectural partnership Abram&Schnabl as a "House among houses". The tower was not added until 1982. The conception of the sacred space is based on a St. Andrews cross: constructed out of steel girders, it is positioned diagonally to the square floor plan of the church's interior, which it covers. The numerous openings in the walls are to enable those inside the church to experience the expansive panorama of the Sonnenberg spreading out before it.

Indirizzo/Address: Strada di Maragno, 39020 Castelbello

Orari d'apertura/Opening times: tutto l'anno/all year round

PARROCCHIALE SAN MARTINO CIARDES / PARISH CHURCH "ST. MARTIN" OF CIARDES

In alto sul Murkegel, davanti al Sonnenberg di Ciardes, s'innalza la parrocchiale di S. Martino immediatamente sopra le fondamenta della chiesa precedente romanica. Il dipinto sull'altar maggiore mostra l'episodio di S. Martino che divide il mantello per donarne metà al mendicante.

The parish church of St. Martin is located high up on the Murkegel, before the Sonnenberg of Ciardes, and it presumably rises up directly on top of the foundations of its Romanesque predecessor. It is a four-apsed hall church from the first quarter of the 16th cent. with a narrower choir that concludes in a three-sided apse.

Indirizzo/Address: Vicolo del Convento 2, 39020 Ciardes

Orari d'apertura/Opening times: tutto l'anno/all year round



CAPPELLA DEL CASTELLO DI CASTELBELLO / CHAPEL OF CASTELBELLO CASTLE

L'erezione della cappella cade nel tardo XIII secolo o all'inizio del XIV. Il vano della cappella consiste di una sala rettangolare e di una nicchia per l'altare con volta a botte. Sulla parete est si sono conservati resti di dipinti murali. Nella seconda metà del XVI secolo l'edificio della cappella, dapprincipio ancora isolato, fu sopraelevato e fu posata una volta a botte con sguanci. Alle pareti si trovano un fregio con i dodici Apostoli ed inoltre testi del Credo. Nel fregio gli apostoli si volgono a coppie l'un verso l'altro, perché le citazioni sono riprodotte alternatamente in modo normale e speculare.

The building of the chapel followed in the late 13th or 14th cent. The chapel consists of a rectangular hall and a barrel-vaulted altar niche. The remains of wall paintings from the early 14th cent. have been preserved on the eastern wall. The walls contain a frieze with the Twelve Apostles as well as texts from the Confession of Faith. Because the apostles are turned towards one another in pairs, the quotations are alternately written in plain and inverted script.

Indirizzo/Address: Via Castello 1, 39020 Castelbello

Orari d'apertura/Opening times: 04.07.-10.09.2023

Visita/Visit: MAR-DOM 10.00+11.00+14.00+15.00/10 a.m.+11 a.m.+2 p.m.+3 p.m.

Ingresso/Entrance fee: Euro 6,00

Visita/Visit: solo con guida/only guided tours

Contatto/Contact: +39 0473 624 193, www.schloss-kastellbell.com, info@kastellbell-tschars.com

MUSEI E ALTRO / MUSEUMS & OTHERS**COPPELLE / "SCHALENSTEINE"**

Il fenomeno delle coppelle si presenta oggi diffuso in tutto il mondo. Anche sul Monte Sole tra Castelbello e Coldrano e in Val Martello troviamo numerose coppelle. Si tratta di incavi di diversa grandezza creati dalla mano dell'uomo sulla superficie di sassi e rocce. L'inizio della produzione di coppelle nell'arco alpino, provato da un punto di vista archeologico, risale all'età neolitica (eventualmente addirittura fino al mesolitico). Anche nell'età del bronzo si produssero spesso delle coppelle. Si discute ancora molto sulla loro funzione e sul loro utilizzo. Si pensa a piccole patere, a mappe stellari, a luoghi di culto per il sole, per gli sciamani e per la fertilità a un tipo di pitture rupestri o a segnava.

No-one has yet been able to explain exactly the function or the reason why ancient man hollowed out indentations in the rock face known as "Schalensteine", although thousands of pages have been written on this subject. In the Vinschgau and neighbouring valleys hundreds of "Schalensteine" can be seen. They vary in size from minute hollows to hollows the size of a human cranium. Some possible theories of their use are that they were places of worship, guiding points for travellers or possibly that the hollowing out of the stone face was for ritualistic or medical purposes.



Colazione sulla terrazza
Specialità tipiche
tirolese
Cena nell'accogliente stube
Pernottamento in camere
confortevoli
Eventi presso la malga

Breakfast on the terrace
Typical South Tyrolean
specialities
Dinner in the cosy "stube"
Overnight stay in
comfortable rooms
Events on the alp

**EVENTS 2023**

Escursione all'alba con colazione **Sunrise hike with alpine breakfast**
FESTA con VOLXROCK 09.07. **FESTIVAL with VOLXROCK 09.07.**
MUSICA sulla MALGA **MUSIC on the mountain with**
con JASON 12.08. **JASON 12.08.**
"Törggelen" **"Törggelen"**



Latscher Alm | Valtneidweg 140 | 39021 Latsch



info@latscheralm.com
Tel: 0039 340 5478949

www.latscheralm.com

CASTELLI E ROCHE / CASTLES & FORTRESSES

CASTELLO DI SILANDRO / SCHLANDERSBURG CASTLE

Castel Schlandersburg è stato costruito intorno al 1600 come residenza dei signori Hendl. Il castello è stato ampliato diventando una delle costruzioni rinascimentali più importanti della Val Venosta. Nel 1988 il castello è passato alla Provincia Autonoma di Bolzano. Oggi ospita la biblioteca pubblica, l'ufficio del lavoro e l'ufficio forestale - e la mostra di Menhir. Massicci, monumentali, misteriosi: i menhir nel castello di Silandro la mostra è uno dei punti forti della biblioteca Schlandersburg ed è accessibile al pubblico durante gli orari di apertura della biblioteca. L'ingresso è gratuito.

Schlandersburg Castle was built around 1600 as the residence of the Hendl aristocrats. The castle was later enlarged thus becoming one of the most important Renaissance edifices in the entire Venosta Valley. In 1988, the castle was placed under the administration of the Autonomous Province of Bolzano and today it houses a public library in addition to the Employment offices and those of the Forestry Department - and the Menhir exhibition.

Indirizzo/Address: Via Castello Silandro 6, 39028 Silandro

Orari d'apertura/Opening times: LUN, GIO, VEN 09.00-12.00 + 14.00-18.00, MAR 09.00-12.00 + 14.00-19.00, MER, SAB 09.00-12.00 / MON, THU, FRI 9-12 a.m. + 2-6 p.m. TUE 9-12 a.m. + 2-7 p.m. WED, SAT 9-12 a.m.

Contatto/Contact: +39 0473 737 780, www.schlandersburg.it, bibliothek@schlanders.it

CASTELLO SCHLANDERSBERG / SCHLANDERSBERG CASTLE

Il Castello Schlandersberg si trova su una roccia spoglia sopra il paese di Silandro. L'edificio risale nel suo aspetto attuale al 16° secolo. Castello Schlandersberg è la sede originaria dei signori di Schlandersberg, una delle famiglie più influenti nell'Alto Adige del Quattrocento. La famiglia si estinse nel 1813. Il castello è stato venduto a un contadino. Ancora oggi il castello è privato e non può essere visitato.

Schlandersberg Castle is built on the bare rock-face above the town of Silandro/Silandro and has remained in its present form since the 16th Century. Schlandersberg Castle was originally the residence of the Schlandersbergs, one of the most influential families in the South Tyrol during the 15th Century. After the last member in the family line died in 1813, a farmer bought the castle and today the castle remains private property and is inaccessible to the public.

Visita/Visit: solo visitabile dal esterno/can only be visited from the outside

CASTELLO CENGLES / TSCHENGLSBERG CASTLE

Castello Cengles, chiamato anche Fuschsburg, nonostante le diverse epoche di costruzione si presenta come complesso unitario. All'entrata c'è il grande portale dell'anno 1000 con un arco di marmo bianco che nella chiave di volta ha scolpito lo stemma dei signori di Cengles. Il castello è proprietà di privati dal 1860 e oggi è una frequentata osteria culturale.

Tschenglsburg Castle, also known as Fuchsburg, remains a unitary building complex despite its different construction periods. At its entrance, there is the great entrance portal dating from the year 1000, with a keystone in the white marble arch engraved with the family coat of arms. The castle was privatized in 1860 and is today a popular cultural tavern.

Indirizzo/Address: Via Castello, 39020 Cengles

Orari d'apertura/Opening times: MAR-DOM 11.00-23.00 / THU-SUN 11 a.m.-11 p.m.

Contatto/Contact: +39 320 08 29 165, www.karlperfler.com, karl.perfler@rolmail.net

CHIESE E TENUTE / CHURCHES AND OLD MANORS

CHIESA DEL SACRO CUORE DI GESÙ / SACRED HEART OF JESUS CHURCH

La chiesa del Sacro Cuore di Gesù è stata costruita a Tanas in stile neoromano tra il 1895 e il 1897. Le sculture sono di Anton Santifaller. Sull'altare principale sono raffigurati la Madonna e S. Giuseppe che adorano il Cuore di Gesù. Santa messa dom ore 8.30 in lingua tedesca.

The Sacred Heart of Jesus Church was built by Tanas between 1895 and 1897 in neo-romantic style and the sculptures are the work of Anton Santifaller. On the main altar, there are the Madonna and St. Joseph, in adoration of the Heart of Jesus. Worship Sunday 8.30 am in German

Indirizzo/Address: Tanas, 39023 Tanas

Orari d'apertura/Opening times: Durante la santa messa, domenica alle ore 08.30 during the worship, Sunday at 8.30 a.m.

CHIESA DEI CAPPUCCINI / CAPUCHIN CHURCH

La chiesa e il convento dei Cappuccini a Silandro risalgono al 1644. La chiesa è dedicata a S. Giovanni Battista. Sull'altare principale troviamo raffigurato il battesimo di Cristo (17° sec.). Frati cappuccini vissero nel monastero fino al maggio 2018, dal giugno 2018 missionari di San Francesco di Sales gestiscono il monastero. Santa messa dom ore 10 in lingua italiana.

The church and the Capuchin monastery in Silandro/Silandro date back to 1644. The church is dedicated to St. John the Baptist and, on the main altar, there is a 17th century image portraying Christ's baptism. Capuchin fathers lived in the monastery until May 2018, since June 2018 missionaries of St. Francis de Sales manage the monastery. Worship Sun 8 am, on workdays 9 am

Indirizzo/Address: Via Cappuccini, 39028 Silandro

Orari d'apertura/Opening times: LUN-DOM 08.00-20.00 / MON-SUN 8 a.m.-8 p.m.

CHIESA DELLA NATIVITÀ DI MARIA / CHURCH OF THE NATIVITY OF THE BLESSED VIRGIN MARY

La chiesa della Natività di Maria risale all'anno 1499. Intorno al 1600 è stata aggiunta la cappella laterale. Questa è considerata una delle più belle opere sacrali barocche in Val Venosta. Dopo gli incendi degli anni 1885 e 1924 la chiesa è stata ricostruita. La chiesa è aperta tutto l'anno. Santa messa dom ore 8.30 in lingua tedesca.

The Church of the Nativity of the Blessed Virgin Mary dates from 1499 and the side chapel was added around 1600. It had to be rebuilt after being burned down both in 1885 and in 1924. Today it is considered one of the most beautiful sacral baroque examples in the entire Venosta Valley. The church is open all year. Worship Sun 8.30 am in German.

Indirizzo/Address: Via Tuchbleiche 23, 39020 Cengles

Orari d'apertura/Opening times: LUN-DOM 08.00-19.00 / MON-SUN 8 a.m.-7 p.m.

CHIESA MARIA LOURDES / CHURCH OF MARIA LOURDES

Della chiesa Maria Lourdes si dice che è stata costruita perché il 15 giugno del 1885 proprio in quel posto, un carro cadde dal ponte, uccidendo il signor Benedict Edler von Vintschgau di Merano. In memoria, la vedova fece costruire una cappella dedicata alla Madonna. Il parroco Ortner ha poi fatto costruire una nuova chiesa in stile neoromano in onore della Madonna di Lourdes. Ancora oggi la chiesa è un frequentato luogo di pellegrinaggio.

It is said that the Church of Maria Lourdes was built due to the fact that, on 15th June 1885 in that very spot, a cart fell off a bridge killing Benedict Edler von Vintschgau, of Merano. His wife had the chapel built in his memory, dedicating it to the Virgin Mary. The parish priest, Ortner, later had a new church built in neo-romantic style in honour of the Madonna of Lourdes and it remains a place of pilgrimage even today.

Indirizzo/Address: Via Nazionale, 39023 Lasa

Orari d'apertura/Opening times: LUN-DOM 08.00-19.00 / MON-SUN 8 a.m.-7 p.m.



CHIESA PARROCCHIALE DI MARIA ASSUNTA / PARISH CHURCH OF ASSUMPTION

La chiesa parrocchiale Maria Assunta e la cappella di S. Michele sono state ricostruite dopo l'incendio del 1499, consacrate nel 1505 e restaurate in stile neobarocco. Intorno al 1900, con lo Jugendstil, c'è stato un rinnovamento artistico. Il campanile, con i suoi 90 metri di altezza, è il più alto di tutto il Tirolo. La chiesa è aperta tutto l'anno. Santa messa sab ore 19.00, dom ore 8.30, ore 10, ore 19.00 in lingua tedesca

The parish Church of the Assumption and the Chapel of St. Michael had to be rebuilt after the fire in 1499 and both were restored in neo-baroque style and consecrated in 1505. Around 1900, there were additional stylistic renovations in the 'Jugendstil' and the 90-meter bell tower is the tallest in the entire Tyrol. The church is open all year. Worship Sat 7 pm, Sun 8.30 am, 10 am, 7 pm

Indirizzo/Address: Via Principale 131, 39028 Silandro

Orari d'apertura/Opening times: LUN-DOM 08.00-19.30 / MON-SUN 8 a.m.-7.30 p.m.

Contatto/Contact: +39 0473 620 186, www.pfarreischlanders.it, info@pfarreischlanders.it

CHIESA PARROCCHIALE DI SAN GIOVANNI / ST. JOHANNES' PARISH CHURCH

La chiesa parrocchiale di San Giovanni Battista di Lasa venne eretta nel 1200 circa, su terreno su cui già si trovava un edificio religioso del periodo carolingio, come testimoniato da un frammento di marmo ritrovato in loco e risalente a tale epoca. Nel 1499, nel corso della guerra dell'Engadina, la chiesa romanica venne incendiata, per essere poi ricostruita come chiesa gotica pochi anni dopo. Nella sua storia, la chiesa di S. Giovanni fu coinvolta in vari incendi. Solo negli anni '70 vennero portati alla luce le fondamenta e alcune parti dell'abside, che furono poi interamente ricostruiti. Sulla parete est si trovano tre grandi archi a luce chiusa, che ricordano la sezione di una basilica di stile romanico. Attorno all'abside sono visibili sculture di animali, tra i quali un leone e un montone, tutte di pregevole fattura. Un rilievo altomedievale dei tre santi martiri Sisinnio, Alessandro e Martirio adorna l'altare. Santa messa sab ore 19.30, dom ore 10 (inverno sab ore 18, dom ore 10) in lingua tedesca.

St. Johannes' Parish Church in Lasa was erected around 1200 on the site of a previous church from the Carolingian period, as evidenced by a marble fragment dating from these times. The chaotic events surrounding the brutal Swabian War saw the Romanesque church burned down in 1499, although it witnessed a Gothic rebuild a few short years later. St. Johannes Parish Church has been damaged by fire on several occasions throughout its history, with the foundation walls and workpieces of the Romanesque apse only being rediscovered in the 1970s. These were then reconstructed true to the original style. The East wall comprises three large blind arches that resemble the profile of a Romanesque basilica. Masterful animal sculptures can be viewed all around the apse, including depictions of a lion and a ram. The altar itself is furnished with a relief that dates from the Early Middle Ages and features St. Sisinnius, St. Alexander and St. Martyrius. Worship Sat 7.30 pm, Sun 10 am (Winter Sat 6 pm, Sun 10 am)

Indirizzo/Address: Via Venosta, 39023 Lasa

Orari d'apertura/Opening times: LUN-DOM 08.00-19.30 / MON-SUN 8 a.m.-7.30 p.m.

Contatto/Contact: +39 0473 626 552, www.kirche-laas.org, pfarre.johannes.laas@rolmail.net

CHIESA DI SANTO SPIRITO ALL'OSPEDALE / CHURCH OF SACRED SPIRIT

La Chiesa di Santo Spirito all'Ospedale è una costruzione gotica del 14° secolo. Nel 1499 è stata distrutta da un grande incendio. Nel 1514 è stata ricostruita. Nella chiesa si trovano affreschi del 13° e del 16° secolo. È dedicata alla Santissima Trinità. La chiesa di Santo Spirito all'Ospedale è un'opera tipica con portale, finestre a intradosso, angolari di marmo e un coro rientrato.

The Church of the Sacred Spirit is a 14th century gothic construction, which, in 1499, was destroyed in a great fire and was subsequently rebuilt in 1514. The church is dedicated to the Holy Trinity and houses several frescos dating to the 13th and 16th centuries. The church of the Sacred Spirit is a typical construction of the period complete with portal, inset windows, marble cornerstones and choir stall.

Indirizzo/Address: Via Ospedale, 39028 Silandro

Visita/Visit: Aprile - fine Ottobre, martedì ore 10 nell'ambito della guida storico-culturale / April - End of October, Tue 10 a.m. visit as part of the art-historical guide

Contatto/Contact: +39 0473 730 155, www.schlanders-laas.it, info@schlanders-laas.it

CHIESA S. GIOVANNI BATTISTA / CHURCH OF ST. JOHN THE BAPTIST

La chiesa è dedicata a S. Giovanni Battista. Non è possibile stabilire con esattezza l'anno di costruzione. Particolarmente interessanti sono il polittico gotico del 16° sec., l'altare marmoreo "versus populum" dello scultore Karl Grasser, la magnifica vetrata di Robert Scherer e la figura lignea della Pietà. Santa messa sab ore 19.30, dom ore 9.45 in lingua tedesca.

The church is dedicated to St. John the Baptist although it isn't possible to determine the year in which it was built with any degree of certainty. The 16th Century gothic polyptych, together with the 'versus populum' marble altar by the sculptor Karl Grasser, the magnificent window by Robert Scherer and the wooden figure of the Pietà are all of particular interest. Worship Sat 7.30 pm, Sun 9.45 am in German language

Indirizzo/Address: Vecchia Strada, 39028 Corzes

Orari d'apertura/Opening times: LUN-DOM 08.00-19.30 / MON-SUN 8 a.m.-7.30 p.m.

Contatto/Contact: +39 0473 620 186, www.pfarrei-schlanders.it, info@pfarreischlanders.it

CHIESA S. MARTINO / CHURCH OF ST. MARTIN

La Chiesa di S. Martino nell'alto medioevo era la chiesa madre di tutte le chiese della Val Venosta centrale. Secondo la leggenda la sua zona d'influenza si estendeva da Prato allo Stelvio a Ciardes e fino a Vent, nell'Ötztal. La chiesa è stata donata nel 1212 all'Ordine Teutonico. Da vedere un polittico del 15° sec., l'altare centrale barocco e un tabernacolo girevole del Settecento.

The Church of St. Martin was, during the High Medieval period, the main church in the Central Venosta Valley. Legend has it that its area of jurisdiction extended from Prato allo Stelvio/Prad am Stilfserjoch past Ciardes/Ciardes all the way to Vent, in the Ötztal Alps. In 1212, the church was handed over to the Teutonic Order. Of particular interest are a 15th Century polyptych, the baroque main altar and a swivelling eighteenth-century tabernacle.

Indirizzo/Address: Via della Chiesa, 39028 Covelano

Orari d'apertura/Opening times: Santa messa, DOM ore 08.15 / Worship, SUN 8.15 a.m.

CHIESA DI S. NICOLA / CHURCH S. NICOLAS

La chiesa di S. Nicolò è documentata per la prima volta nel 1432. Nel 1840 tutto il paese con la sua chiesa è stato gravemente danneggiato da una grossa frana. Dieci anni dopo la chiesa è stata ricostruita. S. Nicolò è il patrono dei viaggiatori. Questo fa presupporre che l'antica strada della Venosta passasse già ai tempi dei romani per Vezzano. La chiesa è aperta tutto l'anno. Santa messa dom ore 8.30 in lingua tedesca.

The Church of St. Nicholas was recorded for the first time in 1432. In 1840 a landslide seriously damaged the entire town and the church, which was rebuilt ten years later. Since St. Nicholas is the patron saint of travellers, one can assume that the old Venosta road was already used by the ancient Romans to reach Vezzano/Vezzan. The church is open all year. Worship Sun 8.30 am in German.

Indirizzo/Address: Via del paese, 39028 Vezzano

Orari d'apertura/Opening times: LUN-DOM 08.00-19.00 / MON-SUN 8 a.m.-7 p.m.

Contatto/Contact: +39 0473 260 186, www.pfarrei-schlanders.it, info@pfarreischlanders.it

CHIESA SAN PIETRO / CHURCH OF ST. PETER

La Chiesetta S. Pietro dovrebbe essere stata costruita già nel 1396, è però poi stata distrutta dall'inondazione del rio Tanas. Intorno al 1500 è stata costruita una nuova chiesa, della quale si possono vedere le rovine ancora oggi subito sotto S. Pietro. L'odierna Chiesa di S. Pietro è stata costruita nel 1769 in stile barocco e consacrata nel 1782. Il "sentiero di meditazione" porta, in quattro stazioni, da Tanas alla chiesetta.

The little church of St. Peter was built in 1396 but was destroyed during the flood of the Tanas river. A new church was built around 1500, the ruins of which can be seen just below St. Peter's Church. St. Peter's church, which is still standing today, was built in 1769 in baroque style and consecrated in 1782. The four-station Meditation Trail leads from Tanas to this little church.

Località/Village: 39023 Tanas

Visita/Visit: solo visitabile dal esterno/can only be visited from the outside

Contatto/Contact: +39 0473 626 552, www.kirche-laas.org, pfarre.johannes.laas@rolmail.net



CHIESA S. REMIGIO / CHURCH ST. REMIGIO

L'antica chiesa di Oris era la chiesa di S. Bartolomeo. Dopo che una frana aveva distrutto tutto l'insediamento, è stata costruita una nuova chiesa, dedicata a S. Remigio, ai piedi della montagna. Questa è documentata per la prima volta nel 1424. Altre frane, nel 1831, nel 1840 e nel 1855 hanno devastato il paese, così che nel 1852 è stata costruita una nuova chiesa. Santa messa: domenica alle ore 10 in lingua tedesca.

The old church at Oris was St. Bartholomew's. After a landslide destroyed the entire settlement, a new church was built at the foot of the mountain dedicated to St. Remigio and was documented for the first time in 1424. Landslides recorded in 1831, 1840 and 1855 destroyed the town and in 1852 a new church was built. Worship: Sunday 10 am in German.

Località/Village: 39023 Tanas

Orari d'apertura/Opening times: LUN-DOM 08.00-19.00 / MON-SUN 8 a.m.-7 p.m.

Contatto/Contact: +39 0473 626 552, www.kirche-laas.org, pfarre.johannes.laas@rolmail.net

CHIESA S. VALPURGA / CHURCH OF ST. VALPURGA

La Chiesa S. Valpurga è documentata già nel 1233 come „basilica in Gevelano“. È stata ricostruita in stile tardogotico nel 1502. È l'unica costruzione sacrale tardogotica rimasta in Val Venosta. Oggi la Chiesa S. Valpurga funge da cappella funeraria. Orario d'apertura: durante la santa messa, dom ore 8.15.

The Church of St. Valpurga is already recorded in 1233 as the Basilica in Gevelano and was rebuilt in late gothic style in 1502. It is the only sacral late gothic edifice in the whole of the Venosta Valley and today it serves as a funeral chapel. Opening times: during the church service, sun 8.15 am.

Indirizzo/Address: Via della Chiesa, 39028 Covelano

Orari d'apertura/Opening times: Santa messa, DOM ore 08.15, in lingua tedesca / Worship, SUN 8.15 a.m., in german

Contatto/Contact: +39 0473 620 186, www.pfarrei-schlanders.it, info@pfarreischlanders.it

CHIESA DI SANT'EGIDIO / ST. ÄGIDIUS CHURCH

Durante l'estate, percorrendo con lo sguardo il Monte Sole, giusto sopra il centro di Silandro è possibile individuare la piccola chiesetta di Sant' Egidio. L'edificio, collocato tra terrazzi di pietra nel mezzo dell'area stepposa di Corces, ricorda scorci più mediterranei che alpini. Il tetto a piramide ottagonale del campanile e il grande affresco di S. Cristoforo sulla facciata a sud caratterizzano la chiesa di Sant' Egidio, che è simbolo per tutta la valle. La torre campanaria risale al XIV secolo e fu realizzata in occasione dei lavori di ampliamento della chiesa romanica. L'affresco di S. Cristoforo, invece, risale al periodo attorno il 1330. Anche sulle pareti interne sono presenti pitture risalenti al XIII e XV secolo, un periodo in cui la chiesa abbarbicata sopra i pendii di Corces era molto frequentata. Già in tempi remoti l'uomo iniziò a stabilirsi in questa posizione strategica con vista su tutta la valle. La presenza di popoli antichi è testimoniata anche dal ritrovamento di resti di un insediamento preistorico nelle immediate vicinanze, chiamato dagli abitanti del posto "Schatzknott".

If you let your gaze wander over the barren slopes of the Sonnenberg mountain range in the Vinschgau valley in summertime, the white-chalk St. Ägidius' church above Silandro/Silandro will stand out. Embedded in the stone terraces of the Corces/Corces steppe belt, the small Romanesque church resembles a Mediterranean rock church. With its octagonal spire and the oversized Christophorus fresco on the south facade, St. Ägidius is also a landmark of the valley. The massive tower with a octagon roof was not built until the 14th century, when the Romanesque church was expanded. The Christophorus fresco, on the other hand, dates from around 1330. Inside there are also wall paintings from the 13th and 15th centuries, when the church above the Corceser Leiten meadows was much used. As a result of the strategically favourable environs featuring a view over the valley, people settled here in ancient times. Specifically, the remains of a prehistoric settlement, known locally as the "Schatzknott," were uncovered nearby.

Indirizzo/Address: Via Monte Mezzodi, 39028 Corces

Orari d'apertura/Opening times: VEN 09.00-17.00 Aprile-Ottobre / FRI 9 a.m. - 5 p.m.

April-October

Contatto/Contact: +39 0473 730 155, www.schlanders-laas.it, info@schlanders-laas.it

CHIESA DI SAN SISINIO / ST. SISINIUS' CHURCH

La chiesa di San Sisinio svetta da un'altura di Lasa, noto paese del marmo. L'edificio, caratterizzato dall'inusuale torre sul coro, venne eretto sulle rovine di una costruzione preesistente. Ritrovamenti di scheletri e frammenti di terracotta testimoniano la presenza di un luogo di culto risalente all'età del bronzo. L'antica antropizzazione della collina è sicuramente da ricondurre alla sua posizione, che permette ancora oggi ai visitatori di godere di un panorama fantastico con vista sulle montagne circostanti. La chiesa, nominata per la prima volta nel 1290, è dedicata al martire Sisinio, che fu attivo nell'Alta Val di Non. Le alte mura che circondano l'edificio, costruite in stile romanico a spina di pesce, presentano sulla parete a est un portale gotico ad arco ogivale senza battente. Il coro è sovrastato da una torre, che è coperta da una costruzione in pietra a forma di piramide. La navata presenta invece due finestre ad arco, un arco di trionfo sporgente e un portale in marmo di Lasa. La chiesa non ha alcun allestimento sacrale ed è chiusa. Viene addobbata una sola volta all'anno, poco prima di Pasqua, quando viene esposta la tomba pasquale. Il venerdì e sabato santo nella chiesa di San Sisinio viene esposta la tomba pasquale.

The Romanesque St. Sisinius' Church is situated on a plateau above Lasa/Lasa, the village of marble in South Tyrol. Its rare choir tower church was built on the ruins of a former building. Skeleton and clay fragments from the Bronze Age even prove the existence of a cult worship place. The hill's many years of settlement are probably due to its location. Even today, visitors enjoy the wonderful view of the surrounding mountains that extend to the Lasaer Ferner glacier. The church itself was first mentioned in 1290 and is dedicated to the martyr Sisinus, who lived in the Nonsberg area of South Tyrol. Surrounded by a high asylum wall in a Romanesque herringbone pattern, the eastern wall has a Gothic pointed arch gate devoid of a gate wing. The choir is located in the tower, which is covered by a stone tower pyramid. The nave, on the other hand, has two round arched windows, a protruding triumphal arch and a portal made of pure Lasa marble. The church has no sacral furniture and is closed. Once a year only, just before Easter, it is decorated as an Easter grave for devotion. On Good Friday and Holy Saturday the Easter tomb is on display in the church.

Indirizzo/Address: Via Venosta, 39023 Lasa

Orari d'apertura/Opening times: Venerdì + Sabato pasquale, giornata del Romano /

On the Good Friday + Holy Saturday of Easter, Romanesque Day

Visita/Visit: solo visitabile dal esterno / can only be visited from the outside

Contatto/Contact: +39 0473 626 552, www.kirche-laas.org, pfarre.johannes.laas@rolmail.net

MUSEI E ALTRO / MUSEUMS & OTHERS

"PFELER UND KOUNDL"

Nei tempi antichi, per poter irrigare anche la parte più arida della valle, l'acqua veniva condotta per mezzo di cataletti di larice posti su alti piloni in muratura che passavano sopra i tetti delle case e l'Adige.

To be able to irrigate the dry valley of the Sun-mountain then, one led the water in larch-wood-gutters on high wall-pier over house roofs and over the river Etsch away on the opposite valley-side.

Indirizzo/Address: Via Bersaglio, 39023 Lasa

AVIMUNDUS

L'avimundus è il quinto centro visitatori del Parco Nazionale dello Stelvio e si trova a Silandro. Offre uno spaccato del mondo degli uccelli e della loro affascinante e diversificata biologia, in una mostra permanente. I visitatori hanno a disposizione una ricca scelta di documentari sugli uccelli e il loro habitat e una stazione multimediale che presenta tutte le specie di uccelli che nidificano regolarmente in Alto Adige.

The visitor centre avimundus in Silandro/Silandro is entirely devoted to the bird kingdom of the Stelvio Pass. A permanent exhibition offers visitors an overview of the world of birds in the National Park, and selected bird species are clearly presented and assigned to their respective habitats. Visitors are given extensive information about the breeding and rearing, and on bird voices and their songs.

Indirizzo/Address: Via Principale 67, 39028 Silandro

Orari d'apertura/Opening times: Mar-SAB 09.30-12.30 + 14.30-17.30 maggio-fine ottobre & fine dicembre-fine marzo / TUE-SAT 9.30-12.30 a.m. + 2.30-5.30 p.m. May-end October & end December-end March

Prezzo/Price: Euro 3,00

Contatto/Contact: +39 0473 730 156, www.nationalpark-stelvio.it, info@avimundus.com



MOSTRA DI MENHIR / MENHIR EXHIBITION

Esse costituiscono una straordinaria testimonianza dell'età del Rame. Le pietre figurate permettono di gettare uno sguardo nella società di allora e ci raccontano la storia entusiasmante dei nostri antenati. Durante i lavori di costruzione di un vivaio nella giardiniera Schöpf a Vezzano vennero in luce due statue stele di marmo della Val Venosta. Si tratta di una statua stele maschile e di una femminile. Quella maschile è alta più di tre metri. Reca un cinturone a festoni al di sopra del quale si trova il manico di un pugnale. La statua stele femminile è dotata di una veste, un collare e di una coppia di seni. Oggi non è più possibile immaginare come fossero originariamente disposte le statue stele. Con ogni probabilità i due monumenti erano parte di un gruppo di menhir figurati. Oltre a questi due originali, 18 menhir - dell'Alto Adige e Trentino - sono visti come stele d'immagine astratta di metallo.

From March 2017, a comprehensive Menhir exhibition will be to visit in the Silandro-burg castle. They are extraordinary silent witnesses to the Copper Age past. The carved figures give us a glimpse into the society of the time and tell a fascinating story about our forefathers. The two statue-stele of Vinschgau marble were discovered during the construction of a glass house at the Schöpf Nursery in Vetzan. One is a male and one a female figure. The male is over 3 m high. He is wearing a belt formed of decorative swags. Above it is the handle of a dagger. The female statue-stele is wearing a robe and a pendant and is portrayed with breasts. It is no longer possible for us to figure out the original arrangement of the statue-stele. It is highly probable that they once belonged to a group of statue-stele. In addition to these two originals, 18 menhirs - from South Tyrol and Trentino - are to be seen as abstracted metal sculptures.

Indirizzo/Address: Via Castello Silandro 6, 39028 Silandro

Orari d'apertura/Opening times: LUN, GIO, VEN 09.00-12.00 + 14.00-18.00, MAR 09.00-12.00 + 14.00-19.00, MER, SAB 09.00-12.00 / MON, THU, FRI 9-12 a.m + 2-6 p.m., TUE 9-12 a.m. + 2-7 p.m., WED, SAT 9-12 a.m.

Contatto/Contact: +39 0473 737 780, www.schlandersburg.it, bibliothek@schlanders.it

MARMO DI COVELANO E LASA / MARBLE FROM COVELANO AND LASA

A monte di Covellano e del pittoresco borgo di Lasa ai piedi del massiccio dell'Ortles-Cevedale, da secoli si estrae il marmo più puro d'Europa. Oltre ad essere purissimo, questo marmo è anche particolarmente duro e resistente, anche alle intemperie. Le visite e le escursioni permettono ai visitatori di conoscere da vicino la storia e le curiosità legate al marmo di Covellano e Lasa. L'interno della cava secolare non è visitabile per motivi di sicurezza. Già utilizzato in antichità dai romani per le pietre miliari lungo la Via Claudia Augusta, questa vena di marmo è stata riscoperta nell'età moderna. Dalla metà del 19° secolo il marmo viene estratto nuovamente nelle cave della Croda Jenne e di Acqua Bianca.

High above Covellano/Göflan and the idyllic village of Lasa/Lasa, at the foot of the Ortler massive, there is a quarry where the purest marble in Europe has been mined for centuries. This marble is not only pure in character, but extremely hard, durable, and weather-resistant. A series of guided tours and marble-themed hikes offer visitors an interesting insight into the history of the local marble industry. The interior of the centuries-old marble quarry itself cannot be visited for safety reasons. Around the idyllic village of Lasa at the foot of the Ortles massif, the purest marble has been mined in Europe for centuries. Even in ancient times the hard, resilient Lasa marble was used for the milestones on the Roman road Via Claudia Augusta, and in modern times, the marble seams were rediscovered. Hence, the noble rock has been quarried since the mid-19th in the Jennwand and the Weisswasser quarry.

