

Melanie Marmsaler · Julia Schwärzer · Anita Maria Zonta

MIT HUNDEN unterwegs in Südtirol

65 hundefreundliche Wanderungen
vom Vinschgau bis in die Dolomiten



TAPPEINER.



Vinschgau

1	Der Haider See	18
2	Von Schlinig zum Sesvennasee und Ferkelsee	20
3	Auf die Malettesböden oberhalb von Mals	22
4	Ganglegg und Schludernser Waalweg	24
5	Zu den Saldurseen im Matscher Tal	26
6	Wanderung im Marteller Talschluss	28
7	Die Lyfialm im Martelltal	30
8	Zu den Flimseen im Martelltal	32
9	Zur Düsseldorfer Hütte in Suldental	34
10	Auf dem Tscharser Waalweg zum Schloss Juval	36
11	Von Kastelbell zum Zirmtaler See	38

Meran und Umgebung

12	Zum Schwarzsee im hinteren Passeiertal	42
13	Zur Faglsalm und zum Faglsee im Kalmtal	44
14	Von Pfleders zum Erensee	46
15	Die Passerschlucht	48
16	Meran 2000 und Kratzberger See	50
17	Vigiljoch und Bärenbadalm	52
18	Zu den Drei Seen und Falkomaisee im Ultental	54
19	Ultner Höfweg und Urlärchen	56
20	Zu den Kofelraster Seen	58
21	Zum Seefeldsee in Ulten	60
22	Seenrundwanderung im Ultner Talschluss	62
23	Tschöggelberg – Salten	64
24	Wanderung zum Knottnkino in Vöran	66

Bozen und Umgebung

25	Die Stoanernen Mandln im Sarntal	70
26	Von Reinswald zum Getrumsee	72
27	Auf dem Rittner Hochplateau	74
28	Die Himmelstour am Ritten	78
29	Die Drei-Burgen-Wanderung in Eppan	80
30	Durch das Frühlingstal am Montiggler See	82
31	Kurze Wanderung zum Göllersee in Aldein	84
32	Zu den Rosszähnen und zur Ruine Leuchtenburg	86

33	Der Gewürztraminer Themenweg	88
34	Über die Cisloner Alm zur Hochwand	90
35	Die Bletterbachschlucht in Aldein	92

Eisacktal und Wipptal

36	Die Barbianer Wasserfälle.....	96
37	Wanderung auf der Villanderer Alm	98
38	Auf dem Kastanienweg nach Feldthurns	100
39	Hoch über Brixen	102
40	Unterwegs auf der Plose	104
41	Wanderung zum St.-Cyrillus-Kirchlein bei Brixen	108
42	Der Puntleider See bei Grasstein	110
43	Zu den Schröttenseen in Schalders.....	112
44	Über den Roanderweg zum Schloss Sprechenstein	114
45	Höhenwanderung zur Landshuter Hütte.....	116
46	Von Schmuders hinauf zur Prantneralm	118
47	Zur Magdeburger Hütte in Pflersch	120

Pustertal und Dolomiten

48	Große Laranzer Runde mit Königswarte.....	124
49	Zu den Hexenbänken in Puflatsch	126
50	Zur Rauchhütte auf der Seiser Alm	128
51	Hüttenrundwanderung in Gröden	130
52	Rienzschlucht und Schloss Rodenegg	132
53	Zu Eisbruggsee und Edelrauthütte in Pfunders	134
54	Auf dem Campiller Mühlenweg zur Vaciara-Alm	136
55	Faneshütte und Lavarellahütte	138
56	Zur Bizathütte und den Holzerböden im Ahrntal	140
57	Zur Durra- und Knuttenalm.....	142
58	Zur Kumpflalm und zum Klammbach-Wasserfall.....	144
59	Zum Obersee am Staller Sattel.....	146
60	Von der Stollaalm zur Dürrensteinhütte	148
61	Rundwanderung im Dolomiten UNESCO Welterbe	150
62	Winterwanderung zur Nemesalm	152
63	Karersee und Karerpass	154
64	Zur Jägerhütte am Helm.....	156
65	Welschellener Alm (Munt da Rina)	158



1



DER HAIDER SEE



TECHNISCHE DATEN

Ausgangs-/Endpunkt

St. Valentin auf der Haide,
1470 m

Gesamtgehzeit

1½ Std.

