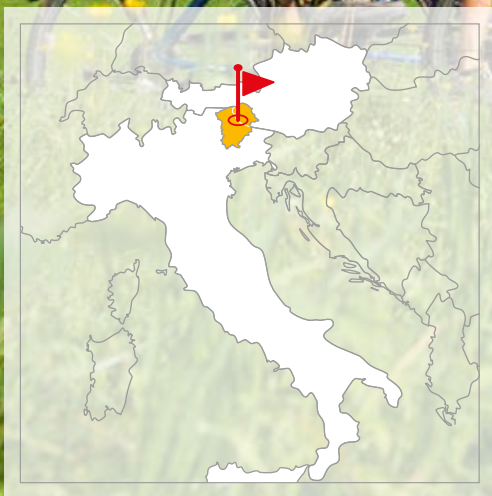


# Radwege ohne Grenzen

*Bikespaß in der Dolomiti Live Region*



## Ciclabili senza confini

*Divertimento in bici  
nell'area Dolomiti Live*





# BIKESPASS IN DER DOLOMITI LIVE REGION

In den Sommermonaten laden die Radwege im Gebiet der Dolomiten unzählige Radfahrer in die Grenzregion Dolomiti Live. Grenzüberschreitend und vor einer atemberaubenden Bergkulisse geht es in den Tälern gemütlich auf den Radwegen dahin. Unterwegs laden bezaubernde Städtchen, spannende Ausflugsziele und kulinarische Hotspots zum Anhalten ein, für die es sich auf jeden Fall lohnt vom Rad zu steigen.

Hauptschlagader im Radnetz auf italienischer Seite ist der Dolomitenradweg. Unter den weltberühmten Gipfeln der Dolomiten führt er von Calalzo di Cadore nach Toblach und verbindet damit die italienischen Provinzen Südtirol und Belluno. Die Hauptorte auf der Strecke sind Longarone, Pieve di Cadore und Cortina d'Ampezzo – alle mindestens einen Besuch oder auch Aufenthalt wert. Selbst wenn man die Berge nicht selbst erklimmen möchte, wird alleine der Anblick der Dolomiten mit den Drei Zinnen den Atem rauben.

Unweit vom Ende des Dolomitenradweges, am Toblacher Feld, entspringt der Fluss Drau. Hier startet der gleichnamige Radweg, der auch schon bald Italien verlässt und in Österreich quer durch Osttirol verläuft. Immer entlang des Flussufers führt der Drauradweg in die Sonnenstadt Lienz, die zu einem entspannten Einkaufsbummel einlädt.

Zwar sind sie durch Landesgrenzen getrennt, doch verbindet die Regionen Alto Belluno, Pustertal und Osttirol ihre geografische Lage und die Radwege in diesem Grenzgebiet. So geht es in der Dolomiti Live Region mit dem Fahrrad von Longarone bis Lienz. Bikespaß garantiert!

Die Region verfügt aber auch abseits der großen Radwege über ein ausgezeichnetes Radangebot. Die Berge mit ihren abwechslungsreichen Trails lassen Mountainbiker-Heizer höher schlagen. Die Dolomiten sind mit ihren bekannten Bergpässen außerdem ein Eldorado für jeden Rennradfahrer. Viele Trails und Touren kennen keine Landesgrenze – Routenführung und Genuss stehen hier im Vordergrund.

Neben einem erstklassigen Radangebot hat Dolomiti Live auch kulturell und kulinarisch einiges zu bieten. Hier treffen zwei Sprachen sowie zwei Kulturen aufeinander und diese Vielseitigkeit der Region schlägt sich auch in dem vielfältigen touristischen Angebot und in den Speisekarten der hervorragenden Gastronomiebetriebe nieder. Kaum ein Gebiet in der Alpe-Adria-Region verfügt über ein so breit gefächertes Angebot und ist dabei in sich so stimmig.

Das touristische grenzübergreifende Gebiet umfasst Osttirol mit seinen 33 Gemeinden, das Pustertal mit 26 Gemeinden und Alto Belluno mit 42 Gemeinden auf einer Fläche von 6.405 km<sup>2</sup> und mit insgesamt 195.930 Einwohnern.

# DIVERTIMENTO IN BICI NELL'AREA DOLOMITI LIVE

Sebbene siano separate dal confine di Stato, le regioni dell'Alto Belluno, della Val Pusteria e del Tirolo Orientale presentano una contiguità geografica e piste ciclabili comuni in questa zona di confine. E così nell'area Dolomiti Live si va in bicicletta non stop da Longarone a Lienz. Divertimento garantito!

Nei mesi estivi, le piste ciclabili delle Dolomiti attirano un gran numero di ciclisti nell'area di confine Dolomiti Live. Di fronte a uno scenario montano mozzafiato, i percorsi ciclabili a valle permettono di godersi placide pedalate al di qua e al di là dei confini. Lungo la via, incantevoli cittadine, mete d'interesse e mecche gastronomiche invitano a fermarsi e smontare di sella ... una sosta che senza dubbio paga!

L'arteria principale della rete ciclabile sul versante italiano è la Ciclabile delle Dolomiti che, alle falde di cime famose in tutto il mondo, conduce da Calalzo di Cadore a Dobbiaco, collegando le province italiane di Bolzano e Belluno. Le località principali lungo il percorso sono Longarone, Pieve di Cadore e Cortina d'Ampezzo, tutte meritevoli almeno di una visita se non di un soggiorno. E anche senza scalare le vette in prima persona, già alla sola vista delle Dolomiti con le Tre Cime viene a mancare il fiato.

Non lontano dalla fine della Ciclabile delle Dolomiti, nella conca di Dobbiaco, si trova la sorgente del fiume Drava. Da qui si diparte la ciclabile omonima che, dopo un breve tratto, lascia l'Italia per entrare in territorio austriaco, dove solca il Tirolo Orientale da ovest a est. Costeggiando la sponda del fiume, la „Drauradweg“ conduce alla soleggiata città di Lienz, che invita a una spensierata passeggiata di shopping.



Anche al di là delle direttrici principali, comunque, il territorio offre straordinarie opportunità per i ciclisti. Le montagne, ricche di trail per tutti i gusti, fanno battere più forte i cuori dei patiti della mountain bike, mentre i famosi passi di montagna delle Dolomiti sono un vero paradiso per le bici da corsa. Molti tragitti e tour non conoscono confini: quel che conta sono il tracciato e il piacere di percorrerlo.

Oltre a vantare un'offerta ciclistica di prim'ordine, Dolomiti Live ha molto da offrire anche in termini culturali e culinari. L'incontro fra due lingue e due culture produce un caleidoscopio che si riflette anche nella variegata offerta turistica e nelle carte degli eccellenti ristoranti. Difficile trovare un'altra area in Alpe-Adria con una gamma di offerte altrettanto vasta eppur così armonica.

L'area turistica transfrontaliera comprende il Tirolo Orientale con i suoi 33 comuni, la Val Pusteria con 26 comuni e l'Alto Belluno con 42 comuni per una superficie complessiva di 6.405 km<sup>2</sup> e un totale di 195.930 abitanti.



# RADWEGE OHNE GRENZEN

## CICLABILI SENZA CONFINI

### Toblach / Dobbiaco

Toblach – auch „Tor zu den Dolomiten“ genannt – liegt auf ca. 1250m Seehöhe, grenzt an zwei Naturparks (Drei Zinnen und Fanes-Sennes-Prags) und liegt am Eingang des Höhlensteintales. Die Schönheit Toblachs wusste bereits der bekannte Komponist Gustav Mahler, der während der Sommermonate in seinem eigenen Komponierhäuschen verweilte, sehr zu schätzen.

Dobbiaco, detta anche la „porta sulle Dolomiti“, si trova a circa 1250m sul livello del mare, in prossimità di due parchi naturali (Tre Cime e Fanes-Senes-Braies) e all'ingresso della Val di Landro. Già il noto compositore Gustav Mahler, che d'estate era solito comporre nel suo chalet carinziano, ne aveva apprezzato la bellezza.



### Innichen / San Candido

Die Marktgemeinde Innichen hat ein städtisches Flair und ist mit ihrer belebten Fußgängerzone ideal zum Flanieren und Shoppen. Der Erlebnisberg Haunold und das Schwimmbad AcquaFun Innichen sind bei Familien sehr beliebt. Urlaubshighlights sind natürlich auch Radfahren und Mountainbiken.

Il comune-mercato di San Candido rivela un fascino



urbano e con la sua vivace zona pedonale è ideale per passeggiare e fare shopping. Le strutture ricreative del Monte Baranci e l'AcquaFun costituiscono mete molto apprezzate dalle famiglie. Popolarissime attività di vacanza sono naturalmente il ciclismo e la mountain bike.

### Cortina d'Ampezzo

### Cortina d'Ampezzo

Cortina liegt inmitten der einzigartigen Bergkulisse des UNESCO-Weltnaturerbes und gilt als einer der beliebtesten Skiurlaubsorte Italiens. Die Stadt war Austragungsort der Olympischen Winterspiele und gilt als Symbol für Exklusivität und Mode.

Cortina è incorniciata dallo straordinario scenario montuoso del patrimonio naturale dell'UNESCO ed è considerata una delle più popolari località sciistiche d'Italia. La città è stata sede delle Olimpiadi invernali ed è icona di esclusività e di moda.