Indirizzo/Address: 39028 Covellano, 39023 Lasa

Visita classica/Visit classic: Prenotazione: Waldner Amadeus, +39 329 20 43 340, www.marmoruehrung.com, info@marmoruehrung.com

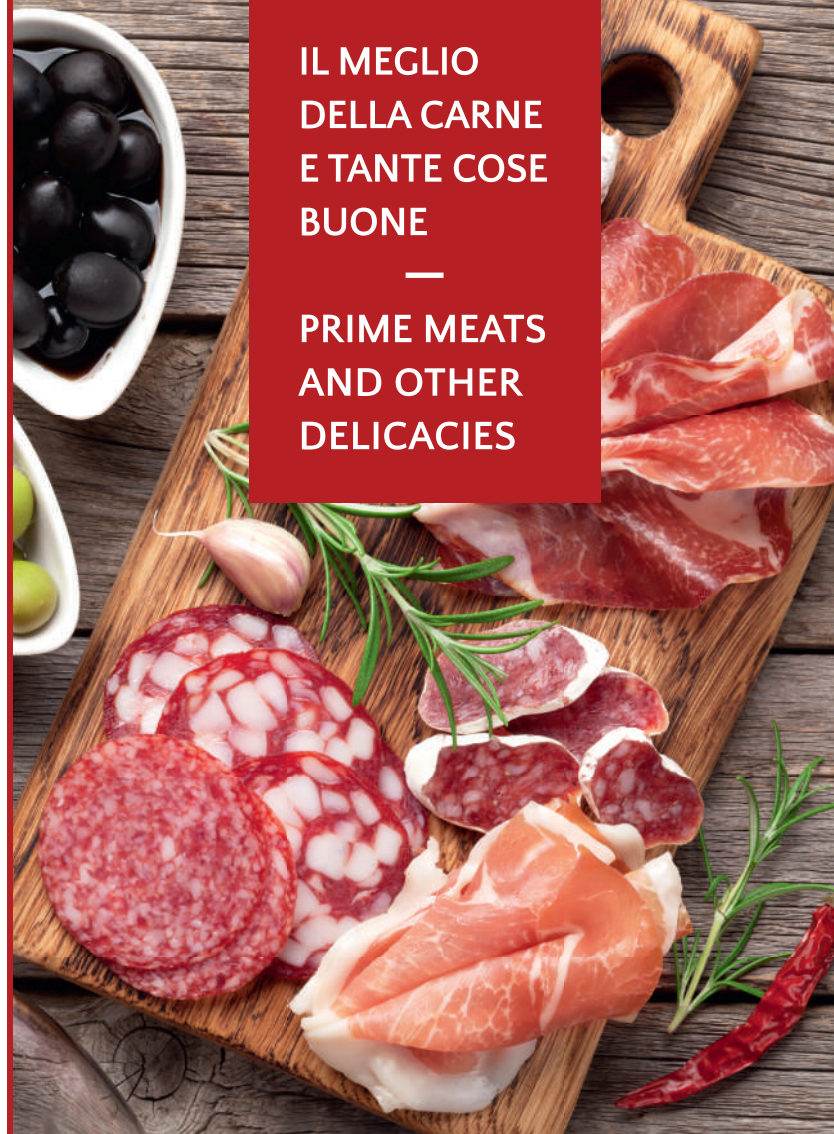
Visita/Visit Marmorplus: ogni martedì da metà luglio a metà settembre, ore 14.45, Prenotazione: 347 40 95 404, www.marmorplus.it, info@marmorplus.it

Prezzo/Price: adulti Euro 11,00 - bambini fino a 12 anni Euro 5,00



IL MEGLIO
DELLA CARNE
E TANTE COSE
BUONE

—
PRIME MEATS
AND OTHER
DELICACIES



METZGEREI LEGGERI

Hauptstraße 109, Fußgängerzone Schlanders · T +39 0473 73 00 87

leggeri.ohg@rolmail.net · www.metzgerei-leggeri.it



Luoghi da vedere dintorni

Places to see in the surroundings

Vivere una vacanza in Alto Adige significa poter scegliere ogni giorno tra innumerevoli luoghi, attività, eventi, manifestazioni... Ne abbiamo per tutti i gusti e per tutte le età! Abbiamo pensato di facilitarvi, proponendovi alcuni consigli.

Experience a holiday in South Tyrol means being able to choose every day from countless places, activities, events, manifestations ... We have them for all tastes and for all ages! We thought we would make it easier for you by offering you some tips.

ARCHEOPARC VAL SENALES / SENALES VALLEY

Il Neolitico in 5.000 mq. L'ArcheoParc è situato in Val Senales/Alto Adige, a poca distanza dal sito di ritrovamento di Ötzi. Il parco-museo didattico all'aperto racconta come e dove l'Uomo venuto dal ghiaccio viveva insieme ai suoi contemporanei 5300 anni fa e della fortunata serie di coincidenze che hanno portato alla sua scoperta. Ecco cosa significa: Vi invitiamo a visitare due mostre permanenti e l'area all'aperto con ricostruzioni di case neolitiche. Qui si svolge il programma giornaliero composto da dimostrazioni e attività per i visitatori. Insieme cerchiamo di ricostruire un pezzo della preistoria, di avvicinarci ad essa e di toccarla con mano. Il nostro approccio ludico-creativo viene reso possibile anche dai colleghi del Museo Archeologico di Bolzano, che provvedono alla conservazione e presentazione al pubblico della vera mummia dei ghiacci e dei suoi reperti originali. 5,000 sq.m of the Copper Age. The outdoor archaeological museum near the location where Ötzi the Iceman was found in the Val Senales valley of South Tyrol shows where and how Ötzi and his contemporaries lived 5,300 years ago. In concrete terms, that means: we reconstruct prehistory and, in so doing, make it accessible and comprehensible. Our playful and creative approach is possible because our colleagues at the South Tyrol Museum of Archaeology in Bolzano take care of the conservation and presentation of the glacier mummy and the objects that were found with him.

Indirizzo/Address: Madonna di Senales 163, 39020 Val Senales

Orari d'apertura/Opening times: Pasqua-Ognisanti giornaliero 10.00-17.00/Easter-All Saints'Day daily 10 a.m.-5 p.m.

Ingresso/Entrance fee: adulti/Adults Euro 14,00, bambini/Children Euro 12,00, famiglia/Family (3) Euro 32,00, famiglia/Family (4) Euro 42,00

Contatto/Contact: +39 0473 676 020, www.archeoparc.it, info@archeoparc.it

Distanza/Distance: 24 km

BOLZANO - IL CAPOLUOGO ALTOATESINO / THE CAPITAL OF SOUTH TYROL

Grazie alle sue due entità, Bolzano è capace di stupire i turisti provenienti da ogni dove. I due volti, uno Nord-Europeo e l'altro più Mediterraneo, costituiscono un connubio perfetto intracciabile nelle bellezze storico-artistiche della città. Per secoli Bolzano è stato il centro privilegiato per scambi commerciali tra Italia e Germania. Oggi il capoluogo altoatesino è città cosmopolita che sa essere vivace, allegra, moderna e raffinata al tempo stesso! Thanks to its double perspective, Bolzano is able to mesmerize tourists who come from all over. Its two lifestyles, one Northern European and the other more Mediterranean, combine to make the perfect union, which can be clearly seen in the historic and artistic treasures of this city. For centuries, Bolzano has been the privileged centre of commercial exchanges between Italy and Germany. Today, the capital of Alto Adige has become a cosmopolitan city that knows how to be lively, cheerful, modern and yet refined all at the same time!

Località/Village: 39100 Bolzano

Visita/Visit: Visite guidate - info e prenotazione presso l'Azienda di Soggiorno e Turismo di Bolzano/Guided tours - Info and registration at the Tourist board Bolzano

Informazioni/Information: Azienda di Soggiorno e Turismo di Bolzano / Tourist board Bolzano

Contatto/Contact: +39 0471 307 000, www.bolzano-bozen.it, info@bolzano-bozen.it

Distanza/Distance: 57 km

CASTEL COIRA / CHURBURG CASTLE

Sopra Sluderno in Val Venosta sorge Castel Coira, uno dei castelli meglio conservati dell'Alto Adige. L'edificio fu eretto nel 1259 e, dal 1504, è proprietà privata dei Conti Trapp. Oggi, chi visita il castello s'imbatte in una residenza rinascimentale, con uno splendido loggiato. La cappella in stile romanico, la sala degli antenati, la stanza di Giacomo ed altri vani sfarzosi sono tesori di particolare rilievo. Di fama internazionale è l'armeria, la raccolta privata più vasta di questo genere con le armature dei signori del castello, realizzate tutte su misura dai più famosi artigiani dell'epoca.

Above Sluderno in the sunny Vinschgau, towers the Churburg, one of the best preserved castles of South Tyrol. Today's visitors find an impressive Renaissance castle, enhanced by the remarkable paintings in the arcades surrounding the courtyard. Many precious objects are to be seen in the Romanic chapel, the Matscher chamber and other splendid rooms. The world renowned armoury contains the largest collection of its kind. The harnesses, all made for members of the family, are of incomparable artistic and historic value.

Indirizzo/Address: Castel Coira 1, 39020 Sluderno

Orari d'apertura/Opening times: metà marzo-ottobre MAR-DOM 10.00-12.00 + 14.00-16.30/middle March-October TUE-SUN 10 a.m.-12 a.m. + 2 p.m.-4.30 p.m.

Visita/Visit: giornaliero ogni 15 minuti/daily every 15 minutes

Ingresso/Entrance fee: adulti/Adults Euro 12,00 - famiglia/family Euro 28,00

Visita/Visit: solo visitabile con guida/can only be visited with guide

Contatto/Contact: +39 0473 615 241, www.churburg.com, info@churburg.com

Distanza/Distance: 26 km



LA CITTÀ STORICA DI GLORENZA IN VAL VENOSTA / THE HISTORIC TOWN OF GLORENZA

La città storica di Glorenza, a Sud della mitica Collina di Tarces, è, con i suoi 900 abitanti, una delle più piccole città al mondo. Citato per la prima volta nel 1034, questo gioiello dell'Alta Val Venosta, oltre al centro storico medievale, vanta l'unica struttura fortificata completamente pervenuta delle Alpi, risalente al XVI secolo, con mura di cinta e tre pittoresche torri delle porte. L'antico centro storico di Glorenza, con i porticati e le imponenti case padronali, testimonia delle antiche ricchezze della città, ubicata sulla Via Claudia Augusta e importante punto di incontro per il commercio del sale. Ancora oggi a Glorenza ci sono tracce di insediamenti risalenti all'epoca romana. Nella Torre di Tubre, un'esposizione permanente commemora il più famoso abitante di questa città, l'artista e disegnatore Paul Flora, scomparso nel 2009.

With its 900 inhabitants, the historic town of Glorenza/Glurns in the south of Malles/Mals is one of the smallest cities in the world. First mentioned in 1304 as Glurns, Glorenza has hardly changed over the centuries. This gem of the Upper Venosta Valley has a medieval centre and boasts the only intact enclosed fortification, complete with fully preserved ramparts and picturesque gate towers. The old historic centre with its arcades, villas, churches and Castle, showcase the former wealth and importance of the city. Historically, Glorenza was situated at a busy junction along the Via Claudia Augusta and was an important trading centre for the salt trade. There are a number of archaeological traces dating back to Ancient Roman times. The Gate Tower hosts a permanent exhibition of the most famous son of the city, the artist and illustrator Paul Flora, who died in 2009. rühmtesten Sohn der Stadt, den 2009 verstorbenen Künstler und Zeichner Paul Flora.

Località/Village: 39020 Glorenza

Visita/Visit: Visite guidate - info e prenotazione presso l'ufficio turistico/ Guided tours - Info and registration at the Tourist Office

Informazioni/Information: Ufficio informazioni Glorenza/Tourist information Glorenza

Contatto/Contact: +39 0473 831 097, www.ferienregion-obervinschgau.it,

glurns@ferienregion-obervinschgau.it

Distanza/Distance: 29 km

IL CAMPANILE SOMMERSO NELL'ACQUA - LAGO DI RESIA / THE CHURCH TOWER IN THE RESIA LAKE

Il Campanile nel lago - il simbolo della Val Venosta è a un tempo fiabesco e affascinante. La chiesetta romanica del 14° secolo è muta testimone dell'irresponsabile costruzione della diga avvenuta subito dopo la fine della Seconda Guerra Mondiale. Un bacino artificiale per la produzione di energia elettrica era il progetto successivo ancora sotto l'impero austro-ungarico. Il governo italiano (dopo la prima guerra mondiale, nel 1919, il Tirolo è stato diviso col patto pacifico di St. Germain, e l'Alto Adige annesso dall'Italia) nel 1920 ha ripreso il progetto e ha concesso una elevazione del livello d'acqua fino a 5 metri. La dimensione di questo progetto non era tanto preoccupante perché non aveva un immediato pericolo per i paesi Curon e Resia. Nel 1939 lo Stato concesse al consorzio "Montecatini" la costruzione di una diga in basso al "Mittersee", la quale doveva permettere un ristagno d'acqua fino a 22 metri. La popolazione di Curon e Resia veniva totalmente trascurata. Con l'inizio della seconda guerra mondiale il progetto fu temporaneamente abbandonato. Nel 1947 però, sbalordendo le popolazioni dei due paesi, la "Montecatini" annunciò l'immediato proseguimento della costruzione del lago artificiale. Nell'estate del 1950 tutto era ormai pronto. Le chiuse sono state serrate e l'acqua si è alzata. 677 ettari di terreno sono stati sommersi, quasi 150 famiglie hanno perso i loro averi, la metà di questi è stata costretta all'emigrazione. I risarcimenti erano molto modesti. Gli abitanti di Curon sono stati sistemati in delle baracche di fortuna costruite in gran fretta all'inizio di Vallelunga. Con questo progetto di diga, nato al tempo del fascismo, centinaia di famiglie hanno perso le basi della loro esistenza. Oggi il campanile nel lago a Curon è stato messo sotto protezione ed è diventato una calamita per turisti e il simbolo del comune.

The symbol of Venosta Valley is quite fascinating and rather like a fable. As from 1922, Fascism had taken hold in Italy, including South Tyrol. In 1939, the Montecatini conglomerate began the construction of a 22-meter deep dam project in Resia/Reschen, with complete disregard for the sensibilities and remonstrations of the local South Tyrolean population. Construction was suspended after the outbreak of the War and it was hoped that this would mark the end of the project. But in 1947, just two years after the end of the War and much to the dismay of the local population, Montecatini announced that work on the construction of the dam was to be resumed. By the summer of 1950, it was all over. The locks had been tightened and the water was rising, flooding 677 hectares of land affecting 150 families, half of which were forced to emigrate. Compensation was meagre and the inhabitants of the town of Curon/Graun, which was completely flooded, were housed in temporary accommodation - basic shacks located at the entrance of the Vallelunga/Langtaufers. The dam was the product of fascism and through it hundreds of families lost the basis of their livelihood. The half-submerged church steeple in the Resia Lake has since been declared a protected historical artefact, becoming a tourist attraction and thus symbolizing the legacy of old Curon.

Località/Village: 39027 Graun

Visita/Visit: nur von außen möglich

Informazioni/Information: Associazione turistica Reschenpass

Contatto/Contact: +39 0473 633 101, +39 0473 634 603,

www.reschenpass.it, info@reschenpass.it

Distanza/Distance: 47 km

I GIARDINI DI CASTEL TRAUTTMANSDORFF / THE GARDENS OF TRAUTTMANSDORFF CASTLE

I Giardini di Castel Trauttmansdorff a Merano, estesi a digradare su una superficie complessiva di 12 ettari, riuniscono in un anfiteatro naturale paesaggi esotici e mediterranei, vedute mozzafiato sugli scenari montani circostanti e su una Kurstadt Merano baciata dal sole. In più di 80 ambienti botanici prosperano e fioriscono piante da tutto il mondo. Giovani o vecchi, appassionati di botanica o gente comune: i Giardini di Castel Trauttmansdorff affasciano chiunque con l'incantevole intreccio fra natura, cultura e arte. Svariate stazioni multisensoriali, suggestivi giardini a tema, padiglioni artistici ed esemplari del regno animale fanno dei Giardini di Castel Trauttmansdorff, comodamente raggiungibili anche a piedi da Merano, una realtà quanto mai variegata e affascinante. Il Touriseum, Museo Provinciale del Turismo, ospita un'inusitata prospettiva su due secoli di storia del turismo in Tirolo e a Merano.

The Gardens of Trauttmansdorff Castle, located in the town of Merano (Merano) in northern Italy, is a botanical garden nestled into a twelve-hectare amphitheatre with an altitude differential of 100 meters. Trauttmansdorff offers spectacular views of exotic gardens and breathtaking vistas of the surrounding mountains and the spa resort town of Merano. Colorful plants from all around the world thrive and bloom in Trauttmansdorff's more than eighty garden landscapes. Ideal for both children and adults as well as for botany experts and laymen alike, the Gardens of Trauttmansdorff Castle is a unique blend of botanical garden and recreational attraction. Multifaceted Experience Stations, spectacular themed gardens, Artist Pavilions and intriguing animals turn the Gardens of Trauttmansdorff Castle - within easy walking distance from Merano - into a colorful world where visitors enjoy a variety of different experiences. The Touriseum, South Tyrol's Province Museum of Tourism, covers 250 years of tourism history in Tyrol and Merano in a very engaging way.

Indirizzo/Address: Via San Valentino 51/A, 39012 Merano

Orari d'apertura/Opening times: 01.04.-15.10. 09.00-19.00 (giugno-agosto ogni venerdì fino 23.00) / 9 a.m.-7 p.m. (June-August every Friday until 11 p.m.); 16.10.-31.10. 09.00-18.00 / 9 a.m.-6 p.m.; 01.11.-15.11. 09.00-17.00 / 9 a.m.-5 p.m.

Visita/Visit: giornaliero Euro 7,00 a persona / daily Euro 7,00 per person

Ingresso/Entrance fee: adulti/Adults Euro 16,00 famiglia/Family Euro 36,00 Senior

Euro 14,00 (prezzi senza visita guidata/price without guided tour)

Contatto/Contact: +39 0473 255 600, www.trauttmansdorff.it, info@trauttmansdorff.it

Distanza/Distance: 33 km

Nota/Note: gli animali non sono ammessi/it is not permitted to carry animals

IL MONDOTRENO A RABLÀ - ALTO ADIGE IN MINIATURA / THE TRAIN WORLD MUESUM IN RABLÀ - MINIATURIZED SOUTH TYROL

Il Mondotreno a Rablà nel comune di Parcines conquista grandi e piccoli. Il modellino digitale di ferrovia più grande d'Italia occupa ben tre piani. Sui 1.000 m² di superficie espositiva, il visitatore può ammirare un paesaggio in miniatura davvero spettacolare con 400 metri di rotaie, 40 treni circolanti, 400 veicoli e 7.000 figure. Con i suoi 20.000 elementi, Mondotreno è una delle collezioni private più grandi d'Europa. I piccoli visitatori possono diventare capotreno e guidare un modello attraverso affascinanti paesaggi. Il cuore di tutto il complesso si trova al piano superiore: la riproduzione del territorio altoatesino su 130 m² in scala 1:87.

The Train World Museum in Rablà/Rabland near Parcines/Parcines is a magnet for visitors of all ages. Spread across more than 1,000 m², the digital model railway takes up three floors and is the largest in Italy. Comprising 20,000 pieces, 40 running trains, 400 vehicles, 7,000 figurines and with railway tracks totaling 400 m, the impressive 1:87 scale model is one of the largest private collections in Europe. Junior visitors can take turns driving a model train through surprisingly realistic landscapes. The main 130 m² Train World Museum complex is located on the top floor, representing a miniaturized South Tyrol.

Indirizzo/Address: Piazza Gerold 3, 39020 Rablà

Orari d'apertura/Opening times: febbraio-marzo DOM 10.00-17.00 aprile-ottobre DOM-VEN 10.00-17.00/ February-March SUN 10 a.m.-5 p.m. April-October SUN-FRI 10 a.m.-5 p.m.

Ingresso/Entrance fee: adulti/Adults Euro 10,50, bambini/Children Euro 8,00, famiglia/Family Euro 23,00

Contatto/Contact: +39 0473 521 460, www.eisenbahnwelt.eu, info@eisenbahnwelt.eu

Distanza/Distance: 17 km



KRÄNZELHOF CERMES

Il Kränzelhof di Cermes offre esperienza, contemplazione e divertimento. Nella cantina, che vanta una storia di ben 800 anni, si producono ottimi vini, che possono essere degustati e acquistati in loco. Il mulino medievale della tenuta, con i suoi 400 anni, ospita il ristorante Miil. A meravigliare ulteriormente il visitatore c'è la "Esperienza Kränzelhof", che seduce con un'area verde di 20.000 m² divisa in 7 giardini.

The Kränzelhof Estate in Cermes/Tscherms offers experience, contemplation and enjoyment all in one. The 800-year-old winery produces fine wines that can be tasted and bought on site. Immediately thereafter, the Miil restaurant located in the 400-year-old mill of the medieval court yard is well worth a visit. Behind the gate is the Kränzelhof adventure farm, surrounded by a 20,000 m² layout consisting of 7 gardens.

Indirizzo/Address: Via Gampen 1, 39010 Cermes

Orari d'apertura/Opening times: Enoteca e giardini: aprile-ottobre giornalmente 09.30-19.00, novembre-marzo MAR-SAB 11.00-15.00 Wine Shop & Gardens: April-October 9.30 a.m.-7 p.m., November-March TUE-SAT 10 a.m.-3 p.m. Restaurant miil: ganzjährig geöffnet / open all year round

Prezzo/Price: adulti/Adults 9,50-bambini/children 5,50

Contatto/Contact: +39 0473 564 549, www.kraenzelhof.it, info@kraenzelhof.it

Distanza/Distance: 30 km

L'ABBZIA DI MONTE MARIA - LA PIÙ ALTA ABBAZIA BENEDETTINA D'EUROPA / THE MARIENBERG ABBEY - THE HIGHEST BENEDICTINE ABBEY IN EUROPE

Da 900 anni l'Abbazia benedettina di Monte Maria troneggia su una montagna sopra al paese di Burgusio. Fondata nel 12° secolo dai nobili von Tarasp, per decenni il convento è stato il centro spirituale e culturale di tutta l'alta Val Venosta. Da qui, nel medioevo, è stata rivoluzionata tutta l'agricoltura, qui si trovano scritti e volumi unici nella grande biblioteca storica, qui è stato sfornato però anche il primo Vinschger Paarlbot, il pane che ancora oggi caratterizza questa valle.

For 900 years, the Benedictine Abbey of Marienberg has lain enthroned on a mountain overlooking the village of Burgusio/Burgeis. Founded in the 12th Century by the von Trapp nobility, the monastery has been the spiritual and cultural centre of the Upper Venosta Valley. It was from here that, during the Middle Ages, agriculture was revolutionized and in its comprehensive library there are unique manuscripts and valuable tomes. It was also here that the Vinschger Paarlbot bread was first invented and which is still baked in the Valley.

Indirizzo/Address: Slingia 1, 39024 Malles/Burgusio

Orari d'apertura/Opening times: Metà marzo-ottobre LUN-SAB 10.00-17.00 / middle March-October MON-SAT 10 a.m.-5 p.m.

Visita/Visit: Museo: 15.03-31.10.2023 lu-sa 10.00-17.00/mon-sat 10a.m.-5p.m.

27.12-05.01.2024 lu-sa 10.00-17.00/mon-sat 10a.m.-5p.m. Cripta:15.03-31.10.2023 lu-do/mon-sat, 15.03-31.10.2023 lu-sa/mon-sat(solo a prenotazione) Guided Tours only in German and Italian language, Registrazione obbligatoria/Registration required

Ingresso/Entrance fee: museo/Museum: adulti/Adults Euro 5,50 Visite guidate/Guided Tours: - biblioteca/library Euro 10,50 - cripta/crypt Euro 10,50 - chiesa e museo/church and museum Euro 7,50

Contatto/Contact: +39 0473 843 980, www.marienberg.it, info@marienberg.it

Distanza/Distance: 35 km



MERAN
KELLEREI | CANTINA

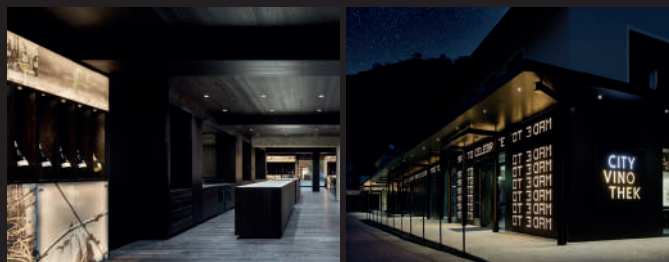
WINE SHOP ■ WINE TASTING ■ GUIDED TOURS
KELLEREIMERAN.IT



PANORAMA-ÖNOTHEK ■ KELLEREISTRASSE 9 | MARLING
ENOTECA PANORAMICA ■ VIA CANTINA 9 | MARLENGO



WINE SHOP ■ WINE BAR ■ WINE TASTING ■ GUIDED TOURS
CANTINAMERANO.IT



CITY.VINOTHEK ■ LAUBEN 218 | MERAN ■ VIA PORTICI 218 | MERANO

MONTE DEGLI ANGELI / CARTHUSIAN MONASTERY ALLERENGLBERG

All convento certosino "Monte degli angeli" fu fondato nel 1326 e sciolto. Si possono ancora visitare il chiostro, la grotta, l'abitazione del Priore, la cucina del convento, le mura di cinta e la chiesa dedicata a Sant'Anna, nel 1782.

Visiting the town of Certosa/Karthus is like a journey into the past. The town was built inside the walls of the Cloister of Certosa degli Angeli, founded in 1326 and reopened in 1782. The Via Crucis of the ancient cloister is especially interesting.

Località/Village: Certosa 42, 39020 Senales

Orari d'apertura/Opening times: tutto l'anno/all year round

Informazioni/Information: Associazione turistica Senalestal

Contatto/Contact: +39 0473 679 148, www.schnalstal.it, info@schnalstal.it

Distanza/Distance: 20 km

MERANO, LA STORICA CITTÀ TERMALE SUL PASSIRIO MERANO, HISTORICAL SPA TOWN ON THE PASSER RIVER

Merano si contraddistingue per gli ampi parchi e le passeggiate nel verde, i giardini botanici e i numerosi corsi d'acqua. Pervaso da un'atmosfera raffinata e accogliente, il centro storico conquista i visitatori con i suoi portici medievali e gli eleganti edifici in stile liberty. I portici di Merano risalenti al XIII secolo, il quartiere storico di Steinach, corso Libertà attorno a Piazza della Rena e la Porta di Bolzano formano il cuore commerciale della città del Passirio. Sotto le arcate dei portici si passeggia e si fa shopping nei tanti negozi di catene internazionali e nelle botteghe storiche. Le chiese e i castelli, ma anche i portici e le antiche porte di accesso del centro, testimoniano dell'importante ruolo di Merano in epoca medievale.

Merano is a vibrant spa town, characterized by spacious parks, easy walking routes, botanical gardens and waterways which invite visitors to linger and enjoy the green and pleasant atmosphere of the old town. Visitors will also find many shops and restaurants in the medieval arcades and alongside the elegant art nouveau buildings. Among the archways, Italian fashion and international stores line the streets. The strong retail trade is remarkable: Merano shops such as PUR Südtirol sell only local products. Castles and churches as well as the central arcades and town gates are evidence of Merano's history as a center of Tyrol in the Middle Ages, while the buildings dating to the 19th century and the river promenades recall the era of the Belle Époque.

Località/Village: 39012 Merano

Informazioni/Information: Azienda di soggiorno di Merano/Merano Tourist Info

Contatto/Contact: +39 0473 272 000, www.merano-suedtiro.it, info@merano.eu

Distanza/Distance: 26 km

MMM FIRMIANO

Il cuore del circuito museale ideato da Reinhold Messner trova spazio tra le antiche mura di Castel Firmiano, rese accessibili da una struttura moderna in vetro e acciaio. Il percorso espositivo si snoda tra le torri, le sale e i cortili della rocca, offrendo al visitatore una visione d'insieme dell'universo montagna. Opere, quadri, cimeli e reperti naturali raccontano lo stretto rapporto che unisce l'uomo alla montagna, l'orogenesi delle catene montuose ed il loro disfacimento, il legame tra montagna e religione, la maestosità delle vette più famose del mondo, la storia dell'alpinismo dagli inizi fino all'odierno turismo alpino.

As the centerpiece of the Messner Mountain Museum, MMM Firmian in Sigmundskron Castle near Bozen addresses the subject of man's encounter with the mountains. In a setting dominated by the various peaks between the Schlern and the Texel range, the museum is spacious enough to be organized as an itinerary between the various works of art, installations and relics that it houses. The paths, stairs and towers lead visitors from the depths of the mountain, where their origins and exploitation are brought to life, and the religious significance of the peaks as an aid to orientation and a bridge to the beyond, to the history of mountaineering and the alpine tourist industry that we know today.

Indirizzo/Address: Via Castel Firmiano 53, 39100 Bolzano

Orari d'apertura/Opening times: aprile-inizio novembre VEN-MER 10.00-18.00

Giorno di riposo: Martedì/April-beginning November 10 a.m.-6 p.m. Day off: Tuesday

Visita/Visit: su richiesta/on request

Ingresso/Entrance fee: adulti/Adults Euro 15,00, Senior Euro 13,00, bambini/Children Euro 6,00 famiglia/Family Euro 34,00, MMM Tour-Ticket Euro 55,00 (tutti musei / all museums)

Contatto/Contact: +39 0471 631 264, www.messner-mountain-museum.it,

info@messner-mountain-museum.it

Distanza/Distance: 53 km

ÖTZI - L'UOMO VENUTO DAL GHIACCIO / THE ICEMAN

Ötzi è una mummia dell'Età del rame che si è conservata fino a oggi grazie a circostanze straordinarie e che rivela via via autentici tesori di conoscenza. È stata scoperta casualmente da due alpinisti nel 1991 sul ghiacciaio della Val Senales, con tutti i suoi indumenti e l'equipaggiamento, e da allora viene studiata a 360°. La mummia viene conservata in una cella frigorifera appositamente progettata ed è visibile attraverso una piccola apertura. I numerosi oggetti dell'equipaggiamento e i capi di vestiario, accuratamente restaurati, suscitano la meraviglia del pubblico per l'abilità con cui sono stati realizzati. L'appellativo "Ötzi" si deve al giornalista austriaco Karl Wendl che, cercando un nome d'effetto, lo derivò dal luogo di ritrovamento nelle Alpi della Ötztal. Ötzi is a glacier mummy from the Copper Age, who, thanks to extraordinary circumstances, has been preserved down to the present day. Little by little, he has imparted genuine stores of knowledge. He was discovered accidentally by hikers in 1991, together with his clothing and equipment, on the Senalestal/Val Senales Valley glacier and has been the subject of intensive research ever since. The mummy is stored in a specially devised cold cell and can be viewed through a small window. Ötzi's numerous pieces of equipment and clothing have been painstakingly restored. Visitors have been amazed by the skills of Stone Age people. The mummy was dubbed Ötzi by the Austrian journalist Karl Wendl, who was looking for a catchy name. The name refers to the discovery site in the Ötztal Valley Alps.

Indirizzo/Address: Via Musei 43, 39100 Bolzano

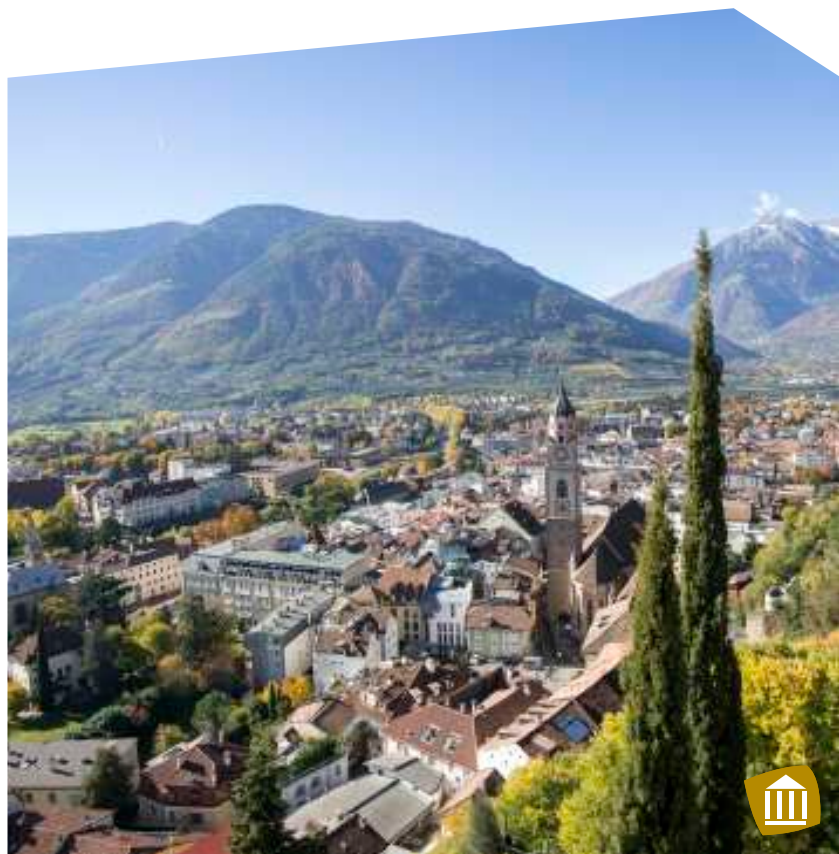
Orari d'apertura/Opening times: MAR-DOM 10.00-18.00 (luglio-agosto + dicembre giornalmente aperto) / TUE-SUN 10 a.m-6 p.m. (July-August + December daily open)

Visita/Visit: su richiesta/on request

Ingresso/Entrance fee: adulti/Adults Euro 13,00, Senior Euro 10,00, famiglia da/Family from Euro 13,00

Contatto/Contact: +39 0471 320 100, www.iceman.it, info@iceman.it

Distanza/Distance: 55 km



L'OASI TROPICALE DELLA FLORICOLTURA RAFFEINER

L'oasi tropicale della floricoltura Raffeiner offre un mondo di emozioni tutto da scoprire, non solo agli appassionati delle orchidee ma anche alle famiglie sudtirolesi ed ai numerosi turisti provenienti da paesi vicini e lontani. I nostri visitatori non rimarranno comunque affascinati solo della nostra azienda florovivaistica. Passeggiando tra i laghetti, il visitatore potrà infatti immergersi nel gioco di colori delle carpe Koi e attraversare un ponte per raggiungere la riva opposta dopo aver superato una cascata che risveglia la voglia di vacanza. E non manca certo lo spazio per i più piccoli che qui potranno divertirsi, apprendendo attraverso il gioco numerose nozioni sulle orchidee, sulla loro crescita e la loro riproduzione. I più curiosi potranno inoltre dare un'occhiata al laboratorio di produzione delle orchidee per osservare da vicino la coltura di questi splendidi fiori. La villa tropicale con il suo meraviglioso stagno profumato di orchidee invita invece all'assoluto relax e potrebbe anche essere il luogo ideale per eventi speciali, per un incontro romantico o un meeting di lavoro.

Raffeiner's orchid world offers a world of experience to gaze and discover to orchid lovers, South Tyrolean families and guests from near and far. Visitors will not only be fascinated by the uniqueness of exotic beauties but also by the whole structure of the orchid world: In the lake landscape, the visitor immerses in the play of colors of carp Koi and crosses a bridge to get to the other shore passing by a waterfall that awakes a feeling of holiday. Children can find various areas to play and discover different stations where they can playfully learn about the growth and propagation of orchids. Visitors can get an insight into orchid production and learn more about the flowery beauties from own production.

Indirizzo/Address: Via Nazionale 26, 39010 Gargazzone

Orari d'apertura/Opening times: febbraio 10.00-17.00, marzo-ottobre 10.00-18.00, novembre-inizio gennaio 10.00-17.00 / February 10 a.m.-5 p.m., March-October 10 a.m.-6 p.m., November-beginning January 10 a.m.-5 p.m.

Ingresso/Entrance fee: adulti/Adults Euro 11,00, Seniore Euro 10,00, bambini/Children Euro 6,50/ famiglia da/Family from Euro 16,00

Contatto/Contact: +39 0471 920 218, www.raffeiner.net, info@raffeiner.net

Distanza/Distance: 39 km

Nota/Note: non è consentito l'accesso agli animali/pets are not allowed

CASTEL TIROLO / CASTLE TYROL

Risalente al XII secolo, Castel Tirolo è la testimonianza più importante della storica tirolese, tanto che diede il nome all'intero territorio. La denominazione Tirolo inizialmente si riferiva alla sola località, ma col tempo designò anche il casato dei Conti del Tirolo e infine tutto il territorio su cui regnavano. Nel castello sono conservati molti reperti storici come opere di epoca romantica tra cui spiccano i portoni in marmo, affreschi del primo gotico, un altare gotico e i più antichi dipinti su vetro tirolesi. Oggi Castel Tirolo ospita la sede del Museo storico-culturale della Provincia.

The 12th Century Tyrol Castle is bound up with the history of Tyrol. Initially referring to the castle inhabited by the Counts of Tyrol, the name was extended to the lands under their dominion. Numerous historical artifacts are preserved in Tyrol Castle, including works dating to the Romanesque era. Other notable features include marble doorways, early Gothic frescoes, a Gothic altar, and the oldest Tyrolean stained-glass windows in existence. Nowadays, Tyrol Castle is home to the South Tyrolean Museum of Culture and Provincial History.

Località/Village: Via Castello 24, 39019 Dorf Tirolo

Orari d'apertura/Opening times: metà marzo-inizio dicembre MAR-DOM 10.00-17.00 / middle March-beginning December TUE-SUN 10 a.m.-5 p.m.

Ingresso/Entrance fee: adulti/Adults Euro 8,00, Senior Euro 5,50, famiglia/Family Euro 16,00 / Supplemento guida / Additional charge: audio guida/Audio guide Euro 4,00, guida/Guided Tour Euro 2,00

Contatto/Contact: +39 0473 220 221, www.schlosstirol.it, info@schlosstirol.it

Distanza/Distance: 30 km

FRAGOLE DELLA VAL MARTELLO



Hölderle

TORTE FATTE IN CASA, GELATO
E PIATTI TRADIZIONALI



VAL MARTELLO - PUNTO DI PARTENZA PER LA SOYALM

MUSEO DELLA MACCHINA DA SCRIVERE PARCINES

"Situato nel centro di Parcines in Piazza della Chiesa, il museo della macchina da scrivere è dedicato al suo inventore Peter Mitterhofer originario proprio di Parcines che nel 1864 progettò il primo prototipo. 2000 reperti documentano l'evoluzione della macchina da scrivere dai suoi albori fino all'era del computer. L'esposizione comprende 1.400 pezzi tra cui anche delle rarità come la Enigma, una geniale macchina a codice cifrato. The Peter Mitterhofer Typewriter Museum in Parcines is named after its inventor. In the museum, there are as many as 2,000 exhibits documenting the evolution of the typewriter from its humble beginnings until the advent of the computer. The exhibition includes 1,400 machines including rarities such as the Enigma, an early 20th Century German-made machine mainly used to encrypt military communications."