Gesamtstrecke

5 km

Höhenmeter im Auf-/Abstieg

127 m

Wasser



Schwierigkeit



Naturidylle für Ruhesuchende und Naturliebhaber

Einfache, aber reizvolle Wanderung im oberen Vinschgau, empfehlenswert für Jung und Alt

Anfahrt: Durch den Vinschgau bis nach St. Valentin auf der Haide. Parken gegenüber vom Gasthof Alpenrose.

Wegverlauf: Südlich des Reschensees – Südtirols bekanntester Stausee – liegt der etwas weniger bekannte Haider See mit seinem wunderschönen Biotop. Man startet vom Parkplatz gegenüber des Gasthofes Alpenrose und folgt der Beschilderung „Seeumrundung“ mit der Wegmarkierung Nr.1. Der Weg verläuft fast ausschließlich eben. Zum Teil wandert man auf Holzstegen und Schotterweg entlang des Moor- und Schilfgebietes, zum Teil aber auch entlang des Fahrradweges. Hier ist etwas Vorsicht geboten. Einmal muss auch ein kleiner Anstieg bewältigt werden. Entlang des Uferweges laden drehbare, hölzerne Sitzbänke zum Verweilen ein, um die Tierwelt am Haider See zu beobachten. Der naturbelassene Alpensee

ist rund 89 Hektar groß und maximal 15 Meter tief. Einst auch als Kartäuser See bekannt, war er bis 1782 im Besitz des Kartäuser Klosters in Schnals. Auf der Bergseite des Sees gibt es eine Stelle mit Eislöchern. Der Sage nach lebt dort der Drache Eisi, der den Haider See bewacht. Eine Tafel weist darauf hin, dass jeder, der seine Hand ins Eisloch steckt, den kalten Hauch des Drachen spüren kann. Weitere kleine Tafeln rund um den idyllischen See verweisen immer wieder auf interessante Informationen über Fauna, Flora und Landschaft.

Variante: Wem die Seeumrundung zu kurz ist, wer die Ruhe und Stille sucht und vom Alltag abschalten will, der kann zu Fuß nach Plawenn gehen (1 Std., Markierung Nr. 3). Die kleine Siedlung, die gerade mal 50 Einwohner zählt, ist auch per Auto erreichbar. Neben dem Santner Hof befindet sich der Ansitz Plawenn mit seinen Zinnengiebeln und Ecktürmchen. Auf Weg Nr. 5 kann man zur Plawenner Alm (2003 m, nicht bewirtschaftet) aufsteigen. Der Weg verläuft leicht ansteigend über einen Schotterweg. Rückweg auf dem Hinweg.

WISSENSWERTES

Die Eislöcher wurden früher benutzt, um Fische über längere Zeit zu lagern.



8



ZU DEN FLIMSEEN IM MARTELLTAL



TECHNISCHE DATEN

Ausgangs-/Endpunkt

Ennewasser, Martell, 1200 m

Gesamtgehzeit

7 Std.

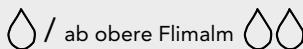
Gesamtstrecke

11 km

Höhenmeter im Auf-/Abstieg

1400 m

Wasser



Schwierigkeit



Einsame Schönheiten

Anstrengende, aber äußerst lohnende Wanderung zu den Elmseen im Martellatal

Anfahrt: Durch den Vinschgau bis nach Latsch/Goldrain. Hier in das Martelltal einbiegen. Parken in Ennewasser direkt gegenüber der Pension Tannenheim. Begrenzte Abstellmöglichkeiten, kein ausgewiesener Parkplatz.

Wegverlauf: Von Ennewasser aus steigt man auf Steig 2 steil durch den Flimwald hinauf bis zum Bärenplatt (aussichtsreiches Wetterkreuz und Grillstelle) und weiter hinauf zur unbewirtschafteten Unteren Flimalm (1890 m; 2 Std. ab Ausgangspunkt). Eine weitere Stunde führt der Steig in engen Serpentinen steil über einen Geländesprung zwischen Felssmassiven empor zur ebenfalls unbewirtschafteten Oberen Flimalm (2235 m). Hier nun auf Steig 18 (Beschilderung „Soyalm“) noch etwa 20 Minuten hinauf zum Unteren Flimsee. Die Markierung ist in diesem Abschnitt kurz etwas unübersichtlich, aber wer hinter der

