

LEO BRUGGER

EINFACH SÜDTIROL

*Genussvoll einkerhen
ohne viel Wandern*



**30 EINFACHE HALBTAGES- UND
TAGESTOUREN**

TAPPEINER.

Inhalt

Einführung	4
1 Einfacher Spaziergang rund um den Haider See	8
2 Waalwegwanderung im Obervinschgau	14
3 Zum romanischen Kirchlein St. Ägidius.....	18
4 Kulinarische Wanderung im Schnalstal	22
5 Promenadenrunde und Tappeinerweg	28
6 Auf den Spuren Kaiserin Elisabeths.....	32
7 Panoramarundwanderung im Talschluss von Ulten ..	36
8 Drei-Almen-Wanderung am Deutschnonsberg.....	40
9 St. Hippolyt – die Königsloge des Burggrafenamtes.	44
10 Zur Andreas-Hofer-Alm im Passeiertal	48
11 Spaziergang zu den Eislöchern in Eppan.....	52
12 Über die Fennpromenade zu den Erdpyramiden.....	56
13 Von Oberbozen nach Klobenstein.....	60
14 Von Salurn auf die Haderburg	66
15 Wanderung zu den Arkadien Tirols	70



- 16 Zur Liegalm auf dem Hochplateau von Lavazé 74
- 17 Unterwegs auf dem Oachner Höfeweg 78
- 18 Genusswanderung zur Sanonhütte 84
- 19 Rundwanderung nach Kloster Säben..... 88
- 20 Der alte Poststeig von Lajen zum Weiler St. Peter ... 92
- 21 Naturerlebnisweg Zans in Villnöß 96
- 22 Rundspaziergang in Bruneck 100
- 23 Rundtour auf dem Sonnenplateau Kronplatz 104
- 24 Auf dem Naturlehrpfad „Trú De Vistles“ 108
- 25 Wanderung zu den Weilern im Mühlental 112
- 26 Der Franzosensteig in Antholz..... 116
- 27 Der Gesundheitsweg in Prettau 120
- 28 Auf dem Stoanamandl in Vals..... 124
- 29 Zur gemütlichen Astner Bergalm 128
- 30 Rund um den Toblacher See 132

Einführung

-  **Ausgangspunkt der Tour**
Der Start ist auf der Karte mit diesem Symbol gekennzeichnet.
-  **Streckenlänge**
Die Angabe der gesamten Strecke in Kilometern
-  **Zeit**
Der Zeitbedarf bezieht sich auf die reine Gesamtzeit, ohne Essens-, Trink- oder Erholungspausen.
-  **Höhenmeter bergauf**
Die angeführten Meter betreffen die bergauf zu bewältigenden Höhenmeter.
-  **Höhenmeter bergab**
Die angeführten Meter betreffen die bergab zu bewältigenden Höhenmeter.
-  **Schwierigkeit**
einfach: einfache, meist flache Wege und Forststraßen mit wenigen zu bewältigenden Höhenmetern
mittel: Forststraßen und Pfade mit einigen zu bewältigenden Höhenmetern
-  **Anfahrt**
Die Anfahrt wird anhand der wichtigsten Waypoints bis zum Ausgangspunkt angegeben.



Über die kostenfreie **Notrufnummer 112** kann in Südtirol auch bei Berg- und Freizeitunfällen Hilfe angefordert werden. Dabei ist es wichtig, seinen Standort, die Art des Unfalls, nach Möglichkeit das Verletzungsmuster anzugeben sowie eine Mobiltelefonnummer, über die der Hilfesuchende gegebenenfalls erreicht werden kann.

Wir wünschen allen Leserinnen und Lesern unvergessliche Berg- und Einkehrerlebnisse!

outdooractive

Outdooractive ist Europas **größte Outdoor-Plattform für Web & App**: Das Unternehmen mit Standorten in sieben verschiedenen Ländern beschäftigt mehr als 150 Mitarbeiter aus über 30 verschiedenen Nationen. Die Plattform verbucht im Durchschnitt **13 Millionen Aufrufe pro Monat** und wird von Outdoor-Liebhabern in **mehr als 156 Ländern** genutzt.