Indirizzo/Address: Piazza della Chiesa 10, 39020 Parcines

Orari d'apertura/Opening times: aprile-ottobre LUN 14.00-18.00, MAR-VEN 10.00-12.00 + 14.00-18.00, SAB 10.00-12.00 novembre-marzo MAR 10.00-12.00 / April-October MON 2 a.m.-6 p.m., TUE-FRI 10 a.m.-12 a.m. + 2 p.m.-6 p.m., SAT 10 a.m.-12 a.m. November-March 10 a.m.-12 a.m.

Ingresso/Entrance fee: adulti/Adults Euro 7,00, Senior Euro 6,30, bambini/Children Euro 2,00, famiglia/Family Euro 15,00

Contatto/Contact: +39 0473 967581, www.typewritermuseum.com, info@typewritermuseum.com

Distanza/Distance: 21 km

CHIESA SAN PROCOLO E MUSEO / PROKULUS CHURCH AND MUSEUM

La chiesa di S. Procolo a Naturno è una delle chiese paleocristiane più antiche dell'Alto Adige. Gli affreschi risalenti al VII secolo dopo Cristo e raffiguranti scene della vita di S. Procolo sono fra i più preziosi tesori artistici d'Europa in quanto unici affreschi del primo medioevo in tutta l'Europa continentale. Accanto alla chiesa è situato il museo dedicato al santo che nei suoi sotterranei illustra 1500 anni di storia suddivisi in quattro argomenti specifici quali l'epoca tardo antica, l'alto medioevo, il periodo gotico e la peste del XVII secolo così come gli affreschi rimossi dalla chiesa e trasferiti al museo. The Prokulus church in Naturno/Naturno is one of the most famous landmarks in South Tyrol. The 7th Century frescoes depict scenes from the life of St. Proculus. They are among the most significant art treasures in Central Europe, and the only early medieval frescoes from this period in continental Europe. Right next to the Prokulus church in Naturno is the contemporary St. Proculus and Museum. Underground spaces show the history of the area in Late Antiquity, the Early Middle Ages, the Gothic Era and the time of the Plague, as well as the removed frescoes from the church next door.

Indirizzo/Address: Via San Procolo, 39025 Naturno

Orari d'apertura/Opening times: aprile-metà ottobre MAR+GIO+DOM+giorni festivi 10.00-12.30+14.30-17.30 / April-middle October TUE+THU+SUN+festival days 10a.m.-1.30a.m.+2.30p.m.-6.30p.m.

Prezzo/Price: adulti/Adults Euro 6,00 - bambini/Children Euro 2,50 - famiglie/family Euro 12,00

Contatto/Contact: +39 0473 667312, www.prokulus.org, prokuluskirche@gmx.net

Distanza/Distance: 13 km



LA STRADA PANORAMICA DEL PASSO DELLO STELVIO / THE PANORAMIC ROAD TO THE STELVIO PASS

Il percorso tortuoso della Strada del Passo dello Stelvio è il valico montagna più alto d'Italia (2.758 m) e, con i 48 tornanti del versante altoatesino, è sicuramente una delle strade più suggestive del mondo. La "regina delle strade alpine", lunga 49 km, è stata realizzata tra il 1820 e il 1825, in circostanze avverse e in un tempo davvero breve, grazie all'opera dell'ingegnere Carlo Donegani. I caratteristici tornanti e la splendida vista panoramica sul Parco Nazionale rendono la strada del Passo dello Stelvio uno dei percorsi più amati da ciclisti e motociclisti.

The winding mountain road leading to the Stelvio Pass is the highest pass road in Italy (at 2,758 m) and is considered one of the most impressive roads in the world, with its 48 bends on the South Tyrolean side. The 49 km long "Queen of the Alpine roads" was completed between 1820 and 1825 under adverse circumstances in record time. The road constructed during this bold prestige project has hardly changed since. The characteristic bends in front of the impressive panorama of the Stelvio National Park make the Stelvio Pass road one of the most popular routes for cyclists and motorcyclists.

Orari d'apertura/Opening times: maggio-ottobre/may-october

Distanza/Distance: 25 km (fino partenza della strada panoramica/up to the start of the panoramic road)

MUSEO DI FRUTTICOLTURA ALTO ADIGE / MUSEUM OF FRUIT CULTIVATION SOUTH TYROL

Nella comunità europea un decimo della produzione delle mele proviene dal Sudtirolo, di cui l'un per cento proviene dal territorio di Lana. Qui il museo della frutticoltura ospita una vasta documentazione dello sviluppo storico e della situazione attuale della frutticoltura. Su ca. 1.000 m² d'area espositiva, il museo offre, nell'edificio medievale Larchgut, un incontro informativo e divertente con un interessante capitolo della cultura altoatesina. Lana è la principale fra le più antiche comunità di frutticoltori dell'Alto Adige e ciò rende la cittadina il luogo ideale per ospitare un percorso museale sulla storia della frutticoltura. Il Museo sudtirolese della frutticoltura presenta in modo chiaro ed immediato l'ampio tema delle attività agricole viste in tutte le loro sfumature. Il museo è allestito nella residenza medioevale "Larchgut" di Lana che offre, con una superficie di quasi 1.000 metri quadri, spazi generosi per un istruttivo e divertente percorso espositivo attraverso questo interessante stralcio di storia altoatesina.

As South Tyrol's traditional and largest fruit producing municipality, Lana is the ideal location for the collection and display of information regarding the history of fruit-growing. Thus the South Tyrolean fruit-growing museum gives an interesting overview on the fruit-growing aspects of agricultural life. As South Tyrol's traditional and largest fruit producing municipality, Lana is the ideal location for the collection and display of information regarding the history of fruit-growing. Thus the South Tyrolean fruit-growing museum gives an interesting overview on the fruit-growing aspects of agricultural life. The „Apple Museum“ is located in the medieval mansion Larchgut and offers approximately 1,000 square metres of exhibition space where you can find a host of information about this aspect of South Tyrolean cultural history.

Indirizzo/Address: Via Brandis 4, 39011 Lana

Orari d'apertura/Opening times: aprile-novembre DOM-VEN 10.00-17.30 / April-November SUN-FRI 10a.m.-6.30p.m.

Giorno di riposo/day off: sabato/Saturday

Visita/Visit: LUN 16.00-17.00, MER 11.30-12.30, (registrazione richiesta)/

MON 4p.m.-5p.m., WED 11.30a.m.-12.30a.m. (registration required)

Ingresso/Entrance fee: adulti/adults Euro 5,00 - bambini/Children Euro 2,00 - famiglia/family Euro 10,00

Contatto/Contact: +39 0473 564 387, www.obstbaumuseum.it, info@obstbaumuseum.it

Distanza/Distance: 35 km





Parco Nazionale dello Stelvio

Stelvio National Park

Il Parco Nazionale dello Stelvio è una delle più grandi riserve naturali d'Europa. Il suo territorio ha come centro il gruppo dell'Ortles Cevedale e si estende in Alto Adige, Trentino e Lombardia; confina a nord-ovest con il Parco Nazionale Svizzero e a sud con il Parco dell'Adamello. L'ingresso è gratuito e il Parco Nazionale è accessibile tutto il giorno. Il Parco Nazionale dello Stelvio permette a chi lo visita di sperimentare davvero lo spettacolo della natura: dai 600 m fino a oltre 3.900 m sul livello del mare. Nei poco più di 53 km² del parco, a seconda dell'altitudine, prosperano una grande varietà di animali e piante alpine. Dalle minor altitudini, attraverso prati e boschi, si sale per raggiungere paesaggi solitari e tranquilli, carezzati dai caldi raggi del sole e animati dai fischi delle marmotte. Sopra il limite degli alberi, ad attendere gli escursionisti si trovano ampie vedute, pace e quiete.

One of the largest nature reserves in Europe, the Stelvio National Park extends from the Ortler Cevedale Mountains in South Tyrol to the Italian-speaking provinces of Trentino and Lombardy. To the northwest it borders on the National Park in Switzerland and on the Parco dell'Adamello to the south. The entry is free and the national park is accessible around the clock. A variety of indigenous plants and animal species inhabit the Stelvio National Park, extending across more than 53 km². In the pristine mountain valleys at 600 m, the meadows and forests on the lower reaches of the mountains give way to a stark and rocky terrain which rises up to 3,900 m, punctuated only by the warm rays of the sun and the whistles of the marmots. From above the tree line, climbers marvels at the grand spectacle, the silence and a sense of tranquillity.

CENTRO VISITATORI / VISITOR CENTRES I CENTRI DEL PARCO NAZIONALE IN ALTO ADIGE / THE MUSEUMS OF THE NATIONAL PARK IN SOUTH TYROL

Nel Parco Nazionale dello Stelvio, in territorio altoatesino, sono stati allestiti complessivamente cinque interessanti e coinvolgenti centri visitatori: naturatrafai a Trafoi, aquaprad a Prato allo Stelvio, culturamartell in Val Martello, avimundus a Silandro e lahnersäge in Val d'Ultimo, dove si può ammirare una segheria veneziana di ben 200 anni. La sede principale dell'amministrazione del parco si trova, invece, a Glorenza. Ogni singolo centro visitatori si concentra su un tema diverso e importante per il Parco Nazionale: flora e fauna, storia e geologia, acqua e bosco, ed anche l'uomo. I centri visitatori sono mete escursionistiche molto apprezzate per chi vuole scoprire il Parco Nazionale dello Stelvio.

In the South Tyrolean areas of the Stelvio National Park, are five separate Visitor Centres. These are the: naturatrafai, aquaprad, culturamartell, avimundus in Silandro/Silandro and the lahnersäge Visitor Centre in the Ultental/Val d'Ultimo Valley. The Stelvio National Park main administrative office is situated in Glurns/Glorenza. Each of the Visitor Centres focuses on a different theme of the Stelvio National Park: flora and fauna, history and geology, water, forests as well as its human inhabitants. These didactical exhibition centres and museums are popular destinations in the Stelvio National Park, attracting scores of visitors on a daily basis.

ORARI DI APERTURA DEI CENTRI VISITATORI / OPENING HOURS OF THE VISITOR CENTRES

	LUN/ MON	MAR/ TUE	MER/ WED	GIO/ THU	VEN/ FRI	SAB/ SAT	DOM/ SUN
09.30-12.30 / 9.30 a.m.-12.30 a.m.	×	✓	✓	✓	✓	✓	×
14.30-18.00 / 2.30 p.m.-6 p.m.	×	✓	✓	✓	✓	✓	×

Prezzo a centro visitatori / Price for entry per Visitor Center: Euro 3,00



Attenzione/Attention: fino al 24.07.2020 i centri visitatori sono aperti solo nel pomeriggio (avimundus e culturamartell fino al 28.07.2020) / until 24.07.2020 the visitor centres are only open in the afternoon (avimundus and culturamartell until 28.07.2020).

- **aquaprad:** aperto DO pomeriggio dal 16.06., dal 28.07. aperto SA+DO solo nel pomeriggio / open from 16.06. SU afternoon, from 28.07. SA+SO only open in the afternoon;
- **culturamartell:** 01.08. - 31.08. aperto DO pomeriggio / SU afternoon open;
- **lahnersäge:** 01.07.-31.08. aperto DO pomeriggio / SU afternoon open;
- **naturatrafai:** 01.07. - 31.08. aperto DO pomeriggio / SU afternoon open;

AQUAPRAD - L'ELEMENTO ACQUA / WATER: THE VITAL ELEMENT

L'acqua rappresenta l'elemento conduttore del centro visite. Il visitatore se ne accorge subito: l'acqua è ovunque! Attraverso una grande finestra panoramica con vista nella profondità del lago si può fare conoscenza con il mondo dei pesci oppure in altri 12 acquari si possono vedere circa 30 specie di pesci che vivono nelle acque dell'Alto Adige. Un modo unico e suggestivo di conoscere le differenti specie ittiche che vivono nei ruscelli di montagna, nei torrenti, nei laghi e negli stagni.

Water is the main theme at the visitor center aquaprad. After entering the facility, visitors can hear and see water. About 30 local fish species can be seen in twelve spectacular tanks. In an impressive manner, visitors will receive insight into the local fish fauna - from mountain streams to rivers, from high mountain lakes to the floodplain.

Indirizzo/Address: Via Croce 4C, 39026 Prato allo Stelvio

Aperto/Open: tutto l'anno/All year round

Contatto/Contact: +39 0473 618 212, www.aquaprad.com, info@aquaprad.com

AVIMUNDUS - IL MONDO DEGLI UCCELLI / THE WORLD OF BIRDS

L'avimundus è il quinto centro visitatori del Parco Nazionale dello Stelvio e si trova a Silandro. Offre uno spaccato del mondo degli uccelli e della loro affascinante e diversificata biologia, in una mostra permanente. I visitatori hanno a disposizione una ricca scelta di documentari sugli uccelli e il loro habitat e una stazione multimediale che presenta tutte le specie di uccelli che nidificano regolarmente in Alto Adige.

The visitor centre avimundus in Silandro/Silandro is entirely devoted to the bird kingdom of the Stelvio Pass. A permanent exhibition offers visitors an overview of the world of birds in the National Park, and selected bird species are clearly presented and assigned to their respective habitats. Visitors are given extensive information about the breeding and rearing, and on bird voices and their songs.

Indirizzo/Address: Via Principale 67, 39028 Silandro

Aperto/Open: maggio-fine ottobre & fine dicembre-fine marzo / May-end October & end December-end March 09.30-12.30 e 14.30-17.30, 9.30-12.30 a.m. / 2.30-5.30 p.m.

Contatto/Contact: +39 0473 730156, www.nationalpark-stelvio.it, info@avimundus.com



CULTURAMARTELL - IERI E OGGI: LA VITA DEI CONTADINI DI MONTAGNA / MOUNTAIN FARMING: THEN AND NOW

Il centro visite Culturamartell è nella Val Martello vicino al centro Trattla. Il museo si presenta come un museo moderno che spiega la vita e il funzionamento sulle fattorie di montagna. La casa del parco nazionale culturamartell ha un ascensore ed è quindi liberamente accessibile per tutti.

The visitor centre Culturamartell is in the Val Martello beside the centre Trattla. The museum presents themselves as a modern museum of local history and culture from the people on the mountain farms. The national park house culturamartell has a lift and is therefore freely accessible for everyone.

Indirizzo/Address: Trattla 246, 39020 Martello

Aperto/Open: aprile-ottobre / April-October

Contatto/Contact: +39 0473 745027, www.nationalpark-stelvio.it, info@culturamartell.com

LAHNERSAËGE - LA FORESTA COME RISORSA INSOSTITUIBILE DELLA NATURA / THE FOREST AS A VITAL NATURAL RESOURCE

L'antica segheria „Lahnersäge“ a S. Geltrude, dove fino agli anni 80 i contadini della Val d'Ultimo portavano a tagliare la loro legna, è oggi un centro dedicato ai visitatori del Parco Nazionale dello Stelvio in Val d'Ultimo. Oltre all'importanza dei boschi per l'uomo e la natura, il centro visite Lahnersäge chiarisce le funzioni del bosco in modo particolarmente affascinante. I visitatori fanno escursioni virtuali attraverso i vari ambienti del Parco Nazionale dello Stelvio e nel frattempo, sono fornite loro importanti informazioni sulle particolarità di quest'area protetta nella Val d'Ultimo.

The century-old Lahnersäge in St. Gertraud in Ulten Valley, which until the 80s served as a sawmill to the local farmers in the Ulten Valley. Today the building is home to the new visitors' center in the National Park. The National Park exposition features movies, slideshows and fascinating recreations of historical events, painting a vivid picture of the historical significance that wood had for the inhabitants of the valley.

Indirizzo/Address: S. Geltrude 62, 39016 S. Geldtrude

Aperto/Open: maggio-ottobre / May-October

Contatto/Contact: +39 0473 798 123, www.lahnersaenge.com

NATURATRAFOI - GEOLOGIA DEL GRUPPO ORTLES-CEVEDALE / THE GEOLOGY OF THE ORTLER-CEVEDALE MOUNTAINS

Il Centro Visite „naturatrafoi“ si trova a Trafoi, lungo la strada che porta al Passo dello Stelvio. L'esposizione offre uno scorcio straordinario nella geologia della zona del massiccio dell'Ortles e spiega le diverse strategie adottate da fauna e flora per sopravvivere alle condizioni atmosferiche spesso molto dure in alta montagna.

The visitor centre 'naturatrafoi' is situated in Trafoi at the Stilfserjochroad. The exhibition offers interesting insight into the geology of the Ortler group and the survival and adjustment of flora and fauna to the extreme climate conditions in the high mountain Region/Region.

Indirizzo/Address: Trafoi 13A, 39029 Stelvio

Aperto/Open: maggio-ottobre/May-October + fine di dicembre-marzo/End of December-March

Contatto/Contact: +39 0473 612 031, www.nationalpark-stelvio.it, info@naturatrafoi.com

RISPETTARE LA NATURA

- Porta a casa i rifiuti! Non appartengono alla natura.
- Non estirpare o danneggiare piante, fiori e funghi e non raccogliere minerali e fossili! Ogni elemento ha il proprio ruolo nella natura.
- Non accendere fuochi! Sono potenziali cause d'incendio. Utilizza solamente le aree attrezzate e i punti fuoco predisposti.
- Tieni il tuo cane al guinzaglio! Anche se i nostri cani sono buoni e ubbidienti, spesso l'istinto può spingerli a rincorrere gli animali selvatici. Inoltre l'incontro con la fauna selvatica può causare ferite o diventare veicolo di parassiti e malattie per entrambi.
- Rispetta la tranquillità del parco! Cammina evitando schiamazzi e rumori molesti. Evita inutili stress agli animali. Sarà così più facile avvisarli.
- Campeggiare è fonte di disturbo per gli animali e porta al deterioramento di prati, pascoli e boschi. Usa le aree autorizzate.

La natura ti ringrazia!

RESPECTING THE NATURE

- Please do not leave any rubbish, whatsoever, anywhere in the Park. Please take rubbish away with you and dispose of it responsibly. The high alpine natural landscape is an extremely complex ecosystem!
- Please leave plants, insects and minerals where they are. Each one of them has its specific place in the surrounding ecosystem.
- It is forbidden to light fires in the wild. An uncontrolled fire can be very dangerous for the area. However, you may use the purpose built grill areas that you will find located in various locations around the National Park.
- Please keep all dogs on a leash, in the National Park! Unleashed dogs will cause wild animals a high level of stress.
- The National Park is a paradise for wild animals. Please respect their habitat. Do not leave the marked paths and avoid unnecessary noises!
- It is forbidden to camp in the National Park. However in the municipalities within which the National Park is situated visitors will find plenty of official camping areas.

The natural world will be very appreciative of you following these rules! In doing so, you will help to protect the environment for the benefit of, not only ours, but also for future generations.

© Copyright: Ufficio Parco Nazionale dello Stelvio / Jeremy Rodway





Guida del buongusto

Taste guide

La cucina dell'Alto Adige si caratterizza per la presenza di alcuni prodotti che da sempre fanno parte della tradizione culinaria di questa terra, come mele, speck e formaggio. Ma sulle tavole altoatesine trovate ben altro! L'Alto Adige oggi offre una cucina assolutamente unica, nata dal perfetto connubio tra ricette tradizionali, influenze della cucina mediterranea o oggi sempre più anche di quella internazionale.

South Tyrol is famous for apples, wine and smoked ham... and for a good reason! But look a little closer and you will discover that South Tyrol's cuisine is actually more diverse. Rural, down-to-earth tastes spiced with Mediterranean charm are the ingredients for creating distinctive flavours. Our suggestions for the best places to indulge in these culinary delights on holiday are available here.

🍷 Tradizionale/Traditional 🍕 Pizza 🍽️ Cucina di alto livello/High-level cuisine 🍷 Snack

☕ bar-caffè/bar-coffee 🍦 Coppa di gelato/Sundae 🍰 caffè e torte/coffee and cakes 🏠 Malga-Rifugio-Ristoro / Mountain huts and refuges, snack station

BAN SILVIO

Indirizzo/Address: Weiherweg 6, 39021 Coldrano
Contatto/Contact: wolfsilvio77@gmail.com

Orari d'apertura/Opening times:
MON-SON/LUN-DOM 11.00-14.30 &
17.00-21.00

Ferie/Holidays: Mercoledì/Wednesday

BÄCKEREI-KONDITOREI PSENNER



Indirizzo/Address: Via Principale 47, 39021 Laces
Contatto/Contact: +39 0473 622 203,
www.baeckerei-psenner.com,
info@baeckerei-psenner.com

Orari d'apertura/Opening times:
06.00-19.00/6 a.m.-7 p.m.

Giorno di riposo/Day off: Domenica
pomeriggio/ Sunday afternoon

BERGGASTHOF TARSCHER ALM



Indirizzo/Address: Malga di Tarres, 39021 Tarres
Contatto/Contact: +39 0473 932 225,
www.tarscher-alm.info,
info@berggasthof-tarscheralm.com

Orari d'apertura/Opening times:
08.00-23.00/8a.m.-11p.m.

Tempi di cucina/Cooking times:
11.30-20.00/11.30a.m.-8p.m.

BERGSTATION ST. MARTIN



Indirizzo/Address: San Martino, 39021 San Martino
Contatto/Contact:
+39 334 75 87 779, a.holzknacht@akfree.it

Orari d'apertura/Opening times:
08.30-18.00/8.30 a.m.-6 p.m.

Tempi di cucina/Cooking times:
08.30-18.00/8.30 a.m.-6 p.m.

Giorno di riposo/Day off:
Martedì/Tuesday



BIERKELLER

Indirizzo/Address: Via Valtneid 2, 39021 Laces
 Contatto/Contact: +39 0473 623 208,
 www.bierkeller-latsch.com,
 mail@bierkeller-latsch.com



Orari d'apertura/Opening times:
 11.00-15.00/11 a.m.-3 p.m. - 18.00-23.00/
 6 p.m.-11 p.m.
 Tempi di cucina/Cooking times:
 12.00-14.00/12 a.m.-2 p.m. - 18.00-21.00/
 6 p.m.-9 p.m.
 Giorno di riposo/Day off:
 Lunedì + Martedì/Monday + Tuesday
 Ferie/Holidays: 11/2023-02/2024

BISTRO HERILU HERILU SHOPPINGCENTER

Indirizzo/Address: Via Principale 11, 39021 Laces
 Contatto/Contact:
 +39 329 16 33 915, www.herilu.eu,
 admin@herilu.eu

Orari d'apertura/Opening times:
 07.30-19.00/07.30 a.m.-7 p.m.
 Giorno di riposo/Day off:
 Domenica/Sunday

BRUGGENWIRT

Indirizzo/Address: Via Castello 1, 39021 Coldrano
 Contatto/Contact: +39 0473 742 706,
 stefan.mitterer88@gmail.com

Orari d'apertura/Opening times:
 08.00-23.00 /8 a.m.-11 p.m.
 Tempi di cucina/Cooking times: 12.00-14.00 +
 17.00-22.00/ 12 a.m.-2 p.m. + 5 p.m.-10 p.m.
 Giorno di riposo/Day off: Lunedì/Monday

CAFÈ JOLLY

Indirizzo/Address: Via Mercato, 39021 Laces
 Contatto/Contact: +39 345 155 37 73



Orari d'apertura/Opening times:
 07.30-01.00/7.30a.m.-1p.m.

FLEISCHMANN BAR

Indirizzo/Address: Via Stazione 12, 39021 Laces



Orari d'apertura/Opening times:
 06.30-24.00/6.30a.m.-12p.m.

KNOFELKELLER

Indirizzo/Address: Via San Medardo 34, 39021 Tarres
 Contatto/Contact:
 +39 329 36 73 703, claudia.mueller@rolmail.net



Orari d'apertura/Opening times: 11.00-
 00.00/11 a.m.-12 p.m. - Domenica 09.30-
 22.00/Sunday 09.30 a.m.-10 p.m.
 Tempi di cucina/Cooking times: 12.00-14.00/12.
 a.m.-2 p.m. - 18.00-21.00/6 p.m.-9 p.m.
 Giorno di riposo/Day off: Martedì pomeriggio
 + Mercoledì/Tuesday afternoon + Wednesday
 Ferie/Holidays: 22.06-12.07.2023

KRONE

Indirizzo/Address: Via Nibelunzi 28,
 39021 Morter
 Contatto/Contact: +39 0473 742 115,
 www.hotelkrone.net, mail@hotelkrone.net
 Ferie/Holidays: 11/2023-03/2024



Orari d'apertura/Opening times:
 08.00-23.00/8 a.m.-11 p.m. -
 Domenica 08.00-12.00/Sunday 8 a.m.-12 p.m.
 Tempi di cucina/Cooking times: 12.00-
 14.00/12 a.m. - 2 p.m. - 19.00-20.00 (solo
 menu)/7 p.m. - 8.30 p.m. (only menu)
 Giorno di riposo/Day off: Domenica +
 Lunedì/Sunday + Monday

**Rinner**®**LA NOSTRA BOTTEGA DEI SAPORI
OUR GOURMET SHOP****BONTÀ DALL'ALTO ADIGE
QUALITY FROM SOUTH TYROL****WWW.RINNER-SPECK.IT**

Via Principale 122 | I-39021 Laces
 Tel. 0473 623138 | info@rinner-speck.it

LATSCHER ALM

Indirizzo/Address: 39021 Laces
 Contatto/Contact: +39 0473 742 525
 +39 340 54 78 949
 info@sportshotel-vetzan.com



Orari d'apertura/Opening times:
 10.00-21.00/10 a.m.-9 p.m.
 Tempi di cucina/Cooking times:
 10.00-21.00/10 a.m.-9 p.m.
 Ferie/Holidays: 11/2023-04/2024

LATSCHERHOF

Indirizzo/Address: Via Valtneid 1, 39021 Laces
 Contatto/Contact: +39 0473 623 152,
 www.latscherhof.com, info@latscherhof.com



Orari d'apertura/Opening times:
 08.00-24.00/8 a.m.-12 p.m.
 Tempi di cucina/Cooking times: 12.00-14.00
 +18.30-21.30/12 a.m.-2 p.m. +6.30p.m.-9.30p.m.
 Ferie/Holidays: 11/2023-04/2024

OBERKASER

Indirizzo/Address: San Martino 12, 39021 San Martino
 Contatto/Contact: +39 0473 720 125,
 www.oberkaser.wordpress.com,
 oberkaser@alice.it



Orari d'apertura/Opening times:
 07.00-17.00/7 a.m.-5 p.m.
 Tempi di cucina/Cooking times:
 07.00-17.00/7 a.m.-5 p.m.
 Ferie/Holidays: 12/2023-03/2024

OBERRATSCHELL

Indirizzo/Address: San Martino 23, 39021 San Martino
 Contatto/Contact: +39 0473 623 622,
 hofschank.ratschill@gmail.com



Orari d'apertura/Opening times:
 11.00-17.00
 Tempi di cucina/Cooking times:
 11.00-17.00/11 a.m.-5 p.m.
 Ferie/Holidays: 24.12-26.12.2023

PARADIES

Indirizzo/Address: Via Sorgente 12, 39021 Laces
 Contatto/Contact: +39 0473 622 225,
 www.hotelparadies.com,
 info@hotelparadies.com



Orari d'apertura/Opening times:
 12.00-14.00 /12a.m.-2p.m.

PLATZMAIR

Indirizzo/Address: San Martino 3, 39021 San Martino
 Contatto/Contact: +39 0473 624 097,
 manuel.wellenzohn@gmail.com



Orari d'apertura/Opening times:
 09.00-18.00/9 a.m.-6 p.m.
 Tempi di cucina/Cooking times:
 10.00-18.00/10 a.m.-6 p.m.
 Ferie/Holidays: 11/2023-04/2024

PLATZTAIR

Indirizzo/Address: San Martino 7, 39021 San Martino
 Contatto/Contact: +39 0473 624 528
 +39 320 21 91 224,
 gamper.christian@virgilio.it



Orari d'apertura/Opening times:
 10.00-18.00/10 a.m.-6 p.m.
 Tempi di cucina/Cooking times:
 11.00-15.00/11 a.m.-3 p.m.
 Ferie/Holidays: 11/2023-04/2024

RATHAUS CAFE

Indirizzo/Address: Piazza Principale 13,
 39021 Laces
 Contatto/Contact:
 rathauscafe.latsch@gmail.com
 www.rathauscafe-latsch.com

Orari d'apertura/Opening times:
 MAR-VEN 08.00-20.00
 SAB+DOM 09.00-19.00 /
 TUE-FRI 8a.m.-8p.m.
 SAT+SUN 9a.m.-7p.m.
 Giorno di Riposo/Day off:
 Lunedì/Monday/Tuesday from 4 p.m.

SEILBAHNBAR

Indirizzo/Address: Via Funivia 49, 39021 Laces
 Contatto/Contact:
 +39 366 47 34 182, a.holzknecht@akfree.it



Orari d'apertura/Opening times:
 06.30-22.00/6.30 a.m.-10 p.m.

STROBLHOF

Indirizzo/Address: Via Nibelungi 9, 39021 Morter
 Contatto/Contact:
 +39 348 36 12 055, www.stroblhof-morter.it,
 info@stroblhof-morter.it



Orari d'apertura/Opening times:
 09.00-22.00/9 a.m.-10 p.m.
 Tempi di cucina/Cooking times:
 12.00-14.00 + 18.00-20.00
 12 a.m.-2 p.m. + 6 p.m.-8 p.m.
 Giorno di riposo/Day off: Lunedì

TARSCHER ALM

Indirizzo/Address: 39021 Tarres
 Contatto/Contact: +39 339 8828103
 tarscheralmhuette@gmail.com



Orari d'apertura/Opening times:
 09.00-21.00/9 a.m.-9 p.m.
 Ferie/Holidays: 11/2023-04/2024

VERMOI RESTAURANT & RASTHOF

Indirizzo/Address: Via Nazionale 4, 39021 Laces
 Contatto/Contact: +39 0473 623 217,
 www.hotelvermoi.com,
 info@hotelvermoi.com



Orari d'apertura/Opening times:
 Restaurant 12.00-14.00 + 17.00-22.00 /
 12 a.m.-2 p.m. + 5 p.m.- 10 p.m. -
 Rasthof LUN-VEN 08.00-20.00 + SAB-DOM
 08.00-12.30 / MON-FRI 8 a.m.-8 p.m. +
 SAT-SUN 8 a.m.- 12.30 a.m.
 Tempi di cucina/Cooking times:
 12.00-14.00 + 18.00-21.00/
 12 a.m.-2 p.m. + 6 p.m.-9 p.m.
 Giorno di riposo/Day off: Martedì/Tuesday
 Ferie/Holidays: 11/2023-04/2024

VIS À VIS

Indirizzo/Address: Via Val Venosta 17, 39021 Coldrano
 Contatto/Contact:
 +39 0473 742 043, info@bamboo-hotel.it



Orari d'apertura/Opening times:
 06.30-22.00/06.30 a.m.-10 p.m.
 Giorno di riposo/Day off:
 Domenica/Sunday





ZUM RIESEN





Indirizzo/Address: Via delle fontane 12, 39021 Tarres
 Contatto/Contact: +39 0473 860 818,
 www.tarscherwirt.it, info@zumriesen.it



Orari d'apertura/Opening times:
 09.00-23.00/9 a.m.-11 p.m.
 Tempi di cucina/Cooking times:
 17.30-22.30/5.30 p.m.-10.30 p.m.
 Giorno di Riposo/Day off: Lunedì +
 Martedì dalle 16.00/Monday and
 Tuesday from 4 p.m.



 Tradizionale/Traditional
  Pizza
  Cucina di alto livello/High-level cuisine
  Snack

 bar-caffè/bar-coffee
  Coppa di gelato/Sundae
  caffè e torte/coffee and cakes
  Malga-Rifugio-Ristoro / Mountain huts and refuges, snack station

BURGAUNERHOF

Indirizzo/Address: Transacqua 196,
39020 Martello

Contatto/Contact:
+39 0473 744 530, www.burgaunerhof.com,
info@burgaunerhof.com



Orari d'apertura/Opening times:
08.00-23.00/8 a.m.-11 p.m.

EDELWEISS

Indirizzo/Address: Meiern 98, 39020 Martello
Contatto/Contact: +39 0473 744 526,
www.gasthof-edelweiss.net,
info@gasthof-edelweiss.net



Orari d'apertura/Opening times:
09.00-21.00/9 a.m.-9 p.m.
Tempi di cucina/Cooking times: 12.00-14.00
+ 18.00-20.00/ 12 a.m.-2 p.m. + 6 p.m.-8 p.m.
Giorno di riposo/Day off: Lunedì/Monday
Ferie/Holidays: 10/2023-05/2024

HÖLDERLE

Indirizzo/Address: Alta Valle 17,
39020 Martello
Contatto/Contact: +39 0473 744 642,
cafe.hoelderle@rolmail.net



Orari d'apertura/Opening times:
09.00-18.00/9 a.m.-6 p.m.
Tempi di cucina/Cooking times:
tutto il giorno/throughout
Giorno di riposo/Day off: Lunedì/Monday

JÄGERHEIM

Indirizzo/Address: Meiern 88, 39020 Martello
Contatto/Contact: +39 0473 744 529

NIEDERHOF

Indirizzo/Address: Monte Selva 222, 39020 Martello
Contatto/Contact: +39 0473 744 804,
www.niederhofmartell.com,
info@niederhofmartell.com



Orari d'apertura/Opening times:
08.00-20.00/8 a.m.-8 p.m.

MALGA LYFI

Indirizzo/Address: Alta Val Martello 204,
39020 Martello
Contatto/Contact:
+39 333 277 0100, info@lyfialm.it,
www.lyfialm.it



Orari d'apertura/Opening times:
28.05-meta ottobre/mind october
Giorno di riposo/Day off: Lunedì/Monday
(eccetto agosto/except August)

MARTELLERHOF

Indirizzo/Address: Ganda 39, 39020 Martello
Contatto/Contact: +39 0473 744 528,
www.martellerhof.com,
info@martellerhof.com



Orari d'apertura/Opening times:
06.00-21.00/6 a.m.-9 p.m.
Tempi di cucina/Cooking times:
12.00-14.00 + 18.00-21.00/
12 a.m.-2 p.m. + 6 p.m.-9 p.m.

WELLNESS
& RELAX,
FAMILY & FUN,
CULINARY



WELLNESS & RELAX,
FAMIGLIA &
DIVERTIMENTO,
BENESSERE

FAMILY FUN & WELLNESS AT HOTEL PARADIES IN LACES

FROM
MARCH 2023

you can expect many
new surprises! We are
open continuously
until 07.01.2024



DA
MARZO 2023
vi aspettano tante
novità! Il Paradies
resterà aperto fino
al 07.01.2024

DIVERTIMENTO IN FAMIGLIA & BENESSERE AL HOTEL PARADIES A LACES

das Paradies
★★★★★



I-39021 Laces
Tel.: +39 0473 622 225
info@hotelparadies.com
www.hotelparadies.com

MARTELLER HÜTTE

Indirizzo/Address: Alta Valle 200, 39020 Martello
 Contatto/Contact: +39 0473 623 109,
 www.martellerhuetten.com,
 martellerhuetten@gmail.com



Orari d'apertura/Opening times:
 tutto il giorno/all day
 Tempi di cucina/Cooking times:
 11.00-18.00/11a.m.-6p.m.

ORTLERHOF

Indirizzo/Address: Transacqua 174, 39020 Martello
 Contatto/Contact: +39 0473 744 518,
 www.ortlerhof.com, pension@ortlerhof.com



Orari d'apertura/Opening times:
 10.00-24.00/10 a.m.-12 p.m.
 Tempi di cucina/Cooking times: 12.00-13.30 +
 18.00-21.00/ 12 a.m.-1.30 a.m. + 6 p.m.-9 p.m.
 Giorno di riposo/Day off: Lunedì/Monday

SCHÖNBLICK

Indirizzo/Address: Alta Valle, 39020 Martello
 Contatto/Contact: +39 0473 744 776,
 www.gasthof-schoenblick.it,
 info@gasthof-schoenblick.it



Orari d'apertura/Opening times:
 07.30-22.00/7.30 a.m.-10 p.m.
 Tempi di cucina/Cooking times:
 12.00-14.30/12 a.m.-2.30 p.m.