Almhütte geradeaus bergwärts wandert, findet sich rasch auf dem richtigen Weg wieder und erreicht den See ohne Orientierungsschwierigkeiten. Türkisblau und glasklar liegt der langgezogene Untere Flimsee (2371 m) eingebettet in die kargen Almböden der hintersten Flimalm. Nach kurzer Rast empfiehlt es sich, der Markierung 18 zum Oberen Flimsee (2563 m) zu folgen. Der Aufstieg lohnt sich schon allein wegen des atemberaubenden Blickes auf den unteren See. Solche Impressionen kennt man ansonsten nur von Luftaufnahmen. Der Obere Flimsee ist etwas kleiner, dafür aber deutlich tiefer. Er liegt in felsigem Gelände. Ebenfalls tiefblau und glasklar steht er dem unteren in Schönheit und Faszination in nichts nach. Auch dieser See verfügt über flache Uferstellen, die zur Rast einladen. Die Flimseen zählen zu den weniger bekannten Bergseen in Südtirol und sind daher ein Geheimtipp für alle, die in den Bergen vor allem die wohltuende Stille der Einsamkeit suchen. Der Rückweg erfolgt auf dem Aufstiegsweg in rund drei Stunden.

WISSENSWERTES

Der besondere Reiz der einsamen Flimseen ist auf den hellen, silbrig glänzenden Fels zurückzuführen, der reich an schimmernden Glimmerplättchen ist.



14



VON PFELDERS ZUM ERENSEE



TECHNISCHE DATEN

Ausgangs-/Endpunkt

Talstation Grünbodenbahn,
Pfelders, Passeier, 1600 m

Gesamtgehzeit

4 Std.

Gesamtstrecke

10 km

Höhenmeter

Aufstieg: 550 m

Abstieg: 930 m

Wasser



Schwierigkeit



Almenhüpfen und Seewanderung im Hinterpasseiertal

Vom urigen Bergdörfchen Pfelders aus gelangt man hinauf zum Erensee und zu den Sommerweiden des Grauviehs, dem ganzen Stolz der Passeirer Bauern.

Anfahrt: Von Meran kommend durch das Passeiertal bis nach Pfelders. Alternativ über Sterzing und den Jaufenpass. Parken bei der Talstation der Umlaufbahn Grünboden-Express.

Wegverlauf: Mit der Kabinenbahn schwebt man in wenigen Minuten von Pfelders bequem 400 Höhenmeter hinauf bis zur Grünbodenhütte (bewirtschaftet), die erste Alm dieser Tour. Sie liegt auf einer Seehöhe von 2000 Metern über dem Meer und stellt den Ausgangspunkt der Rundwanderung dar. Wer lieber zu Fuß geht anstatt den Lift zu benutzen, der folgt in Pfelders dem Steig Nr. 5 zur Grünbodenhütte (zeitlicher Mehraufwand 1½ Std.) Hier beginnt der schön angelegte Panoramaweg. Über die Hänge und später mäßig abfallend führt er in einer Dreiviertelstunde taleinwärts zur Faltschnalalm (auch Falschnalalm,

1875 m, bewirtschaftet), der zweiten Alm auf dieser Tour. Oberhalb der Hütte führt der Steig Nr. 7 in knapp eineinhalb Stunden teilweise steil hinauf zum Erensee (auch Ehrensee). Dieser liegt auf knapp 2300 Metern, umrahmt von Disteln und Wollgras in einer Mulde. An den Ufern des Sees grast Grauvieh. Zurück bei der Faltschnalalm folgt man der Markierung 4 in einer halben Stunde hinunter nach Lazins. Vom Laziñser Hof (1772 m), der dritten Einkehrmöglichkeit, aus kann man noch eine halbe Stunde taleinwärts zur Laziñser Alm (1858 m, bewirtschaftet) wandern oder talauswärts nach Pfelders zurückkehren. Hierfür folgt man entweder dem Forstweg (Nr. 8) oder Steig 24 (unschwierig) auf der linken Talseite. Steig 24 führt über Zeppichl (Gasthof). Die beschriebene Rundwanderung kann genauso gut in umgekehrter Richtung durchgeführt werden.

Variante: Der Wanderweg Nr. 8 führt in gut einer Stunde auf Forststraße von Pfleders bis zur Laziñser Alm. Diese Strecke ist kinderwagentauglich und lädt im Winter zu einer leichten Wanderung inmitten verschneiter Landschaft ein.

