

TOUR 1 RUND UM DEN KREUZKOFEL

■ 29,3 Kilometer ■ 1200 Höhenmeter ■ 3-4 Stunden

ALTA BADIA
SÜDTIROL

Forza Italia: Die Giro-d'Italia-Siegerin bei ihrer Lieblingsbeschäftigung.



Ralf Glaser

Sehr schöne Rundtour aus dem Alta Badia hinauf zum „Hospiz dla Crusc“ direkt unter den gewaltigen Westabstürzen des Kreuzkofels. Hier oben, auf über 2000 Metern Höhe, genießt man einen der spektakulärsten Blicke hinunter ins Alta Badia und hinüber zur Sella- und Geislergruppe. Das Beste an der Kreuzkofelrunde: Auch Einsteiger haben ihren Spaß!

HIGHLIGHTS DER TOUR: Abstecher (kurz vor Punkt 3 im Trailbook) zum Geburtshaus nebst Wallfahrtskirche des Schutzheiligen Sant'Ujöp in Oies; die im Sommer sehr erfrischende Schneegrotte unterhalb des Kreuzkofel; die Wallfahrtskirche beim „Hospiz dla Crusc“.

FAHRLEISTUNGEN/ANFORDERUNGEN: Konditionell wie fahrtechnisch leichte bis mittelschwere Tour von 29,3 Kilometern Länge (8,9 km Asphalt, 12,5 km Schotter, 7,9 km Trails, eine kurze Schiebepassage) und 1200 Höhenmetern. Die Tour ist auch für Einsteiger problemlos geeignet.

DAS TRAILBOOK ZUR TOUR:

1. KM 0,0 Vom Parkplatz der Touri-Info La Villa (Stern) auf Hauptstraße Richtung Corvara. Hinter Sparkasse links auf kleinen Weg und zum Fluss. Bei Holzhütte links bergauf zur Hauptstraße, hier rechts über Brücke und der Hauptstraße folgen.

2. KM 1,2 Scharf links in „Strada Biei“ („Cianins Hof“). An Kreuzung (km 2,8) links auf Asphaltstraße und über Brücke abwärts. Nach 300 m, bei Einmündung in Kehre, rechts aufwärts („Oies, Kirche Sant'Ujöp“), immer dem Hauptweg nach.

3. KM 4,7 Durch die Unterführung der Skipiste, danach über Holzbrücke, sofort danach links auf Schotterstraße (Wegweiser: „Rainè“). Bei km 5,0, bei Einmündung in Schotterstraße („CAI 7a“), rechts bergauf. An der Kreuzung bei km 6,2 links („Col d'Anvi, Valgiarei, La Valle ...“).

4. KM 7,0 Direkt nach Bauernhof „Valgiarei“ in Spitzkehre rechts ab (Wegweiser: „La Val, Wengen“). Nach 200 m am Ortsausgang rechts an kleiner Kirche vorbei und auf Anhöhe, danach auf Single-

TOUR 2 ÜBER DEN JUEL-PASS

■ 23,4 Kilometer ■ 950 Höhenmeter ■ 2,5-3,5 Stunden

ALTA BADIA
SÜDTIROL

Ladinien live: Maria Canins zeigt nicht nur Trails, sondern auch uralte Kultur.



Ralf Glaser

Schöne Nachmittagstour vom Alta Badia hinauf zum Juel-Pass (1725 m) mit toller Aussicht auf Peitlerkofel und Kreuzkofel. Danach führt die Runde hinunter ins Campiltal und auf netten Trails durch Wald und Wiesen zurück nach La Villa (Stern). Genau richtig für Einsteiger und Genießer: die Einkehrmöglichkeiten auf halber Strecke in Longiarü (Campill).

HIGHLIGHTS DER TOUR: Tiefblicke vom 1725 Meter hohen Juel-Pass hinunter ins Abtei- und Campiltal und Fernblicke hinüber zum Peitlerkofel, Ciampani und Kreuzkofel. Die Trails bei Pescol sind schön, aber nicht allzu schwer, aber bei Nässe schnell einmal verschlammt.

FAHRLEISTUNGEN/ANFORDERUNGEN: Fahrtechnisch leichte und konditionell mittelschwere Tour von 23,4 Kilometern Länge (10,0 km Asphalt, 10,4 km Schotter, 3,0 km Trail, eventuell eine Schiebepassage) und 950 Höhenmetern. Auch für Einsteiger geeignete Halbtagestour.