STALLWIES

Indirizzo/Address: Monte Selva 1, 39020 Martello
 Contatto/Contact: +39 0473 744 552,
 www.stallwies.com, info@stallwies.com



Orari d'apertura/Opening times:
 09.00-18.00/9 a.m.-6 p.m.
 Tempi di cucina/Cooking times:
 11.30-18.00/11.30 a.m.-6 p.m.
 Giorno di riposo/Day off: Giovedì/Thursday

SOY ALM

Indirizzo/Address: Alta Valle, 39020 Martello
 Contatto/Contact:
 +39 333 74 85 605, juliagriabler@gmail.com



Orari d'apertura/Opening times:
 tutto il giorno/all day
 Tempi di cucina/Cooking times:
 tutto il giorno/all day
 Ferie/Holidays: Metà/fine ottobre-inizio/
 metà maggio/Middle/end of October-
 beginning/mid May

TRATTLA

Indirizzo/Address: Transacqua 246, 39020 Martello
 Contatto/Contact:
 +39 334 30 22 002, bar.trattla@gmail.com



Orari d'apertura/Opening times:
 09.30-24.00/09.30 a.m.-12 p.m.
 Tempi di cucina/Cooking times:
 maggio+ottobre 11.00-24.00 giugno-
 agosto 10.00-24.00/may+october 11a.m.-
 12p.m. june-august 10a.m.-12p.m.
 Giorno di riposo/Day off: Lunedì/Monday

WALDHEIM

Indirizzo/Address: San Maria i.S 16, 39020 Martello
 Contatto/Contact: +39 0473 744 545,
 www.waldheim.info, hotel@waldheim.info



Orari d'apertura/Opening times:
 07.00-23.00/7 a.m.-11 p.m.
 Tempi di cucina/Cooking times:
 12.00-14.30 + 18.00-21.00/
 12 a.m.-2.30 p.m. + 6 p.m.-9 p.m.

ZUFALLHÜTTE

Indirizzo/Address: Alta Valle 197, 39020 Martello
 Contatto/Contact: +39 0473 744 785,
 +39 335 63 06 603,
 www.zufallhuetten.com,
 info@zufallhuetten.com



Orari d'apertura/Opening times:
 tutto il giorno/all day
 Tempi di cucina/Cooking times:
 tutto il giorno/all day
 Ferie/Holidays: 11/2023-01/2024

Tradizionale/Traditional Pizza Cucina di alto livello/High-level cuisine Snack

bar-caffè/bar-coffee Coppa di gelato/Sundae caffè e torte/coffee and cakes Malga-Rifugio-Ristoro/
 Mountain huts and
 refuges, snack station

BAR CAFÉ ETZTHALERHOF

Indirizzo/Address: Via Statale 54, 39020 Ciardes
 Contatto/Contact:
 +39 338 60 21 123



Orari d'apertura/Opening times:
 06.00-20.00/6 a.m.-8 p.m.
 Giorno di riposo/Day off:
 Domenica/Sunday

BAR SAND

Indirizzo/Address: Via del Mulino 2, 39020 Ciardes
 Contatto/Contact: +39 0473 624 130,
 www.hotel-sand.com, info@hotel-sand.com



Orari d'apertura/Opening times:
 11.00-21.00/11 a.m.-9 p.m.
 Ferie/Holidays: novembre-aprile/
 November-April

DORFCAFÉ TSCHARS

Indirizzo/Address: Via Principale 10, 39020 Ciardes
 Contatto/Contact: +39 0473 421 441,
 www.tscharser-dorffcafe.com,
 info@tscharser-dorffcafe.com



Orari d'apertura/Opening times:
 LUN 10.00-18.00, MER-DOM 10.00-23.00/
 MON 10 a.m.-6 p.m., WED-SUN 10 a.m.-
 11 p.m.
 Giorno di riposo/Day off: Martedì/Tuesday

FREIBERGER ALM

Indirizzo/Address: Montefranco, 39020 Castelbello
 Contatto/Contact:
 +39 338 21 06 899



Orari d'apertura/Opening times:
 giugno-settembre/
 June-September
 Ferie/Holidays:
 ottobre-giugno/October-June

GASTHOF GSTIRNERHOF

Indirizzo/Address: Via Spineid 5, 39020 Castelbello
 Contatto/Contact: +39 0473 624 032,
 www.gstirnerhof.eu, gstirnerhof@rolmail.net



Orari d'apertura/Opening times:
 10.00-01.00/10 a.m.-1 a.m.
 Tempi di cucina/Cooking times:
 12.00-21.00/12 a.m.-9 p.m.

GASTHOF SCHLOSSWIRT JUVAL

Indirizzo/Address: Juvale 2, 39020 Juvale
 Contatto/Contact:
 +39 0473 668 056,
 www.schlosswirtjuval.it/gasthaus,
 gasthaus@schlosswirtjuval.it



Orari d'apertura/Opening times:
 GIO-MAR 10.00-18.00/THU-TUE 10 a.m.-6 p.m.
 Tempi di cucina/Cooking times:
 12.00-16.00 la sera su richiesta /
 12 a.m.-4 p.m. evening on reservation
 Giorno di riposo/Day off:
 Mercoledì/Wednesday
 Ferie/Holidays:
 novembre-aprile/November-April



HOFSCHANK ANGERGUTERKELLER

Indirizzo/Address:
Strada Vecchia 1, 39020 Castelbello
Contatto/Contact:
+39 349 42 49 708,
www.angerguterkeller.com,
info@angerguterkeller.com

Orari d'apertura/Opening times:
MER-SAB 12.00-23.00
DOM 09.00-23.00/WED-SAT 12 a.m.-11
p.m. SUN 9 a.m.-11 p.m.
Tempi di cucina/Cooking times:
12.00-21.00/12 a.m.-9 p.m.
Giorno di riposo/Day off:
Lunedì e Martedì/Monday and Tuesday

HOFSCHANK HIMMELREICH-HOF

Indirizzo/Address: Vicolo del Convento 15 A,
39020 Ciardes
Contatto/Contact: +39 0473 624 417
+39 335 60 87 807,
www.himmelreich-hof.info,
info@himmelreich-hof.info

Orari d'apertura/Opening times:
MAR-SAB 10.00-18.00/ TUE-SAT 10 a.m.-6 p.m.
Giorno di riposo/Day off:
DOM, LUN e giorni festivi /
SUN, MON and holidays

HOFSCHANK KÖFELGUT

Indirizzo/Address: Rione ai tre Cantì 12,
39020 Castelbello
Contatto/Contact:
+39 348 75 04 196, +39 340 70 30 386,
www.koefelgut.com, info@koefelgut.com

Orari d'apertura/Opening times:
GIO-SAB 09.00-13.00 14.00-18.30/
THU-SAT 9 a.m.-1 p.m. 2 p.m.-6.30 p.m.
Giorno di riposo/Day off: Domenica-Mercoledì/
Sunday-Wednesday

HOFSCHANK NIEDERMOARHOF TRUMSBERG

Indirizzo/Address: Montetrumes 4,
39020 Castelbello
Contatto/Contact: +39 0473 624 091,
reinhard.kaserer@hotmail.com

Orari d'apertura/Opening times:
08.00-18.00/8 a.m.-6 p.m.
Tempi di cucina/Cooking times: 11.00-
18.00 sera a richiesta/11 a.m.-6 p.m.
evening on reservation
Giorno di riposo/Day off: 01.04-20.12.
Giovedì - 15.06-15.08 Giovedì e
Domenica/01st April - 20th Dezember
Thursday - 15th June - 15th August
Thursday and Sunday

HOFSCHANK ORTL

Indirizzo/Address: Montetrumes 11,
39020 Castelbello
Contatto/Contact:
+39 348 74 80 049, ortlhof@yahoo.it

Orari d'apertura/Opening times: GIO-
DOM 11.00-21.00/THU-SUN 11 a.m.-9 p.m.
Tempi di cucina/Cooking times:
11.00-21.00 sera a richiesta
11 a.m.-9 p.m. evening on reservation
Giorno di riposo/Day off:
Lunedì-Mercoledì/Monday-Wednesday

HOFSCHANK PFRAUM

Indirizzo/Address: Via Montalban 4,
39020 Castelbello
Contatto/Contact:
+39 320 70 46 557

Orari d'apertura/Opening times:
LUN-DOM 12.00-20.00/
MON-SUN 12 a.m.-8 p.m.
Tempi di cucina/Cooking times:
12.00-20.00, la sera su richiesta/
12 a.m.- 8 p.m., evening on reservation
Giorno di riposo/Day off:
Mercoledì/Wednesday

LATSCHINIGER ALM

Indirizzo/Address: Montefranco,
39020 Castelbello
Contatto/Contact:
+39 333 90 13 729

Orari d'apertura/Opening times:
giugno-settembre/June-September
Ferie/Holidays:
ottobre-giugno/October-June

MARZONER ALM

Indirizzo/Address: Montefranco,
39020 Castelbello
Contatto/Contact:
+39 335 56 05 862, www.marzoneralm.it,
info@marzoneralm.it

Orari d'apertura/Opening times:
09.00-19.00 Aperto dal 1 maggio a
novembre /9 a.m.-7 p.m. Open from
1 may to november
Tempi di cucina/Cooking times:
11.00-18.00/ 11 a.m.-6 p.m.
Ferie/Holidays: novembre-maggio/
November-May

PIZZASTUBE ZUR SONNE

Indirizzo/Address: Vicolo del Convento 1,
39020 Ciardes
Contatto/Contact: +39 0473 624 105,
www.pizzastube-sonne.com,
info@pizzastube-sonne.com

Orari d'apertura/Opening times:
VEN+SAB 17.00-22.00, DOM 12.00-
14.00+17.00-22.00/FRI+SAT 5 p.m.-10
p.m., SUN 12 a.m.-2 p.m.+5 p.m.-10 p.m.
Tempi di cucina/Cooking times:
VEN+SAB 17.00-22.00, DOM 12.00-
14.00+17.00-22.00/FRI+SAT 5 p.m.-10
p.m., SUN 12 a.m.-2 p.m.+5 p.m.-10 p.m.
Giorno di riposo/Day off:
LUN-GIO/MON-THU

RESTAURANT HIMMELREICH

Indirizzo/Address: Vicolo del Convento 15 B,
39020 Ciardes
Contatto/Contact: +39 0473 624 109,
www.himmelreich.it, info@himmelreich.it

Orari d'apertura/Opening times:
08.00-24.00/8 a.m.-12 p.m.
Tempi di cucina/Cooking times:
12.00-14.00 sera a richiesta /
12 a.m.-2 p.m.evening on reservation
Ferie/Holidays: novembre-aprile/
November-April

RESTAURANT KESSLWIRT

Indirizzo/Address: Via Montefontana 4,
39020 Ciardes
Contatto/Contact: +39 0473 861 861,
www.kesslwirt.it, info@kesslwirt.it

Orari d'apertura/Opening times:
10.30-22.30/ 10 a.m.-10.30 p.m.
Tempi di cucina/Cooking times:
11.30-14.00+17.30-21.00 /
11.30 a.m.-2 p.m.+5.30 p.m.-9 p.m.
Giorno di riposo/Day off:
novembre-marzo/November-March:
martedì/Tuesday
aprile-ottobre/April-October:
sabato/Saturday



RESTAURANT KUPPELRAIN

Indirizzo/Address: Via Stazione 16,
39020 Castelbello
Contatto/Contact: +39 0473 624 103,
www.kuppelrain.com, info@kuppelrain.com



Orari d'apertura/Opening times:
Bistrot 12.00-15.00/12 a.m.-3 p.m.
Gourmet Restaurant
dalle ore 19.00/from 7 p.m.
Tempi di cucina/Cooking times:
12.00-15.00/12 a.m.-3 p.m.
dalle ore 19.00/from 7 p.m.
su richiesta/on reservation
Giorno di riposo/Day off: Domenica e lunedì/
Sunday and Monday

STIERBERG ALM

Indirizzo/Address: Montetrumes,
39020 Castelbello
Contatto/Contact:
+39 340 71 93 398



Orari d'apertura/Opening times:
giugno-settembre/June-September
Ferie/Holidays: ottobre-giugno/
October-June

TOMBERGER/ALT ALM

Indirizzo/Address: Montefontana,
39020 Castelbello
Contatto/Contact: +39 0473 624 193



Orari d'apertura/Opening times:
giugno-settembre/June-September
Ferie/Holidays: ottobre-giugno/
October-June

TRUMSER ALBLI

Indirizzo/Address: Montetrumes,
39020 Castelbello
Contatto/Contact:
+39 335 60 48 766



Orari d'apertura/Opening times:
maggio-novembre/May-November
Giorno di riposo/Day off: lunedì-mercoledì/
Monday-Wednesday

WEINSALSON BISTRO SEEBER

Indirizzo/Address: Piazza Paese 5,
39020 Castelbello
Contatto/Contact:
+39 347 79 57 297



Orari d'apertura/Opening times:
GIO-SAB 18.00-21.30, SO 12.00-16.00/ THU-
SAT 6 p.m.-9.30 p.m., SUN 12 a.m.-4 p.m.
Giorno di riposo/Day off: lunedì-mercoledì/
Monday-Wednesday

WEINSALON CAFÈ SEEBER

Indirizzo/Address: Piazza Paese 5,
39020 Castelbello
Contatto/Contact:
+39 347 79 57 297



Orari d'apertura/Opening times:
LUN-GIO 07.00-22.00, VEN+SAB 07.00-01.00,
DOM 09.00-20.00/MON-THU 7 a.m.-10 p.m.,
FRI+SAT 7 a.m.-1 a.m., SUN 9 a.m.-8 p.m.

ZIRMTAL ALM

Indirizzo/Address: Montefontana,
39020 Castelbello
Contatto/Contact:
+39 0473 42 61 05



Orari d'apertura/Opening times:
maggio-ottobre/May-October
Ferie/Holidays: novembre-maggio/
November-May

Gusto in famiglia.



Recla

Venite a scoprire le nostre specialità di
speck, prosciutto e würstel.
Non vediamo l'ora di darvi il benvenuto!

*Discover South Tyrolean Speck, ham and
sausage delicacies in our shop. We look
forward to welcoming you!*

Vendita diretta / sales point ...

Lunedì - venerdì: 08:00 - 12:00 e 14:00 - 18:00, sabato: 08:00 - 12:00
Monday - Friday: 08:00am - 12:00pm and 02:00pm - 06:00pm,
Saturday: 08:00am - 12:00pm

Silandro / Zona produttiva Vezzano, Tel. (+39) 0473 737 352, www.recla.it



Tradizionale/Traditional
 Pizza
 Cucina di alto livello/High-level cuisine
 Snack
 bar-caffè/bar-coffee
 Coppa di gelato/Sundae
 caffè e torte/coffee and cakes
 Malga-Rifugio-Ristoro / Mountain huts and refuges, snack station

BADLERHOF

Indirizzo/Address: Via Palla 4/b, 39023 Lasa
 Contatto/Contact: +39 0473 628 011,
 www.camping-badlerhof.it,
 info@camping-badlerhof.it



Orari d'apertura/Opening times:
 09.00-20.00 / 9 a.m.-8 p.m.
 Giorno di riposo/Day off:
 Mercoledì / Wednesday
 Ferie/Holidays:
 novembre-aprile / november-april

BAR CREMONA

Indirizzo/Address:
 Via Principale 48, 39028 Silandro
 Contatto/Contact:
 +39 0473 730 183,
 www.barcremona.com,
 info@barcremona.com



Orari d'apertura/Opening times:
 06.00-20.00 / 6 a.m.-8 p.m.
 Giorno di riposo/Day off:
 Lunedì / Monday

CAFE AM PLATZL

Indirizzo/Address:
 Via Andreas-Hofer 1/g, 39028 Silandro
 Contatto/Contact:
 +39 0473 732 461



Orari d'apertura/Opening times:
 07.30-20.00 / 7.30 a.m.-8 p.m.
 Giorno di riposo/Day off:
 Domenica / Sunday

CAFE KONDITOREI GRETA

Indirizzo/Address: Via Venosta 65, 39023 Lasa
 Contatto/Contact:
 +39 0473 628 080,
 cafesconditoreigreta@gmail.com



Orari d'apertura/Opening times:
 08.00-19.00 / 8 a.m.-7 p.m.
 Giorno di riposo/Day off:
 Lunedì / Monday

CAFE KONDITOREI SCHUSTER

Indirizzo/Address:
 Via Principale 60, 39028 Silandro
 Contatto/Contact:
 +39 0473 621 511,
 +39 335 46 66 21



Orari d'apertura/Opening times:
 07.30-19.30, sabato 07.30-13.30 / 7.30
 a.m.-7.30 p.m., SAT 7.30 a.m.-1.30 p.m.
 Giorno di riposo/Day off:
 Sabato pomeriggio, domenica /
 Saturday afternoon, Sunday

CAFE LANDHOTEL ANNA

Indirizzo/Address:
 Via Principale 27, 39028 Silandro
 Contatto/Contact:
 +39 0473 730 314,
 www.landhotel-anna.it,
 info@landhotel-anna.it



Orari d'apertura/Opening times:
 08.00-20.00 / 8 a.m.-8 p.m.

GELATERIA ORTLER

Indirizzo/Address:
 Via Covelano 13, 39028 Silandro
 Contatto/Contact:
 +39 333 74 30 137,
 rosmaie@gelateria-ortler.it



Orari d'apertura/Opening times:
 11.00-21.00 / 11 a.m.-9 p.m.
 Giorno di riposo/Day off:
 Martedì / Tuesday
 Ferie/Holidays:
 novembre-marzo / november-march

FREIZEITBAR

Indirizzo/Address: Via Lido 12, 39028 Silandro
 Contatto/Contact:
 +39 0473 621 322,
 www.freizeitbar.com,
 freizeitbar.schlanders@gmail.com



Orari d'apertura/Opening times:
 09.00-01.00, LUN 13.00-01.00 /
 9 a.m.-1 a.m., MON 1 p.m.-1 a.m. at night
 Giorno di riposo/Day off:
 lunedì mattina / Monday morning
 Ferie/Holidays:
 novembre-marzo / november-march

GASTHAUS SONNECK

Indirizzo/Address: Alliz 11, 39023 Alliz
 Contatto/Contact:
 +39 0473 626 589,
 www.gasthaus-sonneck.it,
 gasthaus-sonneck@hotmail.com



Orari d'apertura/Opening times:
 09.00-01.00 / 9 a.m.-1 a.m. at night
 Tempi di cucina/Cooking times:
 12.00-14.00 / 12 a.m.-2 p.m.
 19.00-21.00 / 7 p.m.-9 p.m.
 Giorno di riposo/Day off:
 Martedì / Tuesday

GASTHOF PAFLUR

Indirizzo/Address: Tanas 31, 39023 Lasa
 Contatto/Contact:
 +39 0473 739 977,
 www.paflur.com, info@paflur.com



Orari d'apertura/Opening times:
 10.00-22.00 / 10 a.m.-10 p.m.
 Tempi di cucina/Cooking times:
 12.00-14.00 / 12 a.m.-2 p.m.
 19.00-21.00 / 7 p.m.-9 p.m.
 Giorno di riposo/Day off:
 Lunedì / Monday
 Ferie/Holidays:
 novembre-maggio/november-may

GASTHOF RITA

Indirizzo/Address:
 Vico Fabbri 22, 39028 Corzes
 Contatto/Contact:
 +39 0473 730 235,
 www.pension-rita.com,
 info@pension-rita.com



Orari d'apertura/Opening times:
 08.00-23.00 / 8 a.m.-11 p.m.
 Tempi di cucina/Cooking times:
 12.00-14.00 / 12 a.m.-2 p.m.
 19.00-21.00 / 7 p.m.-9 p.m.
 Giorno di riposo/Day off:
 Mercoledì / Wednesday

GASTHOF SONNE

Indirizzo/Address:
 Vico Fabbri 12, 39028 Corzes
 Contatto/Contact:
 +39 0473 730 100,
 www.gasthof-sonne.info,
 gasthof.sonne@dnet.it



Orari d'apertura/Opening times:
 08.00-23.00 / 8 a.m.-11 p.m.
 Tempi di cucina/Cooking times:
 12.00-14.00 / 12 a.m.-2 p.m.
 18.00-21.00 / 6 p.m.-9 p.m.
 Giorno di riposo/Day off:
 Martedì / Tuesday



GASTHOF ZUR SONNE

Indirizzo/Address: Via Venosta 24, 39023 Lasa
 Contatto/Contact: +39 0473 626 523,
 www.sonnelaas.com,
 info@sonnelaas.com



Orari d'apertura/Opening times:
 07.30-22.00 / 7.30 a.m.-10 p.m.
 Tempi di cucina/Cooking times:
 12.00-14.00 / 12 a.m.-2 p.m.
 18.00-20.30 / 6 p.m.-8.30 p.m.
 Giorno di riposo/Day off:
 Domenica / Sunday

PARKHOTEL ZUR LINDE

Indirizzo/Address:
 Via Covelano 35, 39028 Silandro
 Contatto/Contact:
 +39 0473 730 060,
 www.parkhotel-linde.it,
 info@parkhotel-linde.it



Orari d'apertura/Opening times:
 08.00-21.00 / 8 a.m.-9 p.m.
 Giorno di riposo/Day off:
 Domenica / Sunday
 Ferie/Holidays:
 novembre-aprile / november-april

RESTAURANT GOLDENE ROSE

Indirizzo/Address:
 Zona Pedonale 73, 39028 Silandro
 Contatto/Contact:
 +39 0473 730 218,
 www.hotel-goldenerose.it,
 info@hotel-goldenerose.it



Orari d'apertura/Opening times:
 07.00-23.00 / 7 a.m.-11 p.m.
 Tempi di cucina/Cooking times:
 12.00-14.00 / 12 a.m.-2 p.m.
 18.00-21.00 / 6 p.m.-9 p.m.
 Giorno di riposo/Day off:
 Domenica / Sunday

RESTAURANT PIZZERIA GOLDENER LÖWE - ANNO 1773

Indirizzo/Address: Via Dante 6, 39028 Silandro
 Contatto/Contact:
 +39 0473 730 188,
 www.goldener-loewe.it,
 info@goldener-loewe.it



Orari d'apertura/Opening times:
 08.00-24.00 / 08.00 a.m.-12 p.m.
 Tempi di cucina/Cooking times:
 12.00-14.00 / 12 a.m.-2 p.m. /
 Pizza 17.00-23.00 / 5 p.m.-11 p.m.
 18.00-21.00 / 6 p.m.-9 p.m.
 Giorno di riposo/Day off:
 Lunedì / Monday

RESTAURANT PIZZERIA MARIA THERESIA

Indirizzo/Address:
 Strada Statale 15, 39028 Silandro
 Contatto/Contact:
 +39 0473 730 209,
 www.hotel-maria-theresia.it,
 info@hotel-maria-theresia.it



Orari d'apertura/Opening times:
 07.00-23.00 / 7 a.m.-11 p.m.
 Tempi di cucina/Cooking times:
 11.30-14.00 / 11.30 a.m.-2 p.m. /
 Pizza 17.00-22.00 / 5 p.m.-10 p.m.
 17.00-22.00 / 5 p.m.-11 p.m.
 Giorno di riposo/Day off:
 Mercoledì dalle ore 15 /
 Wednesday from 3 p.m.

RESTAURANT SCHWARZER ADLER

Indirizzo/Address:
 Via Principale 38/b, 39028 Silandro
 Contatto/Contact:
 +39 0473 730 222,
 www.troegerwirt.com
 info@troegerwirt.com



Orari d'apertura/Opening times:
 08.00-01.00 / 8 a.m.-1 p.m.
 Tempi di cucina/Cooking times:
 11.30-14.00 / 11.30 a.m.-2 p.m.
 17.30-21.00 / 5.30 p.m.-9 p.m.
 Giorno di riposo/Day off:
 Sabato / Saturday

RESTAURANT VINSCHGERHOF

Indirizzo/Address:
 Vecchia Srada Val Venosta 1, 3928 Vezzano
 Contatto/Contact:
 +39 0473 742 113,
 www.vinschgerhof.com,
 info@vinschgerhof.com



Orari d'apertura/Opening times:
 08.00-22.00 / 8 a.m.-10 p.m.
 Tempi di cucina/Cooking times:
 12.00-14.00 / 12 a.m.-2 p.m.
 18.30-21.00 / 6.30 p.m.-9 p.m.
 Giorno di riposo/Day off:
 Lunedì / Monday
 Ferie/Holidays:
 gennaio-aprile/january-april

SPECKEGGELE

Indirizzo/Address:
 Via Principale 50, 39028 Silandro
 Contatto/Contact:
 +39 0473 730 183,
 speckeggele@gmail.com



Orari d'apertura/Opening times:
 mar-sab 10.00-14.00 + 18.00-22.00 /
 tue-sat 10 a.m.-2 p.m. + 6 p.m.-10 p.m.
 dom 10.00-14.00 / sun 10 a.m.-2 p.m.
 Tempi di cucina/Cooking times:
 10.00-14.00 / 10 a.m.-2 p.m.
 18.00-22.00 / 6 p.m.-10 p.m.
 Giorno di riposo/Day off:
 Lunedì / Monday

WEINEGGELE

Indirizzo/Address:
 Via Principale 38c, 39028 Silandro
 Contatto/Contact:
 +39 0473 730 539,
 www.weineggele.it,
 info@weineggele.it



Orari d'apertura/Opening times:
 MAR-SAB 10.00-13.00 /
 TUE-SAT 10 a.m.-1 p.m.
 MAR-GIO 17.00-19.00, VEN 17.00-23.00 /
 TUE-THU 5 p.m.-7 p.m., FRI 5 p.m.-11 p.m.
 Giorno di riposo/Day off:
 Domenica, Lunedì /
 Sunday, Monday





Shopping

Voglia di shopping? L'area vacanze Silandro-Lasa, Laces-Val Martello e Castebello-Ciardes propone ai turisti una vasta offerta di mercati, botteghe con specialità gastronomiche e negozi per gli acquisti più vari.

Fancy some shopping? Visitors to the Silandro-Lasa, Laces-Val Martello and Castebello-Ciardes holiday area will find an abundance of markets, speciality shops and shopping opportunities.

2K-KLOTZ KARL

Indirizzo/Address: Piazzetta 16, 39021 Coldrano
+39 0473 742 157
zweika@hotmail.com

Orari d'apertura/Opening times: LUN-VEN
08.00-12.00 + 15.30-19.00 SAB 08.00-12.00/
MON-FRI 8 a.m.-12 a.m. + 3.30 p.m.-7 p.m.
SAT 8 a.m.-12 a.m.
Prodotti/Products: materiale Elettrico & TV/
electronics & TV

APOTHEKE SONNENBERG

Indirizzo/Address: Piazza Principale 8, 39021 Laces
+39 0473 623 310
apothke.sonnenberg@rolmail.net

Orari d'apertura/Opening times: LUN-VER
08.15-12.15 + 15.00-19.00 SAB 08.15-
12.15/MON-FRI 8.15 a.m.-12.15 a.m. + 3
p.m.-7 p.m. SAT 08.15 a.m.-12.15 a.m.
Prodotti/Products: farmacia/pharmacy

BÄCKEREI-KONDITOREI PSENNER

Indirizzo/Address: Via Principale 47/A, 39021 Laces
+39 0473 622 203
www.baecerei-psenner.com,
info@baecerei-psenner.com

Orari d'apertura/Opening times: LUN-SAB
06.00-19.00 DOM 07.00-12.30/MON-SAT 6
a.m.-7 p.m. SUN 7 a.m.-12.30 a.m.
Prodotti/Products: panificio, pasticceria/
bakery, cake shop

DM DROGERIEMARKT HERILU SCHOPPINGCENTER

Indirizzo/Address: Via Principale 11, 39021 Laces
www.dm-drogeriemarkt.it

Orari d'apertura/Opening times:
LUN-SAB 08.00-19.00, DOM 09.00-19.00/
MON-SAT 8.00 a.m.-7p.m.,
SUN 9 a.m.-7 p.m.
Prodotti/Products: Drogeriemarkt

EINRICHTUNGSHAUS VINSCHGAU

Indirizzo/Address: Via Pallude, 39021 Coldrano
+39 0473 742 636
www.fleischmann.it, info@fleischmann.it

Orari d'apertura/Opening times: LUN-VEN
08.00-12.00 + 14.00-18.00 MON-FRI 8 a.m.-
12 a.m. + 2 p.m.-6 p.m.
Prodotti/Products: arredamento/facilities

FLEISCHMANN GERDA

Indirizzo/Address: Via Stazione 6, 39021 Laces
+39 0473 623 144
reiterer_manuel@hotmail.com

Orari d'apertura/Opening times: LUN-VEN
08.00-12 + 15.00-18.30 SAB 08.00-12.00/
MON-FRI 8 a.m.-12 a.m. + 3 p.m.-6.30 p.m.
SAT 8 a.m.-12 a.m.
Prodotti/Products: regali, giornali, tabacchi/
gifts, newspaper, tabacco Zigaretten

FORELLENRÄUCHERREI BLAAS

Indirizzo/Address: Via tiro a Segno, 39021 Laces
+39 0473 623 269
bLasa.markus@dnet.it

Orari d'apertura/Opening times: LUN-VEN
08.00-12 + 13.30-17.30 SAB 8.00-11.30/MON-
FRI 8 a.m.-12 a.m. + 1.30 p.m.-5.30 p.m. SAT
8 a.m.-12 a.m.
Prodotti/Products: affumicatoio
di trota/trout smokehouse



GAMPER GOLDSCHMIED

Indirizzo/Address: Via Stazione 14, 39021 Laces
+39 0473 623 288
www.goldschmied-gamper.com,
hannes.gamper@rolmail.net

Öffnungszeiten: LUN-VEN 08.30-12 + 15.00-18.30 SAB 8.30-12.00/MON-FRI 8.30 a.m.-12 a.m. + 3 p.m.-6.30 p.m. SAT 8 a.m.-12 a.m.
Prodotti/Products: orafa/goldsmith

GERSTL EINRICHTUNGS STUDIO

Indirizzo/Address: Via Signori 3, 39021 Laces
+39 0473 623 162
www.gerstl.it, info@gerstl.it

Orari d'apertura/Opening times: LUN-VEN 08.30-12 + 15.00-18.30 SAB 9.00-12.00/MON-FRI 8.30 a.m.-12 a.m. + 3 p.m.-6.30 p.m. SAT 9 a.m.-12 a.m.
Prodotti/Products: arredamento/facilities

GLÜCKSKLEE

Indirizzo/Address: Via Mercato 20/F, 39021 Laces
+39 0473 622 088
gluecksklee.trafoier@gmail.com

Orari d'apertura/Opening times: LUN-VEN 09.00-12.00 + 14.00-17.00/MON-FRI 9.00 a.m.-12 a.m. + 2 p.m.-5 p.m.
Prodotti/Products: cosmetici/cometics

GOLDRAINER BACKSTUBE

Indirizzo/Address: Piazzetta 11/B, 39021 Coldrano
+39 0473 742 472
goldrainerback@hotmail.de

Öffnungszeiten: LUN-VEN 06.30-12 + 13.30-18.30 SAB 6.30 - 12.00/MON-FRI 6.30 a.m.-12 a.m. + 1.30 p.m.-6.30 p.m. SAT 6.30 a.m.-12 a.m.
Prodotti/Products: panificio/bakery

HARRY'S TANKSTELLE

Indirizzo/Address: Via Nazionale 2, 39021 Laces
+39 0473 720 927
harrytankstelle@hotmail.de

Orari d'apertura/Opening times: MUN-VEN 07.00-12.30 + 14.00-19.00 SAB 07.00 - 12.30/MON-FRI 7 a.m.-0.30 p.m. + 2 a.m.-7 p.m. SAT 7 a.m.-0.30 p.m.
Prodotti/Products: distributore/petrol station

**HERILU LADELE
HERILU SHOPPINGCENTER**

Indirizzo/Address: Via Principale 11, 39021 Laces
+39 +39 0473 723 576
+39 324 54 82 435

Orari d'apertura/Opening times: LUN-SAB 08.00-12.30 + 14.30-19.00 /MON-SAT 8.00 a.m.-0.30 p.m. + 2.30 p.m.-7 p.m.
Prodotti/Products: alimentari e macellaio/grocer's & butchery

HILDEGRAD'S TEXTILSHOP

Indirizzo/Address: Via Maso 7, 39021 Laces
+39 0473 623 204
www.hildegards-textilshop.jimdosite.com,
hildegard.sparber@gmail.com

Orari d'apertura/Opening times: LUN-VEN 08.15-12.15 + 15.00-18.30 SAB 08.15-12.15 + 15.00-18.00/MON-SAT 8.15 a.m.-0.15 p.m. + 3 a.m.-6.30 p.m. SAT 8.15 a.m.-0.15 p.m. + 3 p.m.-6 p.m.
Prodotti/Products: tessili, tabacchi/textiles, tabacco

**KIWI SPORTS
HERILU SHOPPINGCENTER**

Indirizzo/Address: Via Principale 11, 39021 Laces
+39 0473 623 491
latsch@kiwisports.eu

Orari d'apertura/Opening times: LU-VE 08.30-12.30 + 14.30-19.00 SAB 08.30-18.00/MON-FRI 8.30 a.m.-12.30 a.m. + 2.30 p.m.-7 p.m. /SAT 8.30 a.m.-6 p.m.
Prodotti/Products: moda sportivo/sport fashion

**LIDL
HERILU SHOPPINGCENTER**

Indirizzo/Address: Via Principale 11, 39021 Laces
+39 0473 720 220
www.lidl.it

Orari d'apertura/Opening times: LUN-SAB 08.00-20.30
DOM 08.30-19.00/MON-SAT 8.00 a.m.-8.30 p.m. SUN 8.30 a.m.-7 p.m.
Prodotti/Products: alimentari/grocer's

MARION'S FASHION

Indirizzo/Address: Via Principale 45, 39021 Laces
+39 0473 622 066
marion.debon@rolmail.net

Orari d'apertura/Opening times: LUN-VEN 09.00-12.00 + 15.00-19.00 SAB 09.00-12.00/MON-FRI 9 a.m.-12 a.m. + 3 p.m.-7 p.m. SAT 9 a.m.-12 a.m.
Prodotti/Products: moda/fashion

MAXX BIKE ELDORADO

Indirizzo/Address: Via Principale 65/A, 39021 Laces
+39 0473 720 077
www.maxx-bike-eldorado.com,
info@maxx-bike-eldorado.com

Orari d'apertura/Opening times: LUN-VEN 08.30-12.00 + 14.00-19.00 SAB 08.30-12.00/MON-FRI 8.30 a.m.-12 a.m. + 2 p.m.-7 p.m. SAT 8.30 a.m.-12 a.m.
Prodotti/Products: bikeshop

METZGEREI RINNER

Indirizzo/Address: Via Principale, 39021 Laces
+39 0473 623 138
www.rinner-latsch.it, info@rinner-latsch.it

Orari d'apertura/Opening times: LUN-GIO 08.00-12.00 + 14.00-18.00 VEN 08.00-12.00/MON-THU 8.00 a.m.-12 a.m. + 2 p.m.-6 p.m. FRI 8 a.m.-12 a.m.
Prodotti/Products: macellaio/butchery

MODEGALERIE LEO

Indirizzo/Address: Via Mercato 12, 39021 Laces
+39 0473 623 250
www.leoni.bz.it, info@leoni.bz.it

Öffnungszeiten: LUN-VEN 09.00-18.30 SA 9.00 - 13.00/MON-FRI 9 a.m.-6.30 p.m. SAT 9 a.m.-1 p.m.
Prodotti/Products: moda/fashion

MODETREFF

Indirizzo/Address: Via Mercato 20/A, 39021 Laces
+39 0473 623 522
modetreff@rolmail.net

Orari d'apertura/Opening times: LUN-VEN 09.00-12.00 + 15.00-19.00 SA 09.00-12.00/MON-FRI 9 a.m.-12 a.m. + 3 p.m.-7 p.m. SAT 9 a.m.-12 a.m.
Prodotti/Products: moda/fashion



NIEDERWIESHOF

Indirizzo/Address: Masi di Fuori 16, 39021 Laces
+39 0473 742 564
niederwies@hotmail.com

Orari d'apertura/Opening times: LUN-VEN
08.30-12.30 + 14.30-19.00, SAB 08.30-
18.00/MON-FRI 8.30 a.m.-12.30 a.m. + 2.30
p.m.-7 p.m., SAT 8.30 a.m.-6 p.m.
Prodotti/Products: succhi, frutta/juices,
fruits

**NKD
HERILU SHOPPINGCENTER**

Indirizzo/Address: Via Principale 11, 39021 Laces
+39 0473 622 358

Orari d'apertura/Opening times: LUN-SAB
08.30-19.00 DOM 09.00-18.00/MON-SAT
8.30 a.m.-7 p.m. SUN 9 a.m.-6 p.m.
Prodotti/Products: moda/fashion