Das innovative Unternehmen bietet seinen Nutzern, die jeder Altersklasse und jedem Fitnesslevel angehören, unzählige Tourenvorschläge zu **30 verschiedenen Aktivitäten**. Mit der ausdifferenzierten Filterfunktion nach Schwierigkeitsgrad, Länge, Dauer und vielen weiteren Parametern können **Wanderer, Skitourengeher, Mountainbiker und Co.** die Tour finden, die am besten zu ihnen passt.

Außerdem haben registrierte Nutzer die Möglichkeit, über die Plattform **eigene Touren** zu planen. Dafür stellt Outdooractive präzise, weltweite Vektorkarten zur Verfügung, in denen man Punkt für Punkt seine Route eintragen kann. Ferner lassen sich Wegbeschreibungen, Bilder, interessante Punkte auf der Route und vieles mehr zur Tour hinzufügen. Die Tour kann man dann mit ausgewählten Nutzern teilen, aber auch der ganzen Outdooractive-Community zur Verfügung stellen. Touren mit Kartenmaterial lassen sich außerdem bequem herunterladen und so auch offline nutzen.

Hier geht's direkt zu den Touren im Buch



outdooractive

Dein persönlicher
Rabatt-Gutschein von 10 €
inkl. 30 Tage Gratis-Abo
für ein Jahres Pro+ Abo
mit über 750.000
veröffentlichten Touren
weltweit bei Outdooractive!

TAP-2205-GWU

Hier geht's direkt zum

Einlösen des Rabatt-Gutscheins!





1

Einfacher Spaziergang rund um den Haider See

●● Gemütliche und abwechslungsreiche
Rundwanderung um den Haider See
im Obervinschgau ●●

 Talstation Haideralm, Parkplatz; Bushaltestelle im Dorf

 5,1 km

 leicht

 1:20 h

 durch den Vinschgau nach St. Valentin auf der Haide; dort weiter zur Talstation Haideralm

 12 m

 12 m

Wegbeschreibung: Vom Parkplatz oder von der Bushaltestelle zur Brücke über die Etsch und links vom kleinen Bächlein in Richtung Süden (Mark. Nr. 1). Ein kurzes Stück geht es durch den Auwald, dann spaziert man am östlichen Seeufer mit prächtigem Fernblick auf die Ortlergruppe bis zu den Fischerhäusern und weiter zum Holzsteg durch das südliche Seebiotop. Eine schwimmende Brücke führt auf das gegenüberliegende Ufer und nun wieder zurück in Richtung Norden. Hier muss man sich den Weg allerdings mit Radfahrern teilen, dafür laden lauschige Plätzchen mit Tischen und Bänken immer wieder zum Verweilen ein. Die gesamte Umrundung ist kinderwagentauglich. Enten, Blesshühner und Haubentaucher sind immer wieder zu beobachten; füttern sollte man sie aber tunlichst nicht (sonst wird man sie nicht mehr los). Und die Kite-Surfer auf dem See sind meist ebenfalls ein Anziehungspunkt. Für einen abschließenden Imbiss bietet sich die Terrasse der Pizzeria Hotel Lamm im Dorf an.

Haider See und Reschensee mit der Ortschaft St. Valentin auf der Haide

DIE DREI SEEN IM OBERVINSCHGAU Drei Seen gab es einst im Obervinschgau: den Reschensee, den Mittersee, auch Grauner See genannt, und den Haider See. Der Mittersee ist im Reschenstausee verschwunden, dessen Stauung mit all den dazugehörigen menschlichen Katastrophen 1950 begann. Aufgestaut wurden diese Seen durch den gewaltigen Murkegel der Malser Haide, wie überhaupt Murkegel im Vinschgau landschaftsbestimmend sind. 70 % des Tales sind von Murkegeln bedeckt, aber immer nur vor kurzen steilen Seitentälern, vor den großen Seitentälern breiten sich eher unscheinbare flache Schwemmkegel von Bächen aus. Hauptursachen für die vielen Murkegel sind reiche, glaziale Sedimente (in Höhenlagen an Forstwegen immer wieder bestens zu erkennen), Erosionsanfälligkeit des zerrütteten Gesteins und die Neigung zu Starkregen im Sommer. Die größten Kegel sind die Malser Haide, die Gadriamure, der Kegel von Tarsch-Latsch und jener von Tabland. Hinter diesen Murkegeln bildeten sich Seen, die mit der Zeit verlandeten.