### Longarone

Longarone ist aus zweierlei Gründen bekannt. Einer davon ist das sogenannte „Vajont-Desaster“. Eine riesige Felslawine stürzte 1963 in den Vajont Stausee und löste eine Überflutung aus, die ca. 2.000 Todesopfer forderte. Zum anderen gilt Longarone als Eis-Hauptstadt Italiens. Viele berühmte Eisdien-Dynastien stammen von hier. Heute noch gibt es jährlich eine große Messe die dem Speiseeis gewidmet ist. La fama di Longarone si deve a due motivi. Il primo, più drammatico, è quello legato al „disastro del Vajont“, quando nel 1963, una colossale frana si schiantò nel bacino artificiale del Vajont che, tracimando, provocò circa 2.000 vittime. Il secondo, decisamente diverso, è quello per cui Longarone è considerata la capitale italiana del gelato: molte famose dinastie di gelatai vengono proprio da qui e dalla contermina Val di Zoldo. Da oltre cinquanta anni, si svolge una grande fiera dedicata al gelato e all'intero comparto produttivo.



### Lienz

Lienz ist die Bezirkshauptstadt Osttirols mit mittelalterlichen Gassen, Straßencafés und südländischem Flair. Mit mehr als 2000 Sonnenstunden im Jahr wird Lienz zu Recht als Sonnenstadt bezeichnet. Begeben Sie sich auf die Spuren der zahlreichen Erzählungen rund um die Berg-Giganten der Dolomitenstadt Lienz, lassen Sie bei einem Stadtbummel durch Lienz die Seele baumeln und lassen Sie sich vor allem kulinarisch verwöhnen!

Lienz è il capoluogo del distretto del Tirolo Orientale, caratterizzata dalla presenza di viuzze medievali, caffè all'aperto e atmosfera del sud. Vantando oltre 2.000 ore di sole all'anno, è a ragione soprannominata la „città del sole“. Seguite le orme dei giganti delle Dolomiti, protagonisti di così tanti racconti, svagatevi passeggiando per il centro di Lienz e lasciatevi deliziare il palato!



### Sillian

Der Hauptort des Osttiroler Oberlandes begeistert mit seiner besonderen Lage. Die westliche Gemeindegrenze ist nämlich zugleich auch schon die Staatsgrenze zwischen Österreich und Italien. Einen Fuß hat man also hier fast schon in „bella Italia“, also in Südtirol. Sillian liegt am Fuße des Thurntalers, der sich mit 2400m majestätisch aufrichtet und die Blicke der Gäste immer wie fast magisch auf sich lenkt. Il paese principale dell'Alta Val Pusteria nell'Osttirol é caratterizzato dalla sua posizione speciale, non per nulla i suoi confini occidentali coincidono con la linea del confine di Stato tra l'Austria e l'Italia. In altri termini, qui si sta già quasi con un piede in territorio italiano, più precisamente in Alto Adige. Sillian si trova alle falde del Thurntaler, che si eleva maestosamente a 2.400m attirando magicamente tutti gli sguardi.

### Pieve di Cadore

Pieve di Cadore ist der Geburtsort des bekannten Malers Tiziano Vecellio (Tizian). Er war ein Zeitgenosse Michelangelos und Raffaellos und noch heute kann man sein Geburtshaus besuchen. Die Stadt ist aber auch die Brillenstadt Italiens. Sie ist bis heute führend in der Brillenherstellung. Die Spuren dieses Erfolgs sind im Ort noch sichtbar, obwohl einige Firmen bereits schließen mussten.

Pieve di Cadore è la città natale del famoso pittore Tiziano Vecellio (Tiziano), contemporaneo di Michelangelo e Raffaello. Oggi a Pieve se ne può ancora visitare la dimora di famiglia. La località è anche il maggiore centro italiano di produzione degli occhiali, primato che ha forgiato visibilmente la città, sebbene alcune aziende abbiano dovuto già chiudere.





# ALTO BELLUNO

In den Dolomiten der Region Venetien, an der Grenze zu Trentino und Südtirol gelegen, ist Alto Belluno wohl eine der schönsten Gegenden der italienischen Alpen. Charakteristisch für das überwiegend ländliche Gebiet sind kleine Bergdörfer, in denen die Lebensqualität dank der reinen Luft und des guten Essens so hoch ist wie kaum anderswo in Italien. Wer diese Orte besucht, kommt in den Genuss fantastischer Ausblicke und grandioser Landschaften mit majestätischen Gipfeln, einer unverbrauchten Natur und der Gastfreundschaft der Einheimischen.

Das Gebiet zeichnet sich nicht nur durch die schöne Natur aus, sondern auch durch seine tausendjährige Geschichte und sein kulturelles Erbe. Die durchwegs gebirgige Gegend liegt inmitten der Belluneser Dolomiten, die aufgrund ihrer faszinierenden Vielfalt an spektakulären Felsformationen und besonderen geologischen Entstehungsgeschichte 2009 zum UNESCO Welterbe erklärt wurden. Alto Belluno ist geprägt von zahlreichen Quellen, Wasserläufen und Seen, Nadel- und Laubwäldern, blühenden Wiesen und Almen, wo etliche endemische Pflanzen wie etwa Alpenrose, Distel und Edelweiß zu bewundern sind. Kurzum, eine ideale Gegend zum Radfahren inmitten der Natur, umgeben von atemberaubenden Panoramen, die darauf warten, entdeckt zu werden.

Doch nicht nur das! Die Belluneser Dolomiten sind seit der Antike besiedelt, was der Region eine Vielzahl an historischen und archäologischen Zeugnissen beschert hat, wie etwa die Thermalzone Lagole in Calalzo di Cadore (mit einer außergewöhnlichen Menge an Fundstücken aus paläovenetischer und römischer Zeit), die Torre della Gardona (eine alte Festung aus dem 12. Jahrhundert in der Nähe von Castellavazzo) oder die Fundstätte Mondeval (wo ein rund 7.500 Jahre altes Grab eines Jägers samt Grabbeigaben entdeckt wurde). Zudem wartet Alto Belluno mit zahlreichen Naturkunde-, Archäologie- und Volkskundemuseen



sowie kunsthistorisch interessanten Kirchen auf. In der Pfarrkirche von Pieve di Cadore, wo das Geburtshaus von Tizian (Tiziano Vecellio) steht, kann man ein kleines Altarbild dieses berühmten Malers bewundern, der sein Leben zwischen Cadore und Venedig verbrachte. Während des Ersten Weltkriegs war das Gebiet aber auch Schauplatz blutiger Schlachten, und so kann man in den Tälern noch heute etliche Festungsanlagen und Gräben der einstigen Verteidigungslinie „Fortezza Cadore – Maè“ besichtigen.

Die Kulinarik dieser historischen Region ist zwar fest in der Tradition der venetischen Volksküche verankert, doch teilt sie aufgrund der regen Beziehungen und des Austauschs mit den angrenzenden Ländern des deutschen Sprachraums einige Gerichte mit ebendiesen – z. B. Knödel (canederli), gefüllte Nudeln (casunziei) oder Strudel. Die hiesige Küche basiert auf Schlichtheit und der Qualität der Produkte des Berglands: Kartoffel, Pilze und Kohl begleiten Wildgerichte wie Hirsch und Reh. Weitere typische Köstlichkeiten: Almkäse, Speck aus lokaler Produktion und natürlich die obligate Polenta.

[www.dolomiti.org/de/cadore](http://www.dolomiti.org/de/cadore)



# L'ALTO BELLUNESE

Al centro delle Dolomiti, facilmente raggiungibile da Venezia, dall'Austria e dal vicino Friuli Venezia Giulia è una delle zone più suggestive delle Alpi, cuore autentico delle Dolomiti, il cui territorio detiene ca. il 70% delle montagne più belle al mondo. Il territorio, prevalentemente rurale, è costellato da piccoli borghi montani nei quali la qualità della vita, grazie all'aria pura e al buon cibo, è una delle più alte d'Italia.



Visitare questi luoghi significa godere di panorami e paesaggi straordinari, creati dalle maestose cime, da boschi ancora intatti, da fiumi e ruscelli dove la natura risulta ancora incontaminata e dove l'ospitalità offerta dalle comunità locali è semplice e di qualità.

Il territorio si contraddistingue anche per la sua storia millenaria e per il suo patrimonio culturale. L'area è inserita all'interno delle Dolomiti Bellunesi iscritte nel 2009 dall'UNESCO tra i Patrimoni dell'Umanità per il loro fascino e la loro bellezza derivante dalla grande varietà di forme spettacolari e per la loro particolare genesi geologica. L'Alto Bellunese è caratterizzato da numerose sorgenti, corsi d'acqua e laghi, oltre che da boschi di conifere e latifoglie, prati fioriti e alti pascoli dove ammirare alcune piante endemiche come il rododendro, il cardo e le stelle alpine. Insomma, è il luogo ideale per pedalare immersi nella natura, circondati da panorami la cui unicità è tutta da esplorare.