OBSTGENOSSENSCHAFT MIVOR

Indirizzo/Address: Zona Industriale 7,
39021 Laces
+39 0473 749 900
www.vip.coop.de, mivor@vip.coop

Orari d'apertura/Opening times: LUN-VEN
08.30-11.30/MON-FRI 8.30 a.m.-11.30 a.m.
Prodotti/Products: vendita al dettaglio/
Fruit Shop

**PIFF TOYS
HERILU SHOOPINGCENTER**

Indirizzo/Address: Via Principale 11, 39021 Laces
+39 0473 720 173
www.piff toys.com

Öffnungszeiten: LUN-SAB 08.30-19.00 DOM
09.00-19.00/MON-SAT 8.30 a.m.-7 p.m.
SUN 9 a.m.-7 p.m.
Prodotti/Products: giocattoli/toys

SALON TREND HAIR

Indirizzo/Address: Via Maso 4, 39021 Laces
trafoier.elmar@rolmail.net
+39 0473 623 164

Orari d'apertura/Opening times: MAR-VEN
08.00-12.00 + 15.00-19.00 SAB 08.00-17.00/
TUE-FRI 8 a.m.-12 a.m. + 3 p.m.-7 p.m. SAT
8 a.m.-5 p.m.
Prodotti/Products: parrucchiere/hairdresser

SCHWEITZER GETRÄNKE

Indirizzo/Address: Zona Industriale 2,
39021 Laces
+39 0473 623 228
www.schweitzer-getraenke.it,
info@schweitzer-getraenke.it

Orari d'apertura/Opening times: LUN-VER
08.00-12.00 + 13.00-18.15 SAB 08.15-12.00/
MON-FRI 8 a.m.-12 a.m. + 1 p.m.-6.15 p.m.
SAT 9 a.m.-12 a.m.
Prodotti/Products: bevande/beverages

SÜDTIROLER KRÄUTERGOLD - KRÄUTERSCHLÖSSL

Indirizzo/Address: Via Schanzen 50,
39021 Coldrano
+39 0473 742 367
www.kraeuterschloessl.it,
info@kraeutergold.it

Orari d'apertura/Opening times: LUN-VER
08.00-18.00
SAB -DOM 09.00-17.00/MON-FRI 8 a.m.-6
p.m. SAT-SUN 9 a.m.-5 p.m.
Prodotti/Products: prodotti biologici/
biologic products

SUPERMARKET GÖTSCH

Indirizzo/Address: Via Val Venosta 21,
39021 Coldrano
+39 0473 742 040
pianetavideogoldrain@yahoo.de

Öffnungszeiten: LUN-VER 07.00-12.00 + 15.00-
19.00 SAB 07.00-12.00/MON-FRI 7 a.m.-12
a.m. + 3 p.m.-7 p.m. SAT 7 a.m.-12 a.m.
Prodotti/Products: alimentari, giornali/
grocer's, newspaper

URBAN K HERILU SHOPPINGCENTER

Indirizzo/Address: Via Principale 11,
39021 Laces
+39 0473 623 491

Orari d'apertura/Opening times: LUN-VEN
08.30-12.30 + 14.30-19.00 SAB 08.30-18.00/
MON-FRI 8.30 a.m.-12.30 a.m. + 2.30 p.m.-7
p.m. SAT 8.30 a.m.-6 p.m.
Prodotti/Products: moda/fashion

VERMOI RASTHOF

Indirizzo/Address: Via Nazionale 4,
39021 Laces
+39 0473 623 217

Öffnungszeiten: LUN-VEN 06.00-20.00 +
SAB-DOM 08.00-13.00/MON-FRI 6 a.m.-8
p.m. + SAT-SUN 8.30 a.m.-13.00 a.m.
Prodotti/Products: alimentari, giornali,
tabacchi/ grocer's, newspaper, tabacco



GANDHOF

Indirizzo/Address: Ganda 53, 39020 Martello
+39 0473 744 596
www.gandhof.com, info@gandhof.com

Prodotti/Products: formaggio biologico/
organic cheese

GÖTSCH

Indirizzo/Address: Meiern 88, 39020 Martello
+39 0473 744 529
gerlinde.goetsch@gmail.com

Orari d'apertura/Opening times: LUN-MER
+ VER 08.00-12.00 + 16.30-19.00 GIO + SAB
08.00-12.00/MON-WEN + FRI 8 a.m.-12 a.m.
+ 4.30 p.m.- p.m./THU + SAT 8 a.m.-12 a.m.
Prodotti/Products: supermercato, giornali,
tabacchi/supermarket, newspaper,
tobacco

NIEDERHOF

Indirizzo/Address: Selva 222, 39020 Martello
+39 0473 744 804
info@niederhofMartello.com

Prodotti/Products: speck, salsiccie/
bacon, sausages

RAINHOF

Indirizzo/Address: Transacqua 168,
39020 Martello
+39 333 36 10 501
kaeserei.rainhof@rolmail.net

Prodotti/Products: formaggio, latte,
yogurt/
cheese, milk, yogurt

SÜDTIROLER ERDBEERWELT

Indirizzo/Address: Transacqua 246,
39020 Martello
+39 0473 745 005
meg@vip.coop

Orari d'apertura/Opening times: LUN-DOM
09.00-12.00 + 14.0-18.00 MON-SUN 9 a.m.-12
a.m. + 2 p.m.-6 p.m.
Prodotti/Products: prodotti Regione/Re-
gionali/Regione/Regional products

THAIRMÜHL

Indirizzo/Address: Transacqua 156/A,
39020 Martello
+39 327 16 32 155
viktort.fleischmann@rolmail.net

Orari d'apertura/Opening times: LUN-
DOM 07.00-19.00/MON-SUN 7 a.m.-7 p.m.
Prodotti/Products: supermercato, giornali,
tabacchi/supermarket, newspaper,
tobacco

**GEMISCHTWARENHANDLUNG
GSTREIN DORIS**

Indirizzo/Address: Via Statale 9,
39020 Castelbello
+39 0473 624 325
gemischtwaren.gstrein@gmail.com

Orari d'apertura/Opening times: LUN-VEN
07.00-12.00+15.00-19.00 SAB 07.00-12.00
MON-FRI 7 a.m. - 12 a.m. + 3 p.m.-7 p.m.SAT
7 a.m.-12 a.m.
Prodotti/Products: alimentari, giornali/
grocer's, newspapers

GEMISCHTWARENHANDLUNG PRINOTH ROLAND

Indirizzo/Address: Vicolo Grande 1,
39020 Ciardes
+39 0473 624 028

Orari d'apertura/Opening times: LUN 07.30-
12.00+15.00-19.00, MAR 07.30-12.00, MER-VEN
07.30-12.00 + 15.00-19.00, SAB 07.30-12.00/
MON 07.30 a.m.-12 a.m. + 3 p.m.-7 p.m., TUE
07.30 a.m.-12 a.m., WED-FRI 07.30 a.m.-12
a.m.+ 3 p.m.-7 p.m., SAT 07.30 a.m.-12 a.m.
Prodotti/Products: alimentari/grocer's

HOFBRENNEREI OBERMAIRHOF

Indirizzo/Address: Via Lacinigo 10,
39020 Castelbello
+39 339 73 94 677
www.obermairhof.net,
leopold.mitterer@rolmail.net

Orari d'apertura/Opening times:
su richiesta/by arrangement
Prodotti/Products: distilleria agricola/
distillery

HOFBRENNEREI WEBERHOF

Indirizzo/Address: Via delle Fonti 7,
39020 Colsano
+39 0473 624 708
www.weberhof.bz, info@weberhof.bz

Orari d'apertura/Opening times:
su richiesta/by arrangement
Prodotti/Products: distilleria agricola -
manifattura/distillery - manufactory

METZGEREI KIEM

Indirizzo/Address: Via Statale 13,
39020 Castelbello
+39 0473 624 123
metzgerei.kiem@rolmail.net

Orari d'apertura/Opening times:
LUN-VEN 08.00-12.00 + 15.30-18.30, SAB
08.00-12.00/MON-FRI 8 a.m.-12 a.m. + 3.30
p.m.-6.30 p.m., SAT 8 a.m.-12 a.m.
Prodotti/Products: macelleria/butcher's shop

MOARHOF

Indirizzo/Address: Via Statale 24,
39020 Castelbello
+39 333 73 94 417
www.moarhof-kastellbell.com,
moarhof@hotmail.com

Orari d'apertura/Opening times:
su richiesta/by arrangement
Prodotti/Products:
prodotti del maso/farm products



NIEDERMOARHOF

Indirizzo/Address: Montetrumes 4,
39020 Castebello
+39 0473 624 091
reinhard.kaserer@hotmail.com

Orari d'apertura/Opening times:
su richiesta/by arrangement
Prodotti/Products: prodotti direttamente
dal maso/products straight to the farm

OBSTGENOSSENSCHAFT JUVAL - DETAILVEKAUF

Indirizzo/Address: Via Statale 26,
39020 Castebello
+39 0473 727 519
www.vip.coop

Orari d'apertura/Opening times:
LUN-VEN 08.00-12.00+14.00-18.00/
MON-FRI 8 a.m.-12 a.m.-2 p.m.-6 p.m.
Prodotti/Products: mele, albicocche,
frutti/apples, apricots, berries

SALON HAARLUST

Indirizzo/Address: Via ai Tre Canti 1,
39020 Castebello
+39 0473 727 072

Orari d'apertura/Opening times:
MAR+GIO 08.00-12.00 + 14.30-18.30, MER
08.00-12.00 + 16.00-20.00, VEN 08.00-16.00
SAB 08.00-16.30/TUE+THU 8 a.m.-12 a.m.
+ 2.30 p.m.-6.30 p.m., WED 8 a.m.-12 a.m.
+ 4 p.m.-8 p.m., FRI 8 a.m.-4 p.m., SAT 8
a.m.-4.30 p.m.
Prodotti/Products: parrucchiere da uomo
e donna/Barber and ladies hair dresser

VINSCHGER BAUERNLADEN

Indirizzo/Address: Via Statale 78, 39025 Naturno
+39 0473 667 723
www.bauernladen.it,
vinschger@bauernladen.it

Orari d'apertura/Opening times: LUN-
DOM 09.00-18.00/MON-SUN 9 a.m.-6 p.m.
Prodotti/Products: Prodotti direttamente
dai masi contadini/products straight to
the farm

WEINGUT CASTEL JUVAL - UNTERORTL

Indirizzo/Address: Juvale 1/B, 39020 Juvale
+39 0473 667 580
www.unterortl.it, info@unterortl.it

Orari d'apertura/Opening times: LUN-SAB
09.00-12.00 + 14.00-18.00/MON-SAT 9 a.m.-12
a.m. + 2 p.m.-6 p.m.
Prodotti/Products: azienda vinicola/
winery

WEINGUT HIMMELREICH-HOF

Indirizzo/Address:
Vicolo del Convento 15/A, 39020 Ciardes
+39 0473 624 417, +39 335 60 87 807,
www.himmelreich-hof.info,
info@himmelreich-hof.info

Orari d'apertura/Opening times:
MAR-SAB 10.00-18.00/TUE-SAT 10 a.m.-6 p.m.
Prodotti/Products:
azienda vinicola/winery

WEINGUT JOSMOARHOF

Indirizzo/Address: Via Romana 18,
39020 Colsano
+39 333 18 48 407
sebastian.tonner@rolmail.net

Orari d'apertura/Opening times:
su richiesta/by arrangement
Prodotti/Products: azienda vinicola/
winery

WEINGUT KÖFELGUT

Indirizzo/Address: Rione ai tre Canti 12,
39020 Castebello
+39 348 75 04 196, +39 340 70 30 386
www.koefelgut.com,
info@koefelgut.com

Orari d'apertura/Opening times:
LUN-SAB 09.00-13.00 + 14.00-18.30/MON-
SAT 9 a.m.-1 p.m. + 2 p.m.-6.30 p.m.
Prodotti/Products: azienda vinicola/
winery

WEINGUT LEHENGUT

Indirizzo/Address: Via delle Fonti 2/B,
39020 Colsano
+39 348 75 62 676
www.lehengut.com, info@lehengut.it

Orari d'apertura/Opening times:
su richiesta/by arrangement
Prodotti/Products: azienda vinicola/
winery

WEINGUT MARINUSHOF

Indirizzo/Address: Strada Vecchia 9/B,
39020 Castebello
+39 335 42 01 36
www.marinushof.it, info@marinushof.it

Orari d'apertura/Opening times: LUN-VEN
09.00-12.00 + 14.00-18.00, SAB 09.00-11.30/
MON-FRI 9 a.m.-12 a.m. + 2 p.m.-6 p.m., SAT 9
a.m.-11.30 a.m.
Prodotti/Products: azienda vinicola/
winery

WEINGUT REBHOF

Indirizzo/Address: Via Romana 23,
39020 Colsano
+39 0473 624 692
+39 335 59 27 008
www.rebhof-vinschgau.com,
info@rebhof-vinschgau.com

Orari d'apertura/Opening times:
LUN-VEN 09.00-12.00 + 14.00-18.00, SAB
08.00-17.00/MON-FRI 9 a.m.-12 a.m. + 2
p.m.-6 p.m., SAT 8 a.m.-5 p.m.
Prodotti/Products: azienda vinicola/
winery

WEINHANDLUNG FORCHERHOF

Indirizzo/Address: Via Statale 47,
39020 Colsano
+39 0473 624 074
weinhandlung.forcher@gmail.com

Orari d'apertura/Opening times: LUN-VEN
08.00-12.00 + 15.00-19.00, SAB 08.00-12.00
+ 14.00-17.00, DOM 9.30-12.00/MON-FRI
8 a.m.-12.00 a.m. + 3 p.m.-7 p.m., SAT 8
a.m.-12.00 a.m. + 2 p.m.-5 p.m., SUN 9.30
a.m.-12 a.m.
Prodotti/Products: enoteca/wine shop



BÄCKEREI PILSER

Indirizzo/Address:
Vecchia Strada 40, 39028 Corzes
+39 0473 730 572

Orari d'apertura/Opening times:
LUN-SAB 07.00-12.00 / MON-SAT 7-12 a.m.
Prodotti/Products:
Panificio / bakery

BIKEMAN

Indirizzo/Address:
Via Stachelburg 18, 39028 Silandro
+39 0473 732 387
www.bikeman.it, shop@bikeman.it

Orari d'apertura/Opening times:
LUN-VEN 09.00-12.00 + 15.00-19.00, SAB
09.00-12.00 + 15.00-18.00 / MON-FRI 9-12
a.m. + 3-7 p.m., SAT 9-12 a.m. + 3-6 p.m.
Prodotti/Products:
Negozio bici e outdoor /
Shop for bike and outdoor

BUCH & PAPIER ATHESIA

Indirizzo/Address:
Via Principale 51, 39028 Silandro
+39 0473 083 100
www.athesiabuch.it,
schlanders.buch@athesia.it

Orari d'apertura/Opening times:
LUN-VEN 08.00-12.00 + 15.00-19.00, SAB
08.00-12.00 + 15.00-19.00 / MON-FRI 8-12
a.m. + 3-7 p.m., SAT 8-12 a.m.
Prodotti/Products:
Libreria / Bookshop

BILDHAUER & STEINMETZ-MEISTERBETRIEB MAYR JOSEF & CO. KG.

Indirizzo/Address:
Via Venosta 89, 39023 Lasa
+39 0473 626 541
www.mayr-josef.com, info@mayr-josef.com

Orari d'apertura/Opening times:
LUN-VEN 08.00-12.00 + 13.00-17.00 /
MON-FRI 8-12 a.m. + 1-5 p.m.
Prodotti/Products:
Scultore & Scalpellino /
Sculptor & Stonemason

DROGERIEMARKT MARKA

Indirizzo/Address:
Via Principale 64, 39028 Silandro
+39 0473 621 000
www.mymarka.it

Orari d'apertura/Opening times:
LUN-VEN 08.30-12.00 + 15.00-18.30, SAB
08.30-12.00 / MON-FRI 8.30-12 a.m. +
3-6.30 p.m., SAT 8.30-12 a.m.
Prodotti/Products:
Drogheria / Drugstore

ALBER MÖBEL

Indirizzo/Address:
Via Stachelburg 23-25, 39028 Silandro
+39 0473 730 255
www.alber-moebel.com,
info@alber-moebel.com

Orari d'apertura/Opening times:
LUN-VEN 08.00-12.00 + 14.00-18.30, SAB
09.00-12.00 / MON-FRI 8-12 a.m. + 2-6.30
p.m., SAT 9-12 a.m.
Prodotti/Products:
Negozio di arredamento / Furnishing store

MATSCHER

Indirizzo/Address:
Via Principale 110, 39028 Silandro
+39 0473 730 120
www.matscherg.schlanders.biz,
matscher.kg@rolmail.net

Orari d'apertura/Opening times:
LUN-VEN 08.00-12.00 + 15.00-19.00, SAB
08.00-12.00 / MON-FRI 8-12 a.m. + 3-7
p.m., SAT 8-12 a.m.
Prodotti/Products:
Moda, Ferramenta, Articoli di casa /
Fashion, Metal goods, Household

ELECTRO WIESER

Indirizzo/Address:
Via Principale 117, 39028 Silandro
+39 0473 730 140
www.electro-wieser.it,
info@electro-wieser.it

Orari d'apertura/Opening times:
LUN-VEN 08.00-12.00 + 15.00-18.30,
SAB 08.00-12.00 / MON-FRI 8-12 a.m. +
3-6.30 p.m., SAT 8-12 a.m.
Prodotti/Products:
Elettrico / Electric

TELE MAIR

Indirizzo/Address:
Via Molini 2, 39028 Silandro
+39 0473 621 593
telemair@gmail.com

Orari d'apertura/Opening times:
LUN-VEN 09.00-12.00 + 15.00-19.00, SAB
09.00-12.00 / MON-FRI 9-12 a.m. +
3-7 p.m., SAT 9-12 a.m.
Prodotti/Products: Elettrico / Electric

FOTO WIESER

Indirizzo/Address:
Via Principale 45, 39028 Silandro
+39 0473 730 366
www.fotowieser.it, info@fotowieser.it

Orari d'apertura/Opening times:
LUN-VEN 08.30-12.00 + 15.00-18.30,
SAB 08.30-12.00 / MON-FRI 8.30-12 a.m. +
3-6.30 p.m., SAT 8.30-12 a.m.
Prodotti/Products:
Foto / Photo

VENUSTIS MARMOR & SCHOKOLADE

Indirizzo/Address:
Via Venosta 10, 39023 Lasa
+39 0473 626 585
www.venustis.it, info@venustis.it

Orari d'apertura/Opening times:
LUN-VEN 08.30-12.00 + 15.00-18.30, SAB
08.30-12.00 / MON-FRI 8.30-12 a.m. +
3-6.30 p.m., SAT 8.30-12 a.m.
Prodotti/Products:
Articoli regali, Cioccolata, Gioielli di Marmo /
Gift articles, Chocolate, Marble Jewellery

WALZL GETRÄNKE

Indirizzo/Address:
Strada Statale 21, 39028 Silandro
+39 0473 730 178
www.walzl.com, info@walzl.com

Orari d'apertura/Opening times:
LUN-VEN 08.00-12.00 + 14.30-18.30,
SAB 08.00-12.00 / MON-FRI 8.30-12 a.m. +
2.30-6.30 p.m., SAT 8-12 a.m.
Prodotti/Products:
Bevande / Beverages

GAMPER GOLDSCHMIED

Indirizzo/Address:
Via Principale 82, 39028 Silandro
+39 0473 620 350
www.goldschmied-gamper.com,
info@goldschmied-gamper.com

Orari d'apertura/Opening times:
LUN-VEN 08.30-12.00 + 15.00-18.30,
SAB 08.30-12.00 / MON-FRI 8.30-12 a.m. +
3-6.30 p.m., SAT 8.30-12 a.m.
Prodotti/Products:
Gioielleria / Goldsmith

TAPPEINER

Indirizzo/Address:
Via Principale 88, 39028 Silandro
+39 0473 730 217
www.tappeiner-armin.schlanders.biz,
tappeiner.armin@virgilio.it

Orari d'apertura/Opening times:
LUN-VEN 08.30-12.00 + 15.00-19.00, SAB
08.30-12.00 / MON-FRI 8.30-12 a.m. + 3-7
p.m., SAT 8.30-12 a.m.
Prodotti/Products:
Articoli di casa & regali /
Household & Gift articles



HOFLADEN KANDLWALHOF

Indirizzo/Address:
Via Canale 10, 39023 Lasa
+39 0473 626 627
www.luggin.net, info@luggin.net

Orari d'apertura/Opening times:
LUN-VEN 08.00-12.00 + 13.30-18.00, SAB
08.00-12.00 / MON-FRI 8-12 a.m. + 1.30-6
p.m., SAT 8-12 a.m.
Prodotti/Products: Aceto, succhi di frutta,
frutta secca, senape, weirouge / Vinegar,
fruit juices, dried fruit, mustard, weirouge

HOFLADEN LECHNER

Indirizzo/Address:
Via Kreuzmoos 7, 39023 Lasa
+39 0473 626 528
www.lechnerkraut.com,
info@lechner-bz.eu

Orari d'apertura/Opening times:
LUN-VEN 09.00-12.30 + 15.00-18.00, SAB
09.00-12.30 / MON-FRI 9-12.30 a.m. + 3-6
p.m., SAT 9-12.30 a.m.
Prodotti/Products: Crauti, cetriolini agro-
dolci, succhi / Cabagge, gherkins, juices

HOFLADEN MAIRINGHOF

Indirizzo/Address:
Monte Tramontana 23, 39028 Silandro
+39 0473 730 239
www.mairinghof.com,
info@mairinghof.com

Orari d'apertura/Opening times:
Vendita direttamente al maso /
Sale directly on the farm
Prodotti/Products:
Verdura biologica / Organic vegetables

HOFLADEN SONNWARTHOF

Indirizzo/Address:
Monte Tramontana 12, 39028 Silandro
+39 335 704 47 69
www.sonnwarthof.com,
info@sonnwarthof.com

Prodotti/Products:
Speck, Formaggio, marmellate, succhi /
Bacon, cheese, jams, juices

HOFLADEN WIESHOF

Indirizzo/Address:
Monte Tramontana 32, 39028 Silandro
+39 333 697 44 75
www.wieshof-suedtirol.eu,
info@wieshof-suedtirol.eu

Prodotti/Products:
Speck, Formaggio, uova, salsicce
affumicate, succhi, grappe, marmellate /
Bacon, cheese, eggs, smoked sausages,
spirits, jams, juices,

GUNSCH

Indirizzo/Address:
Via Principale 111, 39028 Silandro
+39 0473 730 053
www.gunsch.com, info@gunsch.com

Orari d'apertura/Opening times:
LUN-VEN 08.30-12.00 + 15.00-19.00,
SAB 08.30-12.00 / MON-FRI 8.30-12 a.m.
+ 3-7 p.m., SAT 8.30-12 a.m.
Prodotti/Products: Gioielliere & Orologiaio
/ Jeweler & Watchmaker

KONSUMGENOSSENSCHAFT

Indirizzo/Address:
Via Venosta 49, 39023 Lasa
+39 0473 626 521
konsum.laas@rolmail.net

Orari d'apertura/Opening times:
LUN-VEN 07.30-12.30 + 15.00-19.00, SAB
07.30-12.30 / MON-FRI 7.30-12.30 a.m. +
3-7 p.m., SAT 7.30-12.30 a.m.
Prodotti/Products: Alimentari & abbiglia-
mento / Fresh market & clothes

DESPAR KOFLER

Indirizzo/Address:
Via Venosta 89, 39023 Lasa
+39 0473 628 427
desparkofler@gmail.com

Orari d'apertura/Opening times:
LUN-VEN 07.30-12.30 + 15.00-19.00, SAB
07.30-18.00 / MON-FRI 7.30-12.30 a.m. +
3-7 p.m., SAT 7.30 a.m.-6 p.m.
Prodotti/Products:
Alimentari / Fresh market

FRISCHECENTER RUNGG

Indirizzo/Address:
Via Principale 5/a, 39028 Silandro
+39 0473 732 446
www.rungg-schlanders.biz,
buero@frischecenter.it

Orari d'apertura/Opening times:
LUN-VEN 07.00-19.00, SAB 07.00-18.00 /
MON-FRI 7 a.m.-7 p.m., SAT 7 a.m.-6 p.m.
Prodotti/Products:
Alimentari / Fresh market

STOFFLADEN BARBARA

Indirizzo/Address:
Vecchia Strada 17, 39028 Corzes
+39 0473 730 040
www.stoffladen.schlanders.biz,
stoffladenbarbara@gmx.com

Orari d'apertura/Opening times:
LUN-VEN 07.30-12.00 + 15.30-19.00, SAB
07.30-12.00 / MON-FRI 7.30-12.00 a.m. +
3.30-7 p.m., SAT 7.30-12 a.m.
Prodotti/Products:
Alimentari, Stoffa, Mercerie /
Fresh market, fabric

TSCHENGLSER LADELE

Indirizzo/Address:
Cengles 101, 39020 Cengles
+39 349 233 30 43
konsum.laas@rolmail.net

Orari d'apertura/Opening times:
LUN-SAB 07.30-12.30 /
MON-SAT 7.30-12.30 a.m.
Prodotti/Products:
Alimentari / Fresh market

METZGEREI ALBER

Indirizzo/Address:
Via Venosta 43, 39023 Lasa
+39 0473 626 550

Orari d'apertura/Opening times:
LUN-VEN 08.00-12.00 + 15.00-19.00,
SAB 08.00-12.00 / MON-FRI 8-12 a.m.
+ 3-7 p.m., SAT 8-12 a.m.
Prodotti/Products:
Macelleria / Butcher

MEIN BECK

Indirizzo/Address:
Via Principale 107, 39028 Silandro
+39 0473 711 092,
www.meinbeck.com, info@meinbeck.it

Orari d'apertura/Opening times:
LUN-VEN 06.30-12.30 + 15.00-18.00, SAB
06.30-12.30 / MON-FRI 6.30-12 a.m. + 3-6
p.m., SAT 6.30-12 a.m.
Prodotti/Products:
Panificio/bakery



METZGEREI LEGGERI

Indirizzo/Address:
Via Principale 109, 39028 Silandro
+39 0473 730 087
www.metzgerei-leggeri.it,
leggeri.ohg@rolmail.net

Orari d'apertura/Opening times:
LUN-VEN 08.00-12.00 + 15.00-19.00, SAB
08.00-12.00 / MON-FRI 8-12 a.m. + 3-7
p.m., SAT 8-12 a.m.
Prodotti/Products:
Macelleria / Butcher

METZGEREI MUTHER

Indirizzo/Address:
Via Venosta 55, 39023 Lasa
+39 0473 626 115
mutherralf@hotmail.com

Orari d'apertura/Opening times:
LUN-VEN 07.00-12.00 + 15.00-18.30,
SAB 07.00-12.00 / MON-FRI 7-12 a.m. +
3.-6.30 p.m., SAT 7-12 a.m.
Prodotti/Products:
Macelleria / Butcher

MODE GLUDERER

Indirizzo/Address:
Via Principale 54, 39028 Silandro
+39 0473 730 161
www.tecnet.bz/mode-gluderer,
gluderer.g@rolmail.net

Orari d'apertura/Opening times:
LUN-VEN 08.30-12.00 + 15.00-19.00, SAB
08.30-12.00 / MON-FRI 8.30-12 a.m. + 3-7
p.m., SAT 8.30-12 a.m.
Prodotti/Products:
Moda, Sport, Classic /
Fashion, Sport, classic

KONFEKTION STECHER LORE

Indirizzo/Address:
Via Venosta 71, 39023 Lasa
+39 0473 626 553
stecher.lore@hotmail.com

Orari d'apertura/Opening times:
LUN-VEN 08.45-12.00 + 15.30-19.00, SAB
08.45-12.00 / MON-FRI 8.45-12 a.m. + 3.30-
7 p.m., SAT 8.45-12 a.m.
Prodotti/Products:
Moda / Fashion

WORKERSHOP

Indirizzo/Address:
Via Principale 33, 39028 Silandro
+39 0473 732 177
www.workershop.com,
info@workershop.com

Orari d'apertura/Opening times:
LUN-VEN 08.30-12.00 + 15.00-19.00, SAB
08.30-12.00 / MON-FRI 8.30-12 a.m. + 3-7
p.m., SAT 8.30-12 a.m.
Prodotti/Products:
Abbigliamento da lavoro, sport & tempo
libero, scarpe da lavoro / work clothing,
sport & leisure, work shoes

OBSTGENOSSENSCHAFT GEOS

Indirizzo/Address:
Via Protzen 3, 39028 Silandro
+39 0473 737 100
www.vip.coop, geos@vip.coop

Orari d'apertura/Opening times:
MER+VEN 09.30-12.00 /
WED+FRI 9.30-12 a.m.
Prodotti/Products:
Frutta / Fruit

OBSTGENOSSENSCHAFT OVEG

Indirizzo/Address:
Via Mossburg 52, 39023 Oris
+39 0473 739 932
www.vip.coop, oveg@vip.coop

Orari d'apertura/Opening times:
LUN-VEN 08.30-12.00 + 14.00-18.00, SAB
08.30-12.00 / MON-FRI 8.30-12 a.m. + 2-6
p.m., SAT 8.30-12 a.m.
Prodotti/Products:
Frutta / Fruit

OBSTGENOSSENSCHAFT ALPE

Indirizzo/Address:
Zona industriale 28, 39023 Lasa
+39 0473 626 160
www.vip.coop, alpe@vip.coop

Orari d'apertura/Opening times:
LUN-VEN 08.00-12.00 + 13.15-17.00, /
MON-FRI 8.00-12 a.m. + 1.15-5 p.m.
Prodotti/Products:
Frutta / Fruit

FLEISCHMANN

Indirizzo/Address:
Via Stachelburg 17, 39028 Silandro
+39 0473 730 395
www.fleischmann.bz.it,
info@fleischmann.bz.it

Orari d'apertura/Opening times:
LUN-VEN 08.30-12.00 + 15.00-18.30, SAB
08.30-12.00 / MON-FRI 8.30-12 a.m. + 3-7
p.m., SAT 8.30-12 a.m.
Prodotti/Products:
Arredamento & tessuti /
Furnishing & living textiles

RECLA DETAILGESCHÄFT

Indirizzo/Address:
Zona produttiva 2, 39028 Vezzano
+39 0473 737 352
www.recla.it, info@recla.it

Orari d'apertura/Opening times:
LUN-VEN 08.00-12.00 + 14.00-18.00, /
MON-FRI 8-12 a.m. + 2-6 p.m.
Prodotti/Products:
Speck, Prosciutto, Würstel tradizionali, carne /
bacon, ham, traditional sausage, meat

SCHUHE & BERGSPORT WEISS

Indirizzo/Address:
Schuhe & Bergsport Weiss, 39028 Silandro
+39 0473 730 247
www.sportweiss.it, info@sportweiss.it

Orari d'apertura/Opening times:
LUN-VEN 08.00-12.00 + 15.00-19.00, SAB
08.00-12.00 / MON-FRI 8-12 a.m. + 3-7
p.m., SAT 8-12 a.m.
Prodotti/Products:
Scarpe & sport / shoes & sport



SCHUHE & HANDTASCHEN WEISS

Indirizzo/Address:
Via Principale 42, 39028 Silandro
+39 0473 730 203
www.sportweiss.it, info@sportweiss.it

Orari d'apertura/Opening times:
LUN-VEN 08.00-12.00 + 15.00-19.00, SAB
08.00-12.00 / MON-FRI 8-12 a.m. + 3-7
p.m., SAT 8-12 a.m.
Prodotti/Products:
Scarpe & borse / shoes & handbags

SCHUHE OBERHOFER

Indirizzo/Address:
Via Principale 68, 39028 Silandro
+39 0473 730 290
www.schuhe-oberhofer.schlanders.biz,
schuhe.oberhofer@yahoo.com

Orari d'apertura/Opening times:
LUN-VEN 08.00-12.15 + 15.00-19.00, SAB
08.00-12.15 / MON-FRI 8-12.15 a.m. + 3-7
p.m., SAT 8-12.15 a.m.
Prodotti/Products:
Scarpe / Shoes

SCHUHE SPECHTENHAUSER

Indirizzo/Address:
Via Venosta 28, 39023 Lasa
+39 0473 626 574
www.schuhspechtenhauser.com,
info@schuhspechtenhauser.com

Orari d'apertura/Opening times:
LUN-VEN 08.00-12.00 + 15.00-18.30, SAB
08.00-12.00 / MON-FRI 8-12 a.m. + 3-6.30
p.m., SAT 8-12 a.m.
Prodotti/Products:
Scarpe & ortopedia & sport /
shoes & orthopedics & sport

SPIELECKE WIELANDER

Indirizzo/Address:
Hauptstraße 116, 39028 Silandro
+39 0473 730 179
www.schlanders.biz,
max.wielander@rolmail.net

Orari d'apertura/Opening times:
LUN-VEN 08.30-12.00 + 15.00-18.30, SAB
08.30-12.00 / MON-FRI 8.30-12 a.m. + 3-7
p.m., SAT 8.30-12 a.m.
Prodotti/Products:
Giocattoli / Toys

TRAFIK SPECHTENHAUSER

Indirizzo/Address:
Via Principale 61, 39028 Silandro
+39 0473 730 030
spechtenhauser.trafik@gmail.com

Orari d'apertura/Opening times:
LUN-VEN 08.00-12.00 + 15.00-19.00, SAB
08.00-12.00 / MON-FRI 8-12 a.m. + 3-7
p.m., SAT 8-12 a.m.
Prodotti/Products:
Tabaccheria / Tobacconist's

FOHLENHOF - OBSTBAUERNHOF

Indirizzo/Address:
Via Stazione 2, 39023 Lasa
+39 335 69 32 000,
www.gartner.it, fohlenhof@gartner.it

Prodotti/Products:
Distilleria / Distillery

AUSSERLORETZHOF

Indirizzo/Address:
Via Bersaglio 11, 39023 Lasa
+39 0473 628 012
+39 340 27 4 42 05
www.ausserloretzhof.it,
info@ausserloretzhof.it

Prodotti/Products:
Distilleria / Distillery

SALON WALTER

Indirizzo/Address:
Via Principale 121, 39028 Silandro

Orari d'apertura/Opening times:
MAR-VEN 08.00-12.00 + 15.00-19.00, SAB
08.00-12.00 / TUE-FRI 8-12 a.m. + 3-7 p.m.,
SAT 8-3 a.m.
Prodotti/Products:
Parrucchiere da uomo / hairdresser for men

FRISEURSALON ERNST RECHENMACHER

Indirizzo/Address:
Via Principale 52, 39028 Silandro
+39 335 588 70 87

Orari d'apertura/Opening times:
MAR-VEN 07.30-12.00 + 15.00-19.00, SAB
07.30-12.00 + 13.30-17.00 / TUE-FRI 7.30-12
a.m. + 3-7 p.m., SAT 7.30-12 a.m. + 1.30-5 p.m.
Prodotti/Products:
Parrucchiere da uomo / hairdresser for men

BEAUTY LOUNGE

Indirizzo/Address:
Via Principale 94, 39028 Silandro
+39 0473 730 581
www.hotel-goldenerose.it/beautylounge.html
info@hotel-goldenerose.it

Orari d'apertura/Opening times:
LUN-VEN 08.00-19.00, SAB 08.00-12.00 /
MON-FRI 8 a.m.-7 p.m., SAT 8-12 a.m.
Prodotti/Products:
Cosmetica / Cosmetics

BEFEHLHOF

Indirizzo/Address:
Via Torggl 2, 39028 Vezzano
+39 0473 742 197
www.befehlhof.it, info@befehlhof.it

Prodotti/Products:
Azienda agricola / Winery

BIO-HOF VILL

Indirizzo/Address:
Via Molini 2, 39028 Silandro
+39 0473 621 267
www.vill.it, info@vill.it

Prodotti/Products:
Succo e sidro di mele /
Juice and cider from apples





Artigiani & Prestatori di servizi

Craftsmen & Service Companies

Gli artigiani, liberi professionisti ed istituzioni elencati sotto sono membri delle Associazioni Turistiche Silandro-Lasa, Laces-Val Martello e Castebello-Ciardes.

The craft businesses, freelancers and institutions listed below are members of the Silandro-Lasa, Laces-Val Martello and Castebello-Ciardes Tourist Associations.