EINKEHRTIPP



Hotel Lamm

St. Valentin auf der Haide, Hauptstraße 67

T +39 0473 634641

info@hotel-lamm.it

www.hotel-lamm.it

→ *Infos S. 13*



Der Grauer Kirchturm mitten im Reschensee





RESTAURANT LAMM

Unsere Küche wird von der Chefin persönlich und langjährigem Personal geführt. Im Sommer genießen unsere Gäste ihr Essen gerne auf der sonnigen Terrasse.

Wir sind bekannt für unsere gut-bürgerliche Küche, in der wir sowohl Tiroler Gerichte und italienische Spezialitäten zubereiten. Wir achten stets auf Qualität und Regionalität – genau das werden Sie schmecken.



Hauptstraße 67
I-39027 St. Valentin a. d. Haide

T +39 0473 634641
info@hotel-lamm.it
www.hotel-lamm.it



2

Waalwegwanderung im Oberrinschgau

☉☉ Gemütliche Wanderung
mit vielen kulturellen Highlights ☾☾

 Schluderns, Parkplatz hinter dem Vintschger Museum

 7,9 km

 2:55 h

 375 m

 375 m

 leicht

 durch den Vinschgau nach Schluderns; Zufahrt auch mit Linienbus und Vinschger Bahn

Wegbeschreibung: Vom Parkplatz hinter dem Vintschger Museum kurz den alten Burgweg hinauf bis zur Churburg und auf Markierung Nr. 20 weiter bis zum Hof Vernol. Dort auf Markierung Nr. 17 links hinunter zum Saldurbach und diesen entlang zurück nach Schluderns.

Länger (plus gut 1 Stunde, 180 Höhenmeter mehr), aber sehr viel lohnender ist die Fortsetzung von Vernol über den Bergwaal (Mark. Nr. 20) hinein in die Saldurschlucht und über den Leitenwaal wieder aus dem Tobel hinaus: wohl eine der schönsten Waalwanderungen im gesamten Vinschgau. Von Ganglegg steigt man auf Markierung Nr. 18A ab zum Griggwaal und kehrt auf diesem Waalweg zurück ins Dorf.

DIE CHURBURG Dominant steht die Burg über Schluderns. Der Churer Bischof Heinrich IV. von Montfort, zu dessen Bistum das Tal damals gehörte, ließ den ursprünglichen Bau errichten, als „Gegengewicht“ zu den aufsässigen Herren von Matsch, gleichzeitig Vögte und unter vielen Aspekten auch

Die Churburg: eine der beeindruckendsten und besterhaltenen Burganlagen Südtirols

ein bisschen Raubritter. Wen wundert's, dass die Burg nach nur 40 Jahren den Besitzer wechselte, die Burgen Ober- und Untermatsch waren im Vergleich ja auch nur Rabennester. 1505 ging die Churburg an die Grafen von Trapp und ist heute noch in deren Besitz (wenn die Fahne am Mast flattert, ist die gräfliche Familie anwesend). Unter ihnen wurde aus der Burg ein prächtiges Renaissanceschloss, das „geführt“ besichtigt werden kann.

Eine etwas längere Rundwanderung führt zum urgeschichtlich besiedelten Hügel Ganglegg mit seinen archäologischen Grabungen. Mehrere ausgezeichnet erhaltene Befestigungsanlagen und Gebäude sind restauriert und überdacht, einiges wurde nachgebaut, das Gelände kann auf einem Rundweg mit informativen Schautafeln besichtigt werden. Die spektakulärsten Funde sind im Vintschger Museum ausgestellt. Und eben dieses ist auf jeden Fall einen Besuch wert. Und lohnend ist auch ein Abstecher zum daneben befindlichen Vinschger Dorfgeschäft mit seinen vielen regionalen und Bioprodukten.