DAS TRAILBOOK ZUR TOUR:

1. KM 0,0 Start am Parkplatz am nördlichen Ortsausgang von Badia (Pedraces) in Richtung Bruneck. Auf dem Radweg geht's links neben der Hauptstraße nach Norden. Nach 400 Metern links auf eine steile Asphaltstraße (Ortsschild: „Puntac“, Wegweiser: „Pescol“) abzweigen. Nach 100 Metern in der ersten Linkskehre geradeaus weiter (Wegweiser: „CAI 6, Pescol, Longiarü“). Nach einem kurzen nicht asphaltierten Stück an Wegkreuzung bei km 1,7 rechts auf die untere Straße (Wegweiser: „Crafunara, Val, Pescol“) abzwei-

gen. In Pescol (km 4,1) geradeaus durch den Ort und weiter aufwärts über eine Schotterstraße durch Almwiesen fahren. Bei einer Wegkreuzung (km 5,4) geradeaus (Wegweiser: „CAI 6, Longiarü“).

2. KM 5,7 Ankunft an der Passhöhe „Juel“. An der Wegkreuzung bei einer Bank und einem Kreuz links abwärts auf eine schöne Forststraßenabfahrt mit tollen Ausblicken. Immer rechtshaltend und einige Abzweige ignorierend stets auf dem Hauptweg abwärts in Richtung Lon-

TOUR 1 RUND UM DEN KREUZKOFEL

■ 29,3 Kilometer ■ 1200 Höhenmeter ■ 3-4 Stunden

ALTA BADIA
SÜDTIROL



trail in den Wald. Dieser mündet in eine Schotterstraße, der man geradeaus folgt. Sobald man an einer Asphaltstraße mündet, auf ihr rechts nach Fornacia.

5. KM 9,9 Am Ortseingang Fornacia im spitzen Winkel rechts bergauf auf Asphalt. Dem bald geschotterten Hauptweg immer folgen. An der Wegverzweigung auf der Wiese (km 13,2) rechts bergauf. Bei Wegverzweigung im Wald (km 14,9) rechts bergauf.

6. KM 15,9 Von der Schotterstraße rechts auf einen Pfad mit Stufen abzweigen (Wegmarkierung „CAI 16“). Für einen Abstecher zur Schneegrotte nach 500 m links auf einen undeutlichen Pfad durch ein Schotterfeld in Richtung eines Felspfeilers (Wegweiser: „Grotta di Neve“) abzweigen. Zurück auf Hauptpfad. Bei km 18,0 erreicht man das „Hospiz dla Crusc“ (2045 m) mit Einkehrmöglichkeit und sehenswerter Kapelle. Danach weiter auf dem Pfad „CAI 15“.

7. KM 22,2 An der Wegkreuzung geradeaus auf der deutlichen Traktorspur (Wegweiser: „San Cassiano“) bleiben.

8. KM 22,8 Sofort nach einer Häusergruppe links aufwärts auf einen Schotterweg, durch eine Schranke und vorbei an einer alten Mühle. Im Wegverlauf werden mehrere Gatter durchquert. Bei km 23,8, wenn der Weg in eine Asphaltstraße mündet, links aufwärts in Richtung der Leitplanken. Man kommt zur Hauptstraße und folgt dieser rechts abwärts Richtung San Cassiano. Bei der Kreuzung kurz nach dem Ortseingang (km 24,9) links abzweigen und abwärts Richtung Seilbahn-Talstation. Nicht dorthin, sondern durch eine Rechtskurve und in einen Kreisverkehr.

9. KM 25,9 Am Kreisverkehr links über eine Holzbrücke, den Fluss überqueren und danach gleich rechts weiterfahren. Nun immer der Schotterstraße/Spazierweg entlang des Flusses abwärts Richtung La Villa (Stern) folgen.

10. KM 28,7 Nach der Brücke am Ortsrand von La Villa (Stern) rechts aufwärts zur Hauptstraße und dieser in den Ort folgen. In La Villa (Stern) bei der Kreuzung links Richtung Corvara und zurück zum Ausgangspunkt der Tour.

TOUR 2 ÜBER DEN JUEL-PASS

■ 23,4 Kilometer ■ 950 Höhenmeter ■ 2,5-3,5 Stunden

ALTA BADIA
SÜDTIROL



giarü bleiben. Bei km 9,6, an der Einmündung in eine Asphaltstraße, geradeaus weiter abwärts Richtung „Longiarü“. Am Ortseingang von Longiarü (km 10,4) vor der Brücke rechts auf die Schotterstraße abzweigen. Nach 400 Metern mündet man in eine Asphaltstraße und fährt links über die Brücke in Richtung der Kirche. Dort rechts haltend auf die Hauptstraße und über diese hinunter bis zur nächsten Ortschaft (Ties).