IMPRESSE EDILI / BUILDING COMPANIES

LACES GMBH

Indirizzo/Address: Zona Industriale 8, 39021 Laces www.bauunternehmen-latsch.com
+39 0473 623 277 bau.latsch@rolmail.net

KUPPELWIESER KG

Indirizzo/Address: Via S. Giovanni 11, 39021 Tarres werner.kuppelwieser@rolmail.net
+39 0473 720 041

RATSCHILLER FERDINAND

Indirizzo/Address: Meiern 90, 39020 Martello ratschiller.ohg@rolmail.net
+39 0473 744 756
+39 335 66 60 876

STIEGER JOSEF

Indirizzo/Address: Transacqua 144, 39020 Martello
+39 0473 744 569

FABBRI & FABBRI D'ARTE / LOCKSMITHS & METALSMITHS

KERSCHBAUMER & RAFFEINER KG

Indirizzo/Address: Via Principale 89, 39021 Laces info@kerschbaumer-raffeiner.it
+39 0473 623 140

SCHWIENBACHER KG

Indirizzo/Address: Transacqua 149, 39020 Martello www.schwiebacherkg.it
+39 0473 744 537 schwiebacher.kg@gmail.com
+39 335 53 66 001

IMPRESA DI TRASPORTI / BUS TOURING COMPANY

FLEISCHMANN RAIMUND

Indirizzo/Address: Via Schanzen 45, 39021 Coldrano fleischmann.reisen@virgilio.it
+39 0473 742 537
+39 335 60 72 482

FREERIDE VINSCHGAU

Indirizzo/Address: Via Maso 71, 39021 Laces www.freeride-vinschgau.com
+39 348 04 27 229 info@freeride-vinschgau.com

MARTELTAL REISEN

Indirizzo/Address: Transacqua 165, 39020 Martello www.martelltal-reisen.com
+39 0473 744 544 info@martelltal-reisen.com
+39 335 28 17 42



MOBILCAR

Indirizzo/Address: Via Stazione 1, 39028 Silandro
+39 338 50 75 462

www.mobil-car.com
info@mobil-car.com

STEGGE'S TAXI

Indirizzo/Address: Monte di Silandro 37, 39028 Silandro
+39 331 10 80 005

www.bike-suedtirol.it
bikesuedtirol@gmail.com

VINSCHGAU SHUTTLE

Indirizzo/Address: Montefranco 15, 39020 Castelbello
+39 335 68 28 514

www.vinschgau-shuttle.it
info@vinschgau-shuttle.it

ELETRICISTI / ELECTRICIANS**ELECTRO WIESER**

Indirizzo/Address: Via Principale 117, 39028 Silandro
+39 0473 730 140

www.electro-wieser.it
info@electro-wieser.it

ELEKTRO WALLNÖFER

Indirizzo/Address: Zona industriale 67, 39023 Lasa
+39 0473 626 755

www.elwgr.it

ELETEC

Indirizzo/Address: Via Pallude 17, 39021 Coldrano
+39 0473 740 021
+39 335 81 56 061

www.eletec.bz.it
info@eletec.bz.it

GRAFICA & DESIGN / GRAPHICS & DESIGN**GRAFIKPLUS**

Indirizzo/Address: Vecchia Strada 17/a, 39028 Corzes
+39 349 58 39 070

heinz.fritz@hauger-fritz.it

IDEA WERBUNG

Indirizzo/Address: Via Lahn 2, 39025 Naturno
+39 0473 666 220

www.idea-werbung.com
info@idea-werbung.com

PEPPERMINT

Indirizzo/Address: Via Zeno-Tanzer 3, 39021 Laces
+39 0473 624 770
+39 335 68 19 760

www.pepp.it
info@pepp.it

UNIKUM DESIGN

Indirizzo/Address: Via Mercato 7, 39021 Laces
+39 327 478 26 08

www.unikum-design.com
info@unikum-design.com

SCULTORI IN LEGNO / WOOD CARVERS**STRICKER JOSEF**

Indirizzo/Address: Transacqua 254, 39020 Martello
+39 0473 744 788
+39 380 25 51 929

holzschnitzer.stricker@rolmail.net

CARROZZIERI / CAR BODY MANUFACTURE**TONI**

Indirizzo/Address: Zona Industriale 1/B, 39021 Laces
+39 0473 623 321
+39 335 52 61 234

karosseriebau.toni@rolmail.net

OFFICINA MECCANICA / CAR REPAIR**AUTO MOSER**

Indirizzo/Address: Via Statale 22, 39028 Silandro
+39 0473 621 185

www.moser-arnold.com
moser.arnold@rolmail.net

AUTO TELSER

Indirizzo/Address: Zona Industriale 9, 39028 Vezzano
+39 0473 742 580

www.autotelser.com
info@autotelser.com

GARAGE RINNER

Indirizzo/Address: Via Nazionale 1, 39021 Laces
+39 0473 742 081

www.garage-rinner.it
garage.rinner@rolmail.net

MOTORAMA

Indirizzo/Address: Via Statale 29, 39028 Silandro
+39 0473 730 550

www.motorama-kg.it
info@motorama-kg.it

IMPRESA IMBIANCHINO / PAINTERS**GAMPER GUIDO**

Indirizzo/Address: Via Graf Hendl 10, 39021 Coldrano
+39 0473 742 679
+39 335 56 51 572

guido.gamper@rolmail.net

TRAUT

Indirizzo/Address: Via Mösl 19,
39020 Coldrano
+39 335 5651481

info@malerbetrieb-traut.com

UNTERWEGER V. GMBH

Indirizzo/Address: Via delle Palude 17,
39020 Castelbello
+39 335 83 46 047

www.maler-unterweger.it
info@maler-unterweger.it

**TECNICI TERMOSANITARI E DI VENTILAZIONE /
PLUMBING AND HEATING INSTALLERS INSTALLERS****TECINI**

Indirizzo/Address: Via Pallude 35, 39021 Coldrano
+39 0473 742 089
+39 335 84 19 438

info@tecini.com



SCALPELLINI & SCULTORI IN PIETRA / STONEMASONS & SCULPTORS**MAYR JOSEF & CO. KG**

Indirizzo/Address: Via Venosta 89, 39023 Lasa
+39 0473 626 541

www.mayr-josef.com
info@mayr-josef.com

PAULI EMANUEL

Indirizzo/Address: Zona industriale 5/E, 39021 Laces
+39 0473 623 126

www.pauli-emanuel.com
info@pauli-emanuel.com

CONSULENZA FISCALE / TAX CONSULTANTS**BÜRODIENST CONSULTING**

Indirizzo/Address: Via Storta 9, 39021 Coldrano
+39 0473 742 145

consulting@buerodienst.bz

UFFICI TECNICI / ENGINEERING OFFICES**BAUTEAM LACES**

Indirizzo/Address: Via Stazione 11/A, 39021 Laces
+39 0473 622 322

www.bauteam.it
info@bauteam.it

GEOMETER DIETL

Indirizzo/Address: Via Mercato 5, 39021 Laces
+39 0473 623 600

info@studiodietl.com

GEOMETER STAMPFER

Indirizzo/Address: Via Storta 9, 39021 Coldrano
+39 0473 742 145

info@stampfer.bz.it

POHL & PARTNER

Indirizzo/Address: Via Principale 60, 39021 Laces
+39 0473 622 195

www.pohl-partner.it
info@pohl-partner.it

FALEGGNAME / CABINET MAKER**FLEISCHMANN MÖBEL - EINRICHTUNGSHAUS VINSCHGAU**

Indirizzo/Address: Via Pallude 25, 39021 Coldrano
+39 0473 742 636

www.fleischmann.it
info@fleischmann.it

GERSTL EINRICHTUNGSSTUDIO

Indirizzo/Address: Via Signori 3, 39021 Laces
+39 0473 623 162

www.gerstl.it
info@gerstl.it

GSTREIN WERNER

Indirizzo/Address: Via Statale 35, 39020 Castelbello
+39 334 98 45 083

gstrein.werner@rolmail.net

SCHÖNTHALER STEFAN

Indirizzo/Address: Zona Industriale 13, 39023 Lasa
+39 0473 626 466

www.schoenthaler.it
info@schoenthaler.it

SÄGEWERK KAUFMANN HANS KG

Indirizzo/Address: Via Bersaglio 4, 39023 Lasa
+39 0473 626 526

www.saegewerk-kaufmann.com
info@kaufmannhans.com

DENTISTA / DENTIST**SAUTO DENTAL CENTER**

Indirizzo/Address: Via Principale 65, 39021 Laces
+39 0473 623 680

www.sautodentalcenter.it
laces@sautodentalcenter.it

SÜDTIROLER DENTAL CLINIC

Indirizzo/Address: Via Mercato 12, 39021 Laces
+39 0473 621 764

www.suedtiroidentalclinic.it
info@suedtiroidentalclinic.it

CARPENTERIA / CARPENTRY**FLEISCHMANN**

Indirizzo/Address: Ganda 25, 39020 Martello
+39 0473 744 680
+39 348 44 20 242

www.fleischmann.bz
info@fleischmann.bz

PEDROSS HOLZBAU

Indirizzo/Address: Zona Industriale 1, 39021 Laces
+39 0473 623 118

www.pedross-holzbau.it
info@pedross-holzbau.it

POHL

Indirizzo/Address: Zona Industriale 1/A, 39021 Laces
+39 0473 623 291

www.pohl.it
info@pohl.it

ROTOM

Indirizzo/Address: Via Zafig 1, 39021 Laces
+39 0473 720 100
+39 335 82 48 048

rotom@rolmail.net

ALTRE AZIENDE / OTHER COMPANIES**ACQUATERRA OUTDOOR ACTIVITIES - RAFTING**

Indirizzo/Address: Via della Rena 2, 39020 Ciardes
+39 336 61 13 36

www.acquaterra.it
info@acquaterra.it

BOGENSPORT ALPEN VER. GMBH - BOGENSCHIESSEN

Indirizzo/Address: Via Kreischtegg 20,
39021 Tarres
+39 335 73 61 041

www.bogensport-suedtirol.com
info.bogensportalpen@gmail.com



GÖFLANER MARMOR GMBH

Indirizzo/Address: Via Statale 4-6, 39028 Silandro
+39 0473 427 463

www.goeflanermarmor.it
info@goeflanermarmor.it

LASA MARMO GMBH

Indirizzo/Address: Via del marmo 4, 39023 Lasa
+39 0473 626 624

www.lasamarmo.it
info@lasamarmo.it

SERVICEAGENTUR VINSCHGAU

Indirizzo/Address:
Via Andreas-Hofer 6/a, 39028 Silandro
+39 0473 621 538

www.serviceatenur.schlanders.biz
serviceagentur@befree.it

TANKSTELLE ENI - STECHER

Indirizzo/Address: Via Statale 11, 39028 Silandro
+39 0473 621 648



- Piscina all' aperto con scivolo 75 m
- Piscina coperta (31°) con scivolo 51 m
- Piscina per bambini all' esterno ed interno
- Vasca salina, whirlpool (36°)
- Grande reparto sauna
- Ristorante/Pizzeria

Erlebnisbad Naturns

T +39 0473 668 036 / Feldgasse 5 / I-39025 Naturns / www.erlebnisbad.it

Family

Fun

Sauna

Terme

THERME
naturns



Immersersi.
Rinfrescarsi.
Rigenerarsi.





Mobilità & carte vantaggi / Mobility & advantage cards

Scoprite l' Alto Adige / Discover South Tyrol

L'Alto Adige vanta un'articolata rete di trasporto pubblico. Chi viaggia senza auto può raggiungere la sua destinazione in maniera comoda e sostenibile in treno, bus o funivia. La rete ferroviaria locale dell'Alto Adige copre la linea del Brennero, la Val Venosta, la Val Pusteria e la linea per Merano. Treno Alto Adige collega quindi tutte le città altoatesine. In Val Venosta e l'area vacanza Silandro-Lasa, Laces-Val Martello e Castelbelo-Ciardes con le sue diverse possibilità di escursione ed attività è importante raggiungere le mete in modo facile e soprattutto flessibile. Così oggi è disponibile una vasta rete di carte vantaggi, che sono adattate ai desideri di vacanza individuali degli ospiti e che permettono di esplorare facilmente la regione attorno a Laces. Scoprite la regione culturale Val Venosta e Laces-Val Martello con le interessanti carte vantaggi: la Mobilcard, la museumobil Card, bikemobil Card la famosa VenostaCard.

In South Tyrol, sustainable mobility by bus and train is a top priority. Mountain railways, cable cars and gondolas also play an important role in the mountains. Bus and train timetables are coordinated. Public transport in the Venosta Valley is mainly covered by trains, buses and shuttle services. The Venosta Valley train with its panoramic windows and the spacious interior for luggage and a certain number of bikes is one of the most modern regional trains in whole Europe. It runs quietly through the valley from Merano/Merano to Malles/Mals, along the Monte Sole mountain with its vineyards, and past the marble village of Lasa/Lasa and the Tarces hill. Discover the advantage cards available in the South Tyrolean region and the Venosta Valley culture region, ideal for hikers and bikers, such as the Mobilcard, the museumobil Card, bikemobil Card or the Venosta Valley Card.

MOBILCARD

Tutti i mezzi di trasporto pubblico dell'Alto Adige con una carta

La mobilcard vi permette di utilizzare illimitatamente, per un, tre oppure sette giorni, tutti i mezzi di trasporto pubblico dell'Alto Adige. La mobilcard è disponibile in tre versioni sia per adulti, bambini e giovani: mobilcard 1 giorno, mobilcard 3 giorni consecutivi, mobilcard 7 giorni consecutivi

Con la mobilcard potrete utilizzare tutti i mezzi di trasporto pubblico dell'Alto Adige tra i quali:

- i treni Regione/Regionali in Alto Adige e fino a Trento (contrassegnati nella tabella dell'orario con la lettera R)
- gli autobus cittadini e gli autobus di lunga percorrenza (citybus)
- le funivie: Renon, Maranza, S. Genesio, Colle, Meltina e Verano
- il trenino del Renon e la funivia funicolare per la Mendola
- l'AutobusPostale Svizzera tra Malles e Müstair

A Holiday from your car

With the mobilcard you can enjoy unlimited use of all public means of transport in South Tyrol on one, three or seven consecutive days. The mobilcard is available in three variations for adults, children and youths: mobilcard 1 day, mobilcard 3 consecutive days, mobilcard 7 consecutive days

With the mobilcard you can use all public means of transport of the South Tyrolean Transport Association. Included:

- Regional trains in South Tyrol all the way to Trento (marked with an R in the train timetable)
- city buses and intercity buses
- cable cars: Renon/Ritten, Maranza/Meranosen, San Genesio/Jenesien, Colle/Kohlern, Meltina/Mölten and Verano/Vöran
- the Renon/Ritten railway and the Mendola/Mendel cable car
- the Postbus Switzerland between Malles/Mals and Müstair

MOBILCARD	PREZZI ADULTI/ PRICE ADULTS
mobilcard 7 giorni mobilcard 7 days	Euro 45,00
mobilcard 3 giorni mobilcard 3 days	Euro 30,00
mobilcard 1 giorno mobilcard 1 day	Euro 20,00

Juniorcard: bambini e adolescenti da 6 a 14 anni ricevono la carta a metà prezzo. Bambini fino a 6 anni viaggiano gratis. La mobilcard potrà essere acquistata in tutte le imprese di trasporto della regione, in tutti gli Uffici informazioni e in molti esercizi alberghieri. La tessera dovrà essere validata su tutti i mezzi pubblici durante ogni viaggio. La destinazione non deve essere indicata.

Juniorcard: Children and youths from 6 to 14 years. Children up to 6 years travel free of charge. The mobilcard can be purchased in all sales offices of the South Tyrolean Transport Association, in all offices of the Tourism Associations, and in many accommodation providers. The card has to be validated in the public means of transport at each ride. You do not have to provide a target destination.



MUSEUMOBIL CARD

La vostra carta vantaggi per tutto l'Alto Adige

La museumobil Card unisce 2 servizi: un unico biglietto, infatti, permette la scoperta dei musei in tutto l'Alto Adige e l'utilizzo di tutti i mezzi pubblici di trasporto pubblico. La carta permette l'utilizzo di tutti i mezzi pubblici del Trasporto Integrato in Alto Adige. Di esso fanno parte:

- i treni Regione/Regionali in Alto Adige: dal Brennero fino a Trento e da Malles fino a San Candido
- gli autobus del trasporto locale (autobus urbani, extraurbani e citybus)
- le funivie di Renon, Maranza, San Genesio, Colle, Meltina e Verano
- il trenino del Renon e la funicolare della Mendola
- l'AutoPostale Svizzera tra Malles e Müstair

Condizioni di utilizzo: la tessera, della validità di 3 giorni, potrà essere utilizzata per i 3 giorni consecutivi a partire dalla prima validazione, la tessera della validità di 7 giorni potrà essere utilizzata per i 7 giorni consecutivi a partire dalla prima validazione (musei e trasporto).

Your advantage card for South Tyrol

The museumobil Card combines 2 offers: the use of all public means of transport in South Tyrol and free entry to participating private and public museums and all regional museums in South Tyrol. With the museumobil Card you can use all public means of transport of the South Tyrolean Transport Association:

- Regional trains in South Tyrol all the way to Trento (marked with an R in the train timetable)
- all city buses and intercity buses
- the cable cars to Renon/Ritten, Maranza/Meranosen, San Genesio/Jenesien, Colle/Kohlern, Meltina/Möltlen and Verano/Vöran
- the Renon/Ritten railway and the Mendola/Mendel cable car
- the Postbus Switzerland between Malles/Mals and Müstair (Switzerland)

Terms & Conditions of use: the 3-day card can be used on 3 days, and the 7-day card can be used on 7 consecutive days starting from the first day of use (museums or transport).

MUSEUMOBIL CARD	PREZZI ADULTI/PRICE ADULTS
museumobil Card 7 giorni museumobil Card 7 days	Euro 65,00
museumobil Card 3 giorni museumobil Card 3 days	Euro 55,00

Juniorcard: bambini e adolescenti da 6 a 14 anni ricevono la carta a metà prezzo. Bambini fino a 6 anni viaggiano gratis. La tessera dovrà essere validata su tutti i mezzi pubblici durante ogni viaggio. La destinazione non deve essere indicata. Nei musei la validazione avverrà attraverso dispositivo di lettura automatico. Ogni museo potrà essere visitato una sola volta con la stessa tessera. Se non indicate specificatamente nella museumobil Card, non sono compresi ulteriori servizi, come ad es. visite guidate, iniziative pedagogiche o manifestazioni particolari.

Juniorcard: Children and youths from 6 to 14 years. Children up to 6 years travel free of charge. The card has to be validated in the public means of transport at each ride. You do not have to provide a target destination. The card has to be validated at the respective machine in the museums. Each museum can be visited only once with the card. Additional services like guided tours, pedagogical activities in the museums and special events are not included in the museumobil Card unless specifically stated.

BIKEMOBIL CARD

In bici alla scoperta della Val Venosta

La bikemobil Card è ideale per la Val Venosta. Si tratta di un biglietto combinato e include viaggi illimitati con tutti i mezzi di trasporto pubblico e una bicicletta a noleggio per un giorno. La bicicletta a noleggio è disponibile presso le stazioni di noleggio delle stazioni ferroviarie dell'Alto Adige, ma anche presso le filiali partecipanti delle organizzazioni di noleggio (Bici Alto Adige / Papin Sport). La bikemobil Card non dà diritto al trasporto della bicicletta con i mezzi pubblici.

Adventure Holidays with one ticket

The bikemobil Card is perfect for the Vinschgau region. It is a combination ticket and offers unlimited travel with all public transport as well as a rental bike for one day. The bikes are available at the rental stations of the train stations in South Tyrol, but also at participating branch offices of the bike rental organizations (Südtirol Rad / Papin Sport). The bikemobil Card does not entitle you to transport your bike on public transport.

BIKEMOBIL CARD	PREZZI ADULTI/PRICE ADULTS
bikemobil Card 1 giorno bikemobil Card 1 day	Euro 30,00

Fino a 14 anni è possibile acquistare la "Junior bikemobil Card" a metà prezzo. Up to 14 years you can purchase the "Junior bikemobil Card" at half price.

VENOSTACARD / VENOSTA VALLEY CARD

Scoprire risparmiando e senza limiti la Val Venosta e tutto l'Alto Adige

La VenostaCard messa a disposizione dall'esercente (da marzo a novembre), permette - grazie allo Alto Adige Guest Pass integrato - di utilizzare gratuitamente il treno della Val Venosta e tutti gli altri mezzi pubblici dell'Alto Adige. Inoltre otterrete sconti per l'utilizzo delle funivie e per l'ingresso nei musei e nei parchi sportivi e di divertimento. Highlight: Un vantaggio particolare della VenostaCard in Alto Adige consiste nella possibilità di usufruire di servizi aggiuntivi, riservati esclusivamente ai suoi possessori. Gli esercizi aderenti vi consegneranno la VenostaCard al vostro arrivo. È valida per tutto il periodo del soggiorno. La VenostaCard è una carta personale e non può essere trasferita ad altri. Nota: nei mesi invernali, da novembre a febbraio, alcune imprese turistiche della Val Venosta offrono viaggi gratuiti sui mezzi pubblici di tutto l'Alto Adige. Vi preghiamo di notare che i servizi esclusivi e scontati sono validi solamente durante i mesi estivi. Presso il sito internet dell'associazione turistica di Laces-Martello e Castelbello-Ciardes trovate le imprese turistiche partecipanti.

When visiting the Venosta Valley and South Tyrol, be sure to take advantage of our new cost-saving offer!

The Venosta Valley Card is issued by the tourist operator (from March to November) and allows the holder - via the integrated South Tyrol Guest Pass - free access to the Venosta Valley Train as well as all public transport throughout the South Tyrol Region. Cardholders also enjoy discounts for cable cars, museums, and various sporting and recreational facilities. Special Feature: the Venosta Valley Card grants the holder exclusive access to auxiliary services at selected locations, including museums, castles, etc., across the entire Venosta Valley. You will be issued the Venosta Valley Card upon your arrival at the establishment where you'll be staying and it will remain valid throughout your stay in South Tyrol. Please note that the Venosta Valley Card is not transferable. Note: During the winter months from November to February, some accommodation providers in Venosta Valley offer free rides with public transport all over South Tyrol. Please note that the services which are exclusive and discounted apply only during the summer months. At the homepage of the Tourism Association Laces-Martello and Castelbello-Ciardes you will find the participating accommodation providers.



BIGLIETTO ORDINARIO / SINGLE TICKET

Il biglietto ordinario extraurbano è utilizzabile:

- sugli autobus extraurbani,
- sui treni Regione/Regionali da/per Trento, Brennero e San Candido/Versciaco

Per ogni viaggio vengono calcolati al minimo 10 chilometri tariffari. La tariffa per i biglietti ordinari ammonta a 15 centesimi per chilometro tariffario secondo il quadro provinciale delle zone tariffarie, arrotondata ai 50 centesimi superiori.

Il biglietto può essere utilizzato entro due mesi dalla data di emissione ed ha una validità di 3 ore dalla prima convalida. Per i biglietti di andata e ritorno, l'andata ed il ritorno devono avvenire nello stesso giorno e il biglietto va convalidato anche al ritorno.

Il biglietto ordinario extraurbano è acquistabile:

- a bordo degli autobus del servizio extraurbano
- nei punti vendita autorizzati
- presso le biglietterie automatiche (per treno Regione/Regionale)
- a bordo dei treni Regione/Regionali, con un sovrapprezzo di 5,00 euro, a condizione che l'utente, nel salire sul treno, si rivolga immediatamente al capotreno. Il biglietto può essere emesso senza sovrapprezzo, qualora l'utente salga in una stazione o fermata ferroviaria non dotata di biglietteria presenziata o automatica

The single ticket can be used:

- on suburban busses
- on regional trains from/to Trento, Brennero and San Candido/Versciaco

Each trip is charged with at least 10 tariff kilometers. The single ticket fare is 15 cents per tariff kilometer according to the overview of the provincial tariff zones, rounded up to the next 50 cents. A suburban single ticket is valid for 3 hours from first validation and can be used within two months from the issue date. Return tickets are only valid if you return on the same day and have to be validated for the return trip as well.

The single ticket is available:

- on board of suburban busses
- at authorized points of sale
- at a ticket machine (for regional trains)
- on board of regional trains with a supplement of 5.00 euros if the passenger immediately contacts the conductor when getting on board. The ticket can be bought without a supplement if the passenger gets on board at a train station without a ticket office or ticket machine.

CARTA VALORE / VALUE CARD

La carta valore è un titolo di viaggio trasferibile. Può essere utilizzata da più viaggiatori contemporaneamente per la stessa tratta, basta ripetere tante volte l'operazione di convalida quanti sono i viaggiatori.

Per ogni viaggio vengono calcolati al minimo 10 chilometri tariffari. La tariffa della carta valore è di 12 centesimi per chilometro tariffario, secondo il quadro provinciale delle zone tariffarie, arrotondata al centesimo superiore.

La carta valore è utilizzabile:

- su tutti i mezzi del trasporto pubblico integrato Alto Adige:
- autobus
- funivie (Renon, San Genesio, Colle, Verano, Meltina, Maranza), impianti fissi (funicolare della Mendola, trenino del Renon)
- treni Regione/Regionali per le tratte di competenza tariffaria della Provincia e fino a Trento
- sui treni Regione/Regionali fino a Innsbruck e Lienz (dal Brennero e da San Candido si applica la tariffa stabilita dal gestore ferroviario austriaco - ÖBB).

Sono esclusi i treni a lunga percorrenza quali Eurocity DB/ÖBB/Trenord, Intercity, Euronight e Le Freccie.

La carta valore è valida due anni dalla data della prima convalida. Disponibile in tagli da Euro 10,00, Euro 25,00 e Euro 50,00, è acquistabile:

- nei punti vendita autorizzati
- presso le biglietterie automatiche
- a bordo degli autobus del servizio extraurbano

Save and travel everywhere with the value card. The value card is a universal transferable ticket. Each trip is charged with at least 10 tariff kilometres. The fare for the value card is 12 cents for tariff kilometre according to the overview of the local tariff zones, rounded up to the next cent.

The value card can be used:

- on all vehicles of the integrated transportation system
- on Regional busses
- on cable cars (Renon, San Genesio, Colle, Verano, Meltina, Maranza) and mountain railways (Mendola, Renon)
- on Regional trains for and up to Innsbruck and Lienz (from Brenner and Innichen are applied Austrian tariffs - ÖBB)

The documents of the integrated fare system are not valid on Eurocity DB/ÖBB/Trenord, Intercity, Euronight and Le Freccie trains

The card is valid for two years from the date of the first cancellation. The value card is available in Euro 10,00, Euro 25,00 and Euro 50,00 amounts and can be purchased

- at authorised sales outlets
- at automatic ticket vendors
- on board buses and on suburban line coaches

TRASPORTO DI BICICLETTE / BIKE TRANSPORT

Informazioni utili per il trasporto delle biciclette sui mezzi pubblici. Il periodo delle ferie è una buona occasione per rinunciare alla vettura ed esplorare il paese in autobus o in treno. Chi intende trasportare la propria bicicletta sui mezzi di trasporto pubblico deve tenere in considerazione alcuni aspetti.

Tariffe per il trasporto di biciclette

Il trasporto delle biciclette sui mezzi pubblici è soggetto a pagamento:

- Biglietto giornaliero da 7,00 euro per passeggeri, acquistabile direttamente a bordo degli autobus del servizio extraurbano, presso le biglietterie autorizzate e le emittitrici automatiche, da obliterare ad ogni viaggio.

Altre disposizioni:

- Bicicletta per bambini (sotto i 20 pollici): trasporto gratuito
- Bicicletta pieghevole (piegata) e monocolo: trasporto gratuito (a bordo autobus nel bagagliaio, se disponibile o in alternativa riposta in una borsa);
- Rimorchio per biciclette (sganciato dalla bicicletta): trasporto gratuito sui treni
- Handbike (reclinata): trasporto gratuito; a bordo autobus solo in caso di spazio sufficiente nel bagagliaio
- Bicicletta elettrica/pedelec: viene trasportata come una normale bicicletta, a condizione che per via del peso la sicurezza sia garantita (il trasporto non è consentito su autobus con appositi portabicicli).

Queste tariffe e disposizioni sono valide esclusivamente sui mezzi di trasporto pubblico in Alto Adige (ad eccezione degli impianti di risalita di Colle di Bolzano, Verano, Meltina e Maranza dove valgono i relativi titoli di viaggio e le relative tariffe per il trasporto delle biciclette) e sui treni regionali fino a Trento, Brennero o San Candido/Versciaco. Per i viaggi in treno più lunghi in direzione sud Trenitalia propone biglietti interregionali per il trasporto di biciclette. Per i viaggi in direzione Tirolo del Nord / Tirolo dell'Est è necessario acquistare appositi biglietti presso ÖBB / VWT per la relativa tratta (ad es. Brennero - Innsbruck o San Candido - Lienz).

Limiti nella possibilità di trasporto delle biciclette – la sicurezza deve essere garantita

Per motivi di sicurezza a bordo degli autobus regionali le biciclette, comprese le biciclette pieghevoli e i monocoli, possono essere trasportate solamente se nell'autobus è disponibile uno spazio di deposito separato. Alcuni autobus regionali hanno un bagagliaio nel quale possono essere stivate singole biciclette, mentre a bordo degli autobus più nuovi con entrata a pianale ribassato non è possibile il trasporto di biciclette. Non è consentito il trasporto di biciclette a bordo di autobus urbani e citybus.

Appositi portabicicli con ca. 5-6 posti sono a disposizione da primavera fino ad autunno sugli autobus delle seguenti linee:

- Linea 273 Malles – Martina (dal 29/03/2020 all'08/11/2020)
- Linea 245 Merano – Val d'Ultimo – Lana (dal 29/03/2020 all'08/11/2020)
- Linea 321 Bressanone – St. Andrea – Plose (dal 30/03/2020 al 29/11/2020)


Le fermate, dove le biciclette possono essere caricate, sono indicate nell'orario con il simbolo della bicicletta.



Con la modernizzazione del trasporto ferroviario locale e delle stazioni sono state adottate misure come accesso senza barriere e treni con entrata a pianale ribassato per facilitare il trasporto delle biciclette sui treni regionali. Tuttavia, il sistema di trasporto pubblico in Alto Adige è innanzitutto concepito per il trasporto di persone. Orari ristretti, collegamenti rapidi e un elevato numero di passeggeri trasportati soprattutto durante le ore di punta e i fine settimana sono difficilmente compatibili con lunghi tempi di carico e scarico e il trasporto di molte biciclette.

Il grande afflusso di biciclette sui marciapiedi e sui treni è problematico per motivi di sicurezza. In caso di congestione, il personale ferroviario può vietare il trasporto di biciclette, per cui non è garantito che tutti i passeggeri, pur in possesso di un biglietto valido, possano salire a bordo con la bicicletta.

In linea di massima il trasporto delle biciclette su mezzi pubblici è possibile solo se vi è posto disponibile e se la sicurezza è completamente garantita. La prenotazione di posti non è prevista. I treni regionali possono trasportare circa 16-20 biciclette negli appositi scomparti.

 Trasporto separato per le biciclette lungo la linea ferroviaria della Val Venosta – informazioni sul sito www.sii.bz.it

Important information about bike transport on public transport. The holiday period is a good opportunity to renounce the car and to explore the region by bus and train. If you also want to take your bike on board, there are, however, a few things to consider.

Tariffs for bike transport

Bike transport is subject to payment:

- Separate bike day ticket of 7.00 euros for passengers, available directly on board of all suburban buses, at ticket offices or at ticket machines, which has to be validated for each trip.
- Other provisions:
- Children's bike (under 20 inches): free transport;
- Folding bike (folded) and unicycle: free transport (in the luggage compartment if available or alternatively in a bag on buses);
- Bike trailer (uncoupled from the bike): free transport
- Hand bike (recumbent bike): free transport (only in case of enough space in the luggage compartment on buses)
- Electric bike / pedelec: transported like a normal bike if safety can be guaranteed due to the weight (transport is not allowed on buses with separate bike racks).

These tariffs and provisions are only valid for public transport in South Tyrol (except for the cable cars of Colle di Bolzano, Verano, Meltina and Maranza that apply their own tariffs and tickets) and on regional trains until Trento, Brennero or San Candido/Versciaco. Trenitalia offers separate interregional bike tickets for train rides further south, whereas ÖBB/WVT offers separate tickets for the relative train route for train rides towards North Tyrol or East Tyrol (e.g. Brennero - Innsbruck or San Candido - Lienz).

Limited possibilities of bike transport – safety first

For safety reason, bikes (including folding bikes and unicycles) can only be transported on regional buses if they have a separate storage space. Some suburban buses have a luggage compartment where it's possible to stow single bikes, whereas no bike transport is possible on newer buses with low-floor entry. Bike transport is not allowed on urban buses and city buses.

The following bus lines offer separate bike racks for about 5-6 bikes from spring to autumn:

- Line 273: Malles - Martina (from 29th March 2021 to 8th November 2021)
 - Line 245: Merano – Val d'Ultimo – Lana (from 29th March 2021 to 8th November 2021)
 - Line 321: Bressanone – St. Andrea – Plose (from 30th March 2021 to 29th November 2021)
- Stops where bikes can be taken on board are marked with the bike symbol in the timetable.

Different measures such as barrier-free access and the use of new trains with low-floor entry to facilitate bike transport on regional trains have been taken recently during the modernization of the local rail transport and the stations. However, the public transport system in South Tyrol is basically designed for passenger transport. Short travel times, fast connections and a large number of passengers during peak hours and on weekends are difficult to reconcile with long loading and unloading times and the transport of many bikes.

A great number of bikes on platforms and trains is sometimes also problematic for safety reasons. In case of congestions, railway staff can prohibit bike transport, which means that there is no guarantee that all passengers can get on board with their bike even if they have a valid ticket.

As a general rule, bike transport on public transport is only possible if there is enough space and if safety is fully guaranteed. Seat reservations are not possible. About 16-20 bikes can be transported on regional trains in the compartments for bike transport.

 Separate bike transport along the Val Venosta train line – information on www.sii.bz.it

TRASPORTO ANIMALI / TRANSPORT OF ANIMALS

Sotto la responsabilità dell'utente e compatibilmente con lo spazio disponibile gli animali possono essere ammessi al trasporto. 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.

Gli altri animali possono essere trasportati con uno dei seguenti titoli di viaggio:

- biglietto ordinario (15 cent per chilometro tariffario)
- Mobilcard Junior (1, 3 o 7 giorni)

Il trasporto animali con biglietto ordinario e la Mobilcard è valido solo sulla rete del Trasporto Integrato Alto Adige, fino a Trento, Brennero e San Candido. Eccezione: sulle funivie integrate Colle, Verano, Meltina e Maranza per il trasporto di animali valgono apposite tariffe e biglietti. L'utente deve adottare tutte le cautele e portare con sé attrezzature necessarie per non arrecare danno o disturbo ai viaggiatori. Il cane deve essere tenuto al guinzaglio e non può occupare i posti a sedere. Ad eccezione dei cani di piccola taglia, sono trasportati solo con museruola. I cani guida per ciechi possono essere trasportati senza museruola, salvo che l'uso della museruola venga richiesto esplicitamente da un passeggero o dal conducente.

Animals can be allowed for transport under the responsibility of the passenger if there is enough space on board. Guide dogs and small animals that are held in the passenger's arms or are transported in a cage or case with maximum dimensions of 70x30x50 cm can be transported free of charge.

All other animals can be transported with one of the following tickets:

- Single ticket: 15 cents per tariff kilometer
- Mobilcard Junior (1, 3 or 7 days)

The transport of animals with single ticket or Mobilcard is only possible in the South Tyrolean transport association network (until Trento, Brennero and San Candido). Exception: There are special tariffs and tickets for the transport of animals in the integrated cable cars of Colle di Bolzano, Verano, Meltina and Maranza. The passenger has to take all precautionary measures and have the necessary accessories to avoid damages or disturbance of other passengers. Dogs have to be kept on a leash and are not allowed to occupy seats. They have to be transported with a muzzle except for small dogs. Guide dogs can be transported without a muzzle unless other passengers or the conductor explicitly request it.

INFORMAZIONI E CALL CENTER / INFO AND CALL CENTER

CALL CENTER: +39 840 000 471 (Informazioni su orari e tariffe)

lunedì-sabato: 06.00-20.00 - domenica e festivi: 07.30-20.00

+39 840 000 471 (information on schedules and fare)

Monday-Saturday: 6 a.m.-8 p.m. - Sundays and holidays: 7.30 a.m.-8 p.m.

CALL CENTER: +39 840 000 426 - lunedì- venerdì: 09.00-13.00 + 14.00-18.00

• abbonamenti (attivazione, blocco, duplicati)

• reclami e segnalazioni

+39 840 000 426 - Monday-Friday: 9 a.m.-1 p.m. + 2 p.m.-6 p.m.