WISSENSWERTES

Das Tiroler Grauvieh wird in Südtirol seit 1949 als seltene Nutztierrasse gezüchtet. Diese robuste Zweinutzungsrasse (Milch und Fleisch) ist sehr gut an die Gegebenheiten des Alpenraumes angepasst.





VIGILJOCH UND BÄRENBADALM



TECHNISCHE DATEN

Ausgangs-/Endpunkt

Bergstation Seilbahn Vigiljoch,
1489 m

Gesamtgehzeit

3 Std.

Gesamtstrecke

10 km

Höhenmeter im Auf-/Abstieg

467 m

Wasser



Schwierigkeit

◻◻ / ◻◻◻

Besondere Kräfte am Wetterhügel

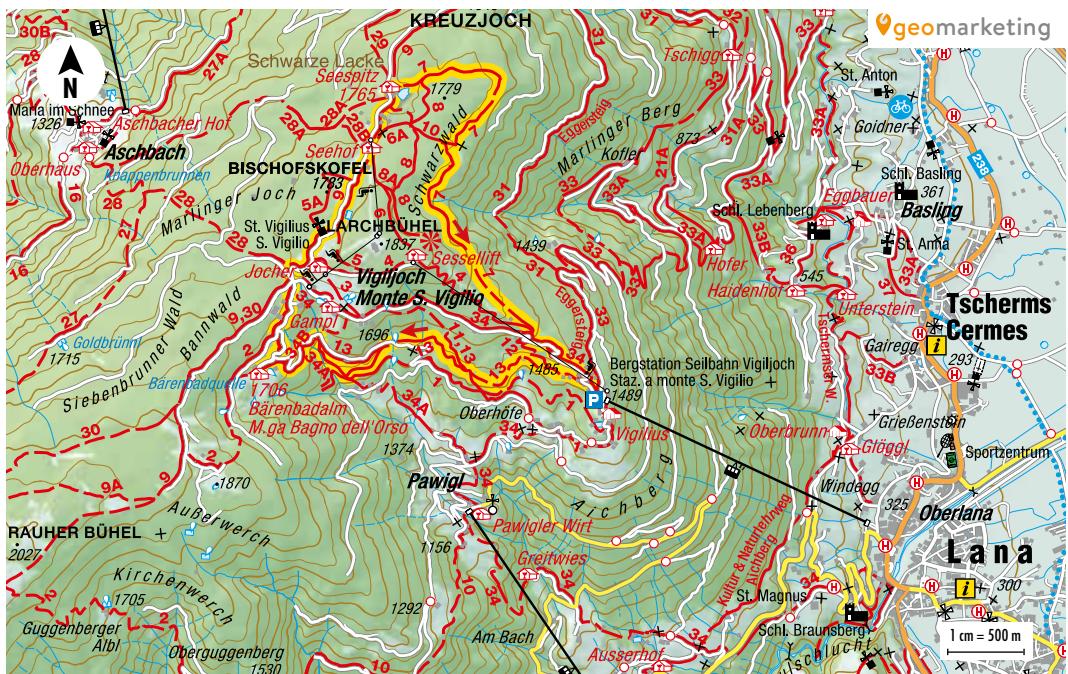
Aussichtsreich, mystisch und naturgewaltig präsentieren sich die Bärenbadalm, das Vigiliuskirchlein und die Gaulschlucht.