Le Dolomiti Bellunesi fin dall'antichità sono state abitate e questo le rende ricche di testimonianze storico-archeologiche, come l'area termale di Lagole a Calalzo di Cadore, dove è stata rinvenuta una straordinaria quantità di reperti di epoca venetica e romana. La torre della Gardona, un antico fortifizio eretto nel XII secolo nei pressi di Castellavazzo o

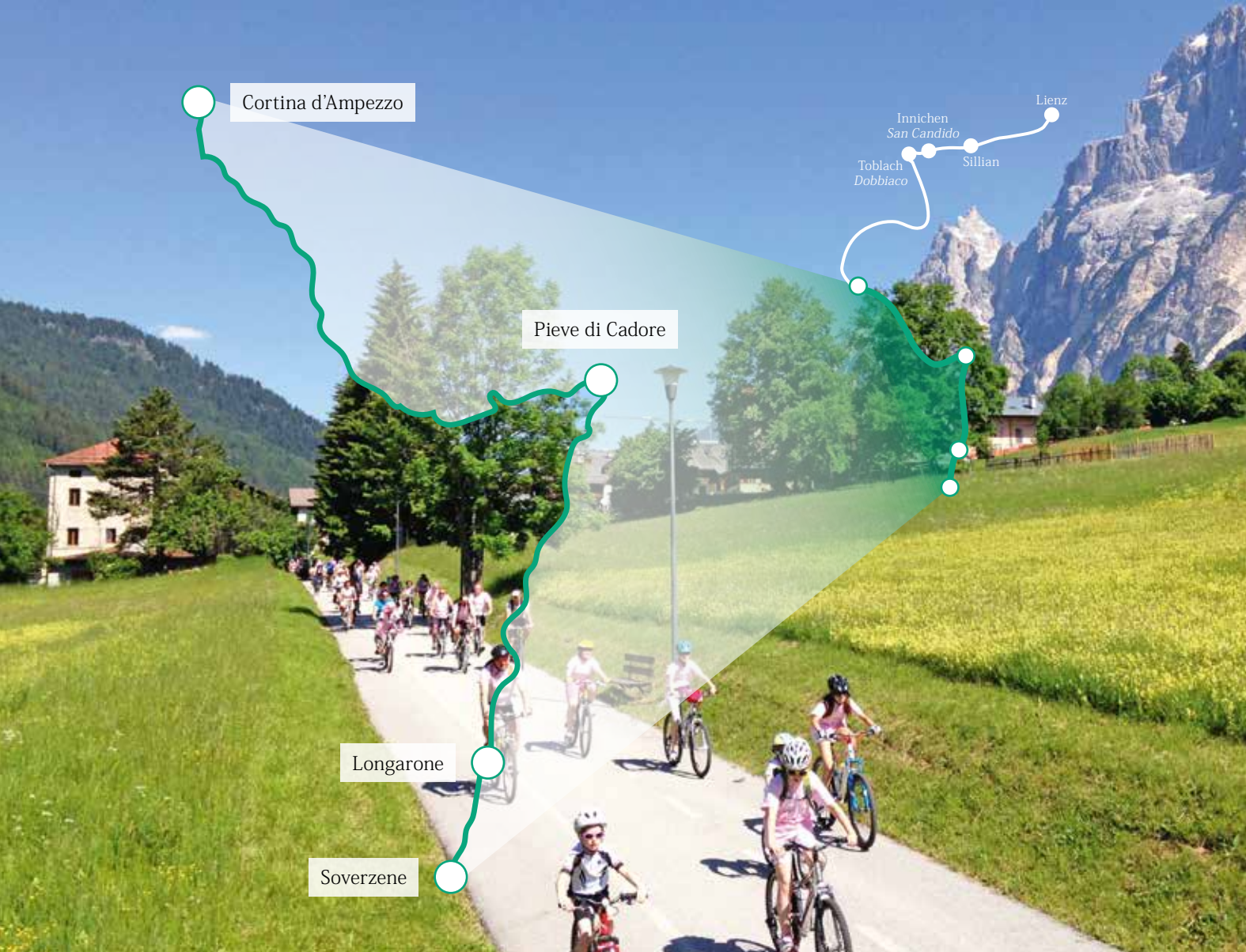
il sito di Mondeval, con il ritrovamento della sepoltura di un cacciatore con il suo corredo funebre, risalente a circa 7.500 anni fa (Museo Vittorino Cazzetta a Selva di Cadore). Inoltre è possibile visitare anche numerosi musei naturalistici, archeologici ed etnografici, oltre a chiese di grande interesse artistico. Nella chiesa Arcidiaconale di Pieve di Cadore, dove si trova la casa natale di Tiziano Vecellio, si può ammirare una piccola pala dipinta dal famoso pittore che trascorse la vita tra il Cadore e Venezia. Il territorio fu anche teatro di sanguinosi combattimenti durante la prima Guerra Mondiale, tanto che sia nelle valli sia in quota, si possono ancora visitare diverse opere di fortificazione e camminamenti della linea difensiva denominata Fortezza Cadore – Maè.

La cucina di questa storica regione, pur saldamente ancorata alla gastronomia popolare veneta, in ragione dei frequenti rapporti e scambi con i paesi confinanti di cultura tedesca e ladina, condivide con il vicino Tirolo alcuni piatti tra cui canederli, casunziei e strudel. La cucina si basa sulla semplicità, la genuinità e la bontà dei prodotti di montagna: le patate, i funghi e il cavolo cappuccio accompagnano i piatti a base di cacciagione come il cervo e il capriolo. Ottimi anche i formaggi di malga, lo speck di produzione locale. Immancabile, naturalmente, la polenta.

[www.dolomiti.org/it/cadore](http://www.dolomiti.org/it/cadore)







## Der einstigen Dolomitenbahn auf der Spur: Der Dolomitenradweg

Fast zur Gänze auf der alten Trasse der Dolomitenbahn angelegt, führt dieser rund 80 Kilometer lange Radweg über Brücken und durch Tunnel der ehemaligen Bahnstrecke, vorbei an Wiesen, Bächen und Wäldern und durch charakteristische Bergdörfer. Der Dolomitenradweg gilt zu Recht als einer der schönsten Radwanderwege Italiens. Gut gepflegt und ausgeschildert, verläuft er auf Asphalt und Schotterpisten, die regelmäßig gewartet werden. Mit einer Höhendifferenz von insgesamt 1.100 Metern ist er in Fahrtrichtung von Cimabanche nach Soverzene absolut familientauglich, während er in der Gegenrichtung aufgrund der natürlichen Steigung als ideale Trainingsstrecke für ambitionierte Radler gilt. Der Shuttleservice Bike'n Bus startet in Calalzo di Cadore, wo auch die Möglichkeit besteht, Fahrräder auszuleihen. Entlang der Strecke gibt es mehrere Raststätten, wo man überdies die Batterien von E-Bikes aufladen und kleinere Reparaturen vornehmen kann. Der Radweg führt in der Folge über das Valbelluna nach Alpmo und weiter bis nach Venedig.

[www.ciclabedolomiti.com](http://www.ciclabedolomiti.com)

## Alla riscoperta dell'antica ferrovia delle Dolomiti: La lunga via delle Dolomiti

Realizzata in buona parte su quello che fu il tracciato della Ferrovia delle Dolomiti, la pista ciclabile lunga circa 80km, attraversa ponti e gallerie della vecchia strada ferrata, costeggia prati, torrenti, boschi e passa attraverso caratteristici borghi montani. A ragione, è stata definita una delle piste ciclabili più belle d'Italia. La ciclabile, ben tenuta e segnalata, passa sia su strada asfaltata sia su strada sterrata, regolarmente oggetto di manutenzione. Con un dislivello totale di 1100 metri, è adatta a tutta la famiglia se percorsa da Cimabanche a Soverzene/Ponte nelle Alpi, mentre è rivolta ai più esperti in direzione opposta per la pendenza naturale della strada, che la rende perfetta per coloro che vogliono mantenere l'allenamento. È attivo il servizio di transfer Bike'n bus in partenza da Calalzo di Cadore e la possibilità di affittare in loco le bici. Lungo la strada si trovano diversi punti ristoro dove poter anche ricaricare le batterie delle e-bike ed effettuare delle piccole riparazioni. La ciclabile continua poi con alcuni snodi per la Valbelluna, l'Alpmo e può arrivare fino a Venezia.

## Abseits des Dolomitenradweges

Neben dem Dolomitenradweg gibt es im Alto Belluno noch viele andere Radwege unterschiedlichen Schwierigkeitsgrades. Hier finden Sie nur einige der zahlreichen Routen im Gebiet. Um sie alle zu erkunden, nehmen Sie am besten die Unterkunftsangebote der Beherbergungsbetriebe in Anspruch!

## Oltre la Lunga via delle Dolomiti

Nel territorio sono presenti numerose diramazioni di sentieri ciclabili secondari, aventi diversi livelli di difficoltà. Di seguito trovate solo alcuni dei numerosi percorsi del territorio. Esplorateli tutti!

### Monte Zovo / Monte Zovo

Dauer 2 Stunden – 800 Höhenmeter – schwierig

Sehr technische Route über Schotterpisten und Singletrails zum bekannten Gipfel des Monte Zovo. Vom Dorfplatz in Costalissoio geht es in Richtung Costalta und weiter bergauf auf den Gipfel. Die Abfahrt erfolgt in Richtung Costa, von wo wir zum Ausgangspunkt zurückkehren.

Durata 2 ore – Dislivello 800m – Difficile

Percorso molto tecnico che porta alla cima di Monte Zovo attraverso strada sterrata e singletracks. Partenza da Costalissoio dalla piazza del paese con direzione Costalta, si continua poi la salita raggiungendo la cima del Monte Zovo, da qui si scende in direzione Costa con ritorno a Costalissoio.

### Auffahrt nach S. Dionisio / Salita a S. Dionisio

Dauer 2,5/5 Stunden – 1.150 Höhenmeter – mittelschwer

Auf dem Radweg in Richtung Valle di Cadore bis zu der Kreuzung, an der die Auffahrt beginnt. Weiter geht es auf einer Straße inmitten der Natur bis zum schönen Rifugio Costa. Im weiteren Verlauf bis die Ortschaft Col wird die Strecke anspruchsvoller und führt unterschiedlich steil bergauf, bis zu der anno 1508 geweihten Kirche auf 1.950 Metern. Für die Abfahrt hat man drei Varianten zur Auswahl – je nachdem, wie viel Energie man noch hat und wie abenteuerlustig man ist.