EINKEHRTIPP



Burggasthof Zum Weißen Rössl

Schluderns, Meranerstraße 3

T +39 0473 615300

info@burggasthof.com

www.burggasthof.com



Hinweis: Alle Angaben in diesem Wanderführer wurden vom Autor sorgfältig recherchiert. Sollten Sie bei Ihren Touren dennoch Unstimmigkeiten bemerken, nimmt der Verlag Ihre Hinweise gerne entgegen (buchverlag@athesia.it). Die Benutzung dieses Führers erfolgt auf eigenes Risiko. Eine Haftung für etwaige Unfälle und Schäden wird weder vom Autor noch vom Verlag übernommen.

Das Werk, einschließlich aller seiner Teile, ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung außerhalb der engen Grenzen des Urheberrechtsgesetzes ist ohne Zustimmung des Verlages unzulässig und strafbar. Das gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Übersetzungen, Mikroverfilmungen und die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronischen Systemen.

BILDNACHWEIS

Athesia-Tappeiner Verlag 8, 11, 14, 18, 22, 25, 28, 29, 31, 32, 35, 36, 44, 55, 63, 66, 69, 73, 74, 88, 92, 96, 100, 103, 104, 111, 112, 116, 120, 124, 132; Astner Bergalm 128; baby trekking.it 131; Breitenberger Oswald 39; Eggerhöfe 119; Egger Patrick 43; Hienghof 91; Hofstätterhof 47; Holzmann Gilbert 130, 134; IDM Südtirol-Alto Adige 5 (Patrick Schwienbacher), 7 (Harald Wisthaler); Museum Ciastel de Tor 108; Ochsenalp 127; Pfandleralm 51; Sanonhütte 87; Schwarz Dora 48; Schwienbacher Peter 40; Seerestaurant Toblacher See 135; Seiser Alm Marketing 78 (Helmuth Rier); Gasthof Sonne 21; Speckstube Tlisöra 115; stock.adobe.com 6-7, 12, 56, 81, 82, 84, 95, 107; Südtirol Marketing 64 (Daniel Geiger); Tourismusgenossenschaft Castelfeder 70 (Luca Dal Gesso); TV Eppan 52 (Marion Lafogler); TV Schnalstal 27 u. (Helmuth Rier); TV Ritten 60 (Sophie Pichler); TV Villnöss 99; Weißes Rössl 17 sowie Bilder aus dem Privatbesitz der Inserenten

1. Auflage 2022

© Athesia Buch GmbH, Bozen

Umschlaggestaltung: FAVORITBUERO, München

Texte: Leo Brugger, Luca Bernabè, Hans Dosser, Christjan Ladurner, Marlene Weithaler, Thomas Plattner

Design & Layout: Athesia-Tappeiner Verlag

Kartografie: © Outdooractive;

© OpenStreetMap (ODbL) – openstreetmap.org

Druck: Athesia Druck, Bozen

Papier: Umschlag Symbol Card

Innenteil Natural Extra White

Gesamtkatalog unter
www.athesia-tappeiner.com

Fragen und Hinweise bitte an
buchverlag@athesia.it



ISBN 978-88-7073-989-3



designed + produced
IN SÜDTIROL

Genussvoll einkehren ohne viel Wandern

Südtirol als eines der beliebtesten Urlaubsziele bietet unerschöpfliche Möglichkeiten an Wanderungen und Spaziergängen. Für den Südtirol-Neuling ist es oft schwierig, sich bei dieser Fülle an Möglichkeiten und kulinarischen Angeboten zurechtzufinden, besonders wenn die Urlaubszeit begrenzt ist. Jede Wanderung enthält eine ausführliche Wegbeschreibung sowie die technischen Daten wie Anfahrt, Ausgangspunkt, Weglänge, Gehzeit, Höhenmeter und Schwierigkeit. Ein topografischer Kartenausschnitt erleichtert die Orientierung. Die Einkehrmöglichkeit wird besonders detailliert beschrieben mit ihrer Lage, Besonderheiten und kulinarischen Highlights, sodass die Auswahl nicht schwerfällt!

- Kurze Wanderungen mit speziellen kulinarischen Highlights!
- Topografischer Kartenausschnitt
- Zu jeder Tour gibt es einen Einkehrtipp mit allen Infos

ISBN 978-88-7073-999-3



9 788870 739893

athesia-tappeiner.com

14,90 € (I/D/A)