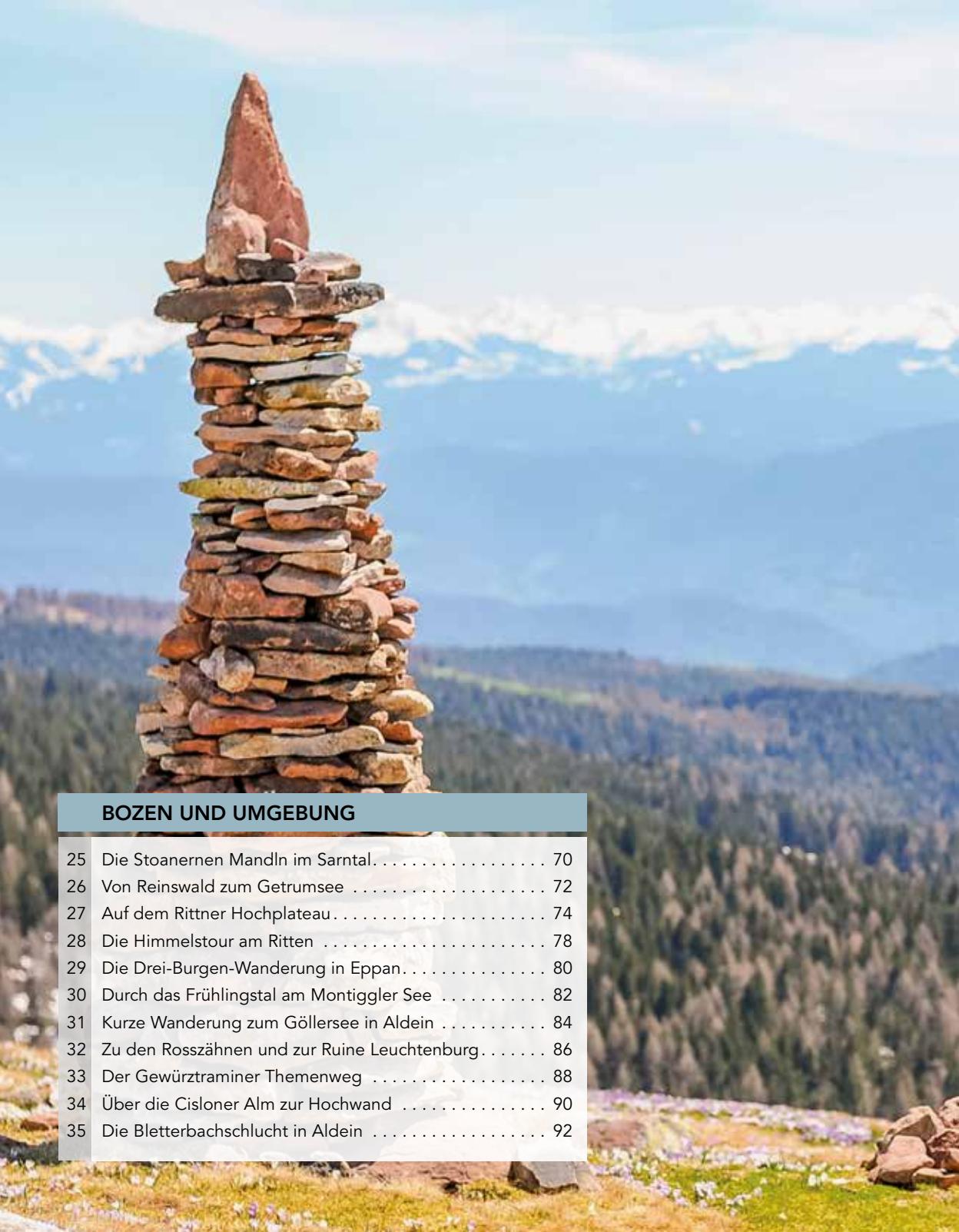
Anfahrt: Von Bozen oder Meran kommend bis nach Lana. Parken bei der Seilbahnstation der Vigiljochbahn.

Wegverlauf: Man erreicht mit der Seilbahn die Bergstation Vigiljoch (1489 m). Auf dem autofreien Hausberg von Lana angelangt, folgt man zuerst der Wegmarkierung Nr. 34 in Richtung Vigiljoch. Nach etwa 10 Minuten wechselt man auf Steig Nr. 13 (später 34A und 34B) und schlägt den Weg zur Bärenbadalm (1706 m) ein. Der Steig verläuft immer wieder leicht ansteigend durch Wald und auf Forststraßen, bis man nach einer Stunde Gehzeit die Alm erreicht. Nach einer kurzen Rast, während der man die wunderbare Aussicht auf das Meraner Plateau genießen kann, wählt man nun Weg Nr. 2 Richtung Vigiljoch (1750 m). Nach 20 Minuten Gehzeit auf einemmäßig steilen Waldweg erreicht man das Vigiljoch, wo hoch oben

eine der höchstgelegenen Kirchen, das Kirchlein St. Vigilius, thront. Zum ersten Mal erwähnt wurde es im 12. Jahrhundert. Einheimische nennen es die Wetterkirche und unternehmen Bittgänge dorthin, um dafür zu beten, von Gewittern verschont zu bleiben. Nach einer kurzen Besichtigung des Kirchleins, währenddessen der Hund draußen wartet, wandert man weiter Richtung Gasthof Seespitz (1765 m, Markierung Nr. 9), direkt an der Schwarzen Lacke, einem schilfreichen Biotop, vorbei. Auf Weg Nr. 7 (Panoramaweg) und später Nr. 34 gelangt man schließlich zurück zur Bergstation der Seilbahn.