Durata 2,5/5 h – Dislivello 1.150m – Medio/difficile

Si percorre la ciclabile verso Valle di Cadore fino ad arrivare all'incrocio con indicazioni per il Rifugio Costa Piana, dove si comincia la risalita della strada che si snoda in mezzo ad un bosco, conducendo fino ad un promontorio dove è sito lo splendido rifugio. Salendo poi verso la località Col il tracciato diventa più tecnico con diversi cambi di pendenza, fino ad arrivare ai 1.950m, alla chiesetta di S. Dionisio. Il rientro può essere fatto scegliendo fra ben 3 alternative di percorso a seconda della stanchezza e voglia d'avventura.

### Von Auronzo ins Val Da Rin / Da Auronzo in Val Da Rin

Dauer 2/3 Stunden – 550 Höhenmeter – leicht

Der Rundweg führt überwiegend auf Asphalt vom Dorf Auronzo über den Pian de Sera und wieder zurück zum Ausgangspunkt. Man startet am Nordufer des Lago di Auronzo, wo es einen Parkplatz gibt. Um die Strecke im Uhrzeigersinn zu bewältigen, quert man die Holzbrücke bei der Talstation der Monte Agudo-Bahnen.

Durata 2/3 h – Dislivello 550m – Facile

Tragitto circolare in strada prevalentemente asfaltata che parte da Auronzo, passa sul Pian de Sera e prosegue per tornare al punto di partenza. L'inizio della pista parte dalla riva nord del Lago di Auronzo, dove si trova un parcheggio, mentre bisogna oltrepassare il ponticello di legno vicino alla stazione a valle delle Seggiovie Monte Agudo per svolgere il tracciato in senso orario.





## Geheimtipps abseits der Radwege und Trails

In den Dolomiten der Region Venetien liegen entzückende kleine Städte, die reich an Brauchtum und Geschichte sind. Ausflugsziele entlang des Dolomitenradweges laden dazu ein diese zu entdecken:

### Cose da non perdere lungo le ciclabili e i trail

Le Dolomiti venete sono punteggiate di deliziose cittadine, ricche di storia e tradizioni popolari. Lungo la Ciclabile delle Dolomiti se ne trovano tante che si propongono come mete escursionistiche tutte da scoprire:



#### Lago di Mosigo, San Vito di Cadore / Lago di Mosigo, San Vito di Cadore

Der am Fuß des Monte Marcora gelegene See bietet Freizeitspaß für die ganze Familie: Mosigolf, Boccia, Fußball- und Tennisplätze, aber auch Restaurants, einen Kiosk und Grillplätze sowie viel Raum zum Spazieren, Plaudern und Relaxen. Incastonato alla base del monte Marcora, il lago si offre quale punto di svago con numerose attrazioni per bambini e famiglie: il Mosigolf, le bocce e i campi da calcio e tennis. Ristoranti, chiosco e possibilità di Barbecue all'aperto con ampi spazi per passeggiare, conversare e riposare.



#### Reise in die Vergangenheit / Viaggio nel passato

In der Ortschaft Costa geht am dritten Juliwochenende ein Fest über die Bühne, bei dem Szenen aus dem hiesigen Alltagsleben des 19. Jahrhunderts nachgestellt werden. Anlässlich dessen öffnen Scheunen, Keller und Ställe ihre Türen für Besucher, die altes Handwerk und traditionelle Trachten kennenlernen möchten. Auch typische lokale Produkte können verkostet werden.

Nella borgata di Costa, a Valle di Cadore, il terzo weekend di luglio si svolge la rievocazione storica di scene di vita quotidiana dell'800 cadorino. Fienili, cantine e stalle vengono aperti ai visitatori che possono avvicinarsi ai vecchi mestieri e agli antichi costumi. Il visitatore può degustare i prodotti tipici locali.

[www.comune.valledicadore.bl.it](http://www.comune.valledicadore.bl.it)



#### Brillemuseum / Il Museo dell'occhiale

Das Brillenmuseum von Pieve di Cadore ist wegen der Bedeutung und des Umfangs seiner Sammlungen weltweit einzigartig. Auf zwei Ausstellungsebenen werden nicht nur die Geschichte und Evolution der Brillen, sondern auch die Entstehung und Entwicklung der Brillenfertigung im Raum Belluno anhand von alten Fotografien und Filmen erläutert.

Il Museo dell'occhiale di Pieve di Cadore, è unico al mondo per importanza e ricchezza delle sue collezioni. Due piani di esposizione che illustrano non solo la storia e l'evoluzione dell'occhiale, ma anche la nascita e lo sviluppo del distretto dell'occhialeria bellunese con fotografie e filmati d'epoca.

[www.museodellocchiale.it](http://www.museodellocchiale.it)



#### Monte Ricco, Pieve di Cadore / Il Monte Ricco, Pieve di Cadore

Schon in vorrömischer Zeit hatte dieser Ort eine Verteidigungsfunktion. Im Hochmittelalter stand hier eine Burg, deren Turm im Wappen von Cadore dargestellt ist. Im späten 19. Jahrhundert wurden zwei Befestigungsbauten – die Bateria Castello und das Fort – errichtet und in das Verteidigungssystem gegen Österreich-Ungarn eingebunden.

Già da epoca preromana destinato a una funzione difensiva, nell'Altomedioevo ospitò un castello la cui torre è rappresentata nello stemma del Cadore. Nel 19° secolo vi furono edificate due fortificazioni: Bateria Castello e il Forte, includendole nel sistema difensivo contro l'Austria-Ungheria.

[www.montericco.it](http://www.montericco.it)



#### Museen und Murales / Musei e murales

In Cibiana di Cadore sind an den Fassaden der Häuser mehr als 50 Wandmalereien zu bewundern, die die Geschichte des Dorfes erzählen. Dem einstigen Bergbau und der traditionellen Herstellung von Schlüsseln ist hingegen ein kleines Museum gewidmet. Ein Publikumsmagnet ist das Messner Mountain Museum Dolomites – nicht zuletzt wegen des spektakulären Blicks auf die schönsten Berge der Welt.

A Cibiana di Cadore i muri delle case ospitano più di 50 murales che raccontano la storia del paese. Alle antiche attività estrattive e alla tradizionale lavorazione delle chiavi è dedicato invece un piccolo Museo. Di grande richiamo, grazie anche alla vista spettacolare sulle montagne più belle del mondo è Messner Mountain Museum Dolomites.



#### Tizians Geburtshaus, Pieve di Cadore

##### Casa natale di Tiziano Vecellio, Pieve di Cadore

In diesem typischen Wohnhaus einer vornehmen hiesigen Familie verbrachte Tiziano Vecellio seine Kindheit und – nach seiner Übersiedelung nach Venedig – jeden Heimataufenthalt. In dem seit 1922 unter Denkmalschutz stehenden Haus finden jeden Sommer Ausstellungen statt.

Rappresenta la tipica dimora di una famiglia locale distinta, un luogo suggestivo dove Tiziano visse l'infanzia e, dopo il suo trasferimento a Venezia, ogni volta che vi faceva ritorno. Dal 1922 la casa è dichiarata monumento nazionale ed è sede di esposizioni ogni estate.

[www.magnificacomunitadicadore.it](http://www.magnificacomunitadicadore.it)



#### Archäologiemuseum des Cadore / Museo Archeologico Cadorino

Im historischen Palazzo Comunale, Sitz der Magnifica Comunità in Pieve di Cadore, sind hochbedeutende Exponate aus vorrömischer und römischer Zeit zu sehen, die im Gebiet des zentralen Cadore gefunden wurden und eine Rekonstruktion der antiken Geschichte von Cadore ermöglichen.

Situato nello storico Palazzo sede della Magnifica Comunità a Pieve di Cadore, espone reperti preromani e romani di fondamentale importanza, rinvenuti nell'area del Cadore centrale, che consentono la ricostruzione della storia antica del Cadore.

[www.magnificacomunitadicadore.it](http://www.magnificacomunitadicadore.it)



# INNICHEN – DOLOMITEN- REGION DREI ZINNEN

Auf eine Reise zurück zum Ursprung und zu regionalen Spezialitäten geht es für Radfahrer bei einem Besuch der Dolomitenregion Drei Zinnen. Im Herzen des UNESCO Welterbes Dolomiten, wo im Sommer leuchtende Berggipfel, auf malerische Täler und sonnig-duftende Almwiesen treffen, werden alte Handwerkstraditionen mit Liebe aufrechterhalten und Südtiroler Schmankerln aus regionalen Zutaten gezaubert.

Die Drei Zinnen sind das Wahrzeichen der Dolomiten sowie das Natur-Highlight in der Dolomitenregion Drei Zinnen. Die drei schroffen und einzigartigen Berggipfel befinden sich im gleichnamigen Naturpark und wurden 2009 von der UNESCO gemeinsam mit den anderen Dolomitengipfeln zum UNESCO Welterbe erklärt. Im Herzen der Region, im Tal gelegen, befindet sich Innichen. Die kleine „cittadina“ (Städtchen) begeistert mit einer entzückenden Altstadt, vielen Boutiquen und traditionellen Läden. In der Fußgängerzone herrscht quirliges Treiben, welches italienisches Flair versprüht. Direkt von Innichen aus gibt es unzählige Möglichkeiten die Dolomitenregion zu erkunden. Nicht umsonst wird Innichen auch als das „Dorf der 1000 Möglichkeiten“ bezeichnet. Im vergangenen Jahr war Innichen außerdem Etappenort beim 100. Giro d'Italia.

Nicht nur Radsportprofis sondern auch Radurlauber schätzen die Region rund um die drei weltberühmten Berggipfel. Der Hauptort Innichen liegt am Schnittpunkt dreier großer Radwege, die flach durch die Täler führen. Der Pustertalradweg, Dolomitenradweg und Drauradweg sind bei Genussradfahrern sehr beliebt und führen in die schönsten Städte und Dörfer Südtirols wie etwa Brixen. Unterwegs gibt es viel zu bestaunen und köstliche Einkehrmöglichkeiten.

