



Tourismusverband Ferienregion **Kronplatz**

Michael Pacher Str. 11 A

I-39031 Bruneck (BZ)

info@kronplatz.com

www.kronplatz.com

Itinerari per mountainbike & bici (5 - 25 km)

Plan de Corones – Tour 2

Punto di partenza: Valdaora di Mezzo

Punto d'arrivo: Valdaora di Mezzo

Lunghezza del percorso: 16 km

Tempo di percorrenza: ca. 4 ore

Dislivello: ca. 1.200 m

Grado di difficoltà: difficile, adatto ad esperti

Condizioni della strada: in parte strada asfaltata, campestre e forestale

Itinerario: da Valdaora di Mezzo si va in direzione Bagni di Pervalle a Gassl, si prosegue sulla via Hinterberger finché si arriva al passo Furcia. Poi si prosegue per la strada forestale fino in cima del Plan de Corones. Il ritorno a Valdaora avviene sullo stesso itinerario

Possibilità di ristoro: Bagni di Pervalle a Gassl, tel. 0474 592084, diversi locali sul passo Furcia e sul Plan de Corones

Percorso Jù-Plaies

Punto di partenza: Hotel Excelsior a S. Vigilio

Punto d'arrivo: S. Vigilio

Lunghezza del percorso: 20 km

Tempo di percorrenza: ca. 2 ½ ore

Dislivello: 500 m

Grado di difficoltà: medio, adatto a principianti ed esperti

Condizioni della strada: in parte strada asfaltata, campestre e forestale

Itinerario: dal Hotel Excelsior si sale verso il rifugio La Para fino all'abitato di Gran Jù. Da lì si scende per la strada asfaltata verso Piccolino. Prima di raggiungere la strada statale della Val Badia si gira a destra e si prosegue sulla carreggiata che attraversa il bosco di Plaies fino a Longega. Da Longega si sale sulla provinciale fino a S. Vigilio

Possibilità di ristoro: Bar Ristorante Soleseid, tel. 0474 501405; Bar Ristorante Para, tel. 0474 501959

Giro panoramico intorno a Valdaora

Punto di partenza: albergo Alte Goste a Valdaora di Sopra

Punto d'arrivo: centro di Valdaora di Sopra

Lunghezza del percorso: 20 km

Tempo di percorrenza: ca. 3 ore

Dislivello: ca. 300 m

Grado di difficoltà: medio, adatto ad esperti

Condizioni della strada: in parte strada asfaltata, campestre e forestale

Itinerario: dall'albergo Alte Goste si va a Valdaora di Sopra verso „Obergoste“, poi si prosegue in direzione Tesido e Monguelfo, e infine si ritorna lungo il fiume Rienza per Valdaora. Esiste la possibilità di prolungare la gita fino all'Alpe di Tesido di Fuori

Possibilità di ristoro: albergo Alte Goste, tel. 0474 496171 e lungo il percorso

Malga Angerer

Punto di partenza: Valdaora di Mezzo

Punto d'arrivo: malga Angerer

Lunghezza del percorso: 6 km

Tempo di percorrenza: ca. 1 ½ ora (andata e ritorno)

Dislivello: ca. 400 m

Grado di difficoltà: medio, adatto ad esperti

Condizioni della strada: strada campestre e forestale



Tourismusverband Ferienregion **Kronplatz**

Michael Pacher Str. 11 A

I-39031 Bruneck (BZ)

info@kronplatz.com

www.kronplatz.com

Itinerario: da Valdaora di Mezzo si va in direzione Pizzeria Panorama. A destra si prende la strada forestale nr. 6 sulla malga Angerer. Come alternativa si può anche prendere a sinistra la strada per la malga Brunst e per la malga Angerer

Possibilità di ristoro: malga Angerer

Malga Lanzwiese

Punto di partenza: Valdaora di Mezzo

Punto d'arrivo: malga Lanzwiese

Lunghezza del percorso: 8 km

Tempo di percorrenza: ca. 2 ½ ore (andata e ritorno)

Dislivello: ca. 800 m

Grado di difficoltà: difficile, adatto ad esperti

Condizioni della strada: strada campestre e forestale

Itinerario: da Valdaora di Mezzo si va fino al maso Voppichl vicino al bosco, poi si prosegue per la strada forestale fino alla malga Lanzwiese. Il ritorno a Valdaora avviene sullo stesso itinerario

Possibilità di ristoro: malga Lanzwiese

Malga Brunst

Punto di partenza: Valdaora di Sopra

Punto d'arrivo: malga Brunst

Lunghezza del percorso: 9 km

Tempo di percorrenza: ca. 3 ore (andata e ritorno)