Variante: In der Nähe der Talstation der Seilbahn führt eine Promenade in die Tiefe der Gaulschlucht: ein erfrischender Spaziergang über Holzstege und Hängebrücken durch schattenspendenden Wald. Die Gaulschlucht ist ein faszinierendes Naturdenkmal. Eine halbe Stunde lang wandert man hier erlebnisreich am Wasser. Vorsicht: Öffnen sich die Schleusen des Kleinkraftwerkes, so steigt der Wasserspiegel schlagartig an.





BOZEN UND UMGEBUNG

25	Die Stoanernen Mandln im Sarntal	70
26	Von Reinswald zum Getrumsee	72
27	Auf dem Rittner Hochplateau	74
28	Die Himmelstour am Ritten	78
29	Die Drei-Burgen-Wanderung in Eppan	80
30	Durch das Frühlingstal am Montiggler See	82
31	Kurze Wanderung zum Göllersee in Aldein	84
32	Zu den Rosszähnen und zur Ruine Leuchtenburg	86
33	Der Gewürztraminer Themenweg	88
34	Über die Cisloner Alm zur Hochwand	90
35	Die Bletterbachschlucht in Aldein	92



33



DER GEWÜRZTRAMINER THEMENWEG



TECHNISCHE DATEN

Ausgangs-/Endpunkt

Ortsteil Bethlehem, Tramin

Gesamtgehzeit

1 ½ Std

Gesamtstrecke

3,5 km

Höhenmeter im Auf-/Abstieg

155 m

Wasser

Schwierigkeit


Tradition und Genuss

„Wein ist Sonnenlicht, zusammengehalten durch Wasser“, sagte Galileo einst. Der Weinlehrpfad ist dem beliebten Südtiroler Weißwein gewidmet.

Anfahrt: Von Bozen kommend bis nach Tramin an der Weinstraße im Unterland. Parken im Dorf.

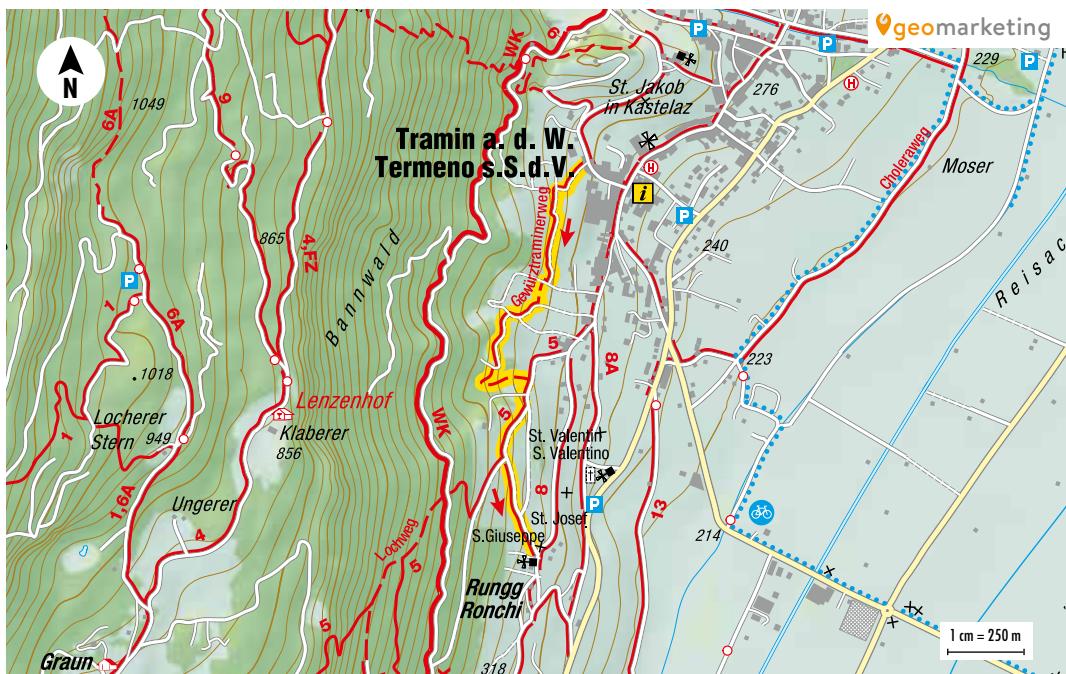
Wegverlauf: Ausgangspunkt dieser entspannten Wanderung ist das charmante Viertel Bethlehem, wo ein markantes Schild an einer Natursteinmauer die Besucher empfängt und ihnen den Weg weist. Der Themenweg führt in Form einer Rundwanderung durch die reizvolle, beinahe mediterran anmutende Kulturlandschaft des traditionsreichen Weinbaugebietes Tramin. Unweit vom Ausgangspunkt befindet sich ein einladender Rastplatz, welcher sich perfekt für ein kleines Picknick zum Abschluss der Rundwanderung eignet. Der Beschilderung Gewürztraminer Weg folgend, wandert man durch die Weinberge und Wälder oberhalb von Tramin. Nach etwa