## Gipfelerlebnis auf zwei Rädern

Mit ihren vielfältigen Touren zwischen mächtigen Bergen, sanften Almwiesen und malerischen Seen, aber auch dank ihrer durchdachten Infrastruktur, ist die Dolomitenregion Drei Zinnen auch ein echtes Traumziel für Mountainbiker. Dank der Drei Zinnen Card ist der Biketransport mit den Aufstiegsanlagen kostenlos nutzbar. So können vier Berge mit unterschiedlichem Charakter per Bike erkundet werden.

Die Dolomitenregion Drei Zinnen begeistert nicht nur Wanderer, Radfahrer und Naturliebhaber, sondern auch Gourmets. Denn egal ob Almhütte, Gasthof oder Sterne-Restaurant, die Köche der Region legen Wert auf die gleichen Prinzipien: ehrliches Küchenhandwerk, natürliche, regionale Grundzutaten und ein aufmerksames Service. Die Mehr-



heit der verwendeten Produkte in der Dolomitenregion Drei Zinnen stammt direkt vom Bauern. Typisch für das Tal sind der Anbau von Kartoffeln und die Herstellung von Milch und Milchprodukten. Spezialitäten der Region sind Schlutzkrapfen, Knödel in allen Varianten, Tirtlan, Gerstesuppe und Brettljause. Naschkatzen kommen in den Genuss von Strauben, Apfelstrudel, Apfelküchlein und Buchteln.

[www.innichen.it](http://www.innichen.it)

# SAN CANDIDO – AREA DELLE TRE CIME NELLE DOLOMITI

Un viaggio alla riscoperta delle radici e delle specialità regionali: ecco cosa attende i ciclisti in visita alla regione delle Tre Cime. Nel cuore delle Dolomiti, patrimonio dell'umanità dell'UNESCO, dove in estate le vette alpine illuminate dal sole si sposano con valli pittoresche e profumati prati di malga, le antiche tradizioni artigianali vengono perpetuate con amore e gli ingredienti locali si trasformano nelle proverbiali prelibatezze altoatesine.



Le Tre Cime sono il simbolo delle Dolomiti e l'attrazione „di punta“ dell'omonima regione. Aspre e uniche, si elevano nel comprensorio di un parco naturale che porta il loro nome. Dal 2009 sono patrimonio mondiale dell'UNESCO assieme alle altre cime dolomitiche. Nel cuore di questa regione, sorge a valle San Candido. La cittadina incanta con il delizioso centro storico, molte boutique e negozi tradizionali. L'alacre affaccendarsi nella zona pedonale diffonde un fascino di tipica italianità. Partendo direttamente da San Candido esistono innumerevoli opportunità per esplorare la regione delle Dolomiti. Non per nulla, San Candido è detta anche il „villaggio delle mille opportunità“. L'anno scorso, fra l'altro, la cittadina è stata tappa del 100° Giro d'Italia.

La regione attorno alle tre cime più famose del mondo, comunque, non è apprezzata solo dai ciclisti professionisti, ma anche dagli hobbisti in vacanza. San Candido è il nodo in cui si incrociano tre grandi piste ciclabili che decorrono in piano attraversando le valli. La Ciclabile della Val Pusteria, la Ciclabile delle Dolomiti e la Ciclabile della Drava sono molto apprezzate dai ciclisti soft e toccano le città e i villaggi più belli dell'Alto Adige, per esempio Bressanone. I percorsi riservano molte cose da vedere e deliziosi punti di ristoro.

## Emozioni di vetta sulle due ruote

Grazie alle sue diverse proposte escursionistiche fra possenti montagne, dolci prati di malga e pittoreschi laghi come pure alla sua efficiente infrastruttura, la regione delle Tre Cime nelle Dolomiti è una destinazione da sogno anche per gli appassionati di mountain bike. Con la Drei Zinnen Card, il trasporto bici con gli impianti di risalita è gratuito. Via libera, dunque, all'esplorazione di quattro montagne dal carattere profondamente differente.

La regione delle Tre Cime non ispira soltanto gli escursionisti, i ciclisti e gli amanti della natura, ma anche i buongustai. Che sia la cucina di un rifugio alpino, di una trattoria o di un ristorante premiato, gli chef della regione condividono tutti gli stessi principi: arte sincera, ingredienti naturali del posto e un servizio attento. La maggior parte dei prodotti utilizzati nella regione delle Tre Cime nelle Dolomiti proviene direttamente dalle fattorie locali. Tipici della valle sono la coltivazione di patate e la produzione di latte e latticini. Specialità regionali sono gli Schlutzkrapfen, i canederli in ogni variazione, il Tirtlan, la zuppa d'orzo e le merende su tagliere. I più golosi potranno deliziarsi con Strauben, strudel di mele, tortine di mele e Buchteln.

[www.sancandido.info](http://www.sancandido.info)







## Radurlaub in den Dolomiten

Ob anspruchsvoll bei der Giro Bike-Tour oder auf dem Stoneman-Trail oder gemütlich mit dem City- und E-Bike nach Cortina d'Ampezzo oder auf dem Drauradweg bis nach Lienz in Osttirol:

## Vacanza ciclistica nelle Dolomiti

Volendo, impegnativa, come il Giro Bike Tour o lo Stoneman Trail, o di piacere, con la city bike o la bicicletta a pedalata assistita fino a Cortina d'Ampezzo o lungo la Ciclabile della Drava fino a Lienz nel Tirolo Orientale.

### Cortina und die Drei Zinnen / Cortina e le Tre Cime

Knapp 40 Kilometer sind es von Innichen in das berühmte Winter- und Bergsportzentrum Cortina d'Ampezzo. Das nette Städtchen lädt zu einem Bummelzug durch seine Lokale und Geschäfte ein. Unterwegs gewährt die Radstrecke immer wieder gute Sicht auf die Drei Zinnen.

Meno di 40 chilometri separano San Candido dalla famosa stazione di sport invernali e di montagna Cortina d'Ampezzo. La pittoresca cittadina invita a fare una passeggiata per i suoi locali e negozi. Lungo la via, il tragitto offre ripetutamente belle vedute delle Tre Cime.

### Lienz und der Drauradweg / Lienz e la Ciclabile della Drava

Der Fluss Drau entspringt in den Feldern zwischen Toblach und Innichen und hier liegt auch der Start des Drauradweges. Als Tagesausflug bietet sich eine Tour nach Lienz an. Zurück nach Innichen geht es mit den Zügen der ÖBB.

La Drava nasce in una conca fra Dobbiaco e San Candido ed è proprio da qui che si diparte la Ciclabile della Drava. Volendo fare un'escursione di una giornata intera si può andare a Lienz. Per il rientro a San Candido ci sono i treni delle ferrovie austriache ÖBB.

[www.drauradweg.com](http://www.drauradweg.com)

### Mountainbiken / Mountain bike

Einzigartig und unvergesslich sind sicherlich die Giro Bike-Tour ebenso wie das Südtirol Dolomiti Superbike Rennen und der Stoneman Trail mit 120 km bzw. 4.000 Höhenmetern. Andere Touren führen auf Almen, zu Seen und zu Hütten.

Unici e indimenticabili sono di sicuro il Giro Bike Tour, la Südtirol Dolomiti Superbike e lo Stoneman Trail con 120 km e 4.000 metri di dislivello. Altri tour portano a malghe, laghi e rifugi.

### Giro Bike-Tour / Giro Bike-Tour

Die einzigartige Naturlandschaft der Dolomiten mit dem Mountainbike erkunden: über 5 Berge und knapp 3.500 Höhenmeter (360HM mit dem Bike). Ein erfahrener Bikeguide ist auf dieser MTB-Tour in den Dolomiten mit dabei. Traumaussicht und Natur pur garantiert!

Scoprire lo straordinario paesaggio naturale delle Dolomiti in mountain bike! 5 montagne e quasi 3.500 metri di dislivello (360 metri altimetrici in bike). Un tour nelle Dolomiti accompagnati da una guida MTB esperta. Vedute da sogno e natura pura garantite!

### Südtirol Dolomiti Superbike / Südtirol Dolomiti Superbike

Seit über 20 Jahren steht der Dolomiti Superbike ganz oben auf der Liste von ehrgeizigen Mountainbikern. Das Rennen zählt zu den teilnehmerstärksten in Europa und genießt den Ruf eines der härtesten MTB-Rennen in Südtirol und darüber hinaus. Da oltre 20 anni, la Dolomiti Superbike è in cima alla lista degli appassionati di mountain bike più ambiziosi. La gara è una delle più gettonate d'Europa e gode fama di essere una delle sfide di MTB più impegnative non solo dell'Alto Adige.

[www.dolomitisuperbike.com](http://www.dolomitisuperbike.com)



Die Berge im Blick:

## Talradwege in der Dolomitenregion

Die Dolomitenregion Drei Zinnen ist ein Knotenpunkt mehrerer großer und für Radfahrer überaus attraktiver Radwege. Gemütlich mit dem City-Bike und E-Bike geht es dahin ... zwischen Mühlbach und Lienz in Osttirol. Der Drauradweg führt von der Dolomitenregion Drei Zinnen knapp 50 km bis nach Lienz in Osttirol – dabei geht es stets leicht abwärts. Der Pustertaler Radweg führt nach Bruneck, vorbei am berühmten Kronplatz, und weiter nach Mühlbach und Brixen. Auf der alten Bahntrasse der Dolomitenbahn geht es nach Cortina d'Ampezzo, dem weltberühmten Wintersportort.

