

# WOCHENPROGRAMM

## MONTAG

### HIKING: PANORAMAWANDERUNG SEISER ALM LEVEL: EASY

**START ab ICARO um 10:15 Uhr**  
**TREFFPUNKT um 10:30 Uhr**  
**Compatsch - ex Tourist Info**

Von Compatsch führt uns unsere Tour entlang des 10er Weges in Richtung Sattlerschwaige, wo wir ein schmackhaftes Mittagessen genießen können. Rückweg über die Tuene Hütte und Steger Dellai nach Compatsch.

Dauer: 4,5 h  
Schutzhütte: ja  
Höhenmeter: 400 m  
Strecke: 11 km  
Rückkehr: 15 Uhr ca., rufen Sie im Icaro an um die Abholung von Compatsch zu organisieren.

Mitzubringen: Festes Schuhwerk, Rucksack, Getränk

## DIENSTAG

### HIKING: SONNENAUFANG PUFLATSCH MIT HÜTTENFRÜHSTÜCK LEVEL: EASY

Sie werden am frühen Morgen vor dem Hoteleingang abgeholt und nach Compatsch gebracht. Hier startet die Tour hinauf auf den Puflatsch. Nach ca. 45 Minuten erreicht man die Aussichtsplattform „Engelsrast“ und kann den Sonnenaufgang mit herrlichem Rundblick genießen. Anschließend Frühstück auf der Tschötsch-Alm.

Dauer: 2 h  
Schutzhütte: ja  
Höhenmeter: 250 m  
Strecke: 3,5 km  
Rückkehr um ca. 8-9 Uhr, rufen Sie im Icaro an um die Abholung von Compatsch zu organisieren.

Das Frühstück kostet € 35 und ist dem Guide in cash zu zahlen.

Die Kosten werden auch bei Stornierung nach 17:30 Uhr des Vortages berechnet.

## MITTWOCH

### HIKING: SCHLERN: WAHRZEICHEN SÜDTIROLS LEVEL: HARD

**START ab ICARO um 08:30Uhr**  
**TREFFPUNKT um 08:45 Uhr**  
**Compatsch - ex Tourist Info**

Von Compatsch starten wir in Richtung Saltnerhütte und weiter zum Schlernhaus (2.457 m) - Pause mit Mittagessen. Bevor wir wieder den Rückweg antreten und sofern es die Umstände zulassen, geht es anschließend auf den Petz, den höchsten Punkt des Schlernplateaus mit Gipfelkreuz und traumhaftem 360° Panorama.

Dauer: 8 h  
Schutzhütte: Si  
Höhenmeter: 1200 m  
Strecke: 22 km  
Rückkehr: 17 Uhr ca., rufen Sie im Icaro an um die Abholung von Compatsch zu organisieren.

Mitzubringen: Festes Schuhwerk, Rucksack, Getränk

## DONNERSTAG

### BIKING: SELLARONDA LEVEL: HARD

**TREFFPUNKT um 08:30 Uhr beim**  
**Verleih Alpin Center (an der Bergstation**  
**der Seis- Seiser Alm Bahn)**

Kampfgeist, Ausdauer und ein Mountainbike sind Voraussetzung um an der Sella Ronda Tour teilzunehmen. Mit Hilfe der Aufstiegsanlagen überqueren wir die bekannten Dolomitenpässe, das Grödnerjoch, den Campolongosattel, das Pordoijoch und das Sellajoch.

Dauer: 8,5 h  
Schutzhütte: Si  
Anzahl der Lifte: 8  
Höhenmeter: 3540 m / zu treten 1360 m  
Strecke: 70 km  
Rückkehr: ca. 17:00 Uhr

*Lift-Tages-Ticket nicht inbegriffen.*  
*Achtung: es wird ein Fully E-Bike empfohlen*

Mitzubringen: E-Bike, Helm, Getränk, Jacke, Snack

## FREITAG

### HIKE & BIKE: ANTERMOIASEE LEVEL: HARD

**TREFFPUNKT um 08:30 Uhr beim**  
**Verleih Alpin Center (an der Bergstation**  
**der Seis- Seiser Alm Bahn)**

Für den ersten Teil dieser Tour eignet sich ein E-Bike besonders gut. Dadurch spart man Kraft für den eigentlichen Gipfelanstieg und schon später beim Rückweg die Knie. Somit werden auch entlegene Orte wie der Antermoiasee, mit der gleichnamigen Hütte als Tagestour durchführbar.