dreieinhalb Kilometern Wegstrecke und ungefähr anderthalb Stunden Gehzeit erreicht man den südlich gelegenen Ortsteil Rungg. Von dort führt der Themenweg zurück zum Ausgangspunkt. Unterwegs begleiten den Wanderer eindrucksvolle Panoramen des Mendelgebirges sowie der Blick auf das malerische Weindorf Tramin. Auf der Rundwanderung gibt es allerdings nicht nur landschaftliche Highlights zu entdecken, sondern auch faszinierende künstlerische und kulturelle Objekte. Diese fügen sich harmonisch in die Umgebung ein und gewähren interessante Einblicke in die Geschichte des beliebten und traditionsreichen Südtiroler Weines.

Empfehlung: Diese Wanderung ist besonders im Frühling und Herbst zu empfehlen: Im Frühling erblühen zahlreiche farbenprächtige Tulpen inmitten der Weinberge und die Apfelbäume stehen in voller Blüte. Im Herbst dagegen zieren die reifen Trauben die Rebstöcke, deren Blätter sich bunt färben.

WISSENSWERTES

Der würzige, säurearme, intensiv-fruchtige und vollmundige Gewürztraminer ist ein traditionsreicher Südtiroler Wein, der sich großer Beliebtheit erfreut. Die Rebe stellt hohe Ansprüche an Boden und Klima und wird in Südtirol auf einer Gesamtfläche von rund 150 Hektar angebaut.



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

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

Bildnachweis: Melanie Marnsaler, Julia Schwärzer, Anita Maria Zonta,
Athesia-Tappeiner Verlag, Hanspaul Menara, Benjamin Pfitscher, Karlheinz Sollbauer
sowie Bilder aus dem Privatbesitz der Inserenten.

3., überarbeitete Auflage 2025
© Athesia Buch GmbH, Bozen (2017)
Weinbergweg 7
I-39100 Bozen
buchverlag@athesia.it

Umschlaggestaltung: Nele Schütz Design, München
Design & Layout: Athesia-Tappeiner Verlag
Kartografie: geomarketing, www.geo-marketing.eu
Druck: Athesia Druck, Bozen
Papier: Innenteil Gardamatt Ultra

Gesamtkatalog unter
www.athesia-tappeiner.com

ISBN 979-88-7073-937-4



Titelseite: Krokusblüten auf der Seiser Alm;
im Hintergrund der Schlern im Wolkenmeer
(© Julia Schwärzer)

MIT HUNDEN unterwegs in Südtirol

Dieser Wanderführer für Zwei- und Vierbeiner präsentiert eine Auswahl von 65 hundefreundlichen Touren unterschiedlicher Länge und Schwierigkeit in ganz Südtirol. Die vorgeschlagenen Wanderungen umfassen Ausflugsziele während des ganzen Jahres, denn mit Hund ist man grundsätzlich bei jeder Witterung unterwegs. Die beschriebenen Routen mit technischen Daten, genauer Beschreibung und topografischem Kartenausschnitt sind einerseits bekanntere Ausflugsziele und andererseits auch viele Geheimtipps, die neue und weniger bekannte Pfade erkunden. Für jedes Gebiet gibt es sowohl einfache und kurze Runden, als auch anspruchsvollere Touren, selbstverständlich unter Berücksichtigung der speziellen Bedürfnisse unserer Vierbeiner.

Abgerundet wird das Buch mit geeigneten Einkehrmöglichkeiten wie Hütten und Almen.

ISBN 978-88-7073-937-4



9 788870 739374

athesia-tappeiner.com

25 € (I/D/A)