Für eine kürzere Tour bietet sich ein Ausflug ins Fischleintal, zum Toblacher See und Pragser Wildsee, zum Kneipp-Park in Niederdorf oder zum City Sightseeing nach Innichen an.

Die bikemobil Card ermöglicht es Radurlaubern, an einem, drei bzw. sieben aufeinander folgenden Tagen alle öffentlichen Verkehrsmittel in ganz Südtirol unbegrenzt zu nutzen. An einem der Tage (nach Wahl) kann außerdem ein Leihfahrrad genutzt werden.

[www.drei-zinnen.info](http://www.drei-zinnen.info)

Con gli occhi pieni di monti:

## Ciclabili a valle nella regione delle Dolomiti

La zona delle Tre Cime nelle Dolomiti è un crocevia di alcune grandi piste ciclabili, veri magneti di ciclisti. Tragitti ameni per city bike ed e-bike si snodano tra Rio di Pusteria e Lienz nel Tirolo Orientale. La Ciclabile della Drava collega la zona delle Tre Cime nelle Dolomiti a Lienz nel Tirolo Orientale, su una distanza di circa 50 km sempre in leggera discesa. La Ciclabile della Val Pusteria conduce a Brunico passando il famoso Plan de Corones, e quindi a Rio di Pusteria e Bressanone. Seguendo il vecchio tracciato della ferrovia delle Dolomiti si raggiunge Cortina d'Ampezzo, località di sport invernali famosa in tutto il mondo.

Per un tour più breve, si può scegliere una gita in Val Fiscalina, al Lago di Dobbiaco e al Lago di Braies, al Parco Kneipp di Villabassa o andare ad esplorare San Candido.

La Bikemobil Card consente ai ciclisti l'uso illimitato di tutti i trasporti pubblici in Alto Adige per uno, tre o sette giorni consecutivi. In più, in uno dei giorni (a libera scelta) si può anche noleggiare una bicicletta.



## Geheimtipps abseits der Radwege und Trails

In der Gegend rund um Innichen geht es mit dem Rad immer vor der beeindruckenden Kulisse der Dolomiten dahin. Die Bergwelt lädt aber auch zu Ausflügen mit tollen Ausblicken und kulturellen Highlights:

### *Cose da non perdere lungo le ciclabili e i trail*

Nella zona di San Candido ci si muove sempre sullo sfondo dell'impressionante scenario delle Dolomiti. Le montagne invitano anche a fare escursioni con straordinarie vedute e attrazioni culturali:



#### **Kulturmeile Innichen / Passeggiata della cultura a San Candido**

Innichen ist reich an Kirchen und Kapellen, die in unmittelbarer Nähe zusammen treffen. Die Altöttinger und Heiliggrabkapelle, das Franziskanerkloster mit Museum, die barocke Michaelskirche und das Stiftsmuseum, dessen äußeres seit dem 16. Jahrhundert unverändert geblieben ist. Besonders sehenswert ist die Stiftskirche, der schönste romanische Sakralbau im Ostalpenraum.

San Candido è ricca di chiese e cappelle poste a breve distanza l'una dall'altra. La cappella di Altötting e del Santo Sepolcro, il convento dei Francescani con museo, la chiesa barocca di San Michele e il museo della Collegiata, la cui facciata è immutata dal XVI secolo. Particolarmente meritevole è la Collegiata, il più bell'edificio sacro in stile romanico delle Alpi Orientali.

[www.innichen.it](http://www.innichen.it)



#### **Erlebnisberg Haunold und Funbob Innichen**

*Le attrazioni del Baranci e il Fun-Bob di San Candido*

Der Haunold ist DER Ausflugsberg für Familien. Die Sesselbahn bringt die Besucher hinauf auf 1.500m Seehöhe. Groß und Klein sausen auf der Aluminiumschiene zurück ins Tal. Der Funbob ist die 1. Sommerrodelbahn Südtirols. Die Bergstation ist auch Ausgangspunkt zahlreicher Wanderungen. **Neu 2018: Das Zwergendorf.** Il Baranci è LA meta escursionistica per le famiglie. La seggiovia porta i visitatori a quota 1.500m. Quindi tutti si sfreccia a valle lungo il binario in alluminio. Il Fun-Bob è la prima pista di slittino estiva dell'Alto Adige. La stazione a monte è anche punto di partenza di numerose gite. **Novità 2018: il villaggio degli gnomi.**

[www.dreizinnen.com](http://www.dreizinnen.com)



#### **Olperls Bergwelt / Parco natura Olperl**

Der Erlebnispark beginnt an der Bergstation der Helm-Bahnen und führt zu Olperls besten Freunden – ins Reich der alpinen Tierwelt. Auf dem 1,5km langen Rundwanderweg gilt es spannende Erlebnispunkte zu entdecken – mit tollen Ausblicken auf die Gipfelwelt der Sextner Dolomiten.

Il percorso ad anello del parco parte direttamente dalla stazione a monte della funivia del Monte Elmo e conduce nel regno dei migliori amici dell'Olperl, gli animali alpini. Lungo gli 1,5 km del giro scoprirai varie interessanti tappe e numerosi punti panoramici da cui ammirare le dorsali delle Dolomiti di Sesto.

[www.dreizinnen.com](http://www.dreizinnen.com)



#### **Acquafun Innichen / Acquafun di San Candido**

Das Erlebnisbad ist nicht irgendein Hallenbad, sondern eine einzigartige alpine Erlebniswelt für die ganze Familie. Zwischen einem munter plätschernden Gebirgsbach, Vogelgezwitscher und Blick auf die Südtiroler Bergwelt, können sich die Besucher hier der Natur besonders nahe fühlen.

L'Acquafun non è una piscina coperta qualunque, ma un mondo di avventure per tutta la famiglia in ambiente alpino: tra un gorgogliante ruscello di montagna, il cinguettio degli uccellini e la vista sulle montagne altoatesine i visitatori si sentiranno in sintonia con la natura.

[www.acquafun.com](http://www.acquafun.com)



#### **Schaukäserei Drei Zinnen / Latteria Tre Cime - Mondolatte**

In der Sennerei Drei Zinnen kann man Käsemeister bei der Arbeit beobachten. Am Anfang des Rundganges erwartet die Besucher ein kleines Museum, das ihnen einen Rückblick in die Vergangenheit der traditionsreichen Milchverarbeitung und Käseherstellung der Region ermöglicht.

Alla Latteria Tre Cime si possono osservare i mastri casari al lavoro. All'inizio del giro guidato si passa per un piccolo museo che ripercorre il ricco passato della lavorazione del latte e della produzione casearia in regione.

[www.sennereidreizinnen.com](http://www.sennereidreizinnen.com)



#### **DoloMythos / DoloMythos**

Das Museum zum Welterbe Dolomiten liegt in der Fußgängerzone von Innichen und nimmt seine Gäste mit auf eine Zeitreise – von der Geschichte der Dolomiten über die Sagen und Mythen der steinernen Riesen bis hin zu beeindruckenden Kristallwelten und dem Schatzgräbergelände.

Il museo dedicato alla catena patrimonio naturale dell'umanità si trova nella zona pedonale di San Candido e conduce i propri visitatori in un viaggio attraverso la storia delle Dolomiti, dai miti e dalle saghe dei giganti di roccia fino alle impressionanti esposizioni di cristalli e al campo dei cercatori di tesori.

[www.dolomythos.com](http://www.dolomythos.com)



#### **Sonnenaufgangsfahrten / Gite a vedere l'alba**

Ein echtes Erlebnis: der Sonnenaufgang am Helmgipfel! Immer dienstags (10.07. – 11.09.) kann man erleben wie die Sonne hinter den Bergen hervor sticht. Zeitig in der Früh geht es mit der Bahn auf den Helm, mit kurzer Wanderung zum Gipfel und anschließendem Bergfrühstück im Helmrestaurant.

Un'esperienza imperdibile: la gita per vedere il sorgere del sole sulla vetta del Monte Elmo! Ogni martedì (10/07 – 11/09) si può osservare il sole far capolino fra le montagne. Di buon'ora si risale a monte con la funivia e dopo una breve camminata si raggiunge la vetta. A seguire, prima colazione di montagna al ristorante Monte Elmo.

[www.dreizinnen.com](http://www.dreizinnen.com)



# RADELDORADO OSTTIROL

Eingebettet in einem Kranz von Dreitausendern, gelegen zwischen Südtirol, Salzburg und Kärnten, ist die kleine Enklave des Bundeslandes Tirol auf der Südseite des Alpenhauptkamms seit jeher eine abgeschiedene Region Österreichs gewesen. Die Osttiroler machen aus ihrer Abgeschiedenheit eine Tugend, besinnen sich auf ihre Authentizität und lassen ihren kreativen Köpfen freien Lauf.

In kulinarischer Hinsicht genießt Osttirol längst ein hervorragendes Renommee, besitzt es doch die höchste Dichte an Hauben-Restaurants außerhalb Wiens. Eine Region wie Osttirol, die durch Authentizität, unberührte Naturlandschaften und eine Vielzahl an sportlichen und kulturellen Aktivitäten Gäste aus Nah und Fern anlockt, kann nicht einfach wie eine beliebige andere Region schmecken. Osttirol ist anders: ursprünglicher, schmackhafter – und das schätzen besonders die Radgäste, wenn sie abseits der Radwege und Trails ins Land und die Speisekarten blicken.