Dauer: 7,5 h  
Schutzhütte: ja  
Höhenmeter: 900 m bike + 600 m hike  
Strecke: 22 km bike + 8 km hike

Rückkehr: ca. 16:00 Uhr

Mitzubringen: Festes Schuhwerk, Rucksack, Getränk

### BIKING: VÖLSER WEIHER- TUFF ALM LEVEL: MEDIUM

**TREFFPUNKT um 11:00 Uhr beim**  
**Büro der Alps Activ (an der Talstation**  
**der Seis- Seiser Alm Bahn)**

Von Seis Start in Richtung St. Konstantin und über den Völser Weiher und über den Huber Weiher zur Tuff Alm und weiter zum Hofer Alpl. Für die Einkehr auf einer der beiden Almen sollte man ausreichend Zeit einplanen, zu schön sitzt man auf den Aussichtsterrassen mit unvergesslicher Fernsicht.

Dauer: 4,5 h  
Schutzhütte: ja  
Höhenmeter: 800 m  
Strecke: 26 km  
Rückkehr: um ca. 15:30 Uhr in Seis

Mitzubringen: E-Bike, Helm, Getränk, Jacke, Snack

*Eventuelles Lift-Ticket nicht inbegriffen.*

### BIKING: SEISER ALM RUNDE LEVEL: EASY

**TREFFPUNKT um 10:00Uhr beim**  
**Verleih Alpin Center (an der Bergstation**  
**der Seis- Seiser Alm Bahn)**

Diese Tour ist eine der Schönsten! Mit Hilfe des E-Bikes wird der Ausflug für Jedermann zum Genuss. Vom höchsten Punkt, dem Dialer-Kirchlein zum Berghaus Zallinger, weiter über Saltria, kurz ins Jendertal, um den Wolfsbühl herum und zurück bis zum Startpunkt in Compatsch.

Dauer: 5 h  
Schutzhütte: ja  
Höhenmeter: 750 m  
Strecke: 32 km  
Rückkehr: ca 15.00 Uhr

Mitzubringen: E-Bike, Helm, Getränk, Jacke, Snack

### BIKING: SECEDA - GRÖDEN LEVEL: HARD

**TREFFPUNKT um 09:30 Uhr beim**  
**Verleih Alpin Center (an der Bergstation**  
**der Seis- Seiser Alm Bahn)**

Ziel ist die Seceda, von wo man die Geisler/Odle bewundern kann. Man nimmt die Richtung Monte Pana und fährt durch Wälder am Fuße von Langkofel und Plattkofel. Weiter geht es nach Wolkenstein in Gröden, wo der Aufstieg zur Regensburger Hütte beginnt. Danach fährt man über die Wiesen der Seceda und Mittagessens-pause. Es geht weiter nach St. Ulrich, von wo aus wir mit der Seilbahn wieder auf die Alm hinauffahren.

Dauer: 5,5 h  
Hütte: Si  
Höhenmeter: 700 m  
Strecke: 38 km  
Benutzte Lifte: 2  
Rückkehr: ca. 15.00 Uhr

Mitzubringen: E-Bike, Helm, Getränk, Jacke, Snack

*Lift-Tickets nicht inbegriffen.*

**Anmeldung erforderlich**  
**innerhalb 16:30 Uhr**  
**des Vortages**

HIKING

BIKING

### BIKING: SEIS-PUFELS-SEISER ALM LEVEL: MEDIUM

**TREFFPUNKT um 09:30Uhr beim**  
**Büro der Alps Activ (an der Talstation**  
**der Seis- Seiser Alm Bahn)**

Man fährt in Richtung Kastelruth, um den Panider Sattel (Passo Pinei) zu erreichen. Von hier beginnt das Grödnertal, und über eine Schotterstraße gelangt man zum kleinen Dorf Bulla. Von dort führt eine schöne Straße durch ein enges Tal hinauf auf die Hochfläche der Seiser Alm, wo wir mit Blick auf den Langkofel und den Plattkofel zu Mittag essen werden. Am Nachmittag kehren wir ins Tal zurück und fahren durch die Wälder hinunter nach Seis.

Dauer: 5 h  
Hütte: Si  
Höhenmeter: 1050 m  
Strecke: 30 km  
Rückkehr: ca. 14.30 Uhr

Mitzubringen: E-Bike, Helm, Getränk, Jacke, Snack