• subscriptions (eg. activation, blocking, requesting duplicates)

• complaints and reports





Service & Info

Informazioni per la vostra vacanza /
Information for your Holiday

Dove posso trovare l'autofficina più vicina? Dove trovare le informazioni utili? Dove si trova l'autofficina più vicina? Alle pagine seguenti troverete tutte le informazioni necessarie per organizzare al meglio la vostra vacanza in Silandro-Lasa, Laces-Val Martello e Castelbello-Ciardes: informazioni dalla A alla Z e le mappe dell'area vacanza.

Where can I find the weather forecast? Where can you find the right information? Where can I find the weather forecast? On the following pages you will find all the practical information you will need to make the most of your trip to Silandro-Lasa, Laces-Val Martello and Castelbello-Ciardes. From informations from A to Z and the maps of the region.

A

Aeroporto / Airport

- **Airport Bolzano:** Via Baracca 1 39100 Bolzano, +39 0471 255 255 / L'aeroporto si trova a circa 60 chilometri da Laces / The airport is about 60 kilometres from Laces www.bolzanoairport.it, info@bolzanoairport.it;
- **Airport Innsbruck (A):** Via Principe 180, 6020 Innsbruck (A), +43 512 22525-0, www.innsbruck-airport.com, info@innsbruck-airport.com; L'aeroporto di Innsbruck si trova a circa 120 chilometri a nord di Bolzano ed è ben collegato con il treno e con il servizio navetta. / Innsbruck airport is located about 120 kilometres north of Bolzano and is well connected by train and shuttle transfer
- **Airport Bergamo:** Via Aeroporto 13, 24050 Orio al Serio-Bergamo, +39 035 326 323, www.milanbergamoairport.it
- **Milan Airports Linate:** Viale Enrico Forlanini, 20090 Segrate-Milano, +39 02 232 323, www.milanolate-airport.com; Ci sono due aeroporti a Milano: Milano Malpensa e Milano Linate. Gli aeroporti distano circa 320 km e 270 km da Bolzano. / There are two airports in Milan: Milan Malpensa and Milan Linate. The airports are about 320 km and 270 km from Bolzano
- **Milan Airports Malpensa:** 21010 Ferno-Varese, +39 02 232 323, www.milanomalpensa-airport.com;
- **Munich Airport:** 85356 Monaco/Munich (D), +49 (0) 89 975 00, www.munich-airport.de, info@munich-airport.de; L'aeroporto di Monaco si trova a circa 300 chilometri a nord di Bolzano. Diversi fornitori offrono trasferimenti dall'aeroporto di Monaco di Baviera all'Alto Adige. / Munich Airport is located about 300 kilometers north of Bolzano. Several providers offer transfers from Munich Airport to South Tyrol
- **Verona Valerio Catullo:** Caselle-Verona, 37066 Caselle-Verona, +39 045 809 566 6, www.aeroporto.verona.it; L'aeroporto Valerio Catullo di Verona si trova a circa 150 chilometri da Bolzano ed è ben collegato all'Alto Adige con il treno e i bus navetta. / The airport Verona Valerio Catullo is located about 150 kilometres from Bolzano and is well connected to South Tyrol by train and transfer buses

Allarme sirena / Siren Alarm

www.provincia.bz.it/sicherheit-zivilschutz, www.provincia.bz.it/sicherheit-zivilschutz;
La prova settimanale delle sirene: si sente ogni sabato alle ore 12 con un suono continuo della durata di 15 secondi. L'allarme incendi dei vigili del fuoco: 3 x 15 secondi di sirena interrotto da 2x7 secondi di pausa. L'allarme di protezione civile: un minuto di sirena crescente e decrescente senza pause
The weekly siren test: it is heard every Saturday at 12 noon with a continuous sound lasting 15 seconds. The fire alarm of the fire brigade: 3 x 15 seconds of siren interrupted by 2 x 7 seconds of pause. The civil protection alarm: one minute of rising and falling siren without pause

Alpinbob pagina / page 81

Trasporto in impianti di risalita (cani) / Transport in mountain railways (dogs)

Il cane deve essere tenuto al guinzaglio e non può occupare alcun posto a sedere. Ad eccezione dei cani di piccola taglia, sono portati solo con la museruola.
The dog must be kept on a leash and may not occupy any seats. With the exception of dogs of small breeds, they are only carried with a muzzle.



Trasporto con i mezzi pubblici (animali+cani) / Transport in public transport (animals+dogs) pagina / page 201

Arrampicata / Climbing pagina / page 81

Assicurazione sanitaria / Health insurance

• **Vinschgau / Val Venosta:** Via Principale 134, 39028 Silandro, +39 0473 736 600, LUN-VEN 08.30-12.00 / MON-FRI 8.30 a.m.-12 a.m., www.bzgvin.it, www.bzgvin.it

Autosoccorso / Towing service

- **ACI:** +39 803 116, 24h Hotline
- **Auto Moser:** Via Statale 22, 39028 Silandro, +39 0473 621 185, LUN-VEN 08.00-12.00 + 14.00-18.00 / MON-FRI 8 a.m.-12 a.m. + 2 p.m.-6 p.m., www.auto-moser.it, auto-moser@rolmail.net
- **Car construction Toni:** Zona Industriale 1, 39021 Laces, +39 0473 623 321, +39 335 52 61 234, LUN-VEN 08.00-12.00 + 14.00-18.00 / MON-FRI 8 a.m.-12 a.m. + 1 p.m.-6 p.m., www.karosseriebau-toni.it, karosseriebau.toni@rolmail.net
- **Car construction Wetha:** Zona Industriale 31, 39028 Vezzano, +39 0473 742 061, +39 335 81 89 005, +39 334 90 48 036, LUN-VEN 08.00-12.00 + 14.00-18.00 / MON-FRI 8 a.m.-12 a.m. + 1 p.m.-6 p.m., www.wetha.it, info@wetha.it

B

Banca / Bank

- **Raiffeisen Coldrano:** 39021 Coldrano, LUN+MAR+GIO+VEN 08.05-12.30 + 14.30-16.00, MER 08.05-12.30 + 17.00-18.30 / MON+TUE+THU+FRI 8.05 a.m.-12.30 a.m. + 2.30 p.m.-4 p.m., WED 08.05 a.m.-12.30 a.m. + 5 p.m.-6.30 p.m.,
- **Raiffeisen Eysrs:** Via Venosta 19, 39023 Oris, +39 0473 739 910, LUN+MAR+MER+VEN 08.15-12.30 + 14.30-16.00, GIO 08.15-12.30 + 17.00-18.30 / MON+TUE+WED+FRI 8.15 a.m.-12.30 a.m. + 2.30 p.m.-4 p.m., TUE 08.15 a.m.-12.30 a.m. + 5 p.m.-6.30 p.m.
- **Raiffeisen Castebello:** Strada Statale 5, 39020 Castebello, +39 0473 624 152, LUN+MAR 08.00-12.45+14.30-17.00, MER+GIO 08.00-12.45+14.30-18.00, VEN 08.00-12.45+14.30-16.00/MON+TUE 8 a.m.-12.45 a.m.+2.30 p.m.-5 p.m., WED+THU 8 a.m.-12.45 a.m.+2.30 p.m.-6 p.m., FRI 8 a.m.-12.45 a.m.+2.30 p.m.-4 p.m.
- **Raiffeisen Corzes:** Vecchia Strada 14A, 39028 Corzes, +39 0473 730 214, LUN+VEN 08.00-12.15 + 14.30-16.30, MAR+MER+GIO 08.00-12.30 / MON+FRI 8 a.m.-12.15 a.m. + 2.30 p.m.-4.30 p.m., THU+WED+TUE 08 a.m.-12.15 a.m.
- **Raiffeisen Lasa:** Via Venosta 48, 39023 Lasa, +39 0473 626 666, LUN+MAR+MER+VEN 08.15-12.30 + 14.30-16.00, GIO 08.15-12.30 + 17.00-18.30 / MON+TUE+WED+FRI 8.15 a.m.-12.30 a.m. + 2.30 p.m.-4 p.m., TUE 08.15a.m.-12.30 a.m. + 5 p.m.-6.30 p.m.
- **Raiffeisen Laces:** Via Principale 38, 39021 Laces, +39 0473 769 050, LUN+MAR+GIO+VEN 08.05-12.30 + 14.30-16.00, MER 08.05-12.30 + 17.00-18.30 / MON+TUE+THU+FRI 8.05 a.m.-12.30 a.m. + 2.30 p.m.-4 p.m., WED 08.05 a.m.-12.30 a.m. + 5 p.m.-6.30 p.m.
- **Raiffeisen Martello:** Meiern 96, 39020 Martello, +39 0473 769 090, LUN-VEN 08.00-12.30 / MON-FRI 8 a.m.-12.30 a.m.
- **Raiffeisen Naturno:** Via Principale 12, 39025 Naturno, +39 0473 671 671, LUN+MAR 08.00-12.45+14.30-17.00, MER+GIO 08.00-12.45+14.30-18.00, VEN 08.00-12.45+14.30-16.00/MON+TUE 8 a.m.-12.45 a.m.+2.30 p.m.-5 p.m., WED+THU 8 a.m.-12.45 a.m.+2.30 p.m.-6 p.m., FRI 8 a.m.-12.45 a.m.+2.30 p.m.-4 p.m.
- **Raiffeisenkasse Silandro:** Via Principale 33, 39028 Silandro, +39 0473 730 214, LUN+MAR+MER+VEN 08.00-12.30 + 14.30-16.30, GIO 08.00-12.30 + 16.30-18.30 / MON+TUE+WED+FRI 8 a.m.-12.30 a.m. + 2.30 p.m.-4.30 p.m., TUE 08 a.m.-12.30 a.m. + 4.30 p.m.-6.30 p.m.
- **Raiffeisenkasse Ciardes:** Via Principale 15, 39020 Ciardes, +39 0473 624 137, LUN+MAR 08.00-12.45+14.30-17.00, MER+GIO 08.00-12.45+14.30-18.00, VEN 08.00-12.45+14.30-16.00/MON+TUE 8 a.m.-12.45 a.m.+2.30 p.m.-5 p.m., WED+THU 8 a.m.-12.45 a.m.+2.30 p.m.-6 p.m., FRI 8 a.m.-12.45 a.m.+2.30 p.m.-4 p.m.

Biblioteca / Library

- **Biblioteca/Library Castelbello:** Piazza Prinicpale 3, 39020 Castelbello, +39 0473 624 681, MAR 14.30-17.00, MER 08.30-11.00, GIO 08.30-11.00 + 14.30-17.00, VEN 08.30-11.00 + 17.30-20.00 / TUE 2.30 p.m.-5 p.m., WED 8.30 a.m.-11 a.m., THU 8.30 a.m.-11 a.m. + 2.30 p.m.-5 p.m., FRI 8.30 a.m.-11 a.m. + 5.30 p.m.-8 p.m.
- **Biblioteca/Library Lasa:** Via Scuola 3, 39023 Lasa, +39 0473 626 714, LUN 8.30-11.30 + 15.30-17.30, MAR+GIO 08.30-11.30, MER 17.00-19.00, VEN 08.30-11.30 + 14.00-17.00 / MON 8.30 a.m.-11.30 a.m. + 3.30 p.m.-5.30 p.m., TUE+THU 8.30 a.m.-11.30 a.m., WED 5.00 p.m.-7 p.m., FRI 8.30 a.m.-11.30 a.m. + 2 p.m.-5 p.m.

Biblioteca / Library

- **Biblioteca/Library Laces:** Via Puint 1, 39021 Laces, +39 0473 623 633, LUN 09.00-11.00 + 15.30-19.30, MAR+VEN 09.00-11.00 + 14.00-18.00, GIO 09.00-11.00 / MON 9 a.m.-11 a.m. + 3.30 p.m.-7.30 p.m., TUE+FRI 9 a.m.-11 a.m. + 2 p.m.-6 p.m., THU 9 a.m.-11 a.m.
- **Biblioteca/Library Martello:** Meiern 92, 39020 Martello, +39 0473 744 789, MAR 14.30-17.30, MER 19.00-20.00, VEN 08.30-10.30 / TUE 2.30 p.m.-5.30 p.m., WED 7 p.m.-8 p.m., FRI 8.30 a.m.-10.30 a.m.
- **Biblioteca/Library Silandro:** Via Castello 6, 39028 Silandro, +39 0473 737 780, LUN, GIO, VEN 09.00-12.00 + 14.00-18.00, MAR 09.00-12.00 + 14.00-19.00, MER, SAB 09.00-12.00/MON, THU, FRI 9-12 a.m. + 2-6 p.m., TUE 9-12 a.m. + 2-7 p.m., WED, SAT 9-12 a.m.
- **Biblioteca/Library Ciardes:** Via Monastero 5, 39020 Ciardes, +39 0473 624 136, MAR 09.00-11.00, GIO 16.00-18.00, VEN 17.00-19.00 / TUE 9 a.m.-11 a.m., THU 4 p.m.-6 p.m., FRI 5 p.m.-7 p.m.

Biglietti / Tickets

- **Punti vendita (collegamenti regionali) / Sales outlets (regional connections):** +39 840 000 471,
- presso i punti vendita autorizzati / at the authorised sales points
- alle biglietterie automatiche / at the ticket machines
- a bordo degli autobus interurbani / on board the intercity buses

C

Cavalcare / Riding pagina / page 88

Centro di riciclaggio / Recycling yard

- **Comune di Castelbello-Ciardes:** Via al Bivio, 39020 Castelbello, +39 335 54 00 843, www.gemeinde.Castelbello-Ciardes.bz.it, info@gemeinde.Castelbello-Ciardes.it MER 13.30-17.00 + VEN 13.00-16.00 / WED 1.30 p.m.-5 p.m. + FRI 1 p.m.-4 p.m.
- **Comune di Lasa:** Zona Industriale 69, 39023 Lasa, +39 0473 626 101, MER 13.00-16.00 + SAB 07.30-10.30 / WED 1 p.m.-4 p.m. + SAT 07.30 a.m.-10.30 a.m.
- **Comune di Laces:** Via Principale 75, 39021 Laces, +39 0473 623 946, +39 348 70 13 300, www.gemeinde.Laces.bz.it, info@gemeinde.Laces.bz.it, MA 17.00-19.00 + MER 8.00-12.00 + 14.00-17.00 + ogni 1° e 3° sabato del mese 08.30-11.30 / TUE 5 p.m.-7 p.m. + WED 8 a.m.-12 a.m. + 2 p.m.-5 p.m. + every 1st and 3rd Saturday of the month 8.30 a.m.-11.30 a.m.
- **Comune di Martello:** Gand 57, 39020 Martello, +39 0473 744 580, +39 0473 744 676, www.gemeinde.Martell.bz.it, info@gemeinde.Martell.bz.it, GIO 10.00-11.45 + SAB 08.00-11.45 / THU 10 a.m.-11.45 a.m. + SAT 8 a.m.-11.45 a.m.
- **Comune di Silandro:** Via Stazione 18, 39028 Silandro, +39 0473 621 756, MER+SAB 08.30-12.00, VEN 14.00-17.00 / WED+SAT 08.30 a.m.-12.00 a.m., FRI 2 p.m.-5 p.m.

Cinema

- **Ariston:** Galleria Ariston, Via delle Corse 25, 39012 Merano, www.filmclub.it, info@filmclub.it
- **Cineplexx Algo:** Via Josef-Weingartner 31, 39022 Lagundo, +39 0473 062 062, www.cineplexx.bz.it, info@cineplexx.bz.it
- **Cineplexx Bolzano:** Via del Macello 53/A, 39100 Bolzano, +39 0473 054 550, www.cineplexx.bz.it, info@cineplexx.bz.it
- **Kulturhaus Karl Schönherr:** Via Covelano 27/B, 39028 Silandro, www.kulturhaus.it, info@kulturhaus.it, www.filmclub.it, info@filmclub.it
- **UCI Bozen (Twenty):** Via Galilei 20, 39100 Bolzano, +39 892 960, www.ucicinemas.it

Codice Postale / Postcode

- **Comune di Castelbello-Ciardes:** 39020
- **Comune di Laces:** 39021
- **Comune di Silandro:** 39028
- **Comune di Lasa:** 39023
- **Comune di Martello:** 39020



Cooperativa di frutta / Fruit cooperative

- **GEOS:** Via Protzen 3, 39028 Silandro, Tel. +39 0473 737 105, MER+VEN 09.30-12.00 WED+FRI 9.30-12 a.m., www.vip.coop, geos@vip.coop
- **Juval:** Strada Statale 26, 39020 Castelbello, +39 0473 727 519, www.vip.coop, juval@vip.coop, LUN-VEN 08.00-12.00 + 14.00-18.00 / MON-FRI 8 a.m.-12 a.m. + 2 p.m.-6 p.m.
- **Mivor:** Zona Industriale 7, 39021 Laces, +39 0473 749 900, www.vip.coop, mivor@vip.coop, LUN-VEN 08.00-12.00 / MON-FRI 8 a.m.-12 a.m.
- **MEG - Mondo delle fragole altoatesine:** Trattata 246, 39020 Martello, +39 0473 745 005, www.vip.coop, meg@vip.coop, LUN-VEN 08.00-12.00 + 14.00-18.00 / MON-FRI 8 a.m.-12 a.m. + 2 p.m.-6 p.m.
- **OVEG:** Via Moosburg 52, 39023 Oris, +39 0473 617 581, LUN-VEN 08.30-12.00 + 14.00-18.00, SAB 08.30-12.00 / MON-FRI 8.30 a.m.-12.00 a.m. + 2 p.m.-6 p.m., SAT 8.30 a.m.-12.00 a.m.
- **Texel:** Via dell'Argine 2, 39025 Naturno, +39 0473 671 100, www.vip.coop, oveg@vip.coop, LUN-VEN 08.00-12.00 + 13.30-17.30 / MON-FRI 8 a.m.-12 a.m. + 1.30 p.m.-5.30 p.m.

Corso di alta fune / High Rope Course [pagina / page 90](#)

Dentista / Dentist

- **Dentalmed:** Via Ospedale 15, 39028 Silandro, +39 0473 626 699, www.dentalmedbz.it, info@dentalmed-bz.it
- **Defatsch Artur:** Via Principale 12, 39025 Naturno, +39 0473 667 040, LUN-GIO 14.00-18.00, VEN 10.00-12.30/MON-THU 2 p.m.-6 p.m., FRI 10 a.m.-12.30 p.m.
- **Haringer Dentalstudio:** Via Statale 2, 39020 Castelbello, +39 0473 624 228
- **Knoflach Kristler Dr. Barbara:** Via Principale 14, 39028 Silandro, +39 0473 621 733,
- **Müller Galantini:** Via Gröbl 5, 39028 Silandro, +39 0473 730 525, www.mueller-galantini.com, info@muellergalantini.com, LUN+GIO 08.00-13.00 + 14.00-17.00, MAR 08.00-12.00 + 13.00-17.00, MER 08.00-17.00, GIO 08.00-13.00 + 14.00-17.00, VEN 08.00-13.00 / MON+THU 8 a.m.-1 p.m. + 2 p.m.-5 p.m., TUE 8 a.m.-12 a.m. + 1 p.m.-5 p.m., WED 8 a.m.-5 p.m., THU 8 a.m.-1 p.m. + 2 p.m.-5 p.m., FRI 8 a.m.-1 p.m.
- **Sauto Dental Center:** Via Principale 65, 39021 Laces, +39 0473 623 690, www.sautodentalcenter.it, laces@sautodentalcenter.it, LUN-VEN 08.00-12.00 + 14.00-18.00 / MON-FRI 8 a.m.-12 a.m. + 2 p.m.-6 p.m.
- **Studio Dentistico Manara:** Via Gröbl 136, 39028 Silandro, +39 0473 730 777, www.studiodentisticomanara.it, claudio.manara@brennercom.net, LUN+GIO 14.30-20.30, MAR 09.00-17.00, MER 09.00-13.00, VEN 09.00-12.30 / MON+THU 2.30 p.m.-8.30 p.m., TUE 9 a.m.-5 p.m., WED 9 a.m.-1 p.m., FRI 9 a.m.-12.30 a.m.
- **Südtirol Dental Clinic:** Via Mercato 12, 39021 Laces, +39 0473 621 764, www.suedtirolclinic.it, info@suedtirolclinic.it, LUN+MAR 09.00-17.00, MER+GIO 08.00-16.00, VEN 08.00-13.00 / MON+TUE 9 a.m.-5 p.m., WED+THU 8 a.m.-4 p.m., FRI 8 a.m.-1 p.m.

Distributore / Petrol station

- **Harry's Tankstelle AGIP (GPL):** Via Nazionale 2, 39021 Laces, +39 0473 720 927, MO-FR 07.00-12.30 + 14.00-19.00, SA 07.00-12.30
- **Tankstelle ENI:** Via Statale 2/A, 39028 Silandro, +39 0473 621 648, MO-FR 08.00-12.00 + 14.00-18.30, SA 08.00-12.00
- **Tankstelle Q8:** Via Nazionale, 39021 Laces, +39 0473 742 552, MO-FR 07.00-19.00, SA 07.00-12.30
- **Tankstelle Q8:** Via Statale 48, 39020 Castelbello, LUN-SAB 07.30-12.30 + 15.00-18.00 / MON-SAT 07.30 a.m.-12.30 a.m. + 3 p.m.-6 p.m.

E

Emergenza / Emergency 112

• **Il numero di emergenza / The emergency number:** Nella maggior parte delle emergenze, la prima cosa da fare è prendere il telefono e comporre il numero di emergenza. In Europa e in Alto Adige il 112 è considerato il numero di emergenza. La centrale di emergenza singola è presidiata 24 ore su 24, può essere chiamata da telefono fisso o cellulare ed è gratuita. Ciò significa che una chiamata d'emergenza funziona anche se non si ha più credito sul cellulare. Dai telefoni pubblici non sono necessarie né monete né schede telefoniche. In most emergencies, the very first thing to do is to pick up the phone and dial the emergency number. In Europe and in South Tyrol 112 is considered the emergency number. The single emergency call centre is manned around the clock, it can be called from a landline or mobile phone and is free of charge. This means that an emergency call also works if you have no credit left on your mobile phone. From public telephones neither coins nor phone cards are necessary.

E-Mobility Charging Point

- **Parcheggio stazione del treno/Train station car park:** Via Stazione, 39021 Laces
- **Parcheggio stazione del treno/Train station car park:** Via Stazione, 39020 Castelbello
- **Parcheggio stazione del treno/Train station car park:** Via Montefontana, 39020 Ciardes
- **Trattata centre:** Transacqua, 39020 Martello
- **Centro visite Trattata/Car park (opposite Motorama):** Via Moar 20, 39028 Silandro
- **Piazza Damml:** Via Principale, 39028 Silandro (E-Bike)
- **Piazza della casa culturale K. Schönherr:** Via Covelano 27/B, 39028 Silandro (E-Bike)
- **Parcheggio campo sportivo/car park sports field:** Via Piscina, 39028 Silandro
- **Piazza Municipio/Town hall place:** Via Principale, 39025 Naturno
- **Parcheggio/Car park Steiner:** Via Dr. Heinrich-Vögele, 39028 Silandro
- **Ufficio turistico/Tourist office Castelbello:** Strada Statale 5, 39020 Castelbello
- **Zona pedonale / pedestrian zone:** Piazza principale, 39028 Silandro (E-Bike)

Escursioni / Excursions

- **Martelltal Reisen:** Transacqua 165, 39020 Martello, +39 0473 744 544, +39 335 28 17 42, www.martelltal-reisen.com, info@martelltal-reisen.com
- **Schupfer Prokulus Reisen:** Sasso 37, 39025 Naturno, +39 335 10 11 204, www.prokulusreisen.it, info@prokulusreisen.it

Escursioni / Hiking [pagina / page 42](#)

F

Farmacia / Pharmacy

- **Farmacia/Pharmacy Castelbello:** Rione ai Tre Canti 1, 39020 Castelbello, +39 0473 727 061, LUN+MER 08.00-12.00 + 15.00-18.30 / MON+WED 8 a.m.-12 a.m. + 3 p.m.-6.30 p.m. MAR+GIO 08.00-12.30 + 15.00-18.30 / TUE+THU 8.30 a.m.-12.30 a.m. + 3 p.m.-6.30 p.m. VEN 08.00-12.00 / FRI 8 a.m.-12 a.m. SAB 08.00-13.00 / SAB 8 a.m.-1 p.m.
- **Farmacia/Pharmacy Silandro:** Via Ospedal 4A, 39028 Silandro, +39 0473 730 106, LUN-VEN 08.15-12.15 + 15.00-19.00 / MON-FRI 8.15 a.m.-12.15 a.m. + 3 p.m.-7 p.m. SAB 08.15-12.15 / SAT 8.15-12.15 a.m.
- **Farmacia/Pharmacy Solaris:** Via Dr. Heinrich Vögele 6, 39028 Silandro, +39 0473 324 707, LUN-GIO 08.15-12.15 + 14.30-18.30 / MON-THU 8.15 a.m.-12.15 a.m. + 2.30 p.m.-6.30 p.m. VEN-SAB 08.15-12.15 / FRI-SAT 8.15 a.m.-12.15 a.m.
- **Farmacia/Pharmacy Gatria:** Via Venosta 39, 39023 Lasa, +39 0473 626 398, LUN-GIO 08.30-12.30 + 15.00-19.00 / MON-THU 8.30 a.m.-12.30 a.m. + 3 p.m.-7 p.m. VEN-SAB 08.30-12.30 / FRI-SAT 8.30 a.m.-12.30 a.m.
- **Farmacia/Pharmacy Sonnenberg:** Piazza Principale 8, 39021 Laces, +39 0473 623 310, LUN-VEN 08.15-12.15 + 15.00-19.00 / MON-FRI 8.15 a.m.-12.15 a.m. + 3 p.m.-7 p.m. SAB 08.15-12.15 / SAT 8.15-12.15 a.m.

Festività Italia / Holiday Italy

Capodanno 01.01., Epifania 06.01., Lunedì di Pasqua 10.04., Giorno della liberazione 25.04., Festa del lavoro 01.05., Lunedì di Pentecoste 29.05., Festa della Repubblica 02.06., Ferragosto 15.08., Ognissanti 01.11., Maria Concezione 08.12., Natale 25.12., Santo Stefano 26.12. / New Year 01.01., Epiphany 06.01., Easter Monday 10.04., Liberation Day 25.04., Labour Day 01.05., White Monday 29.05., Republic Day 02.06., Ferragosto 15.08., All Saints' Day 01.11., Mary Conception 08.12., Christmas 25.12., Saint Stephen's Day 26.12.

Funivie e seggiovie / Mountain railways and chair lifts [pagina / page 99](#)



G**Gabinetti pubblici / Public toilets**

- **Stazione / Railway station Coldrano:** Via Val Venosta , 39021 Coldrano
- **Stazione / Railway station Castelbello:** Via Stazione, 39020 Castelbello
- **Stazione / Railway station Lasa:** Via Stazione 3, 39023 Lasa
- **Stazione / Railway station Laces:** Via Stazione, 39021 Laces
- **Stazione / Railway station Silandro:** Via Stazione, 39028 Silandro
- **Fermata corriera / Bus-stop:** Via Andreas Hofer, 39028 Silandro
- **Trattla centre:** Trattla 246, 39020 Martello
- **Parcheggio / Parking Lot Enzianhütte:** Alta Val Martello, 39020 Martello
- **Parco Plawenn/ Plawenn Parc:** Parco Plawenn, 39028 Silandro
- **Piazza Municipio/Town hall place Naturno:** Via Principale, 39025 Naturno

Griglia / Barbecue

- **Covelano:** Campo sportivo/Sports field Covelano, Pista ciclabile/Cycle track
- **Coldrano:** Lago di Coldrano
- **Castelbello:** Schlums
- **Lasa:** Via Bersaglio
- **Laces:** Magrinböden
- **Martello:** Trattla (mappa/map Q9), Santa Maria alla Fonderia, Stallwies/Monte Selva, Al Lago
- **Morter:** Förchenwaldele (mappa/map B5), Wetterkreuz
- **Tarres:** Platzlen

Guide escursionistiche / Hiking guides pagina / page 39**Guide mountain bike, negozio, noleggio / Bikeguides, shops, rental** pagina / page 65**I****Impianti di risalita / Mountain railways** pagina / page 99**Impresa di trasporti (taxi, transfer, navetta) / Bus touring Company** (taxi, transfer, shuttle) pagina / page 38,64,193

IL PARADISO DELLE MELE

The Apple Paradise

Vendita al dettaglio/Retail sale:

TEXEL Naturno, Tel. 0473 671100

JUVAL Castelbello, Tel. 0473 727519

MIVOR Laces, Tel. 0473 749964

GEOS Silandro, Tel. 0473 737100

OVEG Oris, Tel. 0473 617581



**Mele biologiche disponibili
in tutti in negozi al dettaglio!**
Organic apples available in all stores!



L

Lavanderia / Laundromat

- **Bloomest Herilu Laces:** Via Principale 11, 39021 Laces, +39 335 58 91 512, ogni giorno 07.00-20.00 / every day 7 a.m.-8 p.m.
- **Lavapiù:** 39022 Lagundo, +39 335 83 21 668, ogni giorno 07.00-20.00 / every day 7 a.m.-8 p.m.

M

Malghe / Alpine Farms pagina / page 105

Medico / Doctor-Medical Center

- **Studio medico/Medical center Laces:** Via Principale 65/B, 39021 Laces, +39 0473 623 377, Casi urgenti: 08.00-09.00 + 15.00-16.00 / Urgent cases 8 a.m.-9 a.m. + 3 p.m.-4 p.m. Prenotazioni: 08.00-10.00 + 15.00-17.00 / Reservations: 8 a.m.-10 a.m. + 3 p.m.- p.m. Certificati medici: 10.00-12.00 + 17.00-18.30 / Medical certificates: 10 a.m.-12 a.m. + 5 p.m.-6.30 p.m.
- **Dr. Fambri Michele:** Via Maragno 3, 39020 Castelbello, +39 0473 624 202, LUN+GIO 15.00-18.30, MAR+MER+VEN 08.45-12.15 / MON+THU 3 p.m.-6.30 p.m. TUE+WED+FRI 8.45 a.m.-12.15 a.m.
- **Dr. Wolfgruber Richard (pediatra/paediatrician):** Via Gustav-Flora 20, 39025 Naturno, +39 388 15 55 553, +39 338 38 75 919, LUN-GIO 10.00-13.30, VEN 10.00-13.00 / MON-THU 10 a.m.-1.30 p.m., FRI 10 a.m.-1 p.m.
- **Ospedale/Hospital Silandro:** Via ospedale 3, 39028 Silandro, Tel. +39 0473 738 111, www.sabes.it

Mercato / Market

- **Martedì / Tuesday:** Piazza Principale / Main Square, 39026 Prato allo Stelvio
- **Mercoledì / Wednesday:** Piazza Principale / Main Square, 39024 Malles
- **Giovedì / Thursday:** Piazza Steiner Square, 39028 Silandro
- **Venerdì / Friday:** 39021 Laces (Piazza principale), 39022 Merano (Piazza Prader)
- **Sabato / Saturday:** 39100 Bolzano (Piazza della Vittoria), 39025 Naturno (Centro)

Mercato contadino / Farmer's market

- **Martedì / Tuesday:** Piazza del Municipio / City Hall Square, 39011 Lana
- **Giovedì / Thursday:** zona pedonale / pedestrian zone, 39028 Silandro
- **Venerdì / Friday:** Piazza Municipale, 39100 Bolzano
- **Sabato / Saturday:** Via Galilei, 39012 Merano

Messa / Church service

- **Comune/Municipality Castelbello-Ciardes:** Panoramica delle funzioni nella rivista della chiesa parrocchiale / Overview of church services in the parish register
- **Comune/Municipality Lasa:** Panoramica delle funzioni nella rivista della chiesa parrocchiale / Overview of church services in the parish register
- **Comune/Municipality Laces:** Panoramica delle funzioni nella rivista della chiesa parrocchiale / Overview of church services in the parish register
- **Comune/Municipality Naturno:** Panoramica delle funzioni nella rivista della chiesa parrocchiale / Overview of church services in the parish register

- **Comune/Municipality Silandro:** Silandro chiesa parrocchiale: lunedì ore 07.15 santa messa, mercoledì ore 16.30 messa di scuola, sabato ore 19.30 santa messa, domenica ore 09.30 + 19.30 santa messa. Nelle frazioni (Covelano, Corzes, Vezzano): altre messa trovate nella newsletter della parrocchia. / Silandro parish church: Monday at 7.15 am Holy Mass, Wednesday at 4.30 pm School Mass, Saturday at 7.30 pm Holy Mass, Sunday at 9.30 am + 7.30 pm Holy Mass. In the hamlets (Covelano, Corzes, Vezzano): other masses can be found in the parish newsletter

Meteo / Weather

+39 0473 270 555, +39 0473 271 177, www.wetter.provinz.bz.it, www.wetter.provinz.bz.it, Servizio Meteo della Provincia Autonoma di Bolzano-Alto Adige / Weather Service of the Autonomous Province of Bolzano-South Tyrol

Minigolf pagina / page 88

Mountain bike noleggio / rental pagina / page 65

Mountain biking pagina / page 68

Municipio / Town hall

- **Comune di Castelbello-Ciardes:** Piazza Principale 1, 39020 Castelbello, +39 0473 624 110, www.gemeinde.kastellbell-tschars.bz.it, info@gemeinde.kastellbell-tschars.bz.it, LUN+MAR+MER+VEN 08.00-12.30, GIO 08.00-12.30 + 14.30-17.30 / MON+TUE+WED+FRI 8 a.m.-12.30 a.m., THU 8 a.m.-12.30 a.m. + 2.30 p.m.-5.30 p.m.
- **Comune di Lasa:** Via Venosta 52, 39023 Lasa, +39 0473 626 512, LUN+MAR+MER+VEN 08.10-12.30, GIO 08.10-12.30 + 17.00-19.00 / MON+TUE+WED+FRI 8.10 a.m.-12.30 a.m., THU 8.10 a.m.-12.30 a.m. + 5.00 p.m.-7.00 p.m.
- **Comune di Laces:** Piazza Principale 6, 39021 Laces, +39 0473 623 113, www.gemeinde.latsch.bz.it, info@gemeinde.latsch.bz.it, LUN-VEN 08.30-12.30 / MON-FRI 8.30 a.m.-12.30 a.m.
- **Comune di Martello:** Meiern 96, 39020 Martello, +39 0473 744 581, www.gemeinde.martell.bz.it, info@gemeinde.martell.bz.it, LUN-VEN 08.30-12.30 / MON-FRI 8.30 a.m.-12.30 a.m.
- **Comune di Silandro:** Via Principale 120, 39028 Silandro, +39 0473 737 740, LUN-VEN 08.30-12.30, GIO 14.00-17.00 / MON-FRI 8.30 a.m.-12.30 a.m., THU 2 p.m.-5 p.m.