Gerade im Bike-Bereich tut sich allerhand im Land der versteckten Pfade, der beseelten Täler und Dolomitenpanoramen: In Kals am Großglockner entstehen neue Singeltrails, Local Fabio Wibmer verwirklicht seinen eigenen Trial Park, und der Bikepark in Lienz wird mit Flowtrails, Singletrails und Downhillstrecken umgesetzt. Das Preisniveau ist erschwinglich, und so finden auch Familien beste Bedingungen für ihren Radsport- und Aktivurlaub. Trotz dieser Vorzeichen ist Osttirol weiterhin die Heimat der Geruhsamkeit. Nur zu den großen Straßenrennsport-Events wie den Etappen des „Giro d'Italia“, der „Tour of the Alps“ oder der Dolomitenradrundfahrt stellt es sich in das Schaufenster des internationalen Radsportgeschehens. Ob Trubel oder Ruhe: Entdecke dein Osttirol!



## Hohe Kochkunst mit Bodenständigkeit

In Osttirol wird mit den eigenen kulinarischen Wurzeln auf eine kreative Weise umgegangen. Darum schmeckt es hier so, wie es eben schmeckt: ganz besonders. Die Bandbreite ist dabei eindrucksvoll. Der Frage nachgehen, wie's denn nun wirklich in Osttirol schmeckt, könnte man zum Beispiel bei einer deftigen, herzhaften Jause. „Fingerfood“ à la Osttirol. Wie wär's mit einem ordentlichen Stück Speck, mit einem Hauswürstel und dazu ein typisches, dunkles Osttiroler Bauernbrot?

Wer außerdem mehrere Tage in Osttirol ist, sollte sich die Schlipfkrapfen nicht entgehen lassen, die man vor allem zur Mittagszeit in Osttirol oft und gerne genießt. Danach noch ein gutes Stampler Schnaps, vornehmlich einen Pregler, genossen – und der kulinarische Genuss ist perfekt und bestens abgerundet. Und das Tolle an Osttirol: Von der Jause bis hin zum Haubenlokal findet sich hier so gut wie alles. Alle diese kulinarischen Spezialitäten und Besonderheiten werden von der Tatsache geeint, dass man es hier mit Produkten von höchster Qualität zu tun bekommt, die zu einem großen Teil sogar noch aus der heimischen Landwirtschaft stammen. Sie sehen also schon: Osttirol hat weit mehr als „nur“ Berge zu bieten.

[www.osttirol.com](http://www.osttirol.com)



# UN PARADISO CICLABILE: TIROLO ORIENTALE

Immersa in una corona di vette da tremila, racchiusa tra l'Alto Adige, il Salisburghese e la Carinzia, la piccola enclave della provincia federale del Tirolo sul lato sud della dorsale principale delle Alpi è sempre stata una regione isolata dell'Austria. I tirolesi orientali fanno di questo loro essere tagliati fuori una virtù, puntano sulla loro autenticità e lasciano via libera alla loro creatività.

Sotto l'aspetto culinario, il Tirolo Orientale gode da tempo di un'ottima reputazione; non a caso vanta la più alta densità di ristoranti gourmet dopo Vienna. Una regione come questa, che attrae ospiti da vicino e da lontano per la sua autenticità, i paesaggi naturali incontaminati e la varietà di attività sportive e culturali, non potrebbe mai essere dozzinale sotto il profilo dei sapori. Il Tirolo Orientale è diverso, più genuino, più gustoso, cosa che i ciclisti apprezzano particolarmente quando dalle piste ciclabili e dai trail si spingono nell'entroterra e danno uno sguardo alle carte delle pietanze.

È soprattutto sul fronte della MTB che la terra dei sentieri nascosti, delle vallate animate e dei panorami dolomiti è in grande fermento. A Kals am Großglockner, per esempio, stanno nascendo nuovi single trail, il campione Fabio Wibmer realizza un proprio Trial Park mentre il Bikepark di Lienz sta diventando realtà con flowtrail, single track e downhill. Il livello dei prezzi è abbordabile, per cui anche le famiglie possono contare sulle migliori condizioni per trascorrere una vacanza attiva in sella. Nonostante questi



sviluppi, il Tirolo Orientale resterà un'oasi di pace. Soltanto in occasione delle maggiori competizioni su strada, come le tappe del „Giro d'Italia“, il „Tour of the Alps“ o il „Dolomite Cycling Tour“, la regione si espone ai riflettori del ciclismo internazionale. Ad ogni modo, nel trambusto o nella solitudine: scopri il tuo Tirolo Orientale!

## Alta arte culinaria con i piedi per terra

Nel Tirolo Orientale ci si rapporta alle proprie radici culinarie con un approccio creativo. Ecco perché tutto qui ha un sapore distinto, speciale. La gamma è impressionante. Per scoprire quale sia davvero il gusto del luogo si potrebbe, per esempio, provare una generosa merenda. Saporito e genuino „fingerfood“ à la Osttirol. Proponiamo un bel pezzo di pancetta con una salsiccia casereccia e qualche fetta di tipico pane scuro contadino del Tirolo Orientale.

Chi, poi, trascorra alcuni giorni nel Tirolo Orientale, non deve assolutamente perdersi gli Schlipfkrapfen, qui di solito serviti a ora di pranzo. A seguire un bicchierino di schnaps, preferibilmente un „Pregler“, completa alla perfezione l'epifania culinaria. Il bello è che nel Tirolo Orientale praticamente si trova di tutto, dalla merenda al ristorante pluripremiato. In comune tutte queste specialità e peculiarità culinarie hanno l'impiego di prodotti di altissima qualità, per lo più addirittura provenienti da agricoltura locale. La cosa è evidente: il Tirolo Orientale offre ben più che non „solo“ montagne.

[www.osttirol.com](http://www.osttirol.com)







Einfach dem Wasser folgen:

## Genussradfahren am Drauradweg

Entlang der Drau lädt Osttirol zu gemütlichen Entdeckungstouren ein. Der Drauradweg ist 366 Kilometer lang und führt vom Ursprung des Flusses Drau zwischen Toblach und Innichen (Südtirol) durch Osttirol und Kärnten weiter nach Slowenien und Kroatien. In Osttirol kann auf rund 50 Kilometern die Flusslandschaft erlebt werden. Vom ADFC (allgemeiner deutscher Fahrradclub) wurde der Drauradweg bereits als 5-Sterne-Qualitätsroute ausgezeichnet und ist für die ganze Familie geeignet. Der Drauradweg ist in beiden Richtungen lückenlos beschildert und führt über flaches Terrain. Stärkung für Körper, Geist und Seele versprechen die „Radlgerichte“ bei den Drauradweg Wirten entlang der Strecke. Wer sich bei einem der zertifizierten Drauradweg Wirte einmietet, findet am Ende des Tages einen Trockenraum für die Wäsche, Werkzeug für kleinere Reparaturen am Rad sowie eine Waschmöglichkeit für den fahrbaren Untersatz – vor allem jedoch einen Gastgeber, der sich wirklich auskennt, gern zum Fachsimpeln bereit ist und die wahren Geheimtipps für die Radgäste in der Tasche hat.

[www.drauradweg.com](http://www.drauradweg.com) | [www.drauradwegwirte.com](http://www.drauradwegwirte.com)

Seguendo il corso dell'acqua:

## Pedagate di piacere lungo la Ciclabile della Drava

Il Tirolo Orientale invita a fare amene escursioni lungo il corso della Drava. La pista ciclabile ha una lunghezza di 366 chilometri e si snoda dalle sorgenti del fiume, tra Dobbiaco e San Candido (Alto Adige), per tutto il Tirolo Orientale e la Carinzia fino a giungere in Slovenia e Croazia. Il tratto est-tiroloese permette di apprezzare il paesaggio fluviale per circa 50 chilometri. Il club ciclistico tedesco ADFC ha già attribuito al percorso, fra l'altro ideale per tutta la famiglia, un punteggio di 5 stelle.

La Ciclabile della Drava presenta una segnaletica completa in entrambe le direzioni e ha un andamento pianeggiante. A rifocillare corpo, mente e anima ci pensano i „menù ciclistici“ dei Drauradweg-Wirte lungo il percorso. Chi pernotta presso uno di questi esercizi certificati troverà, alla fine della giornata, un locale per stendere il bucato, attrezzi per effettuare piccole riparazioni alla bici e un impianto di lavaggio, ma soprattutto un padrone di casa che se ne intende davvero, lieto di condividere le sue conoscenze e felice di rivelare anche qualche segreto che solo la gente del luogo sa.

## Radfahren zwischen Großglockner und Dolomiten

Die Hauptschlagader im Osttiroler Radnetz ist zwar der Drauradweg, doch gilt es außerdem unzählige Mountainbike-Trails, Rennradstrecken und weitere Genussradwege zu erkunden:

### *In sella tra il Großglockner e le Dolomiti*

Se è vero che l'arteria principale della rete ciclabile del Tirolo Orientale è la Ciclabile della Drava, ci sono anche numerosi trail per mountain bike, percorsi per bici da corsa e itinerari ciclabili ricreativi da esplorare.

#### **Weekender für Rennradfans / Weekend per i patiti della strada**

Rennradfahren wird in Osttirol immer beliebter. Trotzdem hat man nie das Gefühl, dass die Strecken überlaufen wären, viel zu groß ist das Angebot an verschiedenen Touren. Und so rollt man ungestört an saftig grünen Wiesen, bewaldeten Berghängen und rauschenden Gebirgsbächen vorbei.

Il ciclismo su strada sta diventando sempre più popolare nel Tirolo Orientale. Ciò nonostante non si ha mai la sensazione che i percorsi siano affollati, troppo grande è la gamma di offerte. E così si pedala indisturbati fra prati verdi e rigogliosi, pendii montani coperti di boschi e impetuosi torrenti di montagna.