3. KM 12,7 Kurz nach dem Ortseingang von Ties (in der Karte als „Crostales“ verzeichnet) beim Sägewerk rechts von der Straße abzweigen und über die Brücke, danach links. Bei der Wegkreuzung (km 12,9) rechts und steil aufwärts über Schotterstraße. Nach steiler Aufahrt Ankunft auf Sattel „Chi Jus“ (km 15,3). An der Kreuzung auf einem betonierten Weg geradeaus abwärts in Richtung von Ortschaft Picedac (Wegweiser: „CAI 17, Picedac, Pederoa“).

4. KM 15,7 Ankunft in der Ortschaft Picedac. Bei der Einmündung in die Hauptstraße rechts und über Asphalt aufwärts zur nächsten Ortschaft „Aiarei“.

5. KM 17,5 Den Wegweiser „Aiarei“ ignorieren und geradeaus weiter oberhalb der Ortschaft bleiben. An deren Ende an einer Y-Kreuzung rechts aufwärts über Wiesen (Wegweiser: „Pescol, Passo Juel, Longiarü“) fahren. Bei km 18,0 weiter über eine Almwiese aufwärts. Am Beginn des Waldes, an einer Wegverzweigung ohne Hinweisschilder, rechts aufwärts am Waldrand entlangfahren.

6. KM 18,6 In einer steilen Rechtskehre links auf einen schönen, teils etwas mühsamen Trail mit einigen schlammigen Passagen (Wegweiser: „Pescol, Passo Juel, Pedraces“) abzweigen. Bei km 20,8 kommt man in der Ortschaft Pescol an und fährt rechts zur Kirche. Hier links weiter auf dem asphaltierten Weg (Schild „Durchfahrt verboten“).

7. KM 20,9 Kurz nach Beginn des Schotters links auf den Weg durch die Wiesen (Wegweiser: „CAI 6, Pedraces“) abzweigen. Nach einem steilen Schotterstück (km 21,8) mündet man in eine Asphaltstraße. Hier rechts und an der Kehre sofort wieder rechts und auf bekanntem Weg zurück zum Startpunkt.

TOUR 3 ZUM PEITLERKOFEL

■ 32,2 Kilometer ■ 1600 Höhenmeter ■ 4-6 Stunden

ALTA BADIA
SÜDTIROL

Audienz beim Alleinherrscher: auf der Tour zum Peitlerkofel (2875 Meter).



Ralf Glaser

Außergewöhnlich schöne Tour hoch hinauf zum Kreuzkofeljoch (2340 m), entlang der Südostflanke des mächtigen Peitlerkofels zum Gömajoch (2111 m) und auf tollen, anspruchsvollen Trails zurück nach San Martino (St. Martin). Eindeutig eine der lohnendsten Touren in der Region, sowohl was Panorama, Trailreichtum sowie Asphaltarmut angeht!

FAHRLEISTUNGEN/ANFORDERUNGEN: Konditionell und fahrtechnisch schwere Tour von 32,2 km Länge (3,2 km Asphalt, 18,6 km Schotter, 10,4 km Trails) und 1600 Hm. Zwei Schiebe- und eine Tragepassage verlangen Trittsicherheit, Schwindelfreiheit und trockenen Untergrund!

VARIANTEN/ENTSCHÄRFUNG: Die beiden Schlüsselstellen der Tour – direkt nach dem Gömajoch und der letzte Teil der Abfahrt nach San Martino – können einfach umfahren werden (siehe Punkt 8 und Punkt 9 im Trailbook). Dadurch wird die Tour fahrtechnisch mittelschwer.

DAS TRAILBOOK ZUR TOUR:

1. KM 0,0 Start am Parkplatz unterhalb der Kirche von San Martino (St. Martin). Links an der Kirche vorbei in den Ort, nach 200 Metern links (Wegweiser: „Altenheim“). Bei Y-Kreuzung (km 0,4) links halten (Wegweiser: „Preroman“). Nach 100 Meter beim Parkplatz links auf die Schotterstraße und hinunter zum Fluss. Achtung: zwei schlecht sichtbare Schranken! Geradeaus auf Hauptweg bleiben.

Rechtskurve beim Sägewerk geradeaus auf Schotter zu einer alten Mühle. Nach 100 Metern in der Rechtskurve links und am Fluss entlang. Bei km 3,6 nicht rechts zur Hauptstraße, sondern weiter am Fluss entlang. Km 4,2: An der Furt den Fluss überqueren. Bei zu hohem Wasserstand vor Fluss rechts hoch zur Hauptstraße.

2. KM 1,4 Man mündet an einer Brücke auf Asphalt. Rechts bergauf, in einer

3. KM 4,3 Man mündet in die Hauptstraße und folgt ihr bergauf. Am „Willkommen“-Schild vor der Brücke rechts auf Schotter in Wald und Richtung Ortschaft.

TOUR 4 RUND UM DEN RIT

■ 29,9 Kilometer ■ 1200 Höhenmeter ■ 3-4 Stunden

ALTA BADIA
SÜDTIROL



Ralf Glaser

Gruppenbild mit Dame: unterhalb des Gipfels Rit mit Tiefblick ins Alta Badia.

Einsame Rundtour durch die Wälder und über die Almen am Rande des Naturparks Fanes mit tollen Ausblicken auf Kreuzkofel und Geislergruppe. Die Aufstiege verlaufen auf Asphalt- und guten Schotterstraßen, die Abfahrt auf teilweise schwierigem Trail und Schotterstraßen. Einkehrmöglichkeiten gibt's nur gegen Ende der Runde in La Valle (Wengen).

FAHRLEISTUNGEN/ANFORDERUNGEN: Konditionell leichte und fahrtechnisch mittelschwere Tour von 29,9 Kilometern Länge (8,3 km Asphalt, 17,6 km Schotter, 4,0 km Trails) und 1200 Höhenmetern. Die Schlüsselstelle ist das erste Drittel des Pfades CAI 13 (Schiebestrecke bergauf).

VARIANTE/ENTSCHÄRFUNG: Der schwierige Trail CAI 13 kann leicht umfahren werden, indem man beim Abzweig „CAI 15b“ (Punkt 4 im Trailbook) geradeaus auf der Schotterstraße bleibt und direkt abfährt. Fahrtechnisch wird die Tour damit leicht und ist auch für Anfänger geeignet.

DAS TRAILBOOK ZUR TOUR:

1. KM 0,0 Start am Parkplatz beim Abzweig der Straße Richtung San Martino (St. Martin). Links auf die Hauptstraße Richtung Bruneck. Nach 100 Metern rechts bergauf auf die steile Asphaltstraße. Bei km 0,3 nach der Brücke rechts, an einem Trafohäuschen vorbei und auf Asphalt steil bergauf. Mehrere Abzweige ignorieren und immer auf asphaltiertem Hauptweg bleiben. In der Kehre (km 4,5) rechts in die Ortschaft „Gran Ju“ abzweigen. Den Ort links haltend durchqueren und weiter auf Schotter Richtung Wald.

2. KM 5,1 An der Y-Kreuzung im Wald rechts abzweigen („CAI 4/8, Al Plan San Vigilio“). Mehrere Abzweige ignorieren und immer dem Hauptweg folgen (Markierung: erst „CAI 8“, dann „CAI 13/15“).

3. KM 12,5 Man erreicht den Sattel „Crusc da Rit“ und biegt rechts auf den Pfad „CAI 13/15 zum Gipfelkreuz ab. Nach dem kurzen Abstecher zum Gipfel (km 12,8; 2021 m) fährt man auf der gleichen Strecke wieder zurück und biegt rechts wieder in den Pfad „CAI 13/15“ ab.

TOUR 3 ZUM PEITLERKOFEL

■ 32,2 Kilometer ■ 1600 Höhenmeter ■ 4-6 Stunden

ALTA BADIA SÜDTIROL



4. KM 7,0 An der Kirche von Longiari (Campill) geradeaus weiter auf Asphalt. Bei km 8,3 rechts auf Asphalt (Wegweiser: „Misci, Seres“) abzweigen.

5. KM 8,8 In einer Rechtskurve geradeaus auf der Schotterstraße (Wegweiser: „CAI 3, Kreuzjoch“) bleiben und immer dem Hauptweg folgen. Bei km 12,5, an der Wegverzweigung am Ende der Alm, rechts auf Schotter (Wegweiser: „CAI 5, Kreuzjoch“) abzweigen. An der Alm „Malga Furcia“ (km 16,2; Einkehrmöglichkeit) endet die Schotterstraße. Links kurzer Abstecher zum Kreuzjoch.