N

Noleggio di autovetture / Car rental

- **Carsharing Südtirol:** +39 0471 061 319, www.carsharing.bz.it, info@carsharing.bz.it
- **Garage Rinner:** Strada Nazionale 1, 39021 Laces, +39 0473 742 081, www.garagerinner.it, garage.rinner@rolmail.net, LUN-VEN 08.00-12.00 + 14.00-18.30, SAB 08.00-12.00 / MON-FRI 8 a.m.-12 a.m. + 1 p.m.-6.30 p.m. + SAT 8 a.m.-12 a.m.
- **Mobil-Car:** Via Stazione 1, 39028 Silandro, +39 338 50 75 462, www.mobil-car.com, info@mobil-car.com, LUN-DOM 05.30-23.00 / MON-SUN 5.30 a.m.-11 p.m.
- **Car construction Toni:** Zona Industriale 1, 39021 Laces, +39 0473 623 321, +39 335 52 61 234, www.karosseriebau-toni.it, karosseriebau.toni@rolmail.net, LUN-VEN 08.00-12.00 + 14.00-18.00 / MON-FRI 8 a.m.-12 a.m. + 1 p.m.-6 p.m.
- **Car construction Wetha:** Zona Industriale 31, 39028 Vezzano, +39 0473 742 061, www.wetha.it, info@wetha.it, LUN-VEN 08.00-12.00 + 14.00-18.00 / MON-FRI 8 a.m.-12 a.m. + 1 p.m.-6 p.m.
- **Hotel Anna (BMW - motorcycle Test Center):** Via Principale 27, 39028 Silandro, +39 0473 730314, www.vill.it, info@vill.it
- **Travelcar:** Aeroporto - Dolomiti, 39100 Bolzano, +39 0471 252 242

Nuotare / Swimming pagina / page 91

O

Officina riparazioni auto / Car garage

- **Autocity (Alfa Romeo, Citroen, FIAT, Ford, Jeep, Lancia, Nissan, Opel, Peugeot, SEAT, Skoda, Volvo, VW):** Via Luigi Galvani 1, 39100 Bolzano, LUN-VEN 08.00-19.00 / MON-FRI 8 a.m.-7 p.m., www.barchetti.it, info@barchetti.it
- **Autoindustriale (Mercedes Benz):** Via Galvani 41, 39100 Bolzano, +39 0471 550 000, LUN-VEN 08.00-12.00 + 13.30-17.30, SAB 08.00-12.00 / MON-FRI 8 a.m.-12 a.m. + 1.30 p.m.-5.30 p.m., SAT 8 a.m.-12 a.m., www.autoindustriale.com, info@autoindustriale.com
- **Autoindustriale (Toyota):** Via Galvani 40B, 39100 Bolzano, +39 0471 550 100, LUN-VEN 08.00-12.00 + 13.30-17.30, SAB 08.00-12.00 / MON-FRI 8 a.m.-12 a.m. + 1.30 p.m.-5.30 p.m., SAT 8 a.m.-12 a.m., www.autoindustriale.com, info@autoindustriale.com



- **Auto Erb (Mercedes Benz):** Via Max-Valier 6/8, 39012 Merano, +39 0473 233100, LUN-VEN 08.00-12.00 + 14.00-18.00, SAB 09.00-12.00 / MON-FRI 8 a.m.-12 a.m. + 2 p.m.-6 p.m., SAT 9 a.m.-12 a.m., www.autoerb.mercedes-benz.it, info@auto-erb.it
- **Auto Moser (Peugeot):** Strada Statale 22, 39028 Silandro, +39 0473 621 185, LUN-VEN 08.00-12.00 + 14.00-18.00 / MON-FRI 8 a.m.-12 a.m. + 2 p.m.-6 p.m., www.auto-moser.it, auto-moser@rolmail.net
- **Auto Telsler (Ford):** Zona Industriale 9, 39028 Vezzano, +39 0473 742 580, +39 335 62 13 000, LUN-VEN 08.00-12.00 + 14.00-18.00 / MON-FRI 8 a.m.-12 a.m. + 2 p.m.-6 p.m., www.autotelsler.com, info@autotelsler.com
- **Auto Unterholzer (Fiat):** Via Dr. Karl Tinzl 1, 39028 Silandro, +39 0473 730 147, LUN-VEN 08.00-12.00 + 14.00-18.00 / MON-FRI 8 a.m.-12 a.m. + 2 p.m.-6 p.m.
- **Auto Pedross (Skoda, VW):** Via Val Venosta 8, 39028 Silandro, +39 0473 730 160, LUN-VEN 08.00-12.00 + 14.00-18.00, SAB 08.00-12.00 / MON-FRI 8 a.m.-12 a.m. + 2 p.m.-6 p.m., SAT 8 a.m.-12 a.m.
- **BMW Auto IKARO (BMW+MINI):** Via Roma 290, 39012 Merano, +39 0473 239 855, LUN-VEN 08.00-12.00 + 14.00-18.00, SAB 08.00-12.00 / MON-FRI 8 a.m.-12 a.m. + 2 p.m.-6 p.m., SAT 8 a.m.-12 a.m., www.autoikaro.it, info@autoikaro.it
- **BMW Auto IKARO (BMW, Mazda, MINI, Porsche):** Via Siemens 2/A, 39100 Bolzano, +39 0471 546 000, LUN-VEN 08.00-12.00 + 14.00-18.00, SAB 08.00-12.00 / MON-FRI 8 a.m.-12 a.m. + 2 p.m.-6 p.m., SAT 8 a.m.-12 a.m., www.autoikaro.it, info@autoikaro.it
- **Garage Rinner (Opel, Subaru):** Via Nazionale 1, 39021 Laces, +39 0473 742 081, LUN-VEN 08.00-12.00 + 14.00-18.00, SAB 08.00-12.00 / MON-FRI 8 a.m.-12 a.m. + 2 p.m.-6 p.m., SAT 8 a.m.-12 a.m., www.garage-rinner.it, garage.rinner@rolmail.net
- **In Car Audi:** Via Lancia 14, 39100 Bolzano, +39 0471 089050, LUN-VEN 08.00-12.00 + 14.00-18.00, SAB 08.00-12.00 / MON-FRI 8 a.m.-12 a.m. + 2 p.m.-6 p.m., SAT 8 a.m.-12 a.m.
- **Car construction Abarth:** Strada Statale 63, 39020 Ciardes, +39 0473 624 382, +39 349 23 90 007, LUN-VEN 08.00-12.00 + 14.00-18.00 / MON-FRI 8 a.m.-12 a.m. + 2 p.m.-6 p.m. karosserie.abarth@rolmail.net
- **Car construction Toni:** Zona Industriale 1, 39021 Laces, +39 0473 623 321, +39 335 52 61 234, LUN-VEN 08.00-12.00 + 13.00-18.00 / MON-FRI 8 a.m.-12 a.m. + 1 a.m.-6 p.m., www.karosseriebau-toni.it, karosseriebau.toni@rolmail.net
- **Car construction Wetha:** Zona Industriale 31, 39028 Vezzano, +39 0473 742 061, +39 335 81 89 005, +39 334 90 48 036, LUN-VEN 08.00-12.00 + 13.00-18.00 / MON-FRI 8 a.m.-12 a.m. + 1 a.m.-6 p.m., www.wetha.it, info@wetha.it
- **KFZ-Service-Loos:** Zona Industriale 23, 39023 Lasa, +39 0473 626 377, LUN-VEN 08.00-12.00 + 13.30-18.00 / MON-FRI 8 a.m.-12 a.m. + 1.30 a.m.-6 p.m.
- **Motor Point by Patti:** Strada statale 48, +39 333 29 44 212, LUN-VEN 08.00-12.00 + 14.00-18.00 / MON-FRI 8 a.m.-12 a.m. + 2 p.m.-6 p.m.
- **Motor Union (Audi, VW):** Via Göthe 37, 39012 Merano, +39 0473 519 400, LUN-VEN 08.00-12.15 + 14.00-18.30, SAB 09.00-12.30 / MON-FRI 8 a.m.-12.15 a.m. + 2 p.m.-6.30 p.m., SAT 9 a.m.-12.15 a.m., www.autobrenner.it, office@autobrenner.it

Orario (bus e treno) / timetable (bus and train)

- **DB - Deutsche Bahn:** +49 (0) 180 6 996 633, www.bahn.de
- **ÖBB:** +43 (0) 5 1717, www.oebb.at
- **SAD (treno - & bus regionale) / train - & bus regional):** +39 840 000 471, www.sii.bz.it, Gli orari degli autobus regionali e dei treni sono disponibili gratuitamente presso gli uffici turistici e le stazioni ferroviarie. / Regional bus and train timetables are available free of charge at tourist offices and train stations.
- **SBB:** +41 0848 446 88, www.sbb.ch
- **Trenitalia:** +39 199 892 021, +39 800 90 60 60, www.trenitalia.com

Ospedale / Hospital

- **Ospedale / Hospital Bolzano:** Via L. Böhler 5, 39100 Bolzano, +39 0471 908 111, www.sabes.it
- **Ospedale / Hospital Merano:** Via Rossini 5, 39012 Merano, +39 0473 263 333, www.sabes.it
- **Ospedale / Hospital Silandro:** Via Ospedale 3, 39028 Silandro, +39 0473 738 111, www.sabes.it

Ottico / Optician

- **Ottico / Optician Kühnel:** Via Covellano 2, 39028 Silandro, +39 0473 730 499, LUN-VEN 09.00-12.00 + 15.00-19.00, SAB 09.00-12.00 / MON-FRI 9 a.m.-12 a.m. + 3 p.m.-7 p.m., SAT 9 a.m.-12 a.m.
- **Ottico / Optician Weithaler:** Via Principale 42, 39028 Silandro, +39 0473 621 077, LUN-VEN 08.30-12.00 + 15.00-19.00, SAB 08.30-12.00 / MON-FRI 8.30 a.m.-12 a.m. + 2 p.m.-7 p.m., SAT 8.30 a.m.-12 a.m.
- **Ottico / Optician Wohlfarter:** Via Principale 35, 39025 Naturno, +39 0473 667 787, LUN-VEN 09.00-12.00 + 15.00-18.30, SAB 09.00-12.00 / MON-FRI 9 a.m.-12 a.m. + 3 p.m.-6.30 p.m., SAT 9 a.m.-12 a.m., www.otticawohlfarter.com, optik.wohlfarter@rolmail.net

P

Paragliding pagina / page 89

Parcheggio / Parking lot

- **Coldrano:** Via della Frana, Via Tis, Via Venosta/stazione, Via Laghetto/campo sportivo-sports field/Lago-Lake di Coldrano
- **Oris:** Stazione
- **Castelbello:** stazione / Station, Centro / Centre
- **Corzes:** Vecchia Strada, Campo sportivo/Sports field
- **Lasa:** Via Stazione, Via Felius, Via Nazionale/Maria Lourdes, Via Bersaglio, Campo Sportivo/Sports field, Via Venosta
- **Laces:** AquaForum, Centro medico / Medical Center, stazione, Hennenpark, IceForum, SportForum, Funivia / Mountain Railway San Martino, Centro / Centre
- **Morter:** Via Mulino, Campo sportivo / Sports field
- **Silandro:** Via Andreas Hofer, Via Stazione, Via Dr.-Karl-Tinzl, Via Pretura, Via Covellano, Via Grübl, Via Principale, Via Principale, Via Ponte di Legno, Via Cappuccini, Via Moar, Via Lido
- **Tarres:** Seggiovina / Chair Lift Malga di Tarres, Centro/Centre
- **Ciardes:** stazione / Station, Centro / Centre
- **Vezzano:** Via Meister/campo sportivo-sports field, Centro / Centre

Parco giochi / Children`s playground

- **Coldrano:** Via Tis, Lago di Coldrano
- **Oris:** Via Moosburg, Via Tanas
- **Covelano:** Via Wackernell
- **Castelbello:** Zona sportiva "Schlums", Via ai Tre Cantì
- **Corzes:** Via Hans, Via Lahn
- **Lasa:** Via Stazione, Via della Fontana, Via Felius
- **Laces:** Via Ischietta, Piazza Pincipalez, SportForum & Club dei giovani/Youth club
- **Martello:** Paese/Town Martello, Trattla, Ganda, Stallwies/Monte Selva
- **Morter:** Via San Vigilio
- **Silandro:** Via dei Campi, Via Grübl, Via Kirchbreit, Parco Plawenn, zona Sportiva
- **Tarres:** Via della chiesa
- **Ciardes:** Vicolo Tauf (Jugendzentrum "ALL IN"), Via Pardell
- **Vezzano:** Campo sportivo/Sports field, Via Tappein

Parrocchia / Vicirage

- **Parrocchia / Vicirage San Zeno:** Via Castello 1, 39025 Naturno, +39 0473 667 168, +39 340 13 55 903, LUN+MAR+GIO+VEN 09.00-12.00 / MON+TUE+THU+FRI 9 a.m.-12 a.m., www.pfarrei-naturns.it, pfarre.naturns@rolmail.net
- **Parrocchia / Vicirage San Dionysius:** Via della Canonica 1, 39021 Morter, +39 0473 742 009, pfarreilatsch@alice.it



- **Parrocchia / Vicirage San Petrus e Paulus:** Via Signori 4, 39021 Laces, +39 0473 623 139, pfarreilatsch@alice.it
- **Parrocchia / Vicirage San Lucio:** Via Conte Hendl 35, 39021 Coldrano, +39 0473 742 009
- **Parrocchia / Vicirage San Michele:** Via Molino di Sopra 3, 39021 Tarres, +39 0473 623 101
- **Parrocchia / Vicirage Lasa:** Via Felius 2, 39023 Lasa, +39 0473 626 552, +39 347 18 56 516, MAR 09.30-11.00, VEN 14.30-16.30 / TUE 09.30 a.m.-11.00 a.m., FRI 2.30 p.m.-4.30 p.m.
- **Parrocchia / Vicirage Silandro:** Via Principale, 39028 Silandro, +39 0473 620 186, +39 351 72 78 444, LUN+MAR+GIO+VEN 08.00-12.00, MER 15.00-18.00 / MON+TUE+THU+FRI 8 a.m.-12 a.m., WED 3 p.m-6 p.m.
- **Parrocchia / Vicirage San Walburga:** Paese 94, 39020 Martello, +39 0473 744 521

Pedaggio / Toll charge

- **Italia / Italy:** In Italia, tutte le autostrade sono soggette a pedaggio. L'importo deve essere pagato direttamente all'uscita. Alcuni passi di montagna, tunnel e ponti sono anche strade a pedaggio. / In Italy, all motorways are subject to tolls. The amount is to be paid directly at the exit. Some mountain passes, tunnels and bridges are also toll roads.
- **Austria:** In Austria è necessaria una vignetta per l'autostrada, che deve essere visibilmente attaccata al parabrezza. Ci sono vignette di 10 giorni e annuali. Le vignette sono disponibili presso le stazioni di frontiera o di servizio. Alcuni passi di montagna, tunnel e ponti sono anche strade a pedaggio. / In Austria you need a vignette for the motorway, which must be visibly stuck to the windscreen. There are 10-day and annual vignettes. The vignettes are available at the border or petrol stations. Some pass roads, tunnels and bridges are also subject to tolls.
- **Svizzera / Switzerland:** In Svizzera è necessaria una vignetta per l'autostrada, che deve essere visibilmente attaccata al parabrezza. Sono disponibili per l'acquisto solo vignette annuali. È possibile ottenere le vignette al confine o alle stazioni di servizio. Alcune strade di passaggio, tunnel e ponti sono anche soggetti a pedaggio. / In Switzerland, you need a vignette for the motorway, which must be visibly stuck to the windscreen. There are only annual vignettes available for purchase. The vignettes are available at the border or petrol stations. Some pass roads, tunnels and bridges are also subject to tolls.

Pescare / fishing

- **Go-Fish:** Piazza Principale 7, 39020 Castelbello, +39 0473 624 464, LUN-VEN 08.00-12.00 + 15.00-19.00, SAB 08.00-12.00 / MON-FRI 8.am.-12 a.m. + 3 p.m.-7 p.m., SAT 8 a.m.-12 a.m., www.negoziopesca.it
- ulteriori informazioni sulla pesca pagina / further information about fishing 66

Pneumatici invernali / Winter tyres

Indipendentemente dalle condizioni meteorologiche, in Alto Adige dal 15 novembre al 15 aprile è previsto l'obbligo generale di equipaggiamento invernale. Qui, tutti coloro che viaggiano con veicoli devono utilizzare pneumatici invernali o avere a bordo catene da neve adatte. Se necessario a causa di strade coperte o ghiacciate, le catene devono essere montate. I ciclomotori e le motociclette sono esclusi dal regolamento. Questi non possono essere utilizzati in condizioni invernali. In Alto Adige, se il manto stradale è coperto da neve o ghiaccio, come ad esempio sulle strade di valico, l'obbligo di equipaggiamento invernale si applica già prima del 15 novembre. Ciò significa che in caso di formazione di neve o ghiaccio sulla carreggiata, i veicoli devono essere dotati di attrezzature invernali omologate - pneumatici invernali con l'apposita identificazione o catene da neve". Tale obbligo entra in vigore non appena la relativa segnaletica viene resa visibile sulle strade nazionali ed è completamente indipendente da una data. I segni consistono in una combinazione di un segno blu obbligatorio e un segno aggiuntivo. Il cartello obbligatorio indica un pneumatico con catena da neve, il cartello aggiuntivo riporta la scritta "in caso di neve o ghiaccio". Le violazioni del requisito dell'attrezzatura invernale possono comportare sanzioni.

Irrespective of the weather conditions, there is a general winter equipment obligation in South Tyrol from 15 November to 15 April. Here, everyone travelling with vehicles must either use winter tyres or have suitable snow chains on board. If necessary due to overcast or icy roads, the chains must be fitted. Mopeds and motorcycles are excluded from the regulation. These may not be used in winter conditions. In South Tyrol, if the road surface is covered with snow or ice, such as on high mountain pass roads, a situational winter equipment obligation already applies before 15 November. This means that in the event of snow or ice forming on the roadway, vehicles must be equipped with homologated winter equipment - winter tyres with the appropriate identification or snow chains". This obligation comes into force as soon as the corresponding signs are made visible on the national roads and is completely independent of a date. The signs consist of a combination of a blue mandatory sign and an additional sign. The mandatory sign shows a tyre with snow chain, the additional sign bears the inscription "in case of snow or ice". Violations of the winter equipment requirement may result in penalties.



Polizia / Police (Carabinieri)

- **Carabinieri Laces:** Via Mercato 46, 39021 Laces, +39 0473 623 116
- **Carabinieri Martello:** Transacqua 169, 39020 Martello, +39 0473 745 246, +39 0473 744 522
- **Carabinieri Naturno:** Via Gustav Flora, 39025 Naturno, +39 0473 667 123
- **Carabinieri Silandro:** Via Principale 6, 39028 Silandro, +39 0473 737 500

Prefisso teletestivo / Contry code (phone)

Belgio / Belgium (+32), Germania / Germany (+49), Finlandia / Finland (+358), Francia / France (+33), Gran Bretagna / Great Britain (+44), Italia / Italy (+39), Lichtenstein (+423), Canada (+1), Lussemburgo / Luxembourg (+352), Paesi Bassi / Netherlands (+31), Norvegia / Norway (+47), Austria (+43), Polonia / Poland (+48), Svezia / Sweden (+46), Svizzera / Switzerland (+41), Slovacchia / Slovakia (+421), Slovenia (+386), Spagna / Spain (+34), Repubblica Ceca / Czech Republic (+420), USA (+1)

R

Raccolta di funghi / Mushroom picking

<http://www.provincia.bz.it/agricoltura-foreste/servizio-forestale-forestali/autorizzazioni-controlli/disposizioni-sulla-raccolta-di-funghi.asp> / <http://www.provinz.bz.it/agriculture-forests/forestry-service/authorisations-controls/provisions-for-mushroom-picking.asp>

Rafting pagina / page 94

Regolamenti doganali / Customs regulations

Esportazione verso i paesi dell'UE / Export to EU countries:

I territori degli Stati membri dell'UE costituiscono ora un unico territorio all'interno del quale persone, beni e capitali possono circolare liberamente. Tuttavia, alcune categorie di prodotti soggetti a un'imposta sulla produzione o sul consumo (come l'alcool e le bevande alcoliche, i tabacchi lavorati) sono soggetti a determinati limiti alla libera circolazione.

- Sigarette 800 pz. o sigari (max. 3gr) 400 pz. o sigari 200 pz.
- Bevande alcoliche fino al 22% max. 20 litri
- Bevande alcoliche oltre il 22% max. 10 litri
- vino 90 litri / di cui spumante max. 60 litri
- Birra 110 litri

The territories of the EU member states now constitute a single territory within which persons, goods and capital can move freely. Nevertheless, certain categories of products subject to a production or consumption tax (such as alcohol and alcoholic beverages, processed tobacco products) are subject to certain limits on free movement.

- Cigarettes 800 pcs. or cigarillos (max. 3gr) 400 pcs. or cigars 200 pcs.
- Alcoholic beverages up to 22% max. 20 litres
- Alcoholic beverages over 22% max. 10 litres
- wine 90 litres / of which sparkling wine max. 60 litres
- Beer 110 litres

Esportazione in paesi non UE / Export to non-EU countries:

Non ci sono limiti massimi, ma potrebbero esserci restrizioni all'importazione nei paesi di destinazione. There are no maximum limits, but there may be import restrictions in the countries of destination.

Rifugi / Mountain huts pagina / page 109

Ristoranti / Restaurants pagina / page 150

S

Sauna pagina / page 91

Sentieri delle rogge / Irrigation Channel Paths pagina / page 54

Servizio di allarme valanghe / Avalanche warning service

Servizio di allarme valanghe della Provincia Autonoma di Bolzano - Alto Adige. / Avalanche warning service of the autonomous province of Bolzano-South Tyrol. www.wetter.provinz.bz.it/lawinen, lawine@provinz.bz.it

Shopping pagina / page 168

Shuttle pagina / page 38,64,187

Stazione di lavaggio / Car wash

- **Harry's Car Wash:** Via Nazionale 2, 39021 Laces, +39 0473 720 927, LUN-DOM / MON-SUN 24h
- **Servicestation Vetzan:** Via Val Venosta 4, 39028 Vezzano, +39 0473 742 084, LUN-DOM / MON-SUN 24h, www.wischwasch.it, www.wischwasch.it
- **Tankstelle Q8:** Via Statale 48, 39020 Castelbello, LUN-DOM / MON-SUN 24h

T

Tabaccheria e girionali / Tabacco shop and newspaper

- **Alimentari Gstrein Doris:** Via Statale 9, 39020 Castelbello, +39 0473 624 325, LUN-VEN 07.00-12.00 + 15.00-19.00, SAB 07.00-12.00 / MON-FRI 7 a.m.-12 a.m. + 3 p.m.-7 p.m., SAT 7 a.m.-12 a.m.
- **Alimentari Prinoth Roland:** Vicolo Grande 1, 39020 Ciardes, +39 0473 624 028, LUN-VEN 07.30-12.00 + 15.00-19.00, MAR 07.30-12.00, SAB 07.30-12.00 / MON-FRI 7.30 a.m.-12 a.m. + 3 p.m.-7 p.m., TUE 7.30 a.m.-12 a.m., SAT 7.30 a.m.-12 a.m.
- **Bar Cremona:** Via Principale 48, 39028 Silandro, +39 0473 730 183, MAR-DOM 06.00-20.00 / TUE-SUN 6 a.m.-8 p.m.
- **Coop Castelbello:** Piazza Paese 6, 39020 Castelbello, +39 0473 624 154, LUN-VEN 07.30-12.30 + 15.00-18.30, SAB 07.30-12.30 / MON-FRI 7.30 a.m.-12.30 a.m. + 3 p.m.-6.30 p.m., SAT 7.30 a.m.-12.30 p.m.
- **Despar Gamber:** Via Castello 10, 39021 Coldrano, +39 0473 742 012, LUN-VEN 07.00-12.00 + 15.00-18.00, SAB 08.00-12.00 / MON-FRI 7 a.m.-12 a.m. + 3 p.m.-6 p.m., SAT 8 a.m.-12 a.m.
- **Fleischmann Gerda:** 39021 Laces, +39 0473 623 891, LUN-VEN 08.00-12.00 + 15.00-18.30, SAB 08.00-12.00 / MON-FRI 8 a.m.-12 a.m. + 3 p.m.-6.30 p.m., SAT 8 a.m.-12 a.m.
- **Götsch:** Meiern 88, 39020 Martello, +39 0473 744 596, LUN-MER + VEN 08.00-12.00 + 16.30-19.00, GIO+SAB 08.00-12.00 / MON-WED + FRI 8 a.m.-12 a.m. + 4.30 p.m.-7 p.m., THU-SAT 8 a.m.-12 a.m., gerlinde.goetsch@gmail.com
- **Hildegard's Textilshop:** 39021 Laces, +39 0473 623 204, LUN-VEN 08.15-12.15 + 15.00-18.30, SAB 08.15-12.15 + 15.00-18.00 / MON-FRI 8.15 a.m.-12.15 a.m. + 3 p.m.-6.30 p.m., SAT 8.15 a.m.-12.15 a.m. + 3 p.m.-6 p.m., Macchina delle sigarette 24h / Cigarette machine 24h
- **Rasthof Vermoi:** Via Nazionale 4, 39021 Laces, +39 0473 623 217, LUN-VEN 06.00-20.00, SAB+DOM 08.00-12.30 / MON-FRI 6 a.m.-8 p.m., SAT+SUN 8 a.m.-12.30 a.m., info@hotelvermoi.com
- **Spechtenhauser:** Via Principale 61, 39028 Silandro, +39 0473 730 030, LUN-VEN 08.00-12.00, SAB 08.00-12.00 / MON-FRI 08.00 a.m. - 12.00 a.m., 3 p.m.-7 p.m., SAT 08.00 a.m.-12.00 a.m.
- **Supermarket Götsch:** 39021 Coldrano, +39 0473 742 040, LUN-VEN 07.00-12.00 + 15.00-19.00, SAB 07.00-12.00 / MON-FRI 7 a.m.-12 a.m. + 3 p.m.-7 p.m., SAT 7 a.m.-12 a.m., pianetavideoColdrano@yahoo.de
- **Thairmühl:** 39020 Martello, +39 327 16 32 155, LUN-DOM 07.00-19.00 / MON-SUN 7 a.m.-7 p.m., viktor.fleischmann@rolmail.net

Taxi & Transfer pagina / page 38,64,187

Tennis pagina / page 95

Tiro con l'arco / Archery pagina / page 96

Toilette per cani / Dog toilets

- **Coldrano:** Via degli Ontani, Via Storta, Lago di Coldrano, Via Castello, Via Tis, Via Laghetto
- **Laces:** Via Andreas-Hofer, Via Ischietta, Via Montani, Via Moos, Via Plafat), Via Roman Köhle, Via Valtneid
- **Morter:** Via die mulini, Ponte Rio Plim, Campo sportivo Morter
- **Silandro/Vezzano:** Via Gröbl, Via Lido, Passeggiata al Sole, Ponte di Legno, Pista ciclabile, Vezzano
- **Tarres:** Via Carporfo Ramini, Via San Medardo, Via San Giovanni



Traffico / Traffic

Centrale viabilità provinciale / Central provincial traffic network:

+39 0471 200 198, www.provinz.bz.it/verkehr, vmz@provinz.bz.it

Trasporto di prodotti da forno / Transport of bakery products

Insam-Express: +39 0471 796 110, www.insamexpress.it, www.insamexpress.it

U

Ufficio informazioni / Information office

- **Castelbello:** Strada Statale 5, 39020 Castelbello, +39 0473 624 193, www.kastellbell-tschars.com, info@kastellbell-tschars.com, LUN-VEN 09.00-12.00 + 15.00-18.00 / MON-FRI 9 a.m.-12 a.m. + 3 p.m.-6 p.m.
- **Laces:** Piazza Principale 14, 39021 Laces, +39 0473 623 109, www.latsch-martell.it, info@latsch.it, LUN-VEN 08.30-12.00 + 14.00-18.00, SAB 08.30-12.00 (aprile-fine di ottobre) / MON-FRI 8.30 a.m.-12 a.m. + 2 p.m.-6 p.m., SAT 8.30 a.m.-12 a.m. (Easter-end of October)
- **Martello (centro visite / visitor center culturamartell):** Trattla 246, 39020 Martello, +39 0473 745 027, www.latsch-martell.it, info@latsch.it, MAR-SAB 09.30-12.30 + 14.30-18.00 (Pasqua-fine di ottobre) / TUE-SAT 9.30 a.m.-12.30 a.m. + 2.30 p.m.-6 p.m. (Easter-end of October)
- **Silandro:** Via Cappuccini 10, 39028 Silandro, +39 0473 730 155, LUN-VEN 08.30-12.30 + 14.00-18.00, SAB 08.30-12.30 (Pasqua-fine di ottobre) / MON-FRI 8.30 a.m.-12.30 a.m. + 2 p.m.-6 p.m., SAT 8.30 a.m.-12.30 a.m. (Easter-end of October)

Ufficio oggetti smarriti / Lost property office

www.fundinfo.it, www.fundinfo.it

Ufficio Postale / Post Office

- **Ufficio Postale / Post Office Coldrano:** Platzl 14, 39021 Coldrano, +39 0473 742 024
- **Ufficio Postale / Post Office Castelbello:** Piazza Principale, 39020 Castelbello, +39 0473 624 129
- **Ufficio Postale / Post Office Lasa:** Via Venosta 48, 39023 Lasa, +39 0473 626 520
- **Ufficio Postale / Post Office Laces:** Via Stazione 20, 39021 Laces, +39 0473 623 149
- **Ufficio Postale / Post Office Martello:** Meiern 96, 39020 Martello, +39 0473 744 519
- **Ufficio Postale / Post Office Silandro:** Via Andreas Hofer 1a, 39028 Silandro, +39 0473 730 169

V

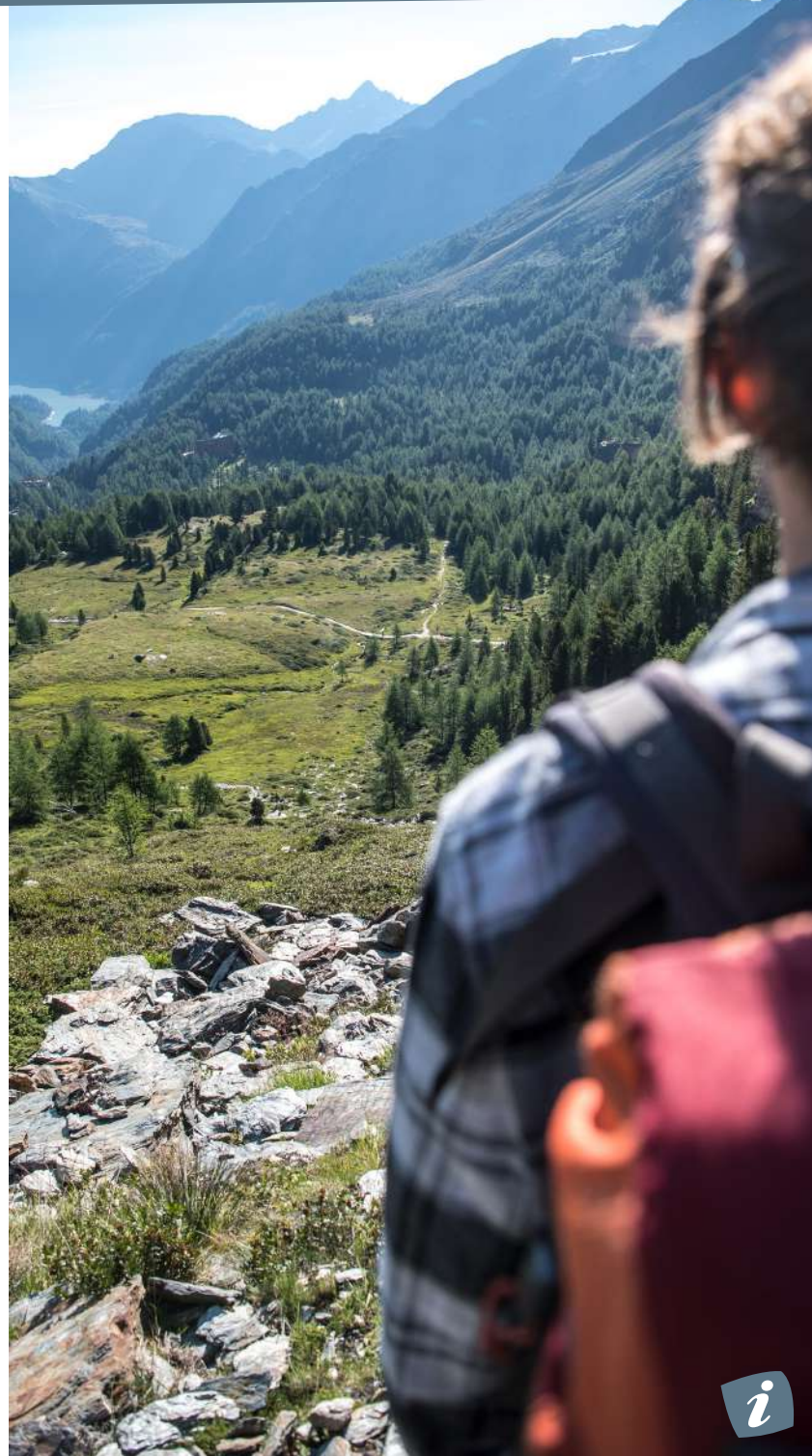
Veterinario / Veterinary

- **Studio Dr. Alber Roman:** Laudes 81, 39024 Laudes, +39 0473 835 436, +39 333 41 71 434, www.tierarzt.bz.it, alber@tierarzt.bz.it, LUN-VEN 16.00-18.30 / MON-FRI 4 p.m.-6.30 p.m.
- **Studio Merano, Dr. Moser & Dr. Holzknacht:** Via Val Venosta 9/A, 39012 Merano, +39 0473 200 901, www.mohovet.com, mohovet@hotmail.com, LUN-VEN 09.00-12.00 + 15.30-18.45, SAB 09.00-12.00 / MON-FRI 9 a.m.-12 a.m. + 3.30 p.m.-6.45 p.m.
- **Studio Naturno, Dr. Stainer Hannes:** Via Adige 27, 39025 Naturno, +39 0473 666 334, www.tierarztNaturno.it, info@tierarztNaturno.it, LUN-VEN 16.00-19.00 + SAB 10.00-12.00 / MON-FRI 4 p.m.-7 p.m. + SAT 10 a.m.-12 a.m.
- **Sudio Dr. Torggler Agathe:** Piazza Principale 1, 39020 Castelbello, +39 0473 624 110, +39 327 70 57 815, LUN 09.00-10.30 / MON 9 a.m.-10.30 a.m.
- **Ospedale/Hospital Cermes, Dr. Pfeifl Karl:** Via delle Palade 1, 39010 Cermes, +39 0473 565 350, +39 335 62 48 866, www.tierklinik-tscherms.com, info@tierklinik-tscherms.com, LUN-VEN 09.00-12.00 + 16.00-19.00, SAB 10.00-12.00 / MON-FRI 9 a.m.-12 a.m. + 4 p.m.-7 p.m., SAT 10 a.m.-12 a.m.

W

WiFi Points

- **WiFi Points Laces:** 39021 Laces, Stazione di treno Laces, Piazza Principale, SportForum (registrazione obbligatoria / registration required)
- **WiFi Points Naturno:** 39025 Naturno, Rathausplatz Naturno (Die Berechtigung erhalten Sie im Associazione turistica)
- **WiFi Points Silandro:** 39028 Silandro, zona sportiva, Piazza Casa Culturale, Piazza Plawenn (registrazione obbligatoria / registration required)





11

PATSCHE

30'

A

V

S

ST. MARTIN IM KOFEL S. MARTINO AL MONTE 2h50'

VINSCHGER HÖHENWEG ALTA VIA VAL VENOSTA

A

V

S

11 VETZAN

1h40'

A

V

S

A V S SCHLANDERSBERG
SCHLANDERS

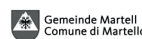
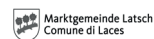
30'

1h10'

7







Crediti / Imprint:

Committente e responsabile per i contenuti / Principal and responsible for all content:

© Armin Huber, Bogen Sport Alpen ver. GmbH, Elias Gianordoli, Damian Pertoll, Gianni Bodini, © IDM Südtirol (Alex Filz, Angelika Schwarz, Florian Andergassen, Frieder Blickle, Hannes Niederkofler, Harald Wisthaler, Helmuth Rier, Jessica Preuhs, Juliette Mainx, Kirsten J. Sörries, Manuel Ferrigato, Manuel Kottersteger, Marion Lafogler, Matt Cherubino, Patrick Schwenbacher, Stefano Scatà, cinemepic, PhotoGrüner Thomas, Klaus Huber, trickytine, Manuela Tessaro), © Pur Südtirol (Alex Filz), © Rafting Adventure Südtirol / DRD4 Rafting, © Associazione turistica Castelbello-Ciardes (David Gorfer, Udo Bernhard, Robert Mendini, Castello Castelbello 2018 Roland Rieder), © Associazione turistica Laces-Martell (Frieder Blickle, Heidi Hintereck, cinemepic, Stefan Greiss, Renè Holzknrecht), © Associazione turistica Prad (Frieder Blickle), © VIP (Trafoier Erwin, Pirhofer Karin, Fuchs Karl Heinz, Pichler Wolfgang, Gorfer David), Associazione turistica Silandro-Lasa (Frieder Blickle, Schlanders Marketing)

Archivio testi / Texts archive: © Provincia Autonoma di Bolzano – Alto Adige, Ufficio Parco Nazionale dello Stelvio, © IDM Südtirol, © STA – Strutture Trasporto Alto Adige SpA (www.sil.bz.it), © Associazione turistica Lagundo, © Associazione turistica Castelbello-Ciardes, © Associazione turistica Laces-Martello, © Associazione turistica Marleno, © Associazione turistica Alta Val Venosta, © Associazione turistica Parcines, © Associazione turistica Prato, © Associazione turistica Silandro-Lasa, © Associazione turistica Val Senales

Progetto / Design: Unikum Design, Laces

Latsch - Martelltal

Vinschgau · Val Venosta

Kastelbell - Tschars

Vinschgau · Val Venosta

Schlanders-Laas

Vinschgau · Val Venosta

**ANDIAMO FUORI.
LET'S GO OUTDOORS.**

Associazione turistica Laces-Martello

Piazza Principale 14, 39021 Laces

+39 0473 623 109

info@latsch.it

www.latsch-martell.it

Associazione turistica Castelbello-Ciardes

Via Statale 5, 39020 Castelbello

+39 0473 624 193

info@kastelbell-tschars.com

www.kastelbell-tschars.com

Associazione turistica Silandro-Lasa

Via Cappuccini, 39028 Silandro

+39 0473 730 155

info@schlanders-laas.it

www.schlanders-laas.it