#### **Iseltalradweg / Ciclabile dell'Isel**

Dieser ca. 27 km lange Radwanderweg hat eine erholsame, leichte Streckenführung. Von Lienz führt der Radweg dem Ufer der Isel folgend nach St. Johann im Walde, vorbei an der Ruine Kienburg nach Huben und weiter über Felder und Wiesen nach Matrei in Osttirol, inmitten des Nationalparks Hohe Tauern. Ideal für einen entspannten Tagesausflug mit der ganzen Familie. Questa pista ciclabile lunga circa 27 km presenta un percorso facile e dilettevole. Da Lienz si procede costeggiando l'Isel fino a St. Johann im Walde, passando le rovine di Kienburg fino a Huben. Si prosegue quindi per campi e prati fino a Matrei in Osttirol, nel cuore del Parco nazionale Alti Tauri. Ideale per una giornata di relax con tutta la famiglia.

#### **Glockner Trails Kals / Glockner Trails Kals**

Mit drei neu angelegten Single-Trails und Mountainbike-Strecken im Wandergebiet rund um den Großglockner bietet Kals ab Sommer 2018 Fahrspaß für jedermann.

Con tre nuovi single trail e percorsi per mountain bike nella zona escursionistica del Grossglockner, dall'estate 2018 Kals offre tante piacevoli esperienze per tutti.

#### **Lakata Trail / Lakata Trail**

Die 2,2 km lange Strecke schlängelt sich an der Venedigerwarte vorbei, durch Waldpassagen und über die Ski-Weltcup-piste in Richtung Talstation. Neben mehreren Sprungschanzen gibt es viele Richtungswechsel und herausfordernde Streckenabschnitte.

Il percorso, lungo 2,2 km, tocca la torre panoramica Venedigerwarte, attraversa tratti forestali e passando per la pista della coppa del mondo di sci procede verso la stazione a valle. Oltre a numerosi salti ci sono molti cambi di direzione e sezioni impegnative.



#### **STONEMAN-Trail / STONEMAN-Trail**

Der Ur-Stoneman von Roland Stauder ist traillastig, schroff und wild. Wer ihn genießen will, sollte steile Stiche fahren können, trittsicher sein und mit Trails der Kategorie S1 bis S2 zurechtkommen. Einige bewältigen die 120 Kilometer und 4000 Höhenmeter an einem Tag, viele lassen sich dafür drei Tage Zeit.

L'originale Stoneman concepito da Roland Stauder è un trail „verace“, aspro e selvaggio. Chi lo vuole assaporare fino in fondo dev'essere in grado di affrontare passaggi ripidi, avere una tenuta sicura e padroneggiare trail di categoria S1 – S2. Qualcuno assolve i 120 chilometri e 4.000 metri di dislivelli in un giorno, i più ci impiegano tre giorni.



## Geheimtipps abseits der Radwege und Trails

Im Radeldorado Osttirol gibt es auch abseits der Radwege einiges zu entdecken. Besuchen Sie spannende Ausflugsziele und erleben Sie Geschichte, Kulinarik und einzigartige Naturschauspiele:

### *Cose da non perdere lungo le ciclabili e i trail*

Oltre ad essere un paradiso per gli amanti della bicicletta, il Tirolo Orientale riserva tante cose da scoprire fuori dalle piste. Fate visita a interessanti mete escursionistiche e avvicinatevi alla storia, alla cucina e agli spettacolari paesaggi naturali di questa regione:



#### **Drauradweg Wirte / Gli esercenti della ciclovía della Drava**

Wer bei einem Drauradweg Wirt einkehrt, erlebt die typische Osttiroler Gastfreundschaft, kulinarische Spezialitäten aus der Region und erstklassiges Service für Radfahrer. Die Mitglieder werden regelmäßig auf ihre Qualität überprüft und dürfen ein eigenes Gütezeichen tragen.

Chi si ferma presso un esercente della ciclovía della Drava potrà apprezzare la tipica ospitalità est-tirolese, le specialità della cucina regionale e un servizio di prim'ordine. Gli aderenti sono soggetti a regolari controlli di qualità che li autorizzano a esporre il sigillo „Drauradweg Wirte“.

[www.drauradwegwirte.com](http://www.drauradwegwirte.com)



#### **Wichtelpark Sillian / Parco degli gnomi di Sillian**

Im Wichtelpark von Sillian fühlen sich die Kleinen ganz groß, denn hier gibt's viele aufregende Attraktionen: Ein kleines Autodrom für die jüngeren Kids, Glück verlangt die 18-Loch Miniaturgolfanlage. Ein spektakulärer Waldseilklettergarten bietet Action für die ganze Familie.

A Sillian, nel Parco degli gnomi, anche i più piccini si sentono grandi. Fra le tante entusiasmanti attrazioni: un autodromo in miniatura per i pargoletti e un mini-percorso di minigolf a 18 buche. Spettacolare anche il giardino acrobatico che offre tante emozioni per tutta la famiglia.

[www.wichtel.at](http://www.wichtel.at)



#### **Loacker Genusswelt / Il Mondo della bontà di Loacker**

1925 startete Familie Loacker mit der Produktion ihrer Waffelspezialitäten. Die inzwischen internationale Marke ist heute in über 100 Ländern erhältlich. In Heinfels kehren jährlich mehr als 250.000 Besucher ein, kaufen ihre Lieblingswaffeln oder besuchen die interaktive Genusswelt.

Era il 1925 quando la famiglia Loacker diede inizio alla produzione delle sue specialità di wafer. Oggi l'azienda è un marchio internazionale che distribuisce in oltre 100 paesi. A Heinfels ogni anno fanno tappa oltre 250.000 visitatori per acquistare i loro wafer preferiti o cimentarsi nella pasticceria interattiva.

[www.loacker.com](http://www.loacker.com)



#### **Aigner Badl / Aigner Badl**

Das Aigner Badl besteht seit über 240 Jahren und ist das älteste noch existierende Bauernbad in Osttirol. Dank einer Kalzium-Sulfat-Mineral-Heilquelle werden hier heute noch Heilbäder angeboten, die bei Rheuma, Ischias, Gelenkschmerzen und Wundheilung helfen sollen.

L'Aigner Badl esiste da oltre 240 anni ed è il più antico bagno termale contadino del Tirolo Orientale ancora in funzione. Grazie alla presenza di una sorgente minerale calcareo-sulfurea si offrono a tutt'oggi bagni terapeutici indicati nei casi di reumatismi, ischialgia, dolori articolari e piaghe.

[www.aigner-badl.at](http://www.aigner-badl.at)



#### **Vitalpinum / Vitalpinum**

Auf 6.500m<sup>2</sup> erlebt man hier die Vitalkraft der Berge und ihrer Kräuter. In der Schaubrennerei erhält man Einblick in die Gewinnung ätherischer Öle. Im Wohlfühlgarten vermitteln zahlreiche Sinnesstationen wie der Barfußweg mit Kneipp-Pfad Wohlfühlen hautnah.

Una superficie di 6.500m<sup>2</sup> per assorbire tutta la vitalità elargita dai monti e dalle loro erbe. Nella distilleria dimostrativa assisterete alla produzione degli oli essenziali. Nel giardino del benessere diverse tappe sensoriali, come il sentiero a piedi nudi con percorso Kneipp, vi faranno scoprire la quintessenza del benessere.

[www.vitalpinum.com](http://www.vitalpinum.com)



#### **Galitzenklamm / Forra Galitzenklamm**

Ein Wasserschaupfad führt durch den Wald, entlang steiler Felswände und über spektakuläre Brücken in die Klamm. Der Wasserspielplatz ist ein Naturspielplatz aus Stein, Holz und Wasser mit einem Wasserspiellabyrinth, einer Seilfähre, einer Sandspielanlage mit Matschbecken u.v.m.

Un sentiero didattico che attraversa il bosco e corre accanto all'acqua, inerpandosi lungo ripide pareti di roccia fra spettacolari ponteggi nel cuore della forra. Il parco giochi dell'acqua sfrutta la natura del luogo: i massi, il legno e l'acqua, che forma un labirinto. In più ci sono una zattera a fune, un'area di gioco con la sabbia e vasca del fango e tant'altro ancora.

[www.galitzenklamm.info](http://www.galitzenklamm.info)



#### **Lienzer Stadtmarkt / Mercato di Lienz**

In der Messinggasse reihen sich jeden Freitag und Samstag die Marktstände aneinander. Die Marktteilnehmer sind stolz auf ihre Erzeugnisse, die sie mit viel Fleiß, Können und Liebe zum Detail herstellen und zubereiten. Hier spürt man Naturverbundenheit und Heimatliebe.

Ogni venerdì e sabato la Messinggasse si popola di bancarelle e stand. I venditori sono orgogliosi dei propri manufatti che realizzano e preparano con diligenza, maestria e cura del dettaglio. Un luogo in cui si avvertono il legame con la natura e l'amore verso la propria terra.

[www.stadtmarkt-lienz.at](http://www.stadtmarkt-lienz.at)





## Partner



### Osttirol Information

Mühlgasse 11  
9900 Lienz  
Österreich / Austria

Tel.: +43 50 212 212  
E-Mail: [info@osttirol.com](mailto:info@osttirol.com)

[www.osttirol.com](http://www.osttirol.com)



### Tourismusverein Innichen

Pflegplatz 1  
39038 Innichen / San Candido  
Italien / Italia

Tel.: +39 0474 913149  
E-Mail: [info@innichen.it](mailto:info@innichen.it)

[www.innichen.it](http://www.innichen.it)



### CADORE S.C.S

Via Madoneta 20  
32044 Pieve di Cadore  
Italien / Italia

E-Mail:  
[segreteria@cadorescs.com](mailto:segreteria@cadorescs.com)

[www.cadorescs.com](http://www.cadorescs.com)