6. KM 16,5 Vom Kreuzjoch zurück zur Alm (km 16,8) und auf steiler Schiebspassage links aufwärts. Bei km 17,2 endet die Schiebspassage und beginnt der Singletrail. Bei km 18,2 überquert man die Scharte „Juac“, schiebt links abwärts und fährt bald auf Singletrail am Hang entlang. An der Schlüterhütte (km 19,3; Einkehrmöglichkeit) im spitzen Winkel rechts bergauf („CAI 35, Göma“).

7. KM 19,6 Am Kreuzkofeljoch links durch das Gatter und auf den Single-

trail. Nach 200 Metern, bei der Y-Verzweigung rechts über Stufen abwärts („CAI 35, Göma, Vacciarahütte“). Bei km 21,3 mündet man in eine Schotterstraße und fährt rechts bergab („CAI 35, Göma“) immer dem Hauptweg nach.

8. KM 24,7 Auf den Trail CAI 9 Richtung Göma abbiegen. **VARIANTE:** Zur Umfahrung dieser schwierigen Stelle auf dem Hauptweg nach Longiari abfahren und zurück wie auf Hinweg.

9. KM 30,5 Der Pfad mündet an einer Alm in eine Traktorspur. Am Ausgang der ersten weiten Rechtskurve im Wald zweigt links bei km 30,6 ein undeutlicher Singletrail ab. Den deutlichen Pfad queren und rechts eines offenen Güllesilos auf dem anfangs undeutlichen Pfad teils sehr steil bergab. Bei km 31,4 mündet man an der Hauptstraße, fährt links, an der Kreuzung rechts und zurück zum Ausgangspunkt. **VARIANTE:** Zur Umfahrung dieser schwierigen Stelle bei km 30,5 auf der Traktorspur bleiben und bis zum Hof „Pespach“ abfahren. Hier links auf die Hauptstraße und zurück zum Ausgangspunkt.

TOUR 4 RUND UM DEN RIT

■ 29,9 Kilometer ■ 1200 Höhenmeter ■ 3-4 Stunden

ALTA BADIA SÜDTIROL



4. KM 15,2 Auf dem höchsten Punkt der Straße, kurz vor Beginn der Abfahrt, zweigt man links auf einen steilen Pfad durch eine Wiese und in den Wald ab und schiebt steil bergauf. Achtung auf die Wegmarkierungen „CAI 15b“ an Bäumen! An der Wegkreuzung bei km 15,7 biegt man rechts auf einen anfangs schweren, später gut fahrbaren Singletrail durch den Wald ab (Wegweiser: „CAI 13, Fanes“). **VARIANTE:** Der im ersten Drittel schwierige Trail kann leicht umfahren werden. Dazu bei km 15,2 geradeaus auf der Schotterstraße abfahren und an der Einmündung rechts weiter wie nach Punkt 5 beschrieben.

5. KM 17,9 Man mündet in eine Schotterstraße und fährt rechts bergab. Immer rechts haltend auf dem Hauptweg bleiben. Bei km 20,8 nicht links auf der Betonrampe abwärts, sondern rechts oben auf der Naturstraße bleiben. Bei km 21,5 mündet man in eine Asphaltstraße und fährt geradeaus weiter.

6. KM 22,7 In der Linkskehre rechts in die Ortschaft „Tolpei“ abzweigen. Geradeaus durch den Ort und auf einer Na-

turstraße in Richtung der gut sichtbaren Kirche am Hang fahren. An der sehenswerten Kirche (km 23,1) geradeaus vorbeifahren. Beim Wegekreuz (km 23,2) links auf einen Wiesenpfad Richtung Wald. Am Waldrand bei einer Kreuzung (km 23,4) rechts auf grob schottrigen Pfad abzweigen. Nach 400 m mündet man auf Asphalt und fährt rechts bergab.

7. KM 24,5 Am Vorplatz der Kirche von La Valle (Wengen) rechts auf die schmale Asphaltstraße (Wegweiser: „Cimpro“) abzweigen. Bei km 25,1, direkt nach der Linkskehre, scharf rechts auf den Weg durch die Wiesen (Wegweiser: „Pastrogn“) abzweigen. An der Einmündung in eine Schotterstraße geradeaus weiter. An der Kreuzung in der Ortschaft Pastrogn (km 27,0) links abwärts. Nach 400 m mündet man in die Hauptstraße und fährt rechts Richtung Bruneck.

8. KM 28,1 Links über Brücke und danach rechts in Schotterweg (Schranke). Nach 400 m bei der Y-Kreuzung rechts unten am Fluss bleiben. Bei km 29,6 mündet man in die Hauptstraße und fährt rechts über den Fluss zum Start.