Dislivello: 900 m

Grado di difficoltà: difficile, adatto ad esperti

Condizioni della strada: strada forestale e sterrata

Itinerario: da Valdaora di Sopra (via Aue) si va per la strada forestale fino alla malga Brunst. Il ritorno a Valdaora avviene sullo stesso itinerario

Possibilità di ristoro: malga Brunst

Masi di Prades

Punto di partenza: S. Lorenzo (805 m)

Punto d'arrivo: masi di Prades (1.416 m)

Lunghezza del percorso: 20 km

Tempo di percorrenza: ca. 2 ½ ore (andata e ritorno)

Dislivello: 610 m

Grado di difficoltà: medio, adatto ad esperti

Condizioni della strada: in parte strada asfaltata, campestre e forestale

Itinerario: da S. Lorenzo si va a S. Martino, si prosegue per Maria Sares (980 m), Plaiken (1.270 m) fino ai masi Prades (1.416 m). Si scende a Palù e si ritorna a S. Lorenzo

Possibilità di ristoro: Hotel Saalerwirt a Maria Sares, tel. 0474 403147; Hotel Martinerhof a S. Martino, tel. 0474 479444

Malga Pitzinger

Punto di partenza: Falzes centro

Punto d'arrivo: Falzes

Lunghezza del percorso: ca. 24 km

Tempo di percorrenza: ca. 3 ore

Dislivello: 1.040 m

Grado di difficoltà: medio, adatto ad esperti

Condizioni della strada: in parte strada asfaltata, campestre e forestale



Tourismusverband Ferienregion **Kronplatz**

Michael Pacher Str. 11 A

I-39031 Bruneck (BZ)

info@kronplatz.com

www.kronplatz.com

Itinerario: dal centro paese si va in direzione ovest verso Plata, poi si gira a sinistra e si sale in direzione Plata. Passando per l'albergo Lechnerhof si sale a sinistra su un sentiero molto ripido ma compatto. Si prosegue in leggera discesa seguendo l'indicazione malga Pitzinger di sotto finché si raggiunge la malga Pitzinger di sopra. Sul sentiero di ritorno si passa nuovamente alla malga Pitzinger di sotto e ad alcune baite, poi si segue l'indicazione per Kofl finché si arriva al ristoro Kofler. Qui la discesa (per ca. 400 m) è difficile, su un sentiero ripido e pietroso. Infine si fa ritorno a Falzes

Possibilità di ristoro: ristoro Kofler am Kofl, Tel. 0474 528161

Lago di Anterselva

Punto di partenza: Anterselva di Sotto

Punto d'arrivo: Lago di Anterselva

Lunghezza del percorso: 9 km

Tempo di percorrenza: ca. 2 ore (andata e ritorno)

Dislivello: 553 m

Grado di difficoltà: medio, adatto ad esperti

Condizioni della strada: strada asfaltata

Itinerario: da Anterselva di Sotto si va lungo la strada asfaltata in direzione Anterselva di Mezzo. Si passa per il paese e poi si sale sulla strada di circonvallazione di Anterselva di Mezzo e si prosegue fino al Lago di Anterselva

Possibilità di ristoro: Caffè St. Walburg ad Anterselva di Sotto e diversi locali ad Anterselva di Sopra

Passo Stalle

Punto di partenza: centro biathlon ad Anterselva

Punto d'arrivo: passo Stalle

Lunghezza del percorso: 7 km

Tempo di percorrenza: ca. 1 ora (andata e ritorno)

Dislivello: 409 m

Grado di difficoltà: medio/difficile, adatto ad esperti

Condizioni della strada: strada asfaltata

Itinerario: partendo al centro biathlon si passa per il ristorante al Lago e su strada asfaltata si sale fino al passo Stalle

Possibilità di ristoro: diversi locali ad Anterselva di Sopra

Percorso per sportivi

Punto di partenza: Gais

Punto d'arrivo: Montassilone, Riomolino

Lunghezza del percorso: 25 km (andata e ritorno)

Tempo di percorrenza: ca. 2 ½ ore (andata e ritorno)

Dislivello: 650 m

Grado di difficoltà: difficile, adatto ad esperti

Condizioni della strada: strada asfaltata e sterrata

Itinerario: partendo da Gais, la strada poderale asfaltata conduce in direzione di Brunico. Alla Croce Alta si gira a sinistra e si arriva per la strada sterrata a Villa S. Caterina e Teodone. A Teodone la strada poderale sale dolcemente fino a Lunes e sfocia nella strada di collegamento in direzione di Ameto. Di lì si prosegue lungo la strada per Montassilone e Riomolino. 1 km dopo Riomolino inizia la ripida discesa ricca di curve fino a Villa Ottone. Da lì si ritorna a Gais

Possibilità di ristoro: albergo Amaten, albergo Lahner a Montassilone, albergo Huber a